

نقش میانجی‌گری خودمهارگری در ارتباط با تعامل سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین‌شخصی

دکتر محمدعلی بشارت *

نرگس خلیلی اردکانی **

دکتر مسعود غلامعلی لواسانی ***

چکیده

روابط بین‌شخصی در دامنه‌ای وسیع از فعالیت‌ها و زندگی روزمره افراد نقش تعیین‌کننده دارند. به همین دلیل، مشکلات فرد در زمینه روابط بین‌شخصی، زندگی و عملکرد وی را به‌طور گسترده تحت تأثیر قرار می‌دهند. هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی‌گری خودمهارگری در ارتباط با تعامل سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین‌شخصی بود. از شرکت‌کنندگان (۲۷۶ دختر، ۲۷۵ پسر) خواسته شد تا مقیاس دلبستگی بزرگسال (AAI)، مقیاس مشکلات بین‌شخصی (IIP) و زیرمقیاس خودمهارگری درونی از مقیاس رفتار شخصی (PBI) را تکمیل کنند. نتایج پژوهش نشان داد که بین سبک‌های دلبستگی ایمن و ناایمن با مشکلات بین‌شخصی به‌ترتیب

*. استاد گروه روانشناسی، دانشگاه تهران

**. دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه تهران

***. دانشیار گروه روانشناسی، دانشگاه تهران

رابطه منفی و مثبت معنادار وجود دارد. خودمهارگری با مشکلات بین‌شخصی رابطه منفی معنادار نشان داد. بر اساس یافته‌های تحلیل مسیر، خودمهارگری دارای اثر میانجی‌گری معنادار در ارتباط با تعامل سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین‌شخصی بود. بر اساس یافته‌های این پژوهش، می‌توان نتیجه گرفت که ارتباط با تعامل سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین‌شخصی فقط یک رابطه خطی ساده نیست و خودمهارگری به‌عنوان متغیر میانجی‌گری این رابطه را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

واژه- کلیدها: خودمهارگری، دلبستگی، مشکل بین‌شخصی

Mediating role of self-control on the relationship between attachment styles and interpersonal problems

M.A. Besharat, Ph.D. *

N. Khalili, M.A. *

M. Gholamali Lavasani, Ph.D. *

Interpersonal relationships have a determinant role in a wide range of individual activities and daily life. For this reason, one's problems in the field of interpersonal relationships could significantly influence his life and overall functioning. The purpose of the present study was to examine the mediating role of self-control on the relationship between attachment styles and interpersonal problems. All participants (276 girls, 275 boys) were asked to complete the Adult Attachment Inventory (AAI), the Inventory of Interpersonal problems (IIP), and inner-directed control subscale of the Personal Behavior Inventory (PBI). Secure and insecure attachment styles showed significant negative and positive correlation with interpersonal problems, respectively. Self-control revealed a significant negative correlation with interpersonal problems. Path analysis indicated that the relationship between attachment styles and interpersonal

*. University of Tehran

problems mediated by self-control. Based on the findings of the present study, it can be concluded that the relationship between attachment styles and interpersonal problems is not a simple linear one. Attachment styles affect interpersonal problems partly through self-control.

Keywords: self-control, attachment, interpersonal problem

Contact information: besharat@ut.ac.ir

مقدمه

شیوه‌های تنظیم عاطفه^۱ و برقراری روابط با دیگران در افراد متفاوت است. نظریه دلبستگی^۲، این تفاوت‌های فردی را در کودکان و بزرگسالان تبیین می‌کند (بالی، ۱۹۶۹، ۱۹۷۳، ۱۹۸۰؛ به نقل از بشارت، ۱۳۹۱). بالی، نحوه شکل‌گیری و کنش‌وری پیوند عاطفی بین نوزاد- مادر، یعنی دلبستگی را بر اساس نظریه دلبستگی تشریح کرد. دلبستگی به معنای پیوند یا ارتباط عاطفی بین فرد و نگاره دلبستگی^۳ (معمولاً یک مراقب) است. کودکی که نسبت به مراقبش دلبستگی دارد، تلاش می‌کند همواره مجاور و نزدیک وی بماند و این جستجوی مجاورت، به‌خصوص در مواقع ناراحتی، خستگی، تنش و ترس شدت می‌یابد (بالی، ۱۹۶۹، ۱۹۷۳، ۱۹۸۰؛ به نقل از بشارت، ۱۳۹۱).

اینسورث و همکاران (۱۹۷۸) به روش تجربی، در موقعیت ناآشنا^۴، نظریه بالی را آزمایش کردند. آنها با استفاده از این روش به مشاهده سبک‌های دلبستگی^۵ پرداختند و سه سبک دلبستگی ایمن^۶، دلبستگی اجتنابی^۷ و دلبستگی دوسوگرا^۸ را متمایز ساختند (کرولی، ۲۰۰۶). براساس نتایج این آزمایش، سبک‌های دلبستگی به دو دسته اصلی تقسیم شدند. کودکان دارای سبک دلبستگی ایمن در پاسخگویی به نیازهایشان، احساس اعتماد و امنیت می‌کنند، در صورتی که کودکان با سبک دلبستگی ناایمن در پاسخگویی به نیازهایشان احساس بی‌اعتمادی و اضطراب می‌کنند (تامسون^۹، ۲۰۰۴؛ کسیدی و برلین^{۱۰}، ۱۹۹۴؛ به نقل از براون و وایتساید، ۲۰۰۸).

بر اساس نظریه دلبستگی، پیوندهای عاطفی نخستین بین کودک و مادر (مراقب)، در قالب مدل‌های فعالیت درونی^{۱۱} تشکیل می‌شوند و به گستره وسیع روابط بین‌شخصی در آینده تعمیم

می‌یابند (برترتون^{۱۲}، ۱۹۹۱؛ مین، کاپلان و کسیدی^{۱۳}، ۱۹۸۵؛ وست و شلدن-کلر^{۱۴}، ۱۹۹۴؛ به‌نقل از بشارت و شالچی، ۱۳۸۶). دلبستگی که از کیفیت پیوند عاطفی بین نوزاد و مادر شکل می‌گیرد، ماهیت تصورات و تجربیات فرد را از پیوندهای عاطفی و روابط بین‌شخصی، تعیین می‌کند (بشارت، گلی‌نژاد و احمدی، ۱۳۸۲).

مشکلات بین‌شخصی^{۱۵} مشکلاتی هستند که در رابطه با دیگران تجربه می‌شوند و آشفته‌گی روانی ایجاد می‌کنند (لیری^{۱۶}، ۱۹۵۷؛ هرویتز^{۱۷}، ۱۹۹۴؛ هورنای^{۱۸}، ۱۹۵۰)، یا با این دسته از ناراحتی‌ها (مشکلات روانی) در ارتباط قرار می‌گیرند (هرویتز، روزنبرگ، بایر، اورنو و ویلاسور، ۱۹۸۸). گرچه شناسایی ماهیت بین‌شخصی مشکلات روانشناختی (شخصی) سابقه‌ای طولانی دارد (لیری، ۱۹۵۷؛ سالیوان^{۱۹}، ۱۹۵۳؛ هورنای، ۱۹۴۵)، تا مطالعات هرویتز و همکاران وی تلاشی برای بررسی و ساماندهی این مشکلات به گونه‌ای که برای پژوهشگران مفید باشد صورت نگرفته بود. هرویتز و همکاران (هرویتز، ۱۹۷۹؛ هرویتز و همکاران، ۱۹۸۸؛ هرویتز و ویتکاس، ۱۹۸۶)، با تحلیل دقیق مشکلات گزارش شده در مصاحبه‌های بالینی توانستند مجموعه‌ای از مشکلات بین‌شخصی شامل مشکلات افراد در زمینه قاطعیت^{۲۰}، مردم‌آمیزی^{۲۱}، اطاعت‌پذیری^{۲۲}، صمیمیت^{۲۳}، مسئولیت‌پذیری^{۲۴} و مهارگری^{۲۵} را شناسایی و توصیف کنند (به‌نقل از بشارت، ۱۳۸۷).

ویژگی‌های بهنجار و نابهنجار روابط بین‌شخصی، به گونه‌ای عمیق از سبک دلبستگی اشخاص تأثیر می‌پذیرند. بنا بر نتایج پژوهش‌ها، دلبستگی ایمن با ویژگی‌های ارتباطی مثبت شامل صمیمیت و خرسندی؛ دلبستگی اجتنابی با سطوح پایین‌تری از صمیمیت و تعهد؛ و دلبستگی دوسوگرا با شور و هیجان و دل‌مشغولی در مورد روابط، توأم با خرسندی کم مرتبط است. افراد اجتنابی بیش از دوسوگراها به پایان بخشیدن به روابط، تمایل نشان می‌دهند. در پی انحلال روابط پیشین، بازسازی روابط جدید نیز بر حسب سبک دلبستگی فرد متفاوت است. اجتنابگرها با از بین رفتن یک رابطه کمتر از دوسوگراها مضطرب و پریشان می‌شوند گروه اخیر، به سرعت به برقراری روابط جدید اقدام می‌کنند (فینی و نولر^{۲۶}، ۱۹۹۰؛ به‌نقل از بشارت و همکاران، ۱۳۸۲).

پژوهش‌های اخیر نیز از رابطه بین سبک دلبستگی با کیفیت روابط بین‌شخصی و مشکلاتی که فرد در روابط بین‌شخصی تجربه می‌کند حمایت کرده‌اند (ونگ و اسکالیس^{۲۷}، ۲۰۱۰). سبک دلبستگی، پیوستگی زوجین^{۲۸} به یکدیگر و رضایت ارتباطی^{۲۹} بین آنها را تحت تأثیر قرار می‌دهد. افراد با دلبستگی ایمن، میزان بالاتر رضایت ارتباطی و همبستگی زوجی را در مقایسه با افراد نایمن دارند (اجسی و گنکوز^{۳۰}، ۲۰۱۱).

بنابر مقدمات ذکر شده به نظر می‌رسد سبک دلبستگی با کیفیت روابط بین‌شخصی و مشکلات آن رابطه دارد و یکی از موضوعات پژوهش حاضر نیز بررسی این رابطه است. اما آیا رابطه بین دلبستگی و مشکلات بین‌شخصی یک رابطه خطی ساده است یا تغییرهای دیگری ممکن است این رابطه را تحت تأثیر قرار دهند؟ یافته‌هایی که در ادامه ذکر خواهد شد، این فرض را تقویت می‌کند که ممکن است خودمهارگری^{۳۱} در ارتباط با تعامل این دو متغیر، نقش میانجی‌گری داشته باشد.

خودمهارگری، توانایی کنترل هیجان‌ها، رفتار و امیال به منظور دستیابی به بعضی پاداش‌ها یا اجتناب از بعضی پیامدها است (وهس و همکاران^{۳۲}، ۲۰۰۸). افرادی که خودمهارگری بالاتری دارند دستاوردهای بهتری در حیطه‌های مختلف به دست می‌آورند. خودمهارگری با مجموعه‌ای از دستاوردهای مثبت و مطلوب از جمله سازگاری مناسب (آسیب روانی کمتر و حرمت خود^{۳۳} بالاتر)، نمرات درسی بهتر، سوء مصرف الکل کمتر، مشکلات تغذیه‌ای کمتر، ارتباطات بین‌شخصی بهتر، داشتن دلبستگی ایمن و بروز پاسخ‌های هیجانی بهینه همبستگی دارد (تانگنی، بامیستر و بون، ۲۰۰۴).

نحوه تربیت والدین و اجتماعی کردن کودک یکی از عوامل اصلی تأثیرگذار در شکل‌گیری و تحول خودمهارگری است. ناکارآمد بودن آموزش و تربیت توسط والدین، باعث ایجاد خودمهارگری پایین در کودک می‌شود. عامل اصلی تعیین‌کننده در این که والدین در فرآیند اجتماعی کردن فرزند خود تا چه حد، تمایل و توان ایجاد خودمهارگری را در او داشته باشند، دلبستگی موجود بین آنها است (هیرشی^{۳۴}، ۲۰۰۲؛ به نقل از آلوارز-ریورا، ۲۰۰۶). نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد که دلبستگی ایمن با خودمهارگری بالا مرتبط است. مطالعه‌ای که توسط ملدرام و همکاران (۲۰۱۲) انجام شد نشان داد که دلبستگی و خودمهارگری در طول دوران کودکی به‌طور

متقابل بر هم اثر می‌گذارند. نتایج پژوهش میلر و همکاران (۲۰۰۹) نشان داد که دلبستگی به مادر به‌طور معناداری با خودمهارگری رابطه دارد. فرزندان که سطوح پایین‌تر دلبستگی به مادر و سطوح بالاتر طرد توسط مادر را تجربه می‌کنند، خودمهارگری پایین‌تری نشان می‌دهند (بویسورت و همکاران، ۲۰۱۲). در پژوهش تانگنی و همکاران (۲۰۰۴) نیز بین سبک دلبستگی ایمن و خودمهارگری رابطه مثبت معنادار، و بین هر دو سبک دلبستگی ناایمن (اجتنابی و دوسوگرا) با خودمهارگری رابطه منفی معنادار به‌دست آمد.

از سوی دیگر، خودمهارگری بالا بر کیفیت روابط بین‌شخصی مؤثر است. برای مثال، در پژوهشی که توسط وهس و همکاران (۲۰۱۱) در خصوص خودمهارگری روی سه گروه دوستان، شرکای عشقی و همسران انجام شد، مشخص شد که هرچه مجموع نمرات خودمهارگری دو طرف رابطه بالاتر بود، کیفیت ارتباطی بهتری در آنها پیش‌بینی می‌شد. آن‌ها در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که داشتن شریکی که خودمهارگری بالایی دارد، می‌تواند در موفقیت روابط بین‌شخصی بسیار کمک‌کننده باشد، زیرا این افراد می‌توانند از تکانه‌هایی که آنها را به مقابله به مثل در مورد رفتارهای منفی طرف مقابل فرا می‌خواند، جلوگیری کنند. از آن جایی که روابط بین‌شخصی ممکن است چالش برانگیز باشند، و معمولاً نیازمند تلاش‌هایی برای خودداری از تکانشی عمل کردن و به جای آن عمل کردن طبق استانداردهای جامعه است، تعجب‌آور نیست که افرادی که خودمهارگری بالایی دارند شرکایی قابل اعتماد در روابط بین‌شخصی هستند (رایتی و فینکنور، ۲۰۱۱).

با توجه به مطالبی که در خصوص رابطه بین دلبستگی و مشکلات بین‌شخصی، دلبستگی و خودمهارگری و همچنین خودمهارگری و کیفیت روابط بین‌شخصی مطرح شد، این سؤال مطرح می‌شود که آیا خودمهارگری می‌تواند در ارتباط با تعامل سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین‌شخصی نقش میانجی‌گری داشته باشد؟ به‌طور تجربی تأیید شده است که کیفیت روابط بین‌شخصی پیوند عمیقی با ابعاد روانشناختی و جسمانی رواندرستی دارد (سگرین و تیلور، ۲۰۰۷؛ به‌نقل از بشارت و همکاران، ۱۳۹۰). بنابراین، شناخت متغیرهای تعیین‌کننده و تأثیرگذار بر مشکلات بین‌شخصی به پیشگیری از این مشکلات و ارتقاء سطح بهداشت جامعه کمک خواهد کرد. در پژوهش‌های پیشین رابطه مستقیم متغیر سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین‌شخصی بررسی شده است ولی این که چه متغیر/متغیرهایی می‌توانند نقش میانجی‌گری در

ارتباط با تعامل این دو متغیر داشته باشند تا کنون مورد بررسی قرار نگرفته است. بر مبنای شواهد موجود، می‌توان این فرض را مطرح کرد که سبک‌های دلبستگی به واسطه خودمهارگری با مشکلات بین‌شخصی مرتبط می‌شوند. بر این اساس، فرضیه‌های پژوهش به این شرح مطرح می‌شوند: فرضیه اول: بین سبک دلبستگی ایمن و مشکلات بین‌شخصی در دانشجویان رابطه منفی وجود دارد. فرضیه دوم: بین سبک‌های دلبستگی ناایمن (اجتنابی و دوسوگرا) و مشکلات بین‌شخصی در دانشجویان رابطه مثبت وجود دارد. فرضیه سوم: بین خودمهارگری و مشکلات بین‌شخصی در دانشجویان رابطه منفی وجود دارد. فرضیه چهارم: بین سبک دلبستگی ایمن و خودمهارگری در دانشجویان رابطه مثبت وجود دارد. فرضیه پنجم: بین سبک‌های دلبستگی ناایمن (اجتنابی و دوسوگرا) و خودمهارگری در دانشجویان رابطه منفی وجود دارد. فرضیه ششم: خودمهارگری در ارتباط با سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین‌شخصی نقش میانجی‌گری دارد.

روش

جامعه آماری، نمونه و روش نمونه‌گیری: روش پژوهش از نوع همبستگی و جامعه آماری شامل تمام دانشجویان دختر و پسر کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکتری دانشکده‌های فنی، انسانی، علوم پایه و پزشکی دانشگاه‌های تهران، شهید بهشتی، علامه طباطبایی و صنعتی شریف بودند که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. پرسشنامه‌ها در کلاس‌ها، کتابخانه‌ها و فضاهای عمومی دانشکده‌ها اجرا شدند. شرایط شرکت در پژوهش عبارت بودند از داشتن اشتغال به تحصیل در دانشگاه‌های مذکور و داشتن سن زیر ۴۵ سال. بر اساس پژوهش‌های قبلی و با در نظر گرفتن نواقص احتمالی در فرایند تکمیل پرسشنامه‌ها، تعداد ۶۳۰ پرسشنامه بین افراد نمونه توزیع شد که از میان آنها با در نظر گرفتن شرایط تکمیل پرسشنامه شامل پاسخدهی به تمام مقیاس‌ها و استفاده نکردن از ترتیب خاص در پاسخدهی به سؤالات، ۵۵۳ پرسشنامه دارای شرایط استاندارد استخراج شد و مورد بررسی و تحلیل آماری قرار گرفت. پرسشنامه‌هایی که به دلیل ناقص بودن وارد تحلیل نشدند از نظر سن، جنس، رشته و سال تحصیلی تفاوت معناداری با پرسشنامه‌های کامل پر شده نداشتند. نمونه مورد بررسی در پژوهش حاضر با دامنه سنی بین ۱۸ تا ۴۵ سال، شامل ۲۷۶ دختر (۴۹/۹ درصد) و ۲۷۵ پسر (۴۹/۷ درصد)، با میانگین سنی

به ترتیب ۲۲ و ۲۳/۲ سال و انحراف استاندارد به ترتیب ۴/۱۸ و ۳/۴۰ بود. همچنین میانگین سنی کل ۲۲/۶ سال و انحراف استاندارد کل ۳/۸۶ به دست آمد. لازم به ذکر است که برای کنترل اثر ترتیب و خستگی، پرسشنامه‌ها به دو صورت متفاوت تنظیم و اجرا شدند. پس از جمع‌آوری اطلاعات، داده‌ها در برنامه spss-20 و lisrel-8.8 تحلیل شدند.

ابزار پژوهش: پرسشنامه‌های پژوهش به شرح زیر در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفت.

مقیاس دلبستگی بزرگسال (AAI): مقیاس دلبستگی بزرگسال، که با استفاده از مواد آزمون دلبستگی هازن و شیور (۱۹۸۷) ساخته و در مورد نمونه‌های دانشجویی و جمعیت عمومی ایرانی هنجاریابی شده است (بشارت، ۱۳۸۴، ۲۰۱۱)، یک آزمون ۱۵ سؤالی است و سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا را در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت (خیلی کم=۱، کم=۲، متوسط=۳، زیاد=۴، خیلی زیاد=۵) می‌سنجد. حداقل و حداکثر نمره آزمودنی در زیرمقیاس‌های آزمون به ترتیب ۵ و ۲۵ خواهد بود. ضرایب آلفای کرونباخ پرسش‌های زیرمقیاس‌های ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در مورد یک نمونه ($n=1480$ ؛ ۸۶۰ زن، ۶۲۰ مرد) برای کل آزمودنی‌ها به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۸۴، ۰/۸۵؛ برای زنان ۰/۸۶، ۰/۸۳، ۰/۸۴؛ و برای مردان ۰/۸۴، ۰/۸۵، ۰/۸۶ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی^{۳۵} خوب مقیاس دلبستگی بزرگسال است. ضرایب همبستگی بین نمره‌های یک نمونه ۳۰۰ نفری از آزمودنی‌ها در دو نوبت با فاصله چهار هفته برای سنجش پایایی بازآزمایی^{۳۶} محاسبه شد. این ضرایب در مورد سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا برای کل آزمودنی‌ها به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۸۳، ۰/۸۴؛ برای زنان ۰/۸۶، ۰/۸۲، ۰/۸۵ و برای مردان ۰/۸۸، ۰/۸۳ و ۰/۸۳ محاسبه شد که نشانه پایایی بازآزمایی رضایت‌بخش مقیاس است. روایی محتوایی^{۳۷} مقیاس دلبستگی بزرگسال با سنجش ضرایب همبستگی بین نمره‌های پانزده نفر از متخصصان روانشناسی مورد بررسی قرار گرفت. ضرایب توافق کندال برای سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۶۱ و ۰/۵۷ محاسبه شد. روایی همزمان^{۳۸} مقیاس دلبستگی بزرگسال از طریق اجرای همزمان مقیاس‌های "مشکلات بین شخصی" و "حرمت خود کوپر اسمیت" در مورد یک نمونه ۳۰۰ نفری از آزمودنی‌ها ارزیابی شد. نتایج ضرایب همبستگی پیرسون نشان داد که بین نمره آزمودنی‌ها در سبک دلبستگی ایمن و زیرمقیاس‌های مشکلات بین شخص همبستگی منفی معنادار (از $r = -0.61$ تا $r = -0.83$) و با زیرمقیاس‌های حرمت خود همبستگی مثبت معنادار (از $r = 0.39$ تا $r = 0.41$) وجود دارد. بین

نمره آزمودنی‌ها در سبک‌های دلبستگی ناایمن و زیرمقیاس‌های مشکلات بین شخص همبستگی مثبت معنادار (از $r = 0/26$ تا $r = 0/45$) و با زیرمقیاس‌های حرمت خود همبستگی منفی و اما غیرمعنادار به دست آمد. این نتایج نشان‌دهنده‌ی روایی کافی مقیاس دلبستگی بزرگسال است. نتایج تحلیل عوامل نیز با تعیین سه عامل سبک دلبستگی ایمن، سبک دلبستگی اجتنابی و سبک دلبستگی دوسوگرا، روایی سازه^{۳۹} مقیاس دلبستگی بزرگسال را مورد تأیید قرار داد (بشارت، ۱۳۸۴، ۲۰۱۱).

مقیاس مشکلات بین شخصی (IIP-60). مقیاس مشکلات بین شخصی^{۴۰} فرم کوتاه مقیاس ۱۲۷ گویه‌ای مشکلات بین شخصی (هرویتز، روزنبرگ، بایر، اورنو و ویلاسنور، ۱۹۸۸)، یک آزمون ۶۰ گویه‌ای است و مشکلات بین شخصی را در شش زمینه قاطعیت، مردم‌آمیزی، اطاعت‌پذیری، صمیمیت، مسئولیت‌پذیری و مهارگری در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از نمره ۰ تا ۴ (خیلی کم = ۰؛ کم = ۱؛ متوسط = ۲؛ زیاد = ۳؛ خیلی زیاد = ۴) می‌سنجد. این مقیاس از دو قسمت تشکیل شده است: در قسمت اول که به چهار زیرمقیاس اول مربوط می‌شود، گویه‌ها با عبارت «برایم دشوار است که ...» شروع می‌شوند. در قسمت دوم، گویه‌ها با عبارت «... را خیلی زیاد انجام می‌دهم.» پرسیده می‌شوند. علاوه بر شش زیرمقیاس فوق، میانگین کل آزمودنی در زمینه مشکلات بین شخصی نیز بر اساس نمره وی در مجموع ۶۰ گویه آزمون محاسبه می‌شود. در اعتباریابی فرم فارسی این مقیاس برای نمونه‌های دانشجویی (۱۵۹ دختر، ۱۱۲ پسر) و جمعیت عمومی (۴۹۰ زن، ۴۳۴ مرد)، ضرایب آلفای کرونباخ ماده‌های هر یک از زیرمقیاس‌ها از ۰/۸۶ تا ۰/۸۹ برای قاطعیت، از ۰/۹۰ تا ۰/۹۱ برای مردم‌آمیزی، از ۰/۸۴ تا ۰/۸۶ برای اطاعت‌پذیری، از ۰/۸۳ تا ۰/۸۷ برای صمیمیت، از ۰/۹۱ تا ۰/۹۳ برای مسئولیت‌پذیری، از ۰/۹۱ تا ۰/۹۲ برای مهارگری و از ۰/۹۳ تا ۰/۹۵ برای نمره کل مشکلات بین شخصی محاسبه شد که نشانه همسانی درونی بالای مقیاس است. ضرایب همبستگی بین نمره‌های دو نمونه ۱۱۲ و ۱۲۳ نفری در دو نوبت با فاصله دو تا شش هفته برای قاطعیت از ۰/۷۱ تا ۰/۸۰، برای مردم‌آمیزی از ۰/۶۵ تا ۰/۷۵، برای اطاعت‌پذیری از ۰/۷۶ تا ۰/۷۹، برای صمیمیت از ۰/۷۴ تا ۰/۷۵، برای مسئولیت‌پذیری از ۰/۷۷ تا ۰/۷۸، برای مهارگری از ۰/۷۰ تا ۰/۷۸ و برای مشکلات بین شخصی (نمره کل) از ۰/۸۱ تا ۰/۸۴ به دست آمد و در سطح $P < 0/001$ معنادار بودند. این

ضرایب نشانه پایایی بازآزمایی رضایت‌بخش فرم ۶۰ گویه‌ای مقیاس مشکلات بین شخصی هستند (بشارت، ۱۳۸۸؛ بشارت، محمد مهر، عزیزی و پوربهلول، ۱۳۹۱). به‌منظور بررسی روایی سازه مقیاس مشکلات بین شخصی، از تحلیل عاملی اکتشافی^{۴۱} با روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی^{۴۲} برای کل شرکت‌کنندگان در دو گروه استفاده شد. در تحلیل چرخش‌نیافته، بار عاملی اکثر گویه‌های مقیاس روی یک عامل کلی (مشکلات بین شخصی کلی) قرار گرفت. آزمون اسکری، که تعداد تقریبی عامل‌ها را پیشنهاد می‌کند، نشان داد که شش عامل قاطعیت، مردم‌آمیزی، اطاعت‌پذیری، صمیمیت، مسئولیت‌پذیری و مهارگری وجود دارند و ۵۹ درصد (در نمونه دانشجویی) تا ۶۳ درصد (در نمونه جمعیت عمومی) از واریانس کل را تبیین می‌کنند (بشارت، ۱۳۸۸؛ بشارت و همکاران، ۱۳۹۱). روایی همگرا^{۴۳} و تشخیصی (افتراقی)^{۴۴} مقیاس مشکلات بین شخصی از طریق اجرای همزمان مقیاس سلامت روانی، مقیاس درجه‌بندی حرمت خود و مقیاس هوش هیجانی در مورد آزمودنی‌های دو گروه محاسبه شد. نتایج ضرایب همبستگی پیرسون نشان داد که بین نمره آزمودنی‌ها در زیرمقیاس‌های مشکلات بین شخصی با بهزیستی روانشناختی، حرمت خود و هوش هیجانی همبستگی منفی معنادار و با درماندگی روانشناختی همبستگی مثبت معنادار وجود دارد. این نتایج، روایی همگرا و تشخیصی مقیاس مشکلات بین شخصی را تأیید می‌کنند (بشارت، ۱۳۸۸؛ بشارت و همکاران، ۱۳۹۱).

مقیاس رفتار شخصی (PBI). مقیاس رفتار شخصی^{۴۵} یک آزمون ۲۹ سؤالی است که به‌وسیله کولینز، مارتین، اشمور و روس (۱۹۷۳) برای سنجش ابعاد سبک‌های مهارگری ساخته شد. سؤال‌های این مقیاس چهار بُعد متمایز مهارگری شامل دیگرفرمان^{۴۶} (OD)، خودفرمان^{۴۷} (ID)، فاقد تکلف در رفتار^{۴۸} (LC) و پیش‌بینی‌پذیری رفتار^{۴۹} (Pr) را در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از نمره ۱ تا ۵ می‌سنجد. ویژگی‌های روانسنجی مقیاس رفتار شخصی در پژوهش‌های خارجی مورد تأیید قرار گرفته است (کولینز و همکاران، ۱۹۷۳). در فرم فارسی این مقیاس که در نمونه‌ای متشکل از پانصد و سی و دو دانشجوی دانشگاه تهران اجرا شد، ضرایب آلفای کرونباخ زیرمقیاس‌های دیگرفرمان، خودفرمان، فاقد تکلف در رفتار و پیش‌بینی‌پذیری رفتار به ترتیب ۰/۹۴، ۰/۹۰، ۰/۸۶ و ۰/۹۳ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی خوب مقیاس هستند.

نقش میانجی‌گری خودمهارگری در ارتباط با تعامل سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین‌شخصی

ضرایب همبستگی بین نمره‌های ۱۲۳ نفر از آزمودنی‌ها در دو نوبت با فاصله دو تا چهار هفته برای سنجش پایایی بازآزمایی محاسبه شد. این ضرایب برای زیرمقیاس‌های دیگرفرمان، خودفرمان، فاقد تکلف در رفتار و پیش‌بینی‌پذیری رفتار به ترتیب $r = 0/87$ ، $r = 0/81$ ، $r = 0/77$ و $r = 0/84$ در سطح $p < 0/001$ معنادار بودند که نشانه پایایی بازآزمایی رضایت‌بخش مقیاس است (بشارت، ۱۳۸۵). در پژوهش حاضر برای متغیر خودمهارگری از نمرات زیرمقیاس خودمهارگری درونی استفاده شد.

داده‌ها و یافته‌ها

میانگین و انحراف استاندارد نمره‌های متغیرهای پژوهش در جدول شماره (۱) نشان داده شده است.

جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد نمره‌های سبک‌های دلبستگی، مشکلات بین‌شخصی و خودمهارگری

کل دانشجویان		دانشجویان پسر		دانشجویان دختر		متغیر
انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	
۲/۹۳	۱۵/۱۰	۲/۹۴	۱۵/۳۲	۲/۹۱	۱۴/۸۹	ایمن
۳/۲۱	۱۲/۹۵	۳/۲۶	۱۳/۵۳	۳/۰۵	۱۲/۳۵	اجتنابی
۳/۳۰	۱۳/۳۹	۳/۱۹	۱۴/۰۶	۳/۲۹	۱۲/۷۴	دوسوگرا
۰/۶۴	۱/۳۷	۰/۶۳	۱/۴۲	۰/۶۴	۱/۳۳	مشکل قاطعیت
۰/۶۰	۱/۳۶	۰/۵۷	۱/۴۳	۰/۶۲	۱/۲۹	مشکل مردم‌آمیزی
۰/۷۱	۱/۷۶	۰/۶۴	۱/۷۹	۰/۷۸	۱/۷۴	مشکل اطاعت‌پذیری
۰/۶۲	۱	۰/۶۰	۱/۱۳	۰/۶۰	۰/۸۶	مشکل صمیمیت
۰/۶۰	۱/۹۴	۰/۵۹	۱/۹۳	۰/۶۱	۱/۹۵	مشکل مسئولیت‌پذیری
۰/۷۸	۱/۲۷	۰/۸۱	۱/۴۳	۰/۷۲	۱/۱۰	مشکل مهارگری
۰/۴۴	۱/۴۰	۰/۴۳	۱/۴۷	۰/۴۴	۱/۳۳	مشکلات بین‌شخصی (نمره کل)
۳/۵۱	۲۰/۹۶	۳/۷۶	۲۰/۶۵	۳/۲۲	۲۱/۲۶	خودمهارگری

ضرایب همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش در جدول شماره (۲) ارایه شده است. همان‌طور که در جدول شماره (۲) ملاحظه می‌شود دلبستگی ایمن با اکثر مشکلات بین‌شخصی و همچنین با نمره کل مشکلات بین‌شخصی رابطه منفی ($-0/18$) دارد که در سطح $p < 0/01$ معنادار است. دلبستگی اجتنابی با اکثر مشکلات بین‌شخصی همچنین با نمره کل مشکلات بین‌شخصی رابطه مثبت ($0/34$) دارد که در سطح $p < 0/01$ معنادار است. دلبستگی دوسوگرا نیز با همه مشکلات بین‌شخصی و همچنین نمره کل مشکلات بین‌شخصی رابطه مثبت ($-0/53$) دارد که در سطح $p < 0/01$ معنادار است. از سوی دیگر دلبستگی ایمن و دوسوگرا با خودمهارگری رابطه معنادار نداشتند اما دلبستگی اجتنابی با خودمهارگری رابطه منفی ($-0/12$) داشت که در سطح $p < 0/01$ معنادار است. همچنین نمره کل مشکلات بین‌شخصی با خودمهارگری رابطه منفی ($-0/26$) داشت که در سطح $p < 0/01$ معنادار است. این نتایج، فرضیه‌های اول، دوم، سوم و پنجم پژوهش را تأیید می‌کنند. فرضیه چهارم پژوهش تأیید نشد.

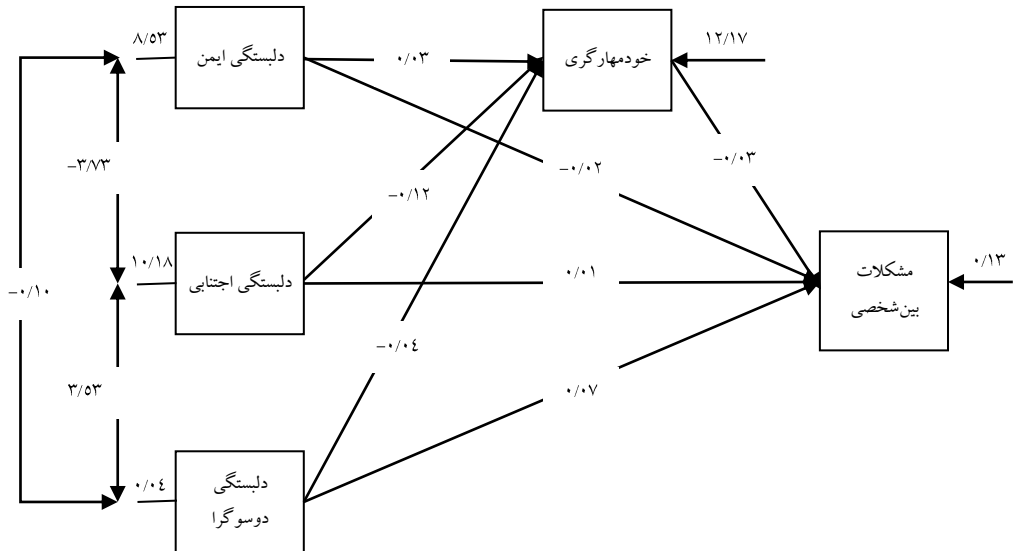
جدول ۲: ماتریس ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱. ایمن	۱									
۲. اجتنابی	$-0/40^{**}$	۱								
۳. دوسوگرا	$0/10$	$0/33^{**}$	۱							
۴. مشکل قاطعیت	$-0/44$	$0/16^{**}$	$0/41^{**}$	۱						
۵. مشکل مردم‌آمیزی	$-0/32^{**}$	$0/43^{**}$	$0/46^{**}$	$0/60^{**}$	۱					
۶. مشکل اطاعت‌پذیری	$-0/18^{**}$	$0/16^{**}$	$0/23^{**}$	$0/22^{**}$	$0/38^{**}$	۱				
۷. مشکل صمیمیت	$-0/16^{**}$	$0/40^{**}$	$0/25^{**}$	$0/38^{**}$	$0/50^{**}$	$0/31^{**}$	۱			
۸. مشکل مسئولیت‌پذیری	$-0/14^{**}$	$0/07$	$0/24^{**}$	$0/28^{**}$	$0/32^{**}$	$0/24^{**}$	$0/08^{**}$	۱		
۹. مشکل مهارگری	$0/10$	$0/05$	$0/28^{**}$	$0/19^{**}$	$0/18^{**}$	$0/26^{**}$	$0/32^{**}$	$0/13^{**}$	۱	
۱۰. نمره کل مشکلات بین‌شخصی	$-0/18^{**}$	$0/33^{**}$	$0/53^{**}$	$0/75^{**}$	$0/82^{**}$	$0/54^{**}$	$0/65^{**}$	$0/47^{**}$	$0/47^{**}$	۱
۱۱. خودمهارگری	$0/06$	$-0/12^{**}$	$-0/07$	$-0/25^{**}$	$-0/20^{**}$	$-0/02$	$-0/21^{**}$	$-0/001$	$-0/12^{**}$	$-0/26^{**}$

* $p < 0/05$ ** $p < 0/01$

به منظور بررسی نقش میانجی‌گری خودمهارگری در ارتباط با تعامل سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین‌شخصی از روش تحلیل مسیر استفاده شد (شکل ۱). وقتی خودمهارگری در تحلیل مسیر قرار گرفت، نتایج نشان داد که مدل میانجی‌گری برازش دارد. شکل شماره (۱)

ضرایب استاندارد مسیرها برای مدل فرضی نقش واسطه‌ای خودمهارگری در ارتباط با تعامل سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین‌شخصی را نشان می‌دهد.



شکل ۱: ضرایب استاندارد مسیرهای مستقیم برای مدل فرضی نقش میانجی‌گری خودمهارگری در ارتباط با سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین‌شخصی

همان‌طور که در شکل شماره (۱) ملاحظه می‌شود دلبستگی ایمن با ضریب مسیر ۰/۰۲ به میزان ۰/۰۴ درصد، دلبستگی اجتنابی با ضریب مسیر ۰/۰۱ به میزان ۰/۰۱ درصد، و دلبستگی دوسوگرا با ضریب مسیر ۰/۰۷ به میزان ۰/۴۹ درصد از واریانس مشکلات بین‌شخصی را تبیین می‌کنند. در سایر مسیرها، دلبستگی ایمن با ضریب مسیر ۰/۰۳ به میزان ۰/۰۹ درصد، دلبستگی اجتنابی با ضریب مسیر ۰/۱۲ به میزان ۱/۴۴ درصد و دلبستگی دوسوگرا با ضریب مسیر ۰/۰۴ با ضریب مسیر ۰/۱۶ درصد از واریانس خودمهارگری را تبیین می‌کنند. همچنین خودمهارگری با ضریب مسیر ۰/۰۳ به میزان ۰/۰۹ درصد از واریانس مشکلات بین‌شخصی را تبیین می‌کند. همه این ضرایب مستقیم به جز ضریب مستقیم مسیر دلبستگی ایمن و خودمهارگری، و ضریب مستقیم دلبستگی دوسوگرا و خودمهارگری در سطح $p < ۰/۰۵$ معنادار هستند.

جدول شماره (۳) شاخص‌های برازش مدل فرضی را نشان می‌دهند. همچنین شاخص‌های اقتصاد مدل χ^2/df و RMSEA حاکی از اقتصادی بودن مدل هستند. چنانچه مشاهده می‌شود شاخص‌های برازش مدل به ۱ رسیده‌اند که حاکی از برازش کامل مدل است. در مدل‌هایی که برازش خوبی دارند نسبت χ^2/df باید به عددی کوچکتر از ۲ برسد و در مدل‌هایی که با داده‌ها برازش کامل دارند، میزان χ^2 با درجه آزادی صفر، برابر با صفر است. در مدل حاضر نیز نسبت χ^2/df به صفر رسیده است و حاکی از برازش کامل مدل است. همچنین شاخص RMSEA در مدل‌های خوب باید کوچکتر از ۰/۰۵ باشد که در مدل حاضر به صفر رسیده است و نشانگر برازش کامل مدل است. ECV نیز نشان می‌دهد که اعتبار این مدل مطلوب است.

جدول ۳: شاخص‌های برازش مدل

ECV	CFI	AGFI	GFI	RMSEA	χ^2/df	p	df	χ^2
۱/۰۰	۱/۰۰	۱/۰۰	۱/۰۰	۰	۰	۱	۰	۰

بحث و نتیجه‌گیری

در پژوهش حاضر مشخص گردید که بین سبک دلبستگی ایمن و مشکلات بین‌شخصی رابطه منفی معنادار و بین سبک‌های دلبستگی ناایمن (اجتنابی و دوسوگرا) و مشکلات بین‌شخصی رابطه مثبت معنادار وجود دارد. این نتایج با یافته‌های پژوهش‌هایی که رابطه بین سبک‌های دلبستگی و روابط بین‌شخصی را بررسی کرده‌اند، همسویی دارند (اجسی و گنکوز، ۲۰۱۱؛ اسپرچر و فر، ۲۰۱۱؛ بشارت و همکاران، ۱۳۸۲؛ ساورد، چپمن و روگ، ۲۰۱۰؛ مارچند، ۲۰۰۴؛ وانگ و اسکاليس، ۲۰۱۰؛ هالت و هواردگلو، ۲۰۱۱). نتایج یافته‌های مربوط به فرضیه‌های اول و دوم پژوهش بر مبنای چند احتمال به این شرح تبیین می‌شوند:

تبیین اول را می‌توان از ویژگی‌های اساسی افراد با سبک دلبستگی ایمن و ناایمن در ارتباطات بین‌شخصی‌شان به دست داد. بر اساس نظر هازن و شیور (۱۹۹۴)، بزرگسالانی که دلبستگی ایمن دارند، تمایل دارند دیدگاه مثبتی از خودشان، شریکانشان و روابطشان داشته باشند؛ درحالی که کسانی که دلبستگی دوسوگرا دارند در جستجوی مراقبت بالا، صمیمیت،

پذیرش و پاسخگویی از جانب شریکانشان هستند و وابستگی بیش از حدی دارند. افراد با دلبستگی دوسوگرا کمتر می‌توانند به دیگران اعتماد کنند، دیدگاه‌های مثبت کمتری نسبت به خود و شریکانشان دارند و سطوح بالایی از ابراز هیجان، نگرانی و تکانشوری را در روابطشان نشان می‌دهند. افراد دارای سبک اجتنابی، سطوح بالای استقلال و ناوابستگی را مطلوب می‌دانند و روی هم رفته از برقراری روابط نزدیک اجتناب می‌کنند. آنها احساس می‌کنند که به خودشان اتکا دارند و از ارتباطات نزدیک بی‌نیاز هستند. آنها تمایل دارند احساسات خود را سرکوب کنند و با کنار گرفتن از شرکایی که به نظرشان بی‌ارزش هستند از طرد شدن خود جلوگیری کنند. به این دلایل، هنگامی که افراد دلبسته ناایمن در روابط بین‌شخصی قرار می‌گیرند، از شیوه‌های ناکارآمد بیشتری در تعاملات خود بهره می‌گیرند. افراد دلبسته دوسوگرا با وابستگی بیش از حد و برخوردهای تکانشی و افراد اجتنابی در مقابل با دوری‌گزینی از روابط عاطفی و استقلال بیش از حد به کیفیت روابط بین‌شخصی خود آسیب وارد می‌کنند.

تبیین دوم از قابلیت اعتماد به خود و دیگران توسط افراد با سبک‌های دلبستگی ایمن و ناایمن قابل برداشت است. اعتماد به خود و اعتماد به دیگران دو ویژگی اساسی افراد ایمن به‌شمار می‌رود (تیدول، ریس و شیور^{۵۰}، ۱۹۹۶؛ به‌نقل از بشارت و همکاران، ۱۳۸۲). اعتماد به خود به‌عنوان یکی از مبانی درون‌روانی فردی که دارای دلبستگی ایمن است، به فرد این توانایی را می‌دهد که در روابط بین‌شخصی با مهارت، اطمینان و آرامش بیشتری به تعامل بپردازد (بشارت و همکاران، ۱۳۸۲). افرادی که دلبستگی ایمن دارند مهارت‌های اجتماعی بهتری دارند که منجر به عملکرد مؤثر آنها در روابط موجود در خانه و محل کار می‌شود. برای مثال، توانایی رمزگشایی هیجان‌ها در آنها با بهبود رابطه ارتباط دارد (کارتون، کسلر و پپ^{۵۱}، ۱۹۹۹؛ به‌نقل از تاولر و استولماخر، ۲۰۱۳). اعتماد فرد ایمن به دیگران که جزء مکمل اعتماد به خود است نیز وی را در جلب کمک دیگران یاری می‌رساند (بشارت و همکاران، ۱۳۸۲). در واقع افراد دارای دلبستگی ایمن با اعتماد به خود و دیگران در ایجاد و حفظ روابط اجتماعی توانمندتر هستند. اما فقدان اعتماد به خود و دیگران، دو مشخصه افراد ناایمن است (گریفین و بارتولومئو، ۱۹۹۴؛ به‌نقل از بشارت و همکاران، ۱۳۸۲). فقدان اعتماد به خود، با آسیب به

بنیادهای درون روانی، توان رویارویی با موقعیت‌های استرس‌زا را کاهش می‌دهد و درماندگی روانشناختی را بر فرد نایمن تحمیل می‌کند. این پریشانی و درماندگی به احساس حقارت و اضطراب فرد دامن می‌زند و ناتوانی وی را در ایجاد روابط بین‌شخصی سالم افزایش می‌دهد (بشارت و همکاران، ۱۳۸۲). همچنین بی‌اعتمادی به دیگران قابلیت ایجاد ارتباط و تداوم آن را به‌شدت کاهش می‌دهد.

در تبیین سوم می‌توان به استفاده کمتر افراد دارای سبک دلبستگی نایمن از شیوه‌های صحیح حل مسئله هنگام برخورد با مسائل خود در جریان زندگی استناد کرد. این که یک فرد نسبت به موقعیت‌های تعارض برانگیز چه عکس‌العمل هیجانی یا رفتاری بروز دهد، به سبک دلبستگی او بستگی دارد (پیتروموناکو، گرینوود و فلدمن بارت^{۵۲}، ۲۰۰۴؛ به‌نقل از اجسی و گنکوز، ۲۰۱۱). افراد نایمن تمایل بیشتری به انجام رفتارهای مخرب در طول موقعیت‌های مشکل‌ساز دارند (سیمپسون، رولس و فیلیپس^{۵۳}، ۱۹۹۶؛ به‌نقل از اجسی و گنکوز، ۲۰۱۱). بنابراین، هنگام تعارض در روابط بین‌شخصی افراد نایمن به جای حل تعارضات بین‌شخصی با رفتارهای مخرب باعث آسیب رساندن به روابط خود می‌شوند. با توجه به این مطلب، داشتن دلبستگی نایمن، سبب می‌شود این افراد تجربیات روابط رومانیتیک خود را منفی‌تر ارزیابی می‌کنند (ساوردا و همکاران، ۲۰۱۰).

آزمون فرضیه سوم پژوهش نشان داد که بین خودمهارگری و مشکلات بین‌شخصی رابطه منفی وجود دارد. این یافته، با نتایج پژوهش‌هایی که رابطه بین این متغیرها و متغیرهای مشابه را مورد بررسی قرار داده‌اند مطابقت دارد (اسلاتر و فینکل، ۲۰۱۱؛ بامیستر، اشمیکل و وهس، ۲۰۰۷؛ بومن، کرون، گیسون و استانگر، ۲۰۱۲؛ پاین، هیگینز و بلکول، ۲۰۱۰؛ دنسون، پدرسن، فرایس، هام و روبرتس، ۲۰۱۱؛ رایتی و فینکنور، ۲۰۱۱؛ وهس، لاسالتا و فنیس، ۲۰۰۹؛ وهس و همکاران، ۲۰۱۱). اولین تبیینی که می‌تواند این یافته را توجیه کند این است که افرادی که خودمهارگری بالایی دارند، از طریق داشتن تسلط بیشتر بر تکانه‌ها، می‌توانند از ایجاد مشکلات بین‌شخصی جلوگیری کنند. خودمهارگری مستقیماً در تعاملات سازش‌یافته، مثل خودداری از پرخاشگری کلامی هنگام برانگیختگی، تأثیرگذار است. در حالی که خودمهارگری پایین،

می‌تواند منجر به طغیان عصبانیت و رفتار پرخاشگرانه شود (تانگنی و همکاران، ۲۰۰۴). مقاومت در مقابل تکانه‌های پرخوری، شرط بندی، خرج کردن تکانشی و یا ابراز پرخاشگری، با نتایج مثبتی از جمله داشتن سبک زندگی سالم‌تر، وضعیت مالی بهتر و روابط بین‌شخصی مطمئن‌تر مرتبط دانسته شده است (وهس و همکاران، ۲۰۰۹). خودمهارگری سبب می‌شود افراد در مقابل تکانه‌های پرخاشگرانه، مقاوم‌تر باشند (دوال، بامیستر، استیلمن و گیلیوت^{۵۴}، ۲۰۰۷، وهس و همکاران، ۲۰۱۱)، در حالی که شکست در خودمهارگری می‌تواند به معنی تسلیم شدن در مقابل تکانه‌ها و دست زدن به رفتارهایی برای روابط بین‌شخصی آسیب‌زا از جمله پرخاشگری، پرخوری، شرط‌بندی و خرج کردن تکانشی باشد (راون و وهس^{۵۵}، ۲۰۰۸؛ به نقل از وهس و همکاران، ۲۰۰۹). بنابراین، توانایی خودمهارگری به افراد این قدرت را می‌دهد تا در مواقعی که تکانه‌های مختلف، آنها را به سوی رفتارهای صدمه‌زننده به روابط بین‌شخصی سوق می‌دهند، با مهار این تکانه‌ها به روابط بین‌شخصی خود سود برسانند و از بسیاری از مشکلات بین‌شخصی که ناشی از ابراز هیجان‌های نامناسب، پرخاشگری نسبت به شریک رابطه و رفتارهای صدمه‌زننده به کیفیت روابط هستند، جلوگیری کنند.

این یافته همچنین از طریق مفهوم سازش^{۵۶} نیز قابل تبیین است. خودمهارگری بالا می‌تواند از طریق افزایش سازش در روابط بین‌شخصی، به کاهش مشکلات موجود در آن بیانجامد. راسبولت، ورت، ویتنی، اسلاویک و لیکوس^{۵۷} (۱۹۹۱)، سازش را این‌گونه تعریف کرده‌اند که فردی در مقابل تمایلش به این که رفتار مخرب طرف مقابل را با رفتاری مشابه پاسخ دهد، مقاومت کند (به نقل از وهس و همکاران، ۲۰۰۹). توانایی فرد در داشتن سازش در روابط بین‌شخصی، به میزان خودمهارگری او بستگی دارد. زمانی که توانایی خودمهارگری فرد کاهش یابد، پاسخ‌های سازش‌نا یافته بیشتری در مواجهه با مشکلات بین‌شخصی از خود بروز می‌دهد (فینکل و کمپبل، ۲۰۰۱). وهس و همکاران (۲۰۱۱) نیز بیان کرده‌اند که داشتن شریکی که خودمهارگری بالایی دارد، می‌تواند در موفقیت روابط بین‌شخصی بسیار کمک‌کننده باشد، زیرا این افراد می‌توانند از تکانه‌هایی که آنها را به مقابله به مثل در مورد رفتارهای منفی طرف مقابل فرا می‌خواند، جلوگیری کنند. بنابراین، خودمهارگری بالاتر، از طریق سازش بیشتر، به

کاهش مشکلات بین‌شخصی کمک می‌کند.

نتایج پژوهش نشان داد که بین سبک دلبستگی ناایمن اجتنابی و خودمهارگری رابطه منفی معنادار وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهش تانگنی و همکاران (۲۰۰۴) که رابطه سبک‌های دلبستگی با خودمهارگری را مورد سنجش قرار داده‌اند، همخوانی دارد. در تبیین این یافته می‌توان به تأثیری که دلبستگی نسبت به والدین در شکل‌گیری توانایی خودمهارگری در کودک دارد، و یکی از مولفه‌های مهم در نظریه کنترل اجتماعی^{۵۸} گاتفردسون و هیرشی^{۵۹} (۱۹۹۰) است، اشاره کرد. هیرشی (۲۰۰۲)، نحوه تربیت والدین و اجتماعی کردن کودک را یکی از عوامل اصلی تأثیرگذار در شکل‌گیری و تحول خودمهارگری می‌داند. ناکارآمد بودن آموزش و تربیت توسط والدین، باعث ایجاد خودمهارگری پایین در کودک می‌شود و عامل اصلی تعیین‌کننده در این که والدین در فرآیند اجتماعی کردن فرزند خود تا چه حد، تمایل و توان ایجاد خودمهارگری را در او داشته باشند، دلبستگی موجود بین آنها است. هرچقدر پیوند دلبستگی میان کودک و مراقبانش قوی‌تر باشد، همرنگی او با آنها بیشتر می‌شود و افکار و انتظارات آنها در نظرش مهم‌تر جلوه می‌کنند. چنین کودکی، هنگام دست زدن به اعمالی که نیازمند اعمال خودمهارگری است هم افکار و انتظارات والدین خود را در نظر می‌گیرد و هم به نتیجه عملش فکر می‌کند. در واقع، دلبستگی وسیله‌ای است که والدین را قادر می‌سازد خودمهارگری بالا را در فرآیند تربیت در فرزند خود ایجاد می‌کنند. زمانی که دلبستگی نسبت به والدین وجود نداشته باشد، کودک احساس دلبستگی به فرد دیگر هم نمی‌کند (به نقل از آلوارز-ریورا، ۲۰۰۶). طبق این دیدگاه، وجود دلبستگی ناایمن میان والدین و فرزندان، فرآیند شکل‌گیری خودمهارگری را که از طریق تربیت و اجتماعی شدن صورت می‌پذیرد مختل می‌سازد.

در تبیین دیگر می‌توان از تأثیری که مراقبان اولیه افراد دارای دلبستگی ناایمن، با نحوه مراقبتشان در مستعد کردن این افراد برای ضعف در خودمهارگری می‌گذارند، استفاده کرد. مراقبان افرادی که دلبستگی ناایمن (اجتنابی-اضطرابی) دارند، طی تعاملی که با کودک در فرایند تربیت وی برقرار می‌کنند، بر شکل‌گیری شخصیت کودک تأثیر می‌گذارند و از او

فردی می‌سازند که کنترل کمی بر تکانه‌هایش دارد و خودمهارگری کمی از خود نشان می‌دهد. بی‌ثباتی و ناسازگاری که در نحوه تعامل و تربیت این مراقبان وجود دارد سبب می‌شود آنها اضطراب را سخت‌تر تحمل کنند، نسبت به ترس آسیب‌پذیرتر باشند و بیشتر از کودکان دارای دلبستگی ایمن مستعد لذت‌جویی باشند. بنابراین، این کودکان به بزرگسالانی تبدیل می‌شوند که با احتمال بیشتری به دنبال لذت آنی هستند، در مقابل احساسات آزاردهنده تحمل کمتری دارند، و برای نتایج اعمالشان اهمیت زیادی قائل نیستند (چن، ۲۰۰۲).

کسانی که دلبستگی ناایمن دارند، دارای یک دیدگاه منفی درباره خود، دیگران و جهان پیرامون خود هستند. این افراد به‌خاطر مدل‌های فعالیت درونی‌شان، در اسنادهای خصمانه سوگیری بیشتری دارند؛ یعنی رفتارهای اطرافیان خود را بیشتر به‌صورت مغرضانه، عامدانه و آسیب‌رسان تحلیل می‌کنند. انتظارات منفی آنها از دیگران، از باورهای بنیادین مبنی بر این که دیگران خارج از دسترس هستند و نسبت به نیازهای آنها غیر حساس و بی‌تفاوتند ناشی می‌شود (میکولینسر و اورباخ^۶، ۱۹۹۵؛ به‌نقل از میکولینسر، ۱۹۹۸). افراد ناایمن به‌خاطر باورهای منفی که درباره خود دارند، ارزش و فایده‌ای در تلاش برای مهار تکانه‌های خود نمی‌یابند. از طرف دیگر، دیدگاه منفی آنها نسبت به دیگران و جهان سبب می‌شوند خوش‌نیتی طرف مقابل را هم باور نداشته باشند و با اسنادهای خصمانه بیشتر، احتمال تسلیم شدن در برابر تکانه‌های پرخاشگرانه خود را بالا ببرند (شیور و هازن، ۱۹۹۳؛ به‌نقل از میکولینسر، ۱۹۹۸). بنابراین، افراد دارای دلبستگی ناایمن، اولاً با داشتن باور منفی نسبت به خود، هم انگیزه کمتری برای اعمال خودمهارگری دارند، و هم در موفق بودن خود و ارزش تلاش‌هایشان در این مسیر مرددند. به‌علاوه دیدگاه منفی آنها نسبت به دیگران، از طرفی آنها را نسبت به اسنادهای خصمانه آسیب‌پذیر می‌کند، و از طرف دیگر انگیزه بین‌شخصی آنها را برای تلاش در مهار تکانه‌ها و اعمال خودمهارگری از بین می‌برد.

از سوی دیگر، با توجه به این که اعمال خودمهارگری نیازمند به‌کارگیری منابع شناختی است، می‌توان این‌گونه نیز تبیین کرد که افراد دارای دلبستگی ناایمن، منابع شناختی کافی جهت اعمال خودمهارگری در دسترس ندارند. زیرا باورهای زیربنایی اولیه آنها درباره منفی

بودن خودشان و جهان، سبب می‌شود آنها دائماً منابع شناختی‌شان را صرف یافتن نشانه‌هایی مبنی بر بدذاتی دیگران (افراد دارای دلبستگی اجتنابی) و یا سرنوشت بد خودشان (افراد دارای دلبستگی دوسوگرا) کنند (میکولینسر، ۱۹۹۸). بنابراین، منابع کافی برای اعمال خودمهارگری برای آنها باقی نمی‌ماند.

نتایج پژوهش نشان داد که خودمهارگری در ارتباط با تعامل سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین‌شخصی نقش میانجی‌گری دارند. در تبیین این یافته پژوهش که اثر غیر مستقیم دلبستگی بر روابط بین‌شخصی را به واسطه خودمهارگری تأیید کرد می‌توان گفت که افراد دارای دلبستگی ایمن، که دیدگاهی مثبت درباره خود و جهان دارند، اولاً سوگیری اسناد خصمانه کمتری دارند، که به‌نحوی تکانه‌های پرخاشگرانه را کاهش می‌دهد، و ثانیاً با داشتن دیدگاهی مثبت نسبت به خود، درباره کارآمدی خود برای مقابله با تکانه‌ها و اعمال خودمهارگری مطمئن هستند. بنابراین، با احتمال بیشتری خودمهارگری بالاتری را در مقابل تکانه‌های گوناگون از خود نشان می‌دهند (میکولینسر، ۱۹۹۸). به‌علاوه، افراد دارای دلبستگی ایمن، در به تأخیر انداختن لذت بهتر عمل می‌کنند. همین امر آنها را به افرادی که توانایی خودمهارگری بالاتری در مقابل تکانه‌ها دارند تبدیل می‌سازد (چن، ۲۰۰۲). از طرف دیگر، طبق نظریه گانفرسون و هیرشی (۱۹۹۰) وجود دلبستگی قوی بین والد و کودک، از طریق تأثیری که در شیوه والدگری آنها می‌گذارد، منجر به شکل‌گیری خودمهارگری در کودک می‌شود. در واقع اگر بین والد و کودک، پیوند دلبستگی قوی وجود داشته باشد، انضباط، نظارت و تربیت مؤثر توسط آنها تسهیل می‌شود (به‌نقل از ملدرام و همکاران، ۲۰۱۲). دلبستگی، در توانایی و علاقه والدین برای والدگری مؤثر^۶، نقش بسیاری دارد (گالت-شرمن، ۲۰۱۲) و رشد توانایی خودمهارگری نیز، در تلاش‌های والدگری در طول دوران نوباوگی ریشه دارد (ملدرام و همکاران، ۲۰۱۲). به‌علاوه، وجود دلبستگی عمیق بین والد و کودک، از طریق فرآیند مطابقت و هم‌رنگی با معیارهای والدین، به شکل‌گیری خودمهارگری بالاتر در کودک کمک می‌کند. زمانی که کودک نسبت به والدین یا همسالانی که خودمهارگری بالایی دارند دلبستگی داشته باشد، احتمال هم‌رنگی او با آنها و سرمشق‌گیری از رفتارهای آنها، و نهایتاً

ایجاد خودمهارگری بالا در خود او نیز به مراتب بیشتر می‌شود (الیوت، هیزینگ و آگتون^{۶۲}، ۱۹۸۵؛ به نقل از لانگشور، چنگ و مسینا، ۲۰۰۵). بنابراین، دلبستگی در شکل‌گیری خودمهارگری در افراد نقش اساسی دارد. خودمهارگری بالا نیز با مکانیسم‌های گوناگونی که ذکر شد (مهار کردن تکانه‌های آسیب‌زننده به رابطه، مانند پرخاشگری، افزایش سازش، ایجاد اعتماد و تعهد، ارتقاء توانایی مهارگری طرف مقابل در طول زمان و افزایش وفاداری) به کاهش مشکلات بین‌شخصی و افزایش کیفیت روابط کمک می‌کند. به این ترتیب، دلبستگی به‌طور مستقیم بر میزان خودمهارگری افراد تأثیر می‌گذارد، و توانایی اعمال خودمهارگری نیز با افزودن کیفیت روابط بین‌شخصی، مشکلات بین‌شخصی را کاهش می‌دهد.

پژوهش حاضر دارای دو دسته پیامدهای نظری و عملی است که به‌طور مجزا به آنها پرداخته می‌شود. یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که خودمهارگری در ارتباط با تعامل سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین‌شخصی نقش میانجی‌گری دارد. در سطح نظری، یافته‌های این پژوهش موجبات افزایش دانش نسبت به عوامل مرتبط با پیدایش و تداوم مشکلات بین‌شخصی را فراهم می‌کند. نتیجه این پژوهش تأییدی بر نقش تعاملی و پیچیده عوامل مختلف روانشناختی در پدیدایی آسیب در حوزه روابط بین‌شخصی است. پژوهش حاضر با بررسی روابط مجموعه‌ای از متغیرها، گامی مؤثر در جهت شکل دادن مدل‌های پیش‌بینی‌کننده برای مشکلات بین‌شخصی برداشته است که می‌تواند به انسجام نظری بیشتری در این حوزه بینجامد. در سطح عملی، روابط متغیرهای سبک‌های دلبستگی، خودمهارگری و مشکلات بین‌شخصی ضرورت آموزش والدین مخصوصاً مادران برای نحوه پاسخگویی بهینه به نوزاد جهت شکل‌دهی دلبستگی ایمن و همچنین آموزش شیوه‌های تربیتی مناسب برای ایجاد و ارتقا مهارت خودمهارگری در فرزندان، همچنین بهبود این مهارت در بزرگسالان را برجسته می‌سازد. در واقع در جمعیت عمومی با آموزش این مهارت‌ها در چهارچوب طرح‌هایی همچون مهارت‌های زندگی می‌توان از ایجاد مشکلات بین‌شخصی جلوگیری کرد و سلامت و رواندوستی روانی افراد را ارتقا داد. همچنین در جمعیت بالینی، با توجه به نقش سبک‌های دلبستگی و خودمهارگری در بسیاری از مشکلات بین‌شخصی، گنجاندن آموزش مهارت‌های تغییر سبک

دلبستگی و افزایش خودمهارگری در محتوای درمان، می‌تواند منجر به افزایش اثربخشی و کارایی درمان و بهبود مشکلات بین‌شخصی مراجعان شود.

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر این است که روی نمونه‌ای از دانشجویان انجام شده است و باید در تعمیم نتایج به سایر گروه‌ها احتیاط لازم صورت گیرد. از سوی دیگر، این پژوهش از نوع همبستگی است و این امر برقراری اسنادهای علت‌شناختی بین متغیرهای پژوهش را ناممکن می‌سازد و لزوم تکرار پژوهش‌های بیشتری در این حوزه و نیز انجام پژوهش‌های مداخله‌محور را برای تأیید روابط به‌دست آمده، ضروری می‌سازد. همچنین روش نمونه‌گیری اجرا شده در پژوهش حاضر، نمونه‌گیری به شیوه در دسترس بود که به دلیل نیاز به تعداد نمونه بالا و محدودیت‌های دانشجویی در زمینه جلب همکاری تعداد زیادی از دانشکده‌ها برای انجام نمونه‌گیری تصادفی، صورت گرفت و از محدودیت‌های این پژوهش به‌شمار می‌رود. محدودیت دیگر این پژوهش روش خودگزارش‌دهی و گذشته‌نگر آن است. به این معنا که پاسخ‌ها ممکن است تحت تأثیر خلق و روابط اخیر افراد باشد و منعکس‌کننده وضعیت معمول و همیشگی آنها نباشد.

پی‌نوشت‌ها:

- | | |
|-----------------------------|----------------------|
| 1- affect regulation | 2- attachment theory |
| 3- attachment figure | 4- strange situation |
| 5- attachment styles | 6- secure |
| 7- avoidant | 8- ambivalent |
| 9- Thompson, R.A. | 10- Berlin, L.J. |
| 11- internal working models | 12- Bertherton, I. |
| 13- Cassidy, J. | 14- Keller, A.E. |
| 15- interpersonal problems | 16- Leary, T. |
| 17- Horowitz, L.M. | 18- Horney, K. |
| 19- Sullivan, H.S. | 20- assertiveness |
| 21- sociability | 22- submissiveness |
| 23- intimacy | 24- responsibility |
| 25- controlling | 26- Noller, P. |
| 27- Scalise, D.A. | 28- dyadic cohesion |

نقش میانجی‌گری خودمهارگری در ارتباط با تعامل سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین شخصی

- | | |
|-------------------------------------|---|
| 29- relationship satisfaction | 30- Egeci, I., & Gencoz, T. |
| 31- self-control | 32- Vohs, K.D. |
| 33- Self esteem | 34- Hirschi, T. |
| 35- internal consistency | 36- test-retest reliability |
| 37- content validity | 38- concurrent validity |
| 39- construct validity | 40- Inventory of Interpersonal Problems |
| 41- exploratory factor analysis | 42- principal components analysis |
| 43- convergent | 44- discriminant |
| 45- The Personal Behavior Inventory | 46- Other-Directed |
| 47- Inner-Directed | 48- Lake of Constraints on Behavior |
| 49- Predictability of Behavior | 50- Shaver, P. |
| 51- Pape, C.L. | 52- Feldman Barrett, L. |
| 53- Phillips, D. | 54- Gailliot, M.T. |
| 55- Vohs, K.D. | 56- accommodation |
| 57- Lipkus, I. | 58- social control theory |
| 59- Hirschi, T. | 60- Orbach, I. |
| 61- effective parenting | 62- Ageton, S.S. |

منابع و مآخذ فارسی

- بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۴). *هنجاریابی مقیاس دلبستگی بزرگسال*. گزارش پژوهشی. دانشگاه تهران.
- بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۵). *بررسی ویژگی‌های روانسنجی مقیاس رفتار شخصی*. گزارش پژوهشی. دانشگاه تهران.
- بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۷). *بررسی پایایی و اعتبار مقیاس مشکلات بین شخصی (IIP-127)*. *دانشور رفتار*، ۲۸، ۲۰-۱۳.
- بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۸). *بررسی پایایی، روایی و تحلیل عاملی فرم ۶۰ سؤالی مقیاس مشکلات بین شخصی در جمعیت ایرانی*. *روانشناسی معاصر*، ۸، ۳۶-۲۵.
- بشارت، محمدعلی. (۱۳۹۱). *مبانی درمانی نظریه دلبستگی*. *رویش روانشناسی*، ۱، ۳۸-۱۵.
- بشارت، م.ع.، محمد مهر، ر.، عزیزی، ل.، و پوربهلول، س. (۱۳۹۱). *بررسی ویژگی‌های روانسنجی فرم ۶۰ سؤالی مقیاس مشکلات بین شخصی*. *مجله دانشکده پرستاری و*

مامایی، ۱۷۶، ۱۹-۱۰.

بشارت، م. ع.، خدابخش، م. ر.، فراهانی، ح. ا.، و رضازاده، م. ر. (۱۳۹۰). نقش واسطه‌ای خودشیفتگی در رابطه بین همدلی و کیفیت روابط بین شخصی. *فصلنامه روانشناسی کاربردی*، ۱۷، ۲۳-۷.

بشارت، م. ع.، شالچی، ب. (۱۳۸۶). سبک‌های دلبستگی و مقابله با تنیدگی. *فصلنامه روانشناسان ایرانی*، ۱۱، ۲۳۵-۲۲۵.

بشارت، م. ع.، فرهادی، م. و گیلانی، ب. (۱۳۸۵). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و احساس غربت. *فصلنامه علمی-پژوهشی روانشناسی دانشگاه تبریز*، ۲، ۴۷-۲۳.

بشارت، م. ع.، گلی‌نژاد، م.، احمدی، ع. الف. (۱۳۸۲). بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین شخصی. *اندیشه و رفتار*، ۸۱، ۷۴-۸۱.

منابع و مآخذ خارجی:

- Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: a psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Alvarez-Rivera, L.L. (2006). *Effects of Parental Attachment on Self-control: A Look at Attachments Among Puerto Rican High School Students*. Doctoral dissertation, University of Florida.
- Baumeister, R.F., Schmeichel, B.J., & Vohs, K.D. (2007). Self-regulation and the executive function: The self as controlling agent. In A. W. Kruglanski & E.T. Higgins (Eds.), *Social psychology: Handbook of basic principles (2nd Edition)* (pp. 516-539). New York: Guilford.
- Besharat, M.A. (2011). Development and validation of Adult Attachment Inventory. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 475-479.
- Boisvert, D., Vaske, J., Taylor, J., & Wright, J.P. (2012). The effects of differential parenting on sibling differences in self-control and delinquency among brother-sister pairs. *Criminal Justice Review*, 37, 5-23.
- Boman, J.H., Krohn, M.D., Gibson, C.L., & Stogner, J.M. (2012). Investigating friendship quality: An exploration of self-control and social control theories' friendship hypotheses. *Journal of Youth and Adolescence*, 41, 1526-1540.

- Brown, A.M., Whiteside, S.P. (2008). Relations among perceived parental rearing behaviors, attachment style, and worry in anxious children. *Anxiety disorders*, 22, 263-272.
- Chen, L. (2002). Personality traits of individuals with different adult attachment styles and its implications. Unpublished manuscript. Hunter College. New York.
- Collins, B.E., Martin, J.C., Ashmore, R.D., & Ross, L. (1973). Somatic dimensions of internal-external metaphor in theories of personality. *Journal of Personality*, 41, 472-492.
- Crowley, K.A. (2006). The relationship of adult attachment style and attractive in conflict styles to marital satisfaction. Ph.D. Dissertation. Texas A & M University.
- Denson, T.F., Pedersen, W.C., Friese, M., Hahm, A., & Roberts, L. (2011). Understanding impulsive aggression: Angry rumination and reduced self-control capacity are mechanisms underlying the provocation-aggression relationship. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37, 850-862.
- DeWall, C.N., Baumeister, R.F., Stillman, T.F., & Gailliot, M.T. (2007). Violence restrained: Effects of self-regulation and its depletion on aggression. *Journal of Experimental Social Psychology*, 43, 62-76.
- Egeci, I., & Gencoz, T. (2011). The Effects of Attachment Styles, Problem-Solving Skills, and Communication Skills on Relationship Satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 2324-2329.
- Finkel, E. J. & Campbell, W. K. (2001). Self-control and accommodation in close relationships: An interdependence analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 263-77.
- Gault-Sherman, M. (2012). It's a two-way street: The bidirectional relationship between parenting and delinquency. *Journal of youth and adolescence*, 41, 121-145.
- Halat, M.I., & Hovardaoğlu, S. (2011). The relationship between forms and durations of relationships and attachment styles of couples. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 2567-2574.
- Hazan, C., & Shaver, P.R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Hazan, C., & Shaver, P.R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5, 1-22.
- Horowitz, L.M., Rosenberg, S.E., Baer, B.A., Ureno, G., & Villasenor, V.S. (1988). Inventory of Interpersonal Problems: psychometric properties and clinical applications. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 885-892.
- Longshore, D., Chang, E., & Messina, N. (2005). Self-control and social bonds: A

- combined control perspective on juvenile offending. *Journal of Quantitative Criminology*, 21, 419-437.
- Marchand, J.F. (2004). Husbands' and wives' marital quality: The role of adult attachment orientations, depressive symptoms, and conflict resolution behaviors. *Attachment & Human Development*, 6, 99-112.
- Meldrum, R.C., Young, J.T., Hay, C., & Flexon, J.L. (2012). Does self-control influence maternal attachment? A reciprocal effects analysis from early childhood through middle adolescence. *Journal of Quantitative Criminology*, 28, 673-699.
- Mikulincer, M. (1998). Attachment working models and the sense of trust: An exploration of interaction goals and affect regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1209-1224.
- Miller, H.V., Jennings, W.G., Alvarez-Rivera, L.L., & Lanza-Kaduce, L. (2009). Self-control, attachment and deviance among Hispanic adolescents. *Journal of Criminal Justice*, 37, 77-84.
- Payne, B.K., Higgins, G.E., & Blackwell, B. (2010). Exploring the link between self-control and partner violence: Bad parenting or general criminals. *Journal of Criminal Justice*, 38 (5), 1015-1021.
- Righetti, F., & Finkenauer, C. (2011). If you are able to control yourself, I will trust you: The role of perceived self-control in interpersonal trust. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100, 874.
- Saavedra, M.C., Chapman, K.E., & Rogge, R.D. (2010). Clarifying links between attachment and relationship quality: hostile conflict and mindfulness as moderators. *Journal of family psychology: JFP: journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association (Division 43)*, 24, 380.
- Slotter, E.B., & Finkel, E.J. (2011). I³ theory: Instigating, impelling, and inhibiting factors in aggression. In P.R., Shaver & M. Mikulincer (Eds.), *Human aggression and violence: Causes, manifestations, and consequences* (pp. 35-52). Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Sprecher, S., & Fehr, B. (2011). Dispositional attachment and relationship-specific attachment as predictors of compassionate love for a partner. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28, 558-574.
- Tangney, J.P., Baumeister, F.R., & Boone, A.L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72, 271-324.
- Towler, A.J., & Stuhlmacher, A.F. (2013). Attachment Styles, Relationship Satisfaction, and Well-Being in Working Women. *The Journal of Social*

Psychology, 153, 279-298.

- Vohs, D.V., Baumeister, F.R., Schmeichel, B.J., Jean, M.T., Noelle, M.N., & Dianne, M.T. (2008). Making choices impairs subsequent self-control: a limited-resource account of decision making, self-regulation, and active initiative. *Personality processes and Individual Differences*. 883-898.
- Vohs, K.D., Finkenauer, C., Baumeister, R.F. (2011). The sum of friends and lovers self-control score predicts relationship quality. *Social Psychological and Personality Science*, 2, 138-145.
- Vohs, K.D., Lasaleta, J.D., & Fennis, B. (2009). Self-regulation in the interpersonal sphere. *Psychology of Self-Regulation*, 289-302.
- Wang, C.C.D., & Scalise, D.A. (2010). Adult Attachment, Culturally Adjusted Attachment, and Interpersonal Difficulties of Taiwanese Adults. *The Counseling Psychologist*, 38, 6-31.