

تعیین رابطه سبک‌های دلبستگی با میزان رضایت از زندگی: نقش واسطه‌ای رضایتمندی از نیازهای بنیادی روانی
آتنا حیدری^۱، نیما قربانی^۲، رضا پورحسین^۳

The Relationship Between Attachment Style and Life Satisfaction: The Mediating Role of Basic Psychological Needs Satisfaction

Atena Heidari¹, Nima Ghorbani², Reza Pourhosein³

چکیده

زمینه: نظریه خودمختاری رویکردی در ارتباط با انگیزه‌های بشریت، رشد روانی و سلامت ذهنی است که بر اهمیت منابع درونی تکاملی برای تحول شخصیت و خودتنظیمی رفتاری تأکید می‌کند. بنابراین حیطه پژوهش‌های این نظریه، میل ذاتی شکوفایی نیازهای بنیادی روانی است که پایه و اساس خودانگیختگی و یکپارچگی شخصیت است. **هدف:** هدف از انجام پژوهش حاضر بررسی نقش واسطه‌ای ارضای نیازهای بنیادی روانی در رابطه بین انواع دلبستگی و میزان رضایت از زندگی است. **روش:** ۲۵۱ نفر از دانشجویان در این پژوهش شرکت کردند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های سبک‌های دلبستگی بزرگسالان هازان و شاور (۱۹۷۸)، پرسشنامه رضایت از نیازهای بنیادی روانی دسی و رایان (۲۰۰۰) و پرسشنامه رضایت از زندگی ادینر و همکاران (۱۹۹۳) استفاده شد. **یافته‌ها:** نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که ارضای نیازهای بنیادین (نیاز به شایستگی و ارتباط) در پیش‌بینی رضایت از زندگی توسط دلبستگی ایمن نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند؛ **نتیجه‌گیری:** بنابر این یافته‌ها می‌توان گفت دلبستگی ایمن زمانی که با نیازهای بنیادین همراه شود، رضایت از زندگی را پیش‌بینی می‌کند. همچنین دلبستگی اجتنابی و دلبستگی دوسوگرا از طریق ارضا و عدم ارضای نیازهای بنیادین، رضایت از زندگی را پیش‌بینی می‌کند. **واژه کلیدی‌ها:** دلبستگی، رضایت از زندگی، نظریه خودمختاری، نیازهای بنیادی روانی

Background: SDT is an approach to human motivation and personality that highlight the importance of human evolved inner resources for personality development and behavioral self-regulation. Thus, its arena is the investigation of people's inherent growth tendencies and innate psychological needs that are the basis for their self-motivation and personality. **Aims:** The aim of present study was to explore the mediating role of basic psychological needs between attachment style and life satisfaction. **Method:** 251 undergraduates from the universities participated. Participants provided self-report on Attachment Style Inventory of Hazan and Shaver (1978), Basic Psychological Needs Satisfaction of Deci and Ryan (2000) and Satisfaction with Life Questionnaire with Ed Diener et, al (1993). **Results:** of hierarchical regression analyses confirm that basic psychological needs satisfaction had a full mediation effect between attachment style and life satisfaction. **Conclusions:** So according to these findings, secure attachment predicts life satisfaction when faced with basic needs. Also, avoiding attachment and ambivalent attachment predict satisfaction with life through satisfaction and lack of satisfaction of needs. **Key words:** Attachment, Basic psychological needs, Life satisfaction, Self-Determination theory

Corresponding Author: nghorbani@ut.ac.ir

^۱ کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

^۱ M A in General Psychology, University of Tehran, Tehran, Iran

^۲ استاد، گروه روانشناسی دانشگاه تهران، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

^۲ Professor, Department of Psychology, University of Tehran, Tehran, Iran (Corresponding Author)

^۳ استاد، گروه روانشناسی دانشگاه تهران، تهران، ایران

^۳ Professor, Department of Educational Psychology & Counseling, University of Tehran, Tehran, Iran

مقدمه

نظریه دلبستگی به روابط اولیه‌ای اشاره دارد که بین مراقبان و کودک شکل می‌گیرد و به‌عنوان طرح‌واره‌هایی کلی درباره روابط با افراد مهم زندگی ضرورت دارد. دلبستگی بر انتظارات فرد اثرگذار است؛ اینکه جهان چگونه کار می‌کند و مردم چگونه رفتار می‌کنند و تعامل دارند (بلولاک، فرانتر، ماچل و استرومن، ۲۰۱۵). تأکید بر شیوه‌های فراگیر دلبستگی به‌عنوان یک سازه بین فردی از دوره بالبی مطرح شده که معتقد بود تجارب اولیه فرد با والدین یا نوع رابطه هیجانی فرد با والدین خود در دوران کودکی می‌تواند روابط فرد در بزرگسالی را تحت تأثیر قرار دهد. به نظر وی اکثر مشکلات دوران کودکی و بزرگسالی منتج از تجربیات واقعی دوران کودکی است (حاتمی و امیدبیگی، ۱۳۹۴). بر اساس این نظریه، تعامل‌های مکرر بین کودک و مراقب به الگوی پایدار پاسخ به استرس، دریافت حمایت‌های اجتماعی، آسیب‌پذیری در برابر بیماری و سازگاری با بیماری منتهی می‌شود. طبق نظریه بالبی افراد تجربه‌های اولیه خود با مراقبین را درون‌سازی کرده و سازه‌های شناختی پایداری از روابط را شکل می‌دهند (غفاری‌مقدم و دهقانی، ۱۳۹۷).

نظریه دلبستگی بیان می‌کند که الگوهای متفاوت شناخت، عاطفه و رفتار در پاسخ به حساسیت، در دسترس بودن و پاسخ‌دهی^۱ مراقبان شکل می‌گیرد. همچنان که کودکان بزرگ می‌شوند، تجربه مراقبت و حمایت به‌وسیله مراقبان منجر به شکل‌گیری (یا عدم شکل‌گیری) احساس امنیت و رفتارهای درخواست حمایت^۲ در فرد می‌شود که در موقعیت‌های دشوار از فرد حمایت می‌کند و کنکاش در جهان اجتماعی را برای فرد تسهیل می‌کند. این سیستم شناخت، عاطفه و رفتار در مدل درونکاری از خود به‌عنوان ارزشمند بودن و دوست‌داشتنی بودن و دیگران به‌عنوان قابل‌اطمینان و قابل‌پیش‌بینی بودن منعکس می‌شود (کار، کالورست، کویل و ایوت، ۲۰۱۳). درحالی‌که عدم حساسیت و نامطمئن بودن مراقبان منجر به بی‌ارزش پنداشتن خود و نامطمئن دانستن دیگران خواهد شد (آزیک، دورکیک و زیکیک، ۲۰۱۵).

مطالعات بسیار زیادی تاکنون صورت گرفته‌اند که بر اهمیت دلبستگی و نقشی که بر شخصیت فرد در بزرگسالی می‌گذارد، تأکید می‌کنند. این مطالعات نشان می‌دهند که دلبستگی ناایمن با

اختلالات اضطرابی (آبسو، هنیگاسون، برومری و لیونز، ۲۰۱۳)، شخصیت‌سواس (ویلجن، آدلر، اسمیت، روفینو، فرازیر و شپارد، ۲۰۱۵)، نشانگان افسردگی (گراهام و ایستبروک، ۲۰۰۰)، اختلال رفتار ایذایی (گرینبرگ، اسپلتر، دکلین و اندریگا، ۱۹۹۱) و اختلال شخصیت مرزی (لوریج، استولتنبرگ و بیسلی، ۲۰۱۵) ارتباط دارد. از طرف دیگر مطالعات نشان می‌دهند که دلبستگی ایمن در کودکان باعث نفس‌بیشتر، اضطراب کمتر، مشکلات رفتاری کمتر و کیفیت زندگی بالاتر همراه است (لیو، ۲۰۰۸).

نظریه خودمختاری^۳ رویکردی در ارتباط با انگیزه‌های بشریت، رشد روانی و سلامت ذهنی است که روش‌های تجربی سنتی را با نظریه ارگانسمی به کار می‌برد تا بر اهمیت منابع درونی تکاملی برای تحول شخصیت و خودتنظیمی رفتاری تأکید ورزد. بنابراین حیطه پژوهش‌های این نظریه، میل ذاتی شکوفایی نیازهای بنیادی روانی است که پایه و اساس خودانگیختگی و یکپارچگی شخصیت است. همچنین این نظریه نه‌تنها بر میل تحول و شکوفایی ذاتی بلکه بر موانع اجتماعی این تمایلات نیز تأکید دارد (دسی و رایان، ۲۰۰۰).

در چارچوب نظریه خودمختاری، رضایتمندی از نیازهای بنیادی روانی مستقیماً بر انگیزه‌های درونی اثرگذار است، مکانیسم انگیزه‌های درونی یا درونی‌سازی به‌گونه‌ای است که موجب رفتارهای خودمختارانه و خودگردان خواهد شد که منجر به پیدایش احساس یک خود کامل می‌شود و نتیجتاً به‌گونه‌ای مؤثر با محیط بیرون و افراد مختلف در زندگی روزمره تعامل خواهد کرد. این فرآیند درونی‌سازی نیازهای بنیادی روانی به تجربه رضایتمندی از نیازها منتهی می‌شود؛ و رشد روانی زمانی تضمین خواهد شد که فرد ارزش‌ها، اندیشه‌ها و رفتارها را درونی و یکپارچه کند (گرماس، کارامالی و آناگنوس توپولوس، ۲۰۱۴). بر اساس این نظریه دسی و رایان (۲۰۰۰) سه نیاز خود پیروی، شایستگی و ارتباط^۴ را به‌عنوان نیازهای بنیادی روانی مطرح کردند.

اولین نیاز، نیاز خود پیروی به معنای خودسازمان‌دهی و تأیید رفتار فرد و به‌طور کلی تر احساس احترام به اراده فرد است. نقطه مقابل آن احساس کنترل به‌وسیله نیروهای بیرونی یا درونی است که با خود بیگانه است. دومین نیاز روان‌شناختی نیاز شایستگی است که به معنای مؤثر بودن در عمل است: تجربه فرصت‌ها برای تمرین، گسترش و

3. Self-Determination Theory

4. Autonomy, Competency, Relatedness

1. Sensitivity, Availability, Responsiveness

2. Help-Seeking Behavior

صمیمیت با دیگران را احساس می‌کنند. بنابراین یکی از دلایل اصلی که دل‌بستگی ایمن را با بهزیستی مرتبط می‌داند این است که دل‌بستگی ایمن عرصه‌ی ارضای نیازهای بنیادی روانی را برای فرد به وجود می‌آورد (آزبیک و همکاران، ۲۰۱۵).

دل‌بستگی نایمن نیز با افزایش سطح ناهنجاری‌های روانی و سطوح پایین‌تر رضایت از نیازهای بنیادی روانی همبستگی دارد. به‌علاوه کمبود ارضای این نیاز نیز با ناکارآمدی روانی مرتبط است؛ زیرا دل‌بستگی نایمن نه تنها به دلیل الگوهای نادرست بلندمدت دل‌بستگی بلکه از طریق عدم ارضای کافی نیازهای روانی به مشکلات روانی همچون افسردگی منجر خواهد شد. بنابراین کیفیت جهت‌گیری دل‌بستگی نایمن از طریق مکانیسم‌های روان‌شناختی نابهنجار موجب تضعیف فرآیندهای تحقق نیازهای روانی خواهد شد. بنابراین افراد با سطح بالاتر دل‌بستگی نایمن که مدل کارکردی منفی از خود دارند به احتمال بیشتری کمبود ارضای نیازهای خود را تجربه کرده که آسیب‌پذیری آنها را در برابر علائم افسردگی افزایش خواهد داد (گرماس و همکاران، ۲۰۱۴).

تحقیقات مختلف مدارکی از وجود رابطه بین دل‌بستگی والدین و رضایت‌مندی از نیازها ارائه داده‌اند. دسی و همکاران (۲۰۰۶) محیط حمایت‌کننده از نیاز خودپیروی^۱ را به‌عنوان عامل پیش‌بینی‌کننده رضایت از نیازها، کیفیت روابط و بهزیستی مطرح کرده‌اند. در واقع کیفیت و عمق روابط بین افراد به میزان رضایت‌مندی از هر سه نیاز وابسته است. وپل و همکارانش (۲۰۱۱) در مقاله خود عنوان کردند که ایجاد یک محیط حمایت‌کننده از نیاز خودپیروی توسط والدین در دوران کودکی دل‌بستگی ایمن نوزاد در آینده را پیش‌بینی خواهد کرد. رایان و لینچ (۱۹۸۹) رابطه مثبتی بین نزدیکی و اعتماد نوجوان به والدین و تجربه والدین به‌عنوان حامی استقلال، پذیرا و گرم بودن وجود دارد. جالب‌تر اینکه حتی در بزرگسالی نیز تحقق نیازهای اساسی از اهمیت بالایی برخوردار است. نقش واسطه‌ای نیازهای بنیادی روانی بین دل‌بستگی و علائم افسردگی به ابعاد دل‌بستگی مرتبط است: نیازهای بنیادی روانی به‌طور متوسط در رابطه بین دل‌بستگی اضطرابی و افسردگی و به‌طور کامل رابطه بین دل‌بستگی اجتنابی و افسردگی را میانجی‌گری می‌کنند.

بیان ظرفیت‌ها. احساس شایستگی با شرکت در چالش‌های بهینه و دریافت بازخوردهای مثبت بهبود می‌یابد و در شرایطی کاهش خواهد یافت که فرد را از کنترل بر پیامدها محروم کنیم، بیان کنیم که فرد ظرفیت لازم برای انجام تکالیف را ندارد یا تکالیف بسیار ساده است؛ و سومین نیاز، یعنی نیاز ارتباط داشتن به معنای احساس ارتباط با دیگران و تعلق فرد به جامعه اشاره دارد. رضایت‌مندی از این نیاز مستلزم این احساس است که فرد برای دیگران مهم است. تمایل دیگران برای توجه به فرد و دریافت توجه متقابل از او (دسی و رایان، ۲۰۰۸).

براساس تعریف، نیازهای روانی یا فیزیولوژیکی حالت انرژی دهنده دارند که اگر ارضا شوند به سمت سلامتی و بهزیستی روانی و در صورت عدم ارضا شدن، به آسیب‌روانی و بیماری منجر خواهد شد. بنابراین برای تجربه مداوم یکپارچگی و بهزیستی در طول زندگی رضایت‌مندی از این سه نیاز ضرورت دارد (دسی و رایان، ۲۰۰۰). مطالعات نشان داده است عدم ارضای نیازها با اضطراب (وی، شافر، یونگ و زاکالیک، ۲۰۰۵)، افسردگی (دسی و همکاران، ۲۰۰۱)، ارزش خود و تصویر ذهنی فرد از خود (تاگرسن و همکارانش، ۲۰۰۷) مرتبط است.

در سال‌های اخیر و بر مبنای این فرضیه که دل‌بستگی نایمن را از رفتارهای ناکارآمد و ویژگی‌های شخصیتی نابهنجار متمایز می‌داند، تحقیقات جدید در پی شناسایی متغیرهای میانجی در رابطه بین دل‌بستگی نایمن و ناهنجاری‌های روانی برآمدند تا از این طریق رفتارهای ناکارآمد را اصلاح کرده و سلامت روانی را افزایش دهند. با توجه به آنچه تاکنون مطرح شده یکی دیگر از متغیرهای مداخله‌گر بین دل‌بستگی و ناهنجاری‌های روانی، میزان رضایت‌مندی از نیازهای بنیادی روانی است. نیازهای ارضا نشده موجب استراتژی‌های ناکارآمد خواهد شد که نهایتاً منجر به بروز نشانه‌های افسردگی می‌شود (لاگاردیا، رایان، کاجمن و دسی، ۲۰۰۰؛ وی و همکاران، ۲۰۰۰).

افرادی که دل‌بستگی ایمن را تجربه می‌کنند احتمالاً احساس رضایت‌مندی از نیازهای خود را دارند. دل‌بستگی ایمن به کودکان کمک می‌کند تا محیط را با اعتماد به نفس بیشتری جست‌وجو کنند، احساس خودپیروی و خود شایستگی را در آنها می‌سازد و نزدیکی و

^۱. Maternal Autonomy- Support

۳؛ نه موافق نه مخالف = ۴؛ اندکی موافق = ۵؛ موافق = ۶؛ به شدت موافق (= ۷) مشخص می‌شود. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ $0/85$ به دست آمده است. نمونه‌ای از پرسش‌های پرسشنامه بدین شرح است: «احساس می‌کنم آدم ارزشمندی - حداقل مثل همه آدم‌های دیگر - هستم.»

مقیاس نیازهای بنیادی روانی: این پرسشنامه توسط دسی و رایان (۲۰۰۰) برای اندازه‌گیری نیازهای بنیادی روانی در افراد طراحی شد و توسط دکتر قربانی ترجمه و اعتبار یابی شده است. این مقیاس شامل ۲۱ سؤال است. پاسخ هر سؤال بر روی یک طیف هفت‌درجه‌ای (از گزینه «اصلاً درست نیست» تا گزینه «بسیار درست است») مشخص می‌شود. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ سه نیاز خودپروی، شایستگی و ارتباط به ترتیب $0/7$ ، $0/68$ و $0/6$ به دست آمده است. نمونه‌ای از پرسش‌های پرسشنامه بدین شرح است: «احساس می‌کنم برای تصمیم در خصوص این که چطور می‌خواهم زندگی را بگذرانم آزاد هستم.»

داده‌ها و یافته‌ها

بر اساس نتایج ماتریس همبستگی پژوهش حاضر مشخص شد که از بین انواع دلبستگی، دلبستگی ایمن با خودپروی ارتباطی ندارد، با شایستگی و رضایت از زندگی رابطه مثبت ناچیز ولی معنادار ($p < 0/01$) و با نیاز به ارتباط، رابطه مثبت معناداری دارد ($p < 0/01$). دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا نیز با ارضای هر سه نیاز بنیادی و رضایت از زندگی و ارزش خود رابطه منفی معناداری دارند ($p < 0/01$).

از آنجا که در این پژوهش هدف اصلی تعیین نقش واسطه‌ای ارضای نیازهای بنیادی روانی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و سلامت روان است به همین منظور از تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی استفاده شد. جدول ۱ نقش ارضای نیازهای بنیادی روانی (ارتباط و شایستگی) در رابطه بین دلبستگی ایمن و رضایت از زندگی را نشان می‌دهد.

بر اساس یافته‌های جدول ۱ مشخص شد که با ورود ارضای نیازهای بنیادی، دلبستگی ایمن، درصد تبیین واریانس به‌طور چشمگیری از 2% به 34% افزایش یافت. برای درک اینکه این تغییرات خود را به‌صورت تعدیل‌گری نشان می‌دهد یا واسطه‌گری بایستی مقادیر جدول ۲ را مورد توجه قرار دهیم.

بنابراین با توجه به موارد فوق می‌توان فرض کرد نیازهای بنیادی روانی در ارتباط بین سبک‌های دلبستگی و سلامت روان نقش میانجی دارند. هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه پیش‌بین سبک‌های دلبستگی با سلامت روان در افراد و بررسی نقش میانجی گر نیازهای بنیادی روانی در این بین می‌باشد.

روش

طرح پژوهش حاضر از نوع همبستگی است که سبک‌های دلبستگی متغیر پیش‌بین و اضطراب، افسردگی، عزت‌نفس و میزان رضایت از زندگی متغیرهای ملاک می‌باشند. همچنین روش تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی جهت بررسی نقش واسطه‌ای نیازهای بنیادی روانی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و سلامت روانی به کار گرفته شده است. جامعه این تحقیق، شامل دانشجویان دانشگاه می‌باشد. روش نمونه‌گیری، به شیوه غیر تصادفی و در دسترس است. تعداد کل شرکت‌کنندگان در این پژوهش ۲۵۱ نفر (۹۲ مرد و ۱۵۹ زن) با میانگین سنی $25/86$ و انحراف معیار $6/46$ بود.

ابزار

مقیاس سبک‌های دلبستگی: این پرسشنامه توسط هازن و شیور (۱۹۷۸) برای اندازه‌گیری سبک‌های دلبستگی در افراد طراحی شد و از سوی بشارت در سال (۱۳۸۴) ترجمه و اعتبار یابی شده است و در مورد دانشجویان دانشگاه تهران با سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و مضطرب - دو سوگرا برحسب ۱۵ سؤال بر روی یک طیف پنج‌درجه‌ای (هیچ؛ کم؛ متوسط؛ زیاد؛ خیلی زیاد) مشخص می‌شود. ضریب آلفای کرونباخ پرسش‌های هریک از زیر مقیاس‌های ایمن، اجتنابی و مضطرب - دو سوگرا در مورد یک نمونه دانشجویی برای کل آزمودنی‌ها به ترتیب $0/72$ ، $0/69$ و $0/68$ ؛ برای دانشجویان دختر $0/71$ ، $0/70$ و $0/70$ و برای دانشجویان پسر $0/73$ ، $0/71$ ، $0/69$ بود که نشانه همسانی درونی مقیاس دلبستگی بزرگسالان است (بشارت، شریفی، ایروانی). نمونه‌ای از پرسش‌های پرسشنامه بدین شرح است: «نزدیک شدن به دیگران و برقراری روابط صمیمی با آنها برایم آسان است.»

مقیاس رضایت از زندگی: این پرسشنامه اولین بار توسط اد دینر و همکارانش (۱۹۹۳) برای اندازه‌گیری میزان رضایت از زندگی در افراد طراحی شد و توسط دکتر قربانی ترجمه و اعتبار یابی شده است. این مقیاس شامل ۵ سؤال است. پاسخ هر سؤال بر روی یک طیف هفت‌درجه‌ای (به شدت مخالف = ۱؛ مخالف = ۲؛ اندکی مخالف =

جدول ۱. آزمون معناداری رگرسیون سلسله مراتبی دل‌بستگی ایمن و تعامل آن با ارضای نیاز به ارتباط و شایستگی بر رضایت از زندگی

مدل	متغیر مستقل	R	R ²	تعدیل شده R ²	تغییرات R ²	F تغییر	معناداری F
مدل ۱	دل‌بستگی ایمن	۰/۱۴	۰/۰۲	۰/۰۲	۰/۰۲	۵/۰۷	۰/۰۲
مدل ۲	نیاز شایستگی نیاز ارتباط	۰/۵۸	۰/۳۴	۰/۳۳	۰/۳۲	۶۰/۲۸	۰/۰۰۰

همچنین این تغییر همان‌طور که در جدول زیر مشخص است سبب تغییر رابطه منفی دل‌بستگی دو سوگرا با رضایت از زندگی شده است.

جدول ۳. ضرایب رگرسیونی مربوط به فرضیه (مستقل ۱: دل‌بستگی دو سوگرا؛ مستقل ۲: ارضای نیازهای بنیادی روانی. وابسته: رضایت از زندگی)

مدل	متغیر مستقل	B	SE	Beta	T	P
مدل ۱	مقدار ثابت	۸۷/۱۶	۰۳/۲	---	۱۴/۶۳	۰/۰۰
	دل‌بستگی ایمن	۵۵/۱	۰/۶۹	۲۴/۰	-۲/۸۷	۰/۰۰۵
	مقدار ثابت	۰/۲۰	۲/۳۱	---	-۱/۶۹	۰/۰۹
مدل ۲	دل‌بستگی ایمن	۱۱/۰	۵۸/۰	۱۰/۰	۰/۱۲	۰/۰۹
	شایستگی	۲/۵۶	۰/۴۱	۰/۴۱	۳/۳۱	۰/۰۰۱
	ارتباط	۱/۷۶	۰/۴۹	۰/۲۴	۲/۹۱	۰/۰۰۴
	خودپیروی	۰/۳۰	۰/۰۹	۰/۲۳	۱/۷۱	۰/۰۹

بر اساس مقایسه مقادیر p مربوط به هر یک از متغیرهای پیش‌بین، پس از ورود نیاز به شایستگی و ارتباط به مدل تحلیل رگرسیونی، دل‌بستگی ایمن دیگر نمی‌تواند به‌عنوان متغیر پیش‌بین مورد توجه قرار گیرد ($p > ۰/۰۵$, $t = ۰/۱۹$). در نتیجه تأثیر دل‌بستگی ایمن که در مدل اول نشان داده شده است، در مدل دوم خود را از طریق و به‌واسطه ارضای نیاز به شایستگی و ارتباط بر روی رضایت از زندگی اعمال می‌کند ($p < ۰/۰۰۱$). به عبارتی دیگر دل‌بستگی ایمن در صورت عدم همراه شدن با ارضای نیاز به شایستگی و ارتباط قادر به پیش‌بینی رضایت از زندگی نیست.

جدول ۳ نقش ارضای نیازهای بنیادین در پیش‌بینی رضایت از زندگی توسط دل‌بستگی دو سوگرا را مورد بررسی قرار می‌دهد. نتایج نشان داد که پیش‌بینی رضایت از زندگی توسط دل‌بستگی دو سوگرا با ورود ارضای نیازهای بنیادین روانی پیشرفت چشمگیری می‌کند و در پیش‌بینی رضایت از زندگی از ۴٪ به ۳۶٪ رخ می‌دهد. بر اساس نتایج ذکر شده در تمامی موارد ارضای نیازهای بنیادین نقش واسطه‌ای را در پیش‌بینی این موارد توسط دل‌بستگی اجتنابی ایفا می‌کردند؛ بنابراین دل‌بستگی اجتنابی نیز همانند دل‌بستگی دو سوگرا در صورتی که با عدم ارضای نیازهای بنیادین همراه شود، مشکلات روان‌شناختی را پیش‌بینی می‌کند. بنا بر یافته‌های به‌دست آمده از جداول ذکر شده می‌توان گفت این سبک‌های دل‌بستگی ناسازگار نیست که ناسازگاری روانی را می‌سازد بلکه عدم ارضای نیازهای بنیادین، نقش پررنگی در مشکلات روانی ناشی از انواع دل‌بستگی دارد.

جدول ۲. ضرایب رگرسیونی مربوط به فرضیه (مستقل ۱: دل‌بستگی ایمن؛ مستقل ۲: ارضای نیازهای بنیادی روانی. وابسته: رضایت از زندگی)

مدل	متغیر مستقل	B	SE	Beta	T	P
مدل ۱	مقدار ثابت	۸۷/۱۶	۰۳/۲	---	۸/۲۹	۰/۰۰۰
	دل‌بستگی ایمن	۵۵/۱	۰/۶۹	۲۴/۰	۲/۲۵	۰/۰۲۵
مدل ۲	مقدار ثابت	۰/۲۰	۲/۳۱	---	۰/۰۸	۰/۹۳
	دل‌بستگی ایمن	۱۱/۰	۵۸/۰	۱۰/۰	۰/۱۹	۸۵/۰
	شایستگی	۲/۵۶	۰/۴۱	۰/۴۱	۶/۱۹	۰/۰۰۰
	ارتباط	۱/۷۶	۰/۴۹	۰/۲۴	۳/۵۹	۰/۰۰۰

بر اساس مقایسه مقادیر p مربوط به هر یک از متغیرهای پیش‌بین، پس از ورود نیاز به شایستگی و ارتباط به مدل تحلیل رگرسیونی، دل‌بستگی ایمن دیگر نمی‌تواند به‌عنوان متغیر پیش‌بین مورد توجه قرار گیرد ($p > ۰/۰۵$, $t = ۰/۱۹$). در نتیجه تأثیر دل‌بستگی ایمن که در مدل اول نشان داده شده است، در مدل دوم خود را از طریق و به‌واسطه ارضای نیاز به شایستگی و ارتباط بر روی رضایت از زندگی اعمال می‌کند ($p < ۰/۰۰۱$). به عبارتی دیگر دل‌بستگی ایمن در صورت عدم همراه شدن با ارضای نیاز به شایستگی و ارتباط قادر به پیش‌بینی رضایت از زندگی نیست.

جدول ۳ نقش ارضای نیازهای بنیادین در پیش‌بینی رضایت از زندگی توسط دل‌بستگی دو سوگرا را مورد بررسی قرار می‌دهد. نتایج نشان داد که پیش‌بینی رضایت از زندگی توسط دل‌بستگی دو سوگرا با ورود ارضای نیازهای بنیادین روانی پیشرفت چشمگیری می‌کند و در پیش‌بینی رضایت از زندگی از ۳٪ به ۳۷٪ رخ می‌دهد. بر اساس نتایج ذکر شده در تمامی موارد ارضای نیازهای بنیادین نقش واسطه‌ای را در پیش‌بینی این موارد توسط دل‌بستگی دو سوگرا ایفا می‌کردند؛ بنابراین دل‌بستگی دو سوگرا در صورتی که با عدم ارضای نیازهای بنیادین همراه شود، مشکلات روان‌شناختی را پیش‌بینی می‌کند.

بحث و نتیجه‌گیری

با توجه به روابط مطرح‌شده در این پژوهش، نقش واسطه‌ای رضای نیازهای بنیادی روانی در پیش‌بینی رضایت از زندگی توسط سبک‌های دلبستگی بررسی شد. نتایج تحلیل رگرسیون برای بررسی این فرضیه نشان داد که رضای نیازهای بنیادین (نیاز به شایستگی و ارتباط) در پیش‌بینی رضایت از زندگی توسط دلبستگی ایمن نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند. بنابر این یافته‌ها می‌توان گفت دلبستگی ایمن زمانی که با نیازهای بنیادین همراه شود، رضایت از زندگی را پیش‌بینی می‌کند. به عبارتی دیگر فضای توأم با امنیت، آرامش، رابطه با والدین قابل اعتماد با تقویت احساس کفایت و شایستگی و رضای نیاز به ارتباط، رضایت از زندگی را در آدمی می‌سازد. در دسترس بودن والدین به تنهایی کافی نیست و همدلی، تعیین چالش‌های دشوار ولی سازنده برای کودک و درنهایت رضای توانایی‌های او سبب رضایت‌مندی خواهد شد. در یک پژوهش که هم‌راستا با نتیجه پژوهش حاضر است و در آن بر اهمیت نقش والدین بر سلامت روانی و جسمانی کودک با توجه به حمایت و عدم حمایت از رضای نیازهای بنیادی کودک تأکید می‌کرد، مشخص شد زمانی که والدین به رضای نیازهای بنیادین کودکان خویش می‌پردازند، آنها انعطاف بیشتری هنگام استرس و فشار نشان می‌دهند، در روابط با همسالان خود گشودگی بیشتری دارند و درنهایت بهبودی و سلامت روانی بیشتری خواهند داشت. بر همین اساس می‌توان گفت والدین پتانسیل این را دارند که برای سلامت روانی و جسمانی کودک خویش تهدیدی محسوب شوند اگر نیازهای بنیادین کودک خویش را ارضا نکنند و آنها را سرکوب سازند حتی اگر امنیت روانی کودک را فراهم کرده باشند (سوینز، دسی و وانستینکیست، ۲۰۱۷).

نتایج بررسی نقش واسطه‌ای رضای نیازهای بنیادین در ناکارآمدی سبک دلبستگی دوسوگرا نشان داد که دلبستگی دوسوگرا روابط گسترده و کامل‌تری را نسبت به دلبستگی ایمن پیش‌بینی می‌کند. با این وجود پیش‌بینی تمامی این روابط از طریق و به واسطه ارضا یا عدم ارضای هر سه نیاز بنیادین یعنی نیاز به ارتباط، خودپرویی و شایستگی رخ می‌دهد. پیش‌بینی اضطراب و افسردگی از طریق رضای نیازهای بنیادی توسط دلبستگی دوسوگرا نشان می‌دهد که این سبک دلبستگی و میزان قابل اعتماد بودن و احساس عدم ایمنی از والد نیست که اضطراب و افسردگی فرد را پیش‌بینی

می‌کند بلکه این عدم ارضای نیازهای بنیادین فرد در لحظه حال و در شرایط کنونی زندگی اوست که سبب وضعیت روان‌شناختی ناسالم او شده است. بر همین اساس می‌توان گفت آدم‌هایی که والدین غیرقابل دسترس و مشکل‌داری دارند اگر از رضای نیازهای بنیادین آنها حمایت شود و یا در شرایطی قرار بگیرند که این نیازهای سرکوب‌شده، دوباره رشد کنند، این افراد به مشکلات روان‌شناختی مانند اضطراب و افسردگی دچار نمی‌شوند. هم‌راستا با نتیجه به دست آمده از تأیید این فرضیه، رایان و مگ گویر (۲۰۱۶) نشان دادند که رضای بیشتر نیاز به ارتباط با افسردگی کمتر و رضای بیشتر نیاز به خودپرویی با اضطراب کمتر در افراد ارتباط دارد. همچنین در این پژوهش مشخص شد که دلبستگی اجتنابی نیز همانند دلبستگی دوسوگرا از طریق ارضا و عدم ارضای نیازهای بنیادین، رضایت از زندگی را پیش‌بینی می‌کند. پژوهش حاضر با بررسی این روابط بر اهمیت فرآیندهای رضای نیازهای بنیادین صحنه گذاشت و نشان داد که این سبک دلبستگی و هسته روابط گذشته فرد نیست که با مشکلات و سلامت او ارتباط دارند بلکه این عدم وجود مسیری سازنده برای رضای نیازهای بنیادین در فرد است که نشأت گرفته از احساسات تعارضی گذشته او و تمایل به خودتخریبی در روابط با والدین است که در لحظه حال اثر کرده است. در یک پژوهش مشخص شد رضای نیاز به ارتباط و خودپرویی، ارزش خود در دانشجویان را پیش‌بینی می‌کند و این سطح تحصیلات مادر و نه پدر است که هر چه بالاتر باشد با ارزش خود کودک ارتباط دارد (آمت، ۲۰۱۵). مادر به عنوان تنظیم‌کننده هیجانی کودک و هسته اصلی شکل‌دهی با رضای نیازهای بنیادین کودک خود قادر خواهد بود در آینده مسیر رشد و سلامت او را مهیا کند.

منابع

- بشارت، محمدعلی (۱۳۸۴). ساخت و هنجاریابی مقیاس دلبستگی بزرگسال. گزارش پژوهشی، دانشگاه تهران.
- بشارت، محمدعلی، شریفی، ماندانا، ایروانی، محمود (۱۳۸۰). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و مکانیسم‌های دفاعی. مجله روانشناسی، ۱۹، ۲۷۸-۲۸۹.
- حاتمی، محمد، امیدبیگی، مریم (۱۳۹۴). بررسی رابطه روان‌بنه‌های هیجانی با سبک‌های دلبستگی در نوجوانان محروم از والدین. مجله علوم روانشناختی، ۱۴(۵۵)، ۳۵۷-۳۴۲.

- being. *Journal of personality and social psychology*, 79(3), 367.
- Leveridge, M., Stoltenberg, C., & Beesley, D. (2005). Relationship of attachment style to personality factors and family interaction patterns. *Contemporary Family Therapy*, 27(4), 577-597.
- Liu, Y. L. (2008). An examination of three models of the relationships between parental attachments and adolescents' social functioning and depressive symptoms. *Journal of Youth and Adolescence*, 37(8), 941-952.
- Obsuth, I., Hennighausen, K., Brumariu, L. E., & Lyons-Ruth, K. (2014). Disorganized behavior in adolescent-parent interaction: Relations to attachment state of mind, partner abuse, and psychopathology. *Child development*, 85(1), 370-387.
- Ryan, R. M., & Lynch, J. H. (1989). Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood. *Child development*, 340-356.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2008). Self-determination theory and the role of basic psychological needs in personality and the organization of behavior. *Handbook of personality: Theory and research*, 3, 654-678.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68-78.
- Ryan, S., & McGuire, B. (2016). Psychological predictors of pain severity, pain interference, depression, and anxiety in rheumatoid arthritis patients with chronic pain. *British journal of health psychology*, 21(2), 336-350.
- Smojver-Azic, S., Dorcic, T. M., & Zivcic-Becirevic, I. (2015). Attachment to Parents and Depressive Symptoms in College Students: The Mediating Role of Initial Emotional Adjustment and Psychological Needs. *Psychological Topics*, 24(1), 135.
- Soenens, B., Deci, E. L., & Vansteenkiste, M. (2017). How parents contribute to children's psychological health: The critical role of psychological need support. In *Development of self-determination through the life-course* (pp. 171-187). Springer, Dordrecht.
- Thøgersen-Ntoumani, C., & Ntoumanis, N. (2007). A self-determination theory approach to the study of body image concerns, self-presentation and self-perceptions in a sample of aerobic instructors. *Journal of Health Psychology*, 12(2), 301-315.
- Ümme, D. (2015). Self-esteem among college students: a study of satisfaction of basic psychological needs and some variables. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 174, 1623-1629.
- Wei, M., Shaffer, P. A., Young, S. K., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, shame, depression, and loneliness: The mediation role of basic
- غفاری مقدم، فهیمه، دهقانی آرانی، فاطمه، (۱۳۹۷). سنجش تحریک‌پذیری ضربان قلب کودکان مبتلا به بیماری مزمن پزشکی بر اساس سبک دلبستگی. *مجله علوم روان‌شناختی*، ۱۷(۶۸)، ۴۵۲-۴۴۳.
- Blalock, D. V., Franzese, A. T., Machell, K. A., & Strauman, T. J. (2015). Attachment style and self-regulation: How our patterns in relationships reflect broader motivational styles. *Personality and Individual Differences*, 87, 90-98.
- Carr, S., Colthurst, K., Coyle, M., & Elliott, D. (2013). Attachment dimensions as predictors of mental health and psychosocial well-being in the transition to university. *European Journal of Psychology of Education*, 28(2), 157-172.
- Deci, E. L., Ryan, R. M., Gagné, M., Leone, D. R., Usunov, J., & Kornazheva, B. P. (2001). Need satisfaction, motivation, and well-being in the work organizations of a former eastern bloc country: A cross-cultural study of self-determination. *Personality and social psychology bulletin*, 27(8), 930-942.
- Deci, E. L., La Guardia, J. G., Moller, A. C., Scheiner, M. J., & Ryan, R. M. (2006). On the benefits of giving as well as receiving autonomy support: Mutuality in close friendships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(3), 313-327.
- Pavot, W., & Diener, E. (2009). Review of the satisfaction with life scale. In *Assessing well-being* (pp. 101-117). Springer, Dordrecht.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, 11(4), 227-268.
- Graham, C. A., & EASTERBROOKS, M. A. (2000). School-aged children's vulnerability to depressive symptomatology: The role of attachment security, maternal depressive symptomatology, and economic risk. *Development and Psychopathology*, 12(2), 201-213.
- Greenberg, M. T., Speltz, M. L., DeKlyen, M., & Endriga, M. C. (1991). Attachment security in preschoolers with and without externalizing behavior problems: A replication. *Development and Psychopathology*, 3(4), 413-430.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*, 52(3), 511.
- Kormas, C., Karamali, G., & Anagnostopoulos, F. (2014). Attachment anxiety, basic psychological needs satisfaction and depressive symptoms in university students: A mediation analysis approach. *International Journal of Psychological Studies*, 6(2), 1.
- La Guardia, J. G., Ryan, R. M., Couchman, C. E., & Deci, E. L. (2000). Within-person variation in security of attachment: a self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-

- psychological needs satisfaction. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 591-601
- Wiltgen, A., Adler, H., Smith, R., Rufino, K., Frazier, C., Shepard, C., ... & Fowler, J. C. (2015). Attachment insecurity and obsessive-compulsive personality disorder among inpatients with serious mental illness. *Journal of affective disorders*, 174, 411-415.
- Whipple, N., Bernier, A., & Mageau, G. A. (2011). Broadening the study of infant security of attachment: Maternal autonomy-support in the context of infant exploration. *Social Development*, 20(1), 17-32