



انجمن علمی پرستاری ایران

# پژوهش توانبخشی در پرستاری

دوره اول شماره ۴ تابستان ۱۳۹۴ شماره استاندارد بین المللی: ۴۳۴X-۲۳۸۳

- ۱..... تأثیر برنامه آموزش خودمدیریتی بر درد بیماران سالمند مبتلا به استنوا ترتیت زانو مراجعه کننده به درمانگاه ارتوپدی.....  
 نیلوفر میرزایی، فرحناز محمدی شاهبلاغی، کیان نوروزی، اکبر بیگلریان، سیدقدیر حسینی
- ۱۱..... بررسی ارتباط بین وقفه های تنفسی خواب و فشارخون در سالمندان.....  
 محمد فرج زاده، میمنت حسینی، جمیله محتشمی، سمیرا چای بخش، منصوره زاغری تفرشی
- ۲۱..... ارتباط بین کیفیت زندگی با سلامت روان در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی.....  
 داود نصیری زرین قبائی، محسن صابر مقدم رنجیر، معصومه باقری نسامی، مهدی حارث آبادی
- ۳۱..... تأثیر تمرینات زنجیره حرکتی بسته بر تعادل ایستا و پویای بیماران سکته مغزی.....  
 بهنام غلامی بروجنی، بهنام قاسمی
- ۳۹..... مقایسه رضایت زناشویی و سلامت عمومی بین مبتلایان سرطانی با تخلیه پستان، حفظ پستان و افراد عادی شهر تهران.....  
 زهرا اسفندیاری دولابی، آزاده جولایی، مسلم اصلی آزاد
- ۴۹..... تأثیر کاربرد مدل مراقبت مشارکتی بر کیفیت خواب بیماران تحت عمل جراحی پیوند عروق کرونر.....  
 ابوالفضل علمدارلو، محمد علی حسینی، حمید رضا خانکه، کیان نوروزی، پوریا رضا سلطانی، شهناز مزکی
- ۶۰..... پیش بینی کیفیت زندگی و شادکامی بر مبنای سبک های دلبستگی در زوجین متاهل شهر تبریز.....  
 لیلا نوعی ایران، مجید محمود علیلو
- مقایسه تاثیر دارودرمانی با یک دوره تمرینات ورزشی بر ترکیب بدنی و آمادگی قلبی - تنفسی بیماران مبتلا به کبد چرب غیر الکلی.....  
 آزاده نبی زاده حقیقی، دکتر رامین شعبانی

به نام خداوند جان و خرد  
**نشریه پژوهش توانبخشی در پرستاری**  
**فصلنامه علمی-پژوهشی انجمن علمی پرستاری ایران**  
دوره اول، شماره ۴ - تابستان ۱۳۹۴

- صاحب امتیاز: انجمن علمی پرستاری ایران
- مدیر مسؤول: دکتر کیان نوروزی
- سردبیر: دکتر مسعود فلاحی خشکتاب
- مدیر اجرایی: زهرا تمیزی
- کارشناس نشریه: اکرم پورولی
- شماره مجوز وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۳۲۹۶۱/۹۲ مورخ ۱۳۹۲/۱۱/۲۳
- شماره بین المللی نشریه چاپی: X - ISSN: مورخ ۱۳۹۳/۱۰/۱۰
- شماره بین المللی نشریه الکترونیکی: - e-ISSN: مورخ ۱۳۹۳/۱۰/۱۰

**اعضای هیأت تحریریه (به ترتیب حروف الفبا):**

• **داوران این شماره** (به ترتیب حروف الفبا):

خانم فاطمه پاشایی ثابت  
خانم دکتر سربیه پور تقی  
خانم نگار پوروخشوری  
خانم نسرين جعفری گلستان  
آقای علی حسام زاده  
خانم طیبه حسن طهرانی  
آقای دکتر محمدعلی سلیمانی  
آقای مرتضی شمسی زاده  
آقای دکتر رضا ضیغمی  
آقای دکتر محمد غلامی  
آقای رضا قانع قشلاق  
آقای اسمعیل محمدنژاد

- دکتر نرگس ارسلائی، استادیار دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی  
- دکتر فاطمه الحانی، دانشیار دانشگاه تربیت مدرس  
- دکتر اصغر دالوندی، استادیار پرستاری دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی  
- دکتر ناهید رژه، دانشیار دانشگاه علوم پزشکی شاهد  
- دکتر مریم روانی پور دانشیار پرستاری دانشگاه علوم پزشکی بوشهر  
- دکتر عباس عبادی، دانشیار دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله  
- دکتر سمیه غفاری، استادیار پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان  
- دکتر محمد غلامی، استادیار پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی لرستان  
- دکتر مسعود فلاحی خشکتاب، دانشیار دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی  
- دکتر سادات سیدباقر مداح، استادیار آموزش پرستاری دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی  
- دکتر فرحناز محمدی، دانشیار پرستاری دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی  
- دکتر سهیل نجفی، استادیار پرستاری دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله  
- دکتر منیر نوبهار، دانشیار پرستاری دانشگاه علوم پزشکی سمنان  
- دکتر کیان نوروزی تبریزی، استادیار دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی  
- دکتر علیرضانیکیخت نصرآبادی، استاد دانشگاه علوم پزشکی تهران  
- دکتر مجیده هروی کریموی، دانشیار دانشگاه علوم پزشکی شاهد  
- دکتر فریده یغمایی، دانشیار دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

• **ویراستار انگلیسی:** دکتر کیان نوروزی

• **ویراستار فارسی:** دکتر کیان نوروزی

• **حروفچینی و صفحه آرایی:** مهندس صادق توکلی

• **طراح جلد:** مهندس صادق توکلی

• **ناشر:** انجمن علمی پرستاری ایران

• **نشانی:** تهران میدان توحید-دانشکده پرستاری و مامایی تهران

• **کدپستی:** ۱۴۱۹۷۳۳۱۷۱ **صندوق پستی:** ۱۴۱۹۵/۳۹۸ **تلفن و نمابر:** ۶۶۵۹۲۵۳۵

**E-mail:** info@ijrn.ir, **Website:** http://ijrn.ir

## پیش بینی کیفیت زندگی و شادکامی بر مبنای سبک های دلبستگی در زوجین متأهل شهر تبریز

لیلا نوعی ایران<sup>۱</sup>، \*مجید محمود علیلو<sup>۲</sup>

### چکیده

**مقدمه:** سبک های دلبستگی یکی از مهم ترین متغیرهای روانشناختی است که دارای نقش با اهمیتی در پیش بینی سازه های روانشناختی مهم و متعددی می باشد. هدف پژوهش حاضر پیش بینی کیفیت زندگی و شادکامی براساس سبک های دلبستگی است.

**روش:** در این پژوهش توصیفی همبستگی تعداد ۱۰۰ نفر (۵۰ زن و ۵۰ مرد) از زوج های متأهل شاغل ساکن شهر تبریز در سال ۱۳۹۳ با توجه به معیارهای ورود به مطالعه از طریق نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای مورد استفاده در این مطالعه شامل فرم خلاصه شده کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی (WHOQOL-BREF)، پرسشنامه شادکامی آکسفورد (OHQ) و مقیاس دلبستگی بزرگسالان هازن و شیور (Shaver & Hazan) بود که پس از تعیین اعتبار و پایایی مورد استفاده قرار گرفتند. پس از جمع آوری داده ها تجزیه و تحلیل آن ها با استفاده از نسخه ۱۹ نرم افزار SPSS و با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیره انجام پذیرفت.

**یافته ها:** نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون همزمان نشان داد که سبک های دلبستگی، متغیرهای کیفیت زندگی و شادکامی را پیش بینی می کنند و میزان ضریب تبیین برای متغیر کیفیت زندگی ۰/۱۵ و متغیر شادکامی ۰/۱۸ برآورد شد که در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنی دار بوده است.

**نتیجه گیری:** سبک دلبستگی نقش به سزایی در پیش بینی کیفیت زندگی و شادکامی افراد دارد، بنابراین در طراحی برنامه های مبتنی بر بهبود کیفیت زندگی و شادکامی می بایست به سبک دلبستگی افراد توجه ویژه ای گردد.

**کلیدواژه ها:** سبک های دلبستگی، کیفیت زندگی، شادکامی

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۴/۲/۱

تاریخ دریافت: ۱۳۹۲/۹/۵

۱- کارشناس ارشد، روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تبریز، تبریز، ایران.

۲- استاد، گروه روانشناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران. (نویسنده مسؤول)

پست الکترونیکی: aliluo646@yahoo.com

## مقدمه

دلبستگی پیوند یا گره های هیجانی پایدار بین دو فرد است به طوری که یکی از طرفین کوشش می کند نزدیکی یا مجاورت با موضوع دلبستگی را حفظ نموده تا مطمئن شود که ارتباط ادامه می یابد (۱). دلبستگی یک رابطه هیجانی خاص است که مستلزم تبادل لذت-مراقبت می باشد. اولین دلبستگی فرد که تحت عنوان دلبستگی اولیه نامیده می شود برقراری رابطه عاطفی اولیه ای است که بین کودک و مادر ایجاد می شود که اساساً سبک این رابطه تأثیر به سزایی در روابط عاطفی دوران بزرگسالی دارد (۲) دلبستگی شامل سه سبک ایمن، نا ایمن (اجتنابی) و دو سوگرا (اضطرابی) می باشد. افراد دارای دلبستگی ایمن؛ اصولاً ارتباط با دیگران برایشان آسان است، از اینکه دیگران به آنها تکیه کنند، یا خود به دیگران تکیه کنند، احساس راحتی می کنند و از نزدیکی و دوری دیگران نگران نمی شوند؛ افراد دارای دلبستگی نایمن، نمی توانند به طور کامل به دیگران اعتماد نموده و به آن ها نزدیک شوند و حتی اجازه نزدیک شدن به دیگران را نیز نمی دهند، این افراد آشفتهگی های هیجانی زیادی را تجربه می کنند (۳).

دلبستگی و ارتباط عاطفی با مادر است که سبب می شود کودک به دنبال آسایش حاصل از وجود مادر باشد، به خصوص هنگامی که احساس ترس و عدم اطمینان در کودک غالب شده است، Robinson می نویسد همه کودکان بهنجار احساس دلبستگی پیدا می کنند و دلبستگی شالوده رشد عاطفی و اجتماعی سالم در دوران بزرگسالی را پی ریزی می کند. به عبارتی می توان گفت این دلبستگی های انسان است که دارای نقش حیاتی در زندگی می باشد. مطالعات متعددی نشان داده اند که سبک های دلبستگی بر سازه های روانشناختی تاثیرگذار هستند. از جمله این سازه ها کیفیت زندگی و شادکامی می باشد (۴). در اواسط قرن بیستم و با توسعه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی کشورها و پیشرفت علوم و فناوری، انسان ها تدریجاً از رفاه بالاتر برخوردار شده و خواستار کیفیت زندگی بیشتر شدند به همین دلیل کیفیت زندگی در قرن بیستم مورد توجه بسیار زیادی قرار گرفته است (۵،۴).

کیفیت زندگی یک مفهوم چند بعدی بوده و باید از زوایا و ابعاد مختلف سنجیده شود که شامل سه بعد جسمی، روانی و اجتماعی می باشد. بعد جسمی به درک فرد از توانایی هایش در فعالیت های روزانه که نیاز به صرف انرژی دارد اطلاق می شود که شامل مقیاس هایی مانند تحرک، توازن انرژی، درد و ناراحتی، خواب - استراحت و ظرفیت توان کاری می باشد. بعد روانی شامل جنبه های روحی و احساس سلامتی مانند افسردگی، ترس، عصبانیت، خوشحالی و آرامش می باشد و بعد اجتماعی اشاره به توانایی فرد در ایجاد ارتباط با خانواده، همسایه ها، همکاران و سایر گروه های اجتماعی، شغلی با در نظر گرفتن شرایط اقتصادی دارد (۴).

شادکامی به عنوان یک سازه روانشناختی، حالت ذهنی می باشد که در زبان عامیانه به احساسات ناپایدار و گذرا علاوه بر لذت های پایدار زندگی اطلاق می گردد. به عبارتی شادکامی را می توان ارزیابی های شناختی و هیجانی فرد از زندگی اش اطلاق نمود که این ارزیابی از سویی با واکنش های هیجانی به حوادث و از سویی دیگر با قضاوت های شناختی در مورد رضایتمندی و انجام وظیفه در ارتباط است. بنابراین، شادکامی مفهوم ذهنی وسیعی است که تجربه هیجان های مطلوب، سطوح پایین هیجان های منفی و رضایت بالا از زندگی را شامل می شود. شادکامی در ادراکات و ارزیابی های افراد از زندگی شان در ابعاد هیجانی، عملکردهای روان شناختی و اجتماعی منعکس می شود. جزء هیجانی شادکامی ذهنی شامل دو مولفه شادکامی و رضایت از زندگی است (۶).

به همین دلیل در تحلیل مفهوم شادکامی نظریه پردازان به دو مؤلفه شناختی و عاطفی اشاره می کنند، مؤلفه شناختی بر رضایت از زندگی و مؤلفه عاطفی بر تعادل بین عاطفه مثبت و منفی دلالت دارد (۸،۷). عواطف مثبت دارای پیامدهایی همچون افزایش امید به زندگی، سلامتی طولانی مدت و بهزیستی می باشد. این عواطف اثرات تقویت کنندگی داشته و می توانند عمل و تفکر را وسیع تر سازند و منجر به وسعت راه های تفکر شوند (۹).

نتایج برخی از مطالعات بیانگر آن بوده است که بین سبک های دلبستگی و کیفیت زندگی رابطه معنی داری وجود دارد. در این راستا نتایج مطالعه بزازیان نشان داد که بین سبک دلبستگی ایمن، کنترل شخصی و شناخت بیماری با کیفیت زندگی رابطه مثبت معنی دار و بین سبک دلبستگی اجتنابی، ماهیت بیماری، پیامدها، نگرانی و پاسخ عاطفی با کیفیت زندگی رابطه منفی معنی دار وجود دارد (۱۰).

نتایج مطالعه Livingston نشان داد که سبک دلبستگی و ابعاد آن با کیفیت زندگی دارای رابطه معنی داری است (۱۱). نتیجه مطالعه قائم مقامی و همکاران که به بررسی رابطه سبک های دلبستگی و رضایت از زندگی پرداخته بودند نشان داد که دلبستگی ایمن با رضایت از زندگی رابطه مثبت معنی داری دارد (۱۲).

نتایج مطالعه عزیزی و موحدی نشان داد که سبک دلبستگی ایمن، همبستگی مثبت معنی داری با شادکامی و سبک های اجتنابی و دوسوگرا همبستگی منفی معنی داری با آن دارند (۱۳). علاوه بر این نتایج پژوهش Lavy و همکاران نیز نشان داد که دلبستگی نایمن و فشارهای روانی همبستگی بالایی با خلق و خوی دانشجویان در طول روز دارد (۱۴).

تجارب تروماتیک دوران کودکی در شکل گیری کیفیت زندگی و شادکامی در دوران بزرگسالی دارای نقش اساسی است که آگاهی از آن می تواند به بینش های مفیدی از نظر مداخلات در سطح اول پیشگیری منجر گردد. از آن جایی که از یک سو مطالعات اندکی در خصوص کیفیت زندگی و شادکامی بر مبنای سبک های دلبستگی در زوجین انجام شده بود و از سویی دیگر با توجه به اهمیت خانواده به عنوان مهمترین کانونی که جامعه از آن تغذیه می کند پژوهشگر را بر آن داشت مطالعه حاضر را با هدف پیش بینی کیفیت زندگی و شادکامی بر مبنای سبک های دلبستگی در زوجین متاهل شهر تبریز انجام دهد.

## روش مطالعه

پژوهش حاضر از نوع توصیفی همبستگی می باشد که جامعه آماری پژوهش حاضر را تمامی زوج های متاهل ساکن شهر

تبریز در سال ۱۳۹۳ تشکیل داده اند. حجم نمونه با استفاده از فرمول گرجی و مورگان تعداد ۱۰۰ نفر (۵۰ زن و ۵۰ مرد) در نظر گرفته شد. که با استفاده از نمونه گیری در دسترس افراد واجد شرایط از نهادها، ادارات و سازمانهای دولتی انتخاب گردیدند. معیارهای ورود به مطالعه شامل تاهل، حداقل تحصیلات دیپلم، نداشتن اختلال جدی پزشکی و روان پزشکی از جمله صرع، لکنت زبان و میل و رغبت شرکت کنندگان برای شرکت در پژوهش بود. پژوهشگر جهت جمع آوری داده ها از پرسشنامه جمعیت شناختی، فرم خلاصه شده کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی (WHOQOL-BREF)، پرسشنامه شادکامی آکسفورد (Oxford Happiness Questionnaire) و مقیاس دلبستگی بزرگسالان هازن و شایور (Shaver & Hazan) استفاده نمود. فرم خلاصه شده کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی (WHOQOL-BREF) دارای ۲۴ سؤال در ۴ خرده مقیاس سلامت جسمانی، سلامت روانی، روابط اجتماعی و عوامل محیطی و ۲ سؤال کلی در مورد کیفیت زندگی و سلامت عمومی بود که پاسخ واحدهای مورد پژوهش بر روی یک مقیاس ۵ نقطه ای لیکرت مورد ارزیابی قرار گرفت. اعتبار و پایایی این پرسشنامه در مطالعات مختلفی مورد بررسی قرار گرفته است. در مطالعه عابدی پایایی این پرسشنامه با استفاده از ثبات درونی مورد بررسی قرار گرفت که ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس های چهارگانه و کل مقیاس ۰/۷۳ تا ۰/۸۹ گزارش شده است (۱۵). در مطالعه Lavy پایایی پرسشنامه فوق الذکر با استفاده از سه روش بازآزمایی با فاصله سه هفته، دو نیمه کردن و ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب برابر ۰/۶۷، ۰/۸۷ و ۰/۸۸ محاسبه گردید (۱۴). پرسشنامه شادکامی آکسفورد دارای ۲۹ سؤال چهارگزینه ای می باشد که در هر پرسش فرد درباره خود از احساس ناشادی تا احساس شادی بسیار زیاد قضاوت می کند. Argyle و همکاران پایایی پرسشنامه آکسفورد را به کمک ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ و پایایی بازآزمایی آن در فاصله هفت هفته را ۰/۷۸ گزارش کرده اند. روایی همزمان این پرسشنامه با استفاده از ارزیابی دوستان این افراد درباره آن ها ۰/۴۳ محاسبه شد.

را تکمیل نمود. پس از جمع آوری داده ها تجزیه و تحلیل آن ها با استفاده از نسخه ۱۹ نرم افزار SPSS و با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیره انجام پذیرفت.

### یافته ها

نتایج مطالعه نشان داد که از تعداد ۵۰ نفر مرد مورد مطالعه ۲۳ نفر (۴۶٪ درصد) در دامنه سنی ۲۳-۴۵ و ۲۷ نفر (۵۴٪ درصد) در دامنه سنی ۴۶-۷۰ قرار داشته و همچنین از تعداد ۵۰ نفر زن مورد مطالعه ۴۳ نفر (۸۶٪ درصد) در دامنه سنی ۲۳-۴۵ و ۷ نفر (۱۴٪ درصد) در دامنه سنی ۴۶-۷۰ قرار داشتند. به طور کلی از ۱۰۰ نفر آزمودنی شرکت کننده در پژوهش، ۶۶ نفر (۶۶٪) در دامنه سنی ۲۳-۴۵ و ۳۴ نفر (۳۴٪) در دامنه سنی ۴۶-۷۰ سال قرار دارند.

همچنین نتایج پژوهش بیانگر آن بود که میانگین و انحراف معیار نمره کیفیت زندگی و شادکامی واحدهای مورد پژوهش به ترتیب  $22/58 \pm 5/68$  و  $69/65 \pm 12/85$  می باشد؛ همچنین میانگین و انحراف معیار نمره دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا به ترتیب  $3/91 \pm 1/56$ ،  $3/99 \pm 1/80$  و  $3/33 \pm 1/72$  می باشد.

نتایج پژوهش نشان داد که سبک دلبستگی ایمن با متغیر کیفیت زندگی همبستگی مثبت معنی دار و سبک اجتنابی با این متغیر همبستگی منفی معنی دار ( $p < 0/05$ ) داشته است و این در حالی است که هیچ ارتباط معنی داری بین سبک دلبستگی دوسوگرا با کیفیت زندگی مشاهده نشد. علاوه بر این نتایج تحلیل رگرسیون همزمان برای پیش بینی کیفیت زندگی از طریق سبک های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا نشان داد که سبک های دلبستگی، همزمان  $0/15$  درصد از تغییرات متغیر کیفیت زندگی را تبیین می کنند ( $F=5/39$ ,  $p < 0/05$ ). به طوری که سبک دلبستگی ایمن ( $p=0/001$ ,  $\beta=0/31$ ) و اجتنابی ( $p=0/044$ ,  $\beta=-0/18$ ) اثر پیش بینی کنندگی معنی داری را روی کیفیت زندگی داشتند، ولی این اثر برای سبک دوسوگرا ( $p=0/670$ ,  $\beta=0/04$ ) معنی دار نبود. بنابراین براساس تحلیل رگرسیون همزمان، سبک دلبستگی ایمن به شیوه مثبت و سبک دلبستگی اجتنابی به شیوه منفی پیش بینی کننده کیفیت زندگی می باشند (جدول ۱).

همچنین از آن جایی که شادکامی دارای سه بخش عاطفه مثبت، رضایت و نبود عاطفه منفی می باشد همبستگی پرسشنامه آکسفورد با مقیاس عاطفه مثبت Brodburn  $0/32$ ، با شاخص رضایت از زندگی Argyle  $0/57$  و با پرسشنامه Beck  $0/52$  محاسبه گردید (۱۵).

پرسشنامه ۱۵ سؤالی Hazan و Shaver جهت ارزیابی دلبستگی بزرگسالان مورد استفاده قرار می گیرد که آزمودنی ها پاسخ خود را بر روی یک ابزار ۵ نقطه ای لیکرت از صفر (هرگز) تا ۴ (تقریباً همیشه) مشخص می نمایند. ۵ سؤال پرسشنامه مربوط به دلبستگی ایمن، ۵ سؤال مربوط به دلبستگی نایمن مضطرب- اجتنابی و ۵ سؤال مربوط به دلبستگی نایمن مضطرب- مقاوم می باشد. پس از نمره گذاری، خرده مقیاسی که در آن آزمودنی نمره بالاتری کسب کرده باشد به عنوان سبک دلبستگی فرد در نظر گرفته می شود. Hazan و Shaver روایی ملاکی و محتوایی را خوب و روایی سازه آن را در حد بسیار مطلوب گزارش کرده اند (۱۶). همچنین رحیمیان در پژوهش خود روایی این پرسشنامه را در حد مطلوب گزارش نموده است. Hazan و Shaver پایایی پرسشنامه را با استفاده از بازآزمایی  $0/81$  و با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ  $0/87$  به دست آوردند. کولینوریید نیز در پژوهشی با ۹۰ نفر نمونه، با استفاده از آلفای کرونباخ پایایی بالایی را در مورد این ابزار به دست آورد؛ وی با استفاده از آلفای کرونباخ پایایی کل پرسشنامه را  $0/75$  به دست آورده که پایایی مطلوبی است. از طرفی وی با استفاده از همین روش، پایایی سبک دلبستگی ایمن، نایمن اجتنابی و نایمن دو سوگرا را به ترتیب  $0/71$ ،  $0/81$  و  $0/83$  گزارش نموده است. به علاوه اعتبار محتوایی و صوری آن توسط چند تن از اساتید روانشناسی دانشگاه اصفهان مورد تأیید قرار گرفته است (۱۷).

پژوهشگر پس از اخذ مجوز از دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز و کسب اجازه از نهادها، ادارات و سازمانهای دولتی منتخب شهر تبریز از طریق نمونه گیری در دسترس واحدهای مورد پژوهش را انتخاب و پس از توضیحات لازم در خصوص اهداف مطالعه و کسب رضایت شفاهی از آن ها پرسشنامه های مطالعه

**جدول شماره ۱:** نتایج تحلیل رگرسیون همزمان برای پیش بینی کیفیت زندگی از طریق سبک های دل بستگی

P	F	R <sup>2</sup>	R	P	T	S <sub>E</sub>	B	متغیر پیش بین	
۰/۰۰۲	۵/۳۹	۰/۱۵	۰/۳۸					مدل کلی	
				۰/۰۰۱	۳/۳۲	۰/۳۱۶	۰/۷۱۳	۲/۳۷	دل بستگی ایمن
				۰/۰۴۴	-۱/۹۵۲	-۰/۱۸۷	۰/۶۲۶	-۱/۲۲	دل بستگی اجتنابی
				۰/۶۷۰	۰/۴۲۸	۰/۰۴۱	۰/۶۵۰	۰/۲۷۸	دل بستگی دوسوگرا

تیین می کنند ( $F=7/06$ ،  $p<0/01$ ) بطوری که سبک دل بستگی ایمن ( $p=0/003$ ،  $r=0/28$ ) و اجتنابی ( $p=0/002$ ،  $r=-0/29$ ) اثر پیش بینی کنندگی معنی داری را روی شادکامی داشتند، ولی این اثر برای سبک دوسوگرا ( $p=0/814$ ،  $r=0/22$ ) معنی دار نبود. بنابراین براساس تحلیل رگرسیون همزمان، سبک دل بستگی ایمن به نحو مثبت و سبک دل بستگی اجتنابی به نحو منفی پیش بینی کننده شادکامی می باشند (جدول ۲).

نتایج مطالعه نشانگر آن بود که سبک دل بستگی ایمن با متغیر شادکامی همبستگی مثبت معنی دار ( $p<0/01$ ) و سبک اجتنابی با این متغیر همبستگی منفی معنی دار ( $p<0/01$ ) داشته است؛ در حالی که هیچ ارتباط معنی داری بین سبک دل بستگی دوسوگرا با متغیر شادکامی مشاهده نشد. نتایج تحلیل رگرسیون همزمان برای پیش بینی شادکامی از طریق سبک های دل بستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا نشان داد که سبک های دل بستگی، همزمان ۰/۱۸ درصد از تغییرات متغیر شادکامی را

**جدول شماره ۲:** نتایج تحلیل رگرسیون همزمان برای پیش بینی شادکامی از طریق سبک های دل بستگی

P	F	R <sup>2</sup>	R	P	T	S <sub>E</sub>	B	متغیر پیش بین	
۰/۰۰۰۱	۷/۰۶	۰/۱۸	۰/۴۲					مدل کلی	
				۰/۰۰۳	۳/۰۳	۰/۲۸۲	۰/۷۶۳	۲/۳۱	دل بستگی ایمن
				۰/۰۰۲	-۳/۱۴	-۰/۲۹۵	۰/۶۷۰	-۲/۱۱	دل بستگی اجتنابی
				۰/۸۱۴	۰/۲۳۵	۰/۰۲۲	۰/۶۹۵	۰/۱۶۴	دل بستگی دوسوگرا

ایجاد احساس ایمنی در فرد می باشد درحالی که پیامد دل بستگی های نایمن، ایجاد ترس و وحشت در فرد است. در این باره Roberts و همکاران می نویسند که پیامد روانشناختی سبک های دل بستگی نایمن در شرایط استرس زا ایجاد اضطراب و افسردگی می باشد در حالی که پیامد روانشناختی سبک دل بستگی ایمن در چنین شرایطی بهزیستی و در نهایت کیفیت زندگی بالاتر است (۲۳).

نتایج پژوهش نشان داد که متغیر کیفیت زندگی با متغیر های دل بستگی ایمن و شادکامی همبستگی مثبت معنی دار ( $p<0/01$ ) و با متغیر دل بستگی اجتنابی همبستگی منفی معنی دار ( $p<0/05$ ) داشت؛ همچنین متغیر شادکامی با متغیر های دل بستگی ایمن و کیفیت زندگی همبستگی مثبت معنی دار ( $p<0/01$ ) و با متغیر های دل بستگی اجتنابی همبستگی منفی و معنی دار ( $p<0/01$ ) داشت.

**بحث**

همچنین می توان گفت سبک دل بستگی ایمن، منبعی ایمنی بخش برای مواجهه و مقابله با استرس است، در حالی که سبک های نایمن دل بستگی، چنین منبعی را فراهم نمی کنند و فرد را در برابر استرس ها تنها و درمانده رها می سازند و حتی راهبردهای مقابله ضعیف فرد را نیز از بین می برند؛ به عبارتی سبک دل بستگی ایمن از غنی ترین منابع درون فردی است که فرد را در برابر تنیدگی ها و آثار نامطلوب آن ها توانمند می سازد و فقدان آن فرد را در مقابله با شرایط بحران زا آسیب پذیر می کند.

نتایج مطالعه حاضر نشان داد که سبک های دل بستگی نقش پیش بینی کننده و معنی داری در کیفیت زندگی داشتند که این نتایج با یافته های پژوهش های Mikulincer و Shaver (۱۸)، Dittomasso و همکاران (۱۹)، Mikulincer و همکاران (۲۰)، Gillath و همکاران (۲۱) و Cassidy و Shaver (۲۲) همخوانی دارد. پیامد فرایند دل بستگی ایمن،

به شیوه‌های منفعلانه با استرسورها مقابله می‌کنند و این شیوه‌های غیر کارکردی مقابله با استرس کیفیت زندگی آن‌ها را کاهش می‌دهد.

همچنین یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که سبک‌های دلبستگی نقش پیش‌بینی کننده و معنی‌داری در شادکامی ایفاء می‌کنند؛ این نتایج با یافته‌های پژوهش‌های پیشین از جمله عزیز و موحی (۱۳) و Lavy و همکاران (۱۴) همسو بوده است. نتایج مطالعات آن‌ها نشان داده است که آزمودنی‌هایی با سبک دلبستگی ایمن از مشکلات بین شخصی کمتر و سطح شادکامی بیشتری نسبت به آزمودنی‌های دارای سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا برخوردار بودند.

مطالعات بیانگر آن بودند که زنانی که شوهران آن‌ها دارای سبک دلبستگی ایمن هستند نشانه‌های افسردگی کمتری داشته و سطوح شادکامی، سازگاری و اعتماد در آن‌ها نسبت به زنانی که شوهران دلبسته نایمن دارند بیشتر است (۲۶). علاوه بر این نتایج مطالعات نشان داده است که سبک‌های دلبستگی نایمن بیشتر با دشواری‌های هیجانی و روحی روبرو هستند و هر چه احساس ناتوانی این افراد در روابط زناشویی بیشتر باشد سطح شادکامی آن‌ها کمتر است (۲۷).

در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که شادکامی در کمیت و کیفیت ارتباط زوجین از اهمیت زیادی برخوردار است و می‌تواند به احترام متقابل منتهی شود. به عبارتی زنان و شوهرانی که از کیفیت ارتباطی یا تفاهم خوبی برخوردار می‌باشند از وضعیت تندرستی بهتری بهره‌مند خواهند بود و بین آن‌ها یک رابطه همدلی دوسویه ایجاد می‌شود که باعث افزایش شادکامی و رضایت زناشویی در آن‌ها می‌گردد (۱۲). بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که امنیت خاطر زنان با سبک دلبستگی ایمن باعث از خودگذشتگی برای حصول توافق با همسرانشان می‌شود و بر رضایت و سازگاری زناشویی از یک سو و شادکامی آن‌ها از سوی دیگر تأثیر می‌گذارد (۲۸). به عبارت دیگر سبک دلبستگی ایمن با نقش واسطه‌ای احساسات، تنظیم هیجانات و انعطاف پذیری با شادکامی در ارتباط بوده در حالی که سبک دلبستگی دوری‌گزين با احساس ترس و ناتوانی از هماهنگی با موقعیت

Collins معتقد است که سبک‌های دلبستگی با ایجاد سوگیری در رمزگذاری، یادآوری و اثرگذاری بر فرایندهای توضیح دادن شرایط ناگوار، کیفیت زندگی را تحت تأثیر قرار می‌دهد به گونه‌ای که سبک دلبستگی ایمن سوگیری مثبت داشته و کیفیت زندگی را بالا می‌آورد و سبک‌های نایمن، سوگیری منفی دارند و کیفیت زندگی را کاهش می‌دهند (۲۴). Shaver، Schachner و Mikulincer در توجیه این امر معتقدند که افراد دارای سبک‌های ایمن، اجتنابی و دوسوگرا برای تنظیم عواطف و پردازش اطلاعات هیجانی از راهبردهای کاملاً متفاوتی استفاده می‌کنند که این راهبردها به نوبه خود کیفیت زندگی را افزایش یا کاهش می‌دهند (۲۵). Shaver و Mikulincer بر این باورند که اشخاص دارای سبک دلبستگی ایمن از آن دسته راهبردهای تنظیم هیجانی استفاده می‌کنند که استرس را به حداقل رسانده و هیجان‌های مثبت را فعال می‌کند. برعکس، اشخاص دارای سبک‌های دلبستگی نایمن، اجتنابی و دوسوگرا از راهبردهایی تنظیم هیجانی استفاده می‌کنند که بر هیجان‌های منفی تأکید دارند (۱۸).

سبک دلبستگی تعیین‌کننده پردازش‌های شناختی-هیجانی در مورد استرس‌ها و ناملایماتی است که افراد در شرایط ناگوار با آن‌ها روبرو می‌شوند. می‌توان گفت سبک دلبستگی ایمن به دلیل پردازش‌های شناختی-هیجانی مثبت، کیفیت زندگی را در این شرایط افزایش می‌دهد ولی سبک‌های نایمن دلبستگی به دلیل پردازش‌های شناختی-هیجانی منفی کیفیت زندگی را در این گونه شرایط کاهش می‌دهند (۲۵).

همچنین می‌توان بیان کرد که افراد دلبسته ایمن برای مقابله با ناراحتی و استرس‌ها از راهبردهای سازنده استفاده کرده و در مواقع بحرانی از حمایت اجتماعی نیز برخوردار می‌باشند. علاوه بر این، این دسته از افراد در مورد کنترل استرس، خوش‌بین و خودکار آمد هستند و در نتیجه کیفیت زندگی آن‌ها ارتقاء پیدا می‌کند. در حالی که افراد دلبسته اجتنابی در برابر استرس، به رفتارهای ناپخته و مبتنی بر مکانیسم‌های دوری‌گزینی، تجزیه و سرکوب متوسل می‌شوند و همچنین افراد دلبسته دوسوگرا نیز

می‌باشند اما دل‌بستگی نایمن احتمال ناسازگاری عاطفی و اجتماعی را فراهم می‌سازد و در نتیجه شادکامی کمتری حاصل می‌شود (۱).

از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به حجم کم نمونه ها و نحوه پاسخگویی آزمودنی‌ها اشاره کرد به عبارتی تعداد سؤالات پرسشنامه‌ها نسبتاً زیاد بوده و باعث خستگی آزمودنی‌ها می‌شود و به طبع از دقت و صحت پاسخگویی آزمودنی‌ها می‌کاهد؛ لذا در تفسیر نتایج باید این موضوع را مدنظر قرار داد لذا پیشنهاد می‌شود مطالعات دیگری با حجم نمونه بیشتر و در جامعه پژوهش دیگری انجام شده و نتایج مورد بررسی و مقایسه قرار گیرند. همچنین استفاده از سایر روش‌های جمع‌آوری داده‌ها ممکن است دقت و اعتبار پاسخ‌ها را افزایش دهد.

### تشکر و قدردانی

پژوهش حاضر حاصل پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی می‌باشد. پژوهشگران بدینوسیله کمال تقدیر و تشکر را از مسئولین دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز، رؤسا و کارکنان نهادها، ادارات و سازمانهای دولتی شهر تبریز که در این مطالعه شرکت کردند، اعلام می‌دارند.

ها رابطه داشته و نتیجه نامطلوب آن به طور معنی داری از شادکامی فاصله می‌گیرد و همچنین سبک دل‌بستگی نایمن دوسوگرا با سرکوب شکست‌ها و ارزیابی نادرست از موقعیت‌ها با شادکامی رابطه معکوس و معنی داری پیدا می‌کند.

### نتیجه گیری نهایی

سبک دل‌بستگی ایمن به شیوه مثبت و سبک دل‌بستگی اجتنابی به شیوه منفی پیش‌بینی کننده کیفیت زندگی و شادکامی می‌باشند. سبک دل‌بستگی ایمن از طریق پردازش‌های شناختی-هیجانی مثبت، کیفیت زندگی را افزایش داده و سبک‌های نایمن دل‌بستگی به دلیل پردازش‌های شناختی-هیجانی منفی کیفیت زندگی را کاهش می‌دهند. همچنین افرادی که دارای سبک دل‌بستگی ایمن می‌باشند از مشکلات بین فردی کمتر و سطح شادکامی بیشتری نسبت به افراد دارای سبک دل‌بستگی اجتنابی و دوسوگرا برخوردار می‌باشند. افراد دارای سبک‌های دل‌بستگی نایمن بیشتر با دشواری‌های هیجانی و روحی روبرو هستند و هر چه احساس ناتوانی در این افراد بیشتر باشد سطح شادکامی آن‌ها کمتر خواهد بود. Bowlby در این زمینه معتقد است رفتار فرد تابع شیوه دل‌بستگی او با مادرش است، افرادی که دل‌بستگی ایمن دارند شاد و سازگار

### منابع

- 1- Bowlby J. Attachment and loss: Attachment. New York: Basic Books.1969
- 2- Cassidy J, Shaver PR. Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications. New York: Guilford. 1992.
- 3- Brown J, Cohen P, Johnson JG, Salzinger S. A longitudinal analysis of risk factors for child maltreatment: findings of a 17-year prospective study of officially recorded and self-reported child abuse and neglect. Child Abuse Negl. 1998 Nov;22(11):1065-78
- 4- Robinson P. Measurement of quality of life in HIV disease. Journal of the Association of Nurses in AIDS Care. 2004; 15(5): 14S-19S
- 5- Lorig K. Kachadourian,\* Rina D. Eiden, Kenneth E. Leonard. Paternal alcoholism, negative parenting, and the mediating role of marital satisfaction. Addict Behav. 2009 Nov; 34(11): 918-927
- 6- Kar A. Positive psychology: science of happiness and human's capabilities, translated by Pasha Sharifi H et al. Tehran. Sokhan publication. 2003. (In persian).

- 7- Pressman SD, Cohen S. Does positive affect influence health? *Psychol Bull.* 2005 Nov;131(6):925-71
- 8- Snyder CR, Lopez J. *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press. Socio-Personal Well – Being". *Social Indicators Research*, 2002, vol 51.
- 9- Barbara L. Fredrickson. The Role of Positive Emotions in Positive Psychology. *Am Psychol.* 2001 Mar; 56(3): 218–226
- 10- Bazzazian S, Besharat MA. Attachment styles, illness perception and quality of life in patients with type I diabetes. *Contemporary Psychology.* 2010; 5(1): 3-11.
- 11- Livingston TM. A comparison of marriage education and brief couples counseling. A dissertation submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of Doctor of Philosophy. Orlando. Florida. University of Central Florida. 2006.
- 12- Ghaem Maghami M, Hosseinian S, Rasouli R. Relationship between attachment styles and techniques of conflict resolution among married women. *Cultural Issues Women and Family Education*, 2013; 24(8): 8-25.
- 13- Azizi A, Movahedi Y. The Predict happiness based on attachment styles. 6th International Congress on Child and Adolescent Psychiatry. 2013. June 5. Tabriz University of Medical Sciences
- 14- Lavy S, Littman-Ovadia H. All you need is love? Strengths mediate the negative associations between attachment orientations and life satisfaction. *PERS INDIV DIFFER.* 2011; 50(7): 1050–1055
- 15- Abedi M, Mirshah Jafari E, Liaghatdar M. Standardization of the Oxford Happiness Inventory in Students of Isfahan University. *IJPCP.* 2006; 12 (2) :95-100
- 16- Hazan C, Shaver P. Romantic love conceptualized as attachment process. *J Pers Soc Psychol.* 1987 Mar; 52(3):511-24.
- 17- Rahimian BA. The Relationship between job satisfaction, job orientation and involvement, working with different adult attachment styles in a public hospital nurses in Isfahan. *Iranian Psychiatry and Clinical Psychology.* 2004; 13(2): 148-157. (In Persian).
- 18- Mikulincer M, Shaver PR. The attachment behavioral system in adulthood: Activation, psychodynamics, and interpersonal processes. *Advan Exp Soc Psychol.* 2003; 35: 53-152
- 19- Ditommaso E, Brannen-McNulty C, Ross L, Burgess M. Attachment styles, social skills & loneliness in young adults. *PERS INDIV DIFFER.* 2003; 35(2):303-312.
- 20- Mikulincer M, Florian V, Weller A. Attachment styles, coping strategies, and posttraumatic psychological distress: The impact of the Gulf War in Israel. *J Pers Soc Psychol.* 1993 May;64(5):817-26
- 21- Gillath O, Bunge SA, Shaver PR, Wendelken C, Mikulincer M. Attachment-style differences in the ability to suppress negative thoughts: exploring the neural correlates. *Neuroimage.* 2005 Dec; 28(4):835-47.
- 22- Cassidy J, Shaver PR (Eds). *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications*. New York: Guilford. 1999.

- 23- Roberts JE, Gotlib IH, Kassel JD. Adult attachment security and symptoms of depression: The mediating roles of dysfunctional attitudes and low self-esteem. *J Pers Soc Psychol.* 1996; 70 (2): 310-320.
- 24- Collins N. Working models of attachment: Implications for explanation, emotion, and behavior. *J Pers Soc Psychol.* 1996; 71(4): 810-832.
- 25- Shaver PR, Schachner DA, Mikulincer M. Attachment style, excessive reassurance seeking, relationship processes, and depression. *Pers Soc Psychol Bull.* 2005; 31(3): 343-359.
- 26- Lau W, Peterson CC. Adults and children with Asperger syndrome: Exploring adult attachment style, marital satisfaction and satisfaction with parenthood. *Res Autism Spectr Disord.* 2011; 5(1): 392-399.
- 27- Shahyad SH, Besharat MA, Asadi M, ShirAlipour A, Miri M. The relations of attachment and perceived social support with life satisfaction: Structural equation model. *Procedia Social and Behavioral Sciences.* 2011; 15: 952-956. (in persian)
- 28- Ma QC, Huebner ES. Attachment relationships and adolescents' life satisfaction: Some relationships matter more to girls than boys. *PSYCHOL SCH.* 2008; 45(2): 177-190.
- 29- Rapoza KA, Baker AT. Attachment styles, alcohol, and childhood experiences of abuse: an analysis of physical violence in dating couples. *Violence Vict.* 2008; 23(1): 52-65

## Predicting quality of life and happiness based on attachment style

Noei iran L<sup>1</sup>, \*Mahmoud Alilou M<sup>2</sup>

### Abstract

**Introduction:** Attachment styles are among the most important psychological variables that have an important role in prediction of different important psychological constructs. The purpose of this study was to predict the quality of life and happiness based on attachment styles in married couples in Tabriz-Iran.

**Methods:** In this descriptive correlational study, one hundred married couples (50 women and 50 men) who were living in the city of Tabriz in 1393 recruited based on convenience sampling with consideration of inclusion criteria. Tools used in this study include the abbreviated form of the World Health Organization Quality of Life (WHOQOL-BREF), Oxford Happiness Questionnaire (OHQ) and Hazan and Shaver Adult Attachment scale. Validity and reliability of instruments assessed and confirmed. The data, analyzed with SPSS ver.19, using Pearson correlation coefficient and multiple regression.

**Results:** The results of regression analyses revealed that attachment style predicts quality of life and happiness. Determination coefficients were estimated 0/15 and 0/18 for quality of life and happiness respectively ( $p < 0/05$ ).

**Conclusion:** The attachment styles play a significant role in predicting people's quality of life and happiness, so in the development of programs for improving quality of life and happiness the attachment styles of participants should be considered.

**Keywords:** Attachment Styles, quality of life, happiness.

Received: 26 November 2014

Accepted: 21 April 2015

1- MSc of Psychology, Tabriz Bench Azad, Islamic Azad University, Tabriz, Iran.

2- Professor of Psychology, Department of psychology, Faculty of psychology, Tabriz University, Tabriz, Iran.

(Correspondence author)

E-mail: aliluo646@yahoo.com



# Iranian Journal of Rehabilitation Research in Nursing

ISSN: 2383-434X Vol.1 No.4 Summer 2015

- Effect of self - management program on knee pain among older adult with osteoarthritis referred to orthopedic clinics in 1393.....1**  
Mirzaei N, Mohammadi Shahboulaghi F, Nourozi K, Biglarian A, Hosseiny GH
- The correlation between obstructive sleep apnea and high blood Pressure in elders.....11**  
Farajzadeh M, Hosseini H, Mohtashami J, Chaibakhsh S, Zaghari Tafreshi M
- Relationship between Mental Health and Quality of Life in patients with heart failure.....21**  
Nasiry Zarrin Ghabaee D, Saber Moghadam Ranjbar M, Bagheri Nesami M, Haresabadi M
- The effect of closed kinetic chain exercises on the static and dynamic balance of Stroke patients...31**  
Gholami Borujeni B, Ghasemi B
- Comparison of Marital Satisfaction and General Health among breast cancer patients with breast evacuation, breast keeping and Cancer free women in Tehran.....39**  
Esfandiari Dolabi Z, Joulaei A, Asli Azad M
- The effect of collaborative care model on sleep quality of patients' undergoing Coronary Artery Bypass Graft Surgery.....49**  
Alamdarloo A, Hosseini MA, Khanke H, Norouzi K, Rezasoltani P, Mozakka Sh
- Predicting quality of life and happiness based on attachment style.....60**  
Noei iran L, Mahmoud Alilou M
- Comparison of drug therapy with exercise program on body composition and cardio-pulmonary fitness in patients with nonalcoholic fatty liver disease.....70**  
Nabizadeh Haghighi A, Shabani R