



<https://jacp.scu.ac.ir/>

ISSN (P): 2538-5755

ISSN (E): 2588-6126

Received: 16 September 2022

Accepted: 17 March 2023

Research Article

Doi: [10.22055/jacp.2024.46600.1365](https://doi.org/10.22055/jacp.2024.46600.1365)

Predicting Feelings of Loneliness Based on Attachment Styles in Individuals with Romantic Bereavement

Rasoul Heshmati^{1*}, Roya Fathalizadeh², Mojtaba Ahmadi Farsani³

1. Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran
2. MA of Psychology, Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran
3. PhD of Psychology, Faculty of Education and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran

Citation: Heshmati, R., Fathalizadeh, R., & Ahmadi Farsani, M. (2023). Predicting feelings of loneliness based on attachment styles in individuals with romantic bereavement. *Clinical Psychology Achievements*, 9(1), 47-56.

Abstract

The present study was conducted with the aim of predicting feelings of loneliness based on attachment styles in people with romantic bereavement. The current research is descriptive-correlational, correlational, and cross-sectional. In line with the research's purpose, 800 people were selected from the student population of University of Tabriz by convenience sampling method and after completing the Love Trauma Symptom Inventory, 219 individuals whose scores for romantic bereavement were one standard deviation higher than the average were selected as the main sample for the research and the Attachment Questionnaires of Collins, Reid and Emmons and the Feeling of Social and Emotional Loneliness of Adults Questionnaires of Di Tommaso et al were filled. The collected data were analyzed through Pearson's correlation coefficient and multiple regression analysis simultaneously. The results showed that secure, avoidant and ambivalent attachments styles could significantly predict feeling of loneliness in individual with romantic bereavement, and in general, 32 percent of the changes in feelings of loneliness were explained by attachment styles. With the identification of the role of attachment styles in predicting the level of loneliness, it can be said that the necessary interventions to change insecure attachment styles to secure ones can reduce the feelings of loneliness and leave a noticeable positive effect in improving the mental health of individuals with the experience of romantic bereavement.

Keywords: feelings of loneliness, secure attachment, avoidant attachment, ambivalent attachments, romantic bereavement

* **Corresponding Author** Rasoul Heshmati

E-mail: psy.heshmati@gmail.com



© 2023 The Author(s). Published by Shahid Chamran University of Ahvaz. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.



پیش‌بینی احساس تنهایی بر اساس سبک‌های دلبستگی در افراد با تجربه سوگ رمانتیک

رسول حشمتی^{۱*}، رویا فتحعلی‌زاده^۲، مجتبی احمدی‌فارسانی^۳

۱. استاد گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران

۲. کارشناس ارشد روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران

۳. دکتری روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

چکیده

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی احساس تنهایی بر اساس سبک‌های دلبستگی در افراد با تجربه سوگ رمانتیک انجام شد. پژوهش حاضر از نوع تحقیقات توصیفی-همبستگی و مقطعی است. در راستای هدف پژوهش از جامعه دانشجویان دانشگاه تبریز تعداد ۸۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شد که بعد از تکمیل پرسشنامه نشانگان ضربه عشق، ۲۱۹ نفر که نمره آن‌ها یک انحراف معیار بالاتر از میانگین بودند به‌عنوان نمونه اصلی پژوهش انتخاب شدند و پرسشنامه‌های دلبستگی کولینز و رید و امونز و احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی بزرگسالان دی توماسو و همکاران را پر کردند؛ داده‌های جمع‌آوری‌شده از طریق ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان تحلیل شدند. نتایج نشان داد که سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا می‌توانند احساس تنهایی را در افراد با تجربه سوگ رمانتیک به‌صورت معنی‌داری پیش‌بینی کنند و به‌طور کلی ۳۲ درصد از تغییرات احساس تنهایی توسط سبک‌های دلبستگی تبیین شدند. با مشخص شدن نقش سبک‌های دلبستگی در پیش‌بینی میزان احساس تنهایی می‌توان گفت که مداخلات لازم جهت تغییر سبک‌های دلبستگی ناایمن به سمت ایمن می‌تواند احساس تنهایی را کاهش دهد و در ارتقاء سلامت روان افراد با تجربه سوگ رمانتیک، اثر مثبت قابل‌ملاحظه‌ای بر جای بگذارد.

کلیدواژه‌ها: احساس تنهایی، دلبستگی ایمن، دلبستگی اجتنابی، دلبستگی دوسوگرا، سوگ رمانتیک

مقدمه

نیاز به دوست داشتن و دوست داشته شدن از نیازهای بنیادی انسان در طول زندگی است اما از طرف دیگر شکست در روابط یا خاتمه روابط عاشقانه در سنین جوانی نیز پدیده‌ای معمول و رایج است (Harvey & Miller, 2000). جوانی به‌عنوان دوره گذار از نوجوانی به بزرگسالی دوره‌ای است که در آن بسیاری از افراد درگیر روابط عاطفی و عاشقانه می‌شوند (Tillman et al., 2019). برقراری رابطه میان دختران و پسران در این دوره از اهمیت بسیاری برخوردار است و در صورتی که این رابطه با شکست مواجه شود، می‌تواند مشکلات و پیامدهای متعددی را برای طرفین ایجاد کند (Lee & Sbarra, 2013). یکی از مهم‌ترین و مرتبط‌ترین این پیامدها سوگ رمانتیک (romantic break-up grief) است. سوگ رمانتیک شامل مجموعه‌ای از علائم و نشانه‌ها به دنبال جدایی در روابط عاطفی است، که باعث مختل شدن کارکرد فرد در زمینه‌های مختلف زندگی اعم از فردی، خانوادگی، تحصیلی و یا شغلی می‌شود (Rosse, 2007). ویژگی بنیادی سوگ رمانتیک ایجاد یکسری علائم پس از یک ضربه شخصی در رابطه عاطفی است. افراد ابتدا شکست عاطفی را به‌عنوان یک شوک تجربه می‌کنند. چیزی که منجر به تجربه احساس شوک می‌شود این موضوع است که شکست عاطفی باعث می‌شود انتظاراتی که فرد از رابطه و امنیت در آن دارد نقض شود (Dehghani et al., 2011). شکست عاطفی به‌عنوان یک استرس شدید تجربه شده و می‌تواند پیامدهای متعددی را در زمینه‌های مختلف برای افرادی که آن را تجربه می‌کنند به دنبال داشته باشد که یکی از این پیامدها احساس تنهایی (feeling of loneliness) است و پژوهش‌های متعددی نشان داده‌اند که سوگ رمانتیک می‌تواند منجر به تجربه احساس تنهایی شود (Aghajani et al., 2018).

تنهایی احساس ناخوشایندی است که به دنبال کمبود در روابط اجتماعی فرد به‌صورت کمی و کیفی و همچنین دسترسی نداشتن به روابط نزدیک و مطلوب با دیگران تجربه می‌شود (Andrew & Meeks, 2016). به‌عبارت‌دیگر تنهایی، آگاهی شناختی فرد از احساس وجود ضعف و کاستی در روابط فردی و اجتماعی است که می‌تواند با احساس غمگینی و پوچی و همچنین تأسف و یا حسرت همراه شود. در واقع احساس تنهایی، ناتوانی در ایجاد و حفظ رابطه رضایت‌بخش با دیگران است که احتمالاً باعث تجربه حس محرومیت می‌شود (Asher & Paquette, 2003).

پژوهشگران متعددی نشان داده‌اند که احساس تنهایی نقش عمده‌ای را در مشکلات روانی-اجتماعی فرد دارد و می‌توان آن را عاملی تهدیدکننده برای سلامت روان و یا حتی سلامت جسمانی فرد دانست (Victor, 2021; Böger & Huxhold, 2018). ادبیات پژوهشی حاکی از آن است که احساس تنهایی با خجالت و کم‌رویی، انزوای اجتماعی، روان‌رنجورخویی و کاهش تعاملات اجتماعی و بسیاری مسائل دیگر ارتباط دارد (Erevik et al., 2023). از طرف دیگر احساس تنهایی پیش‌بینی‌کننده افسردگی، خودکشی، کاهش سلامت جسمانی و بسیاری موارد دیگر است (Isik et al., 2021; Mushtaq et al., 2014; Pitman et al., 2020). بنابراین شناسایی عوامل مؤثر بر آن جهت جلوگیری از به وجود آمدن این حس و یا کاهش آن ضروری است.

یکی از عواملی که می‌تواند نقش مهمی را در تجربه احساس تنهایی داشته باشد کیفیت روابط اولیه کودک و والد و یا سبک‌های دلبستگی (attachment Styles) است (DiTommaso et al., 2003). دلبستگی، پیوند عاطفی عمیقی است که با افراد خاص در زندگی خود برقرار می‌کنیم، به‌گونه‌ای که باعث می‌شود هنگام تعامل با آن‌ها احساس نشاط و شغف کرده و به‌هنگام استرس از اینکه آن‌ها را در کنار خود می‌بینیم احساس آرامش کنیم (Berk, 2022). بررسی‌های اولیه در زمینه سبک‌های دلبستگی از سوی اینزورث (ainsworth, 1989) انجام شد و سه الگوی دلبستگی ایمن (aecure)، نایمن اجتنابی (avoidant) و نایمن دوسوگرا (ambivalent) شناسایی شد. کودکان با سبک دلبستگی ایمن از والدین و یا مراقب خود به‌عنوان یک منبع و پایگاه امن برای اکتشاف محیط استفاده کرده و در بیشتر موقعیت‌ها احساس راحتی و امنیت می‌کنند و تجسم مثبت، پاسخ‌دهنده و حمایتگری از منبع دلبستگی دارند. کودکان با سبک دلبستگی نایمن دوسوگرا سخت‌تر می‌توانند به احساس آرامش دست پیدا کنند و بین کشش به سمت مادر و اجتناب از مادر در نوسان‌اند، به‌این ترتیب این کودکان به مادر خود نزدیک شده و سپس مادر را پس می‌زنند. این کودکان همچنین نمی‌توانند به راحتی به کاوش و دست‌کاری محیط بپردازند و در برابر تنیدگی‌ها از نظر خلقی آسیب‌پذیرتر هستند. کودکان با سبک دلبستگی نایمن اجتنابی در برابر افراد ناآشنا منقلب نشده و احتیاط نشان می‌دهند و در صورتی که مادر آن‌ها را در آغوش بگیرد با حرکات و

پیچ و تاب و تکان دادن خود سعی بر پایین آمدن دارند؛ همچنین این کودکان در عواطف خود نسبت به مادر بی‌تفاوت‌اند و به نظر می‌رسد اهمیت روابط دلبستگی با مادر را انکار می‌کنند (Ainsworth, 1989).

پیروان نظریه دلبستگی معتقدند که به‌احتمال زیاد سبک دلبستگی کودک بر اساس الگوهای فعال درونی از خود و چهره دلبستگی تا دوره بزرگسالی تداوم داشته و در روابط بزرگسالی فرد منعکس می‌شود (Simpson et al., 1992). اگرچه در نظریه دلبستگی بالبی، دلبستگی و احساس تنهایی مرتبط باهم در نظر گرفته نشده‌اند اما برخی از پژوهشگران بر این عقیده‌اند که این نظریه می‌تواند برای بررسی شکل‌گیری احساس تنهایی در کودکی چارچوبی را فراهم کند (Berlin et al., 1995). بالبی (Bowlby, 1988) اعتقاد داشت اگر مراقبت از کودک با حساسیت و پاسخ‌دهی به‌موقع همراه نباشد، دلبستگی نایمن در کودک شکل می‌گیرد و الگوهای عملی درونی او از دیگران به‌عنوان فردی دست‌نیافتنی و اعتماد ناپذیر خواهد بود؛ این کودک خود را شایسته دریافت مراقبت همراه با حساسیت در نظر نمی‌گیرد. این ادراکات و تصورات ناسالم مانع از شکل‌گیری روابط میان فردی حمایت‌کننده شده و کودک را در معرض خطر برخی مشکلات عاطفی-اجتماعی از جمله احساس تنهایی قرار می‌دهد. پژوهش برلین و همکاران (Berlin et al., 1995) نشان داد که احساس تنهایی در کودکان نایمن اجتنابی، پایین و در کودکان ایمن، متوسط است؛ از طرف دیگر پژوهش‌های دیگر نشان داده‌اند که خود آشکارسازی در بزرگسالان ایمن بیشتر از بزرگسالان اجتنابی است (Mikulincer & Nachshon, 1991)؛ از آنجایی که فقدان خود آشکارسازی با احساس تنهایی رابطه دارد (Stokes, 1987) بنابراین انتظار می‌رود احساس تنهایی در افراد ایمن کمتر از افراد نایمن دیده شود. میکولینسر و ناچشون (Mikulincer & Nachshon, 1991) نشان دادند که افراد دلبسته ایمن به دلیل روابط رضایت‌بخش خود، احساس تنهایی پایین‌تری را گزارش می‌کنند. این افراد با خود آشکارسازی به بقیه پاسخ می‌دهند و در نتیجه متقابلاً خود آشکارسازی بیشتری نیز از دیگران دریافت می‌کنند. پژوهش‌های دیگری نیز در زمینه رابطه بین سبک‌های دلبستگی و احساس تنهایی صورت گرفته است. قابضی و همکاران (Qabezi et al., 2018) در پژوهش خود نشان دادند که سبک دلبستگی اضطرابی (دوسوگرا) پیش‌بین قدرتمندی برای احساس تنهایی است. در پژوهشی دیگر نوریان و همکاران (Nourian et al., 2023) نشان دادند که سبک‌های دلبستگی ایمن و نایمن می‌توانند کیفیت زندگی و احساس تنهایی را به‌صورت معنی‌داری پیش‌بینی کنند. براون اسمیت و سلتانا (Brown-Smythe & Sultana, 2023) نیز در پژوهش خود به نتایج مشابهی دست یافتند و نشان دادند که سبک‌های دلبستگی می‌توانند بر احساس تنهایی تأثیر معنی‌داری را بگذارند.

عشق و فقدان دو روی یک سکه هستند، بدون شک هر رابطه‌ای با مرگ یا جدایی خاتمه می‌یابد. شکست عاطفی می‌تواند در هر رابطه‌ای رخ بدهد که در نهایت ممکن است منجر به احساس تنهایی یکی از طرفین رابطه و یا هر دو آن‌ها شود. از طرف دیگر همان‌گونه که در بالا گفته شد احساس تنهایی با مشکلات جسمانی و روان‌شناختی بسیاری، همچون افسردگی، خودکشی، خشم، سو مصرف مواد، عزت‌نفس پایین، خستگی، اضطراب، ناشاد زیستن، احساس بدبختی مرتبط بوده و تهدیدی برای سلامت روان و کارکرد روانی-اجتماعی فرد به حساب می‌آید. اگرچه در زمینه رابطه میان سبک‌های دلبستگی و احساس تنهایی پژوهش‌هایی صورت گرفته است اما باوجود اهمیت اساسی احساس تنهایی در افراد با تجربه سوگ رماتیک خلأ این‌گونه پژوهش‌ها در این افراد احساس می‌شود. لذا پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی احساس تنهایی بر اساس سبک‌های دلبستگی در افراد با تجربه سوگ رماتیک صورت گرفت.

روش

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

پژوهش حاضر از نوع تحقیقات توصیفی-همبستگی و مقطعی است. جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه تبریز که در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ در دانشگاه تبریز مشغول به تحصیل بودند، تشکیل دادند. از این جامعه آماری نمونه اولیه‌ای به حجم ۸۰۰ نفر انتخاب شد که بعد از تکمیل پرسشنامه‌ها افرادی که نمره آن‌ها در پرسشنامه نشانگان ضربه عشقی یک انحراف معیار بالاتر از میانگین بود به‌عنوان نمونه اصلی پژوهش یعنی افراد با تجربه

سوغ رمانتیک انتخاب شدند که تعداد آن‌ها برابر با ۲۱۹ نفر بود و کار تحلیل آماری با توجه به اهداف این پژوهش فقط بر روی آن‌ها انجام شد. ملاک ورود تحقیق عبارت بود از دانشجو بودن و دامنه سنی ۴۰-۱۸ ساله، تجربه شکست عاطفی در یک سال اخیر و داشتن علائم و نشانه‌های سوگ رمانتیک و ملاک‌های خروج نیز شامل سابقه اختلالات سایکوتیک و ابتلا به بیماری جسمی مزمن بود.

ابزار پژوهش

مقیاس تجدیدنظر شده دلبستگی بزرگسالان (Revised Adult Attachment Scale): این پرسشنامه در سال ۱۹۹۰ توسط کولینز و رید (Collins & Read, 1990) تهیه‌شده مبنای نظری آن نظریه دلبستگی هازن و شیور است. این مقیاس شامل خودارزیابی از مهارت‌های ایجاد روابط و خود توصیفی شیوه شکل‌دهی روابط دلبستگی نسبت به نگاره‌های دلبستگی نزدیک است و مشتمل بر ۱۸ ماده بوده و از طریق علامت‌گذاری بر روی یک مقیاس ۵ درجه‌ای از نوع لیکرت (به‌هیچ‌وجه با خصوصیات من تطابق ندارد برابر است با ۱ تا کاملاً با خصوصیات من تطابق دارد برابر است با ۵) سنجیده می‌شود. این پرسشنامه سه زیرمقیاس دارد: الف) نزدیکی (معادل سبک دلبستگی ایمن): میزانی که اعتماد آزمودنی را به دیگران می‌سنجد. ب) وابستگی (معادل عکس دلبستگی اجتنابی): میزان آسایش در رابطه، صمیمیت و نزدیکی هیجانی را اندازه‌گیری می‌کند. ج) اضطراب (معادل سبک دلبستگی اضطرابی-دوسوگرا): ترس از داشتن رابطه را در ارتباطها می‌سنجد. ضریب پایایی باز آزمایی این آزمون برای هر یک از سه زیر مقیاس نزدیکی، وابستگی و اضطراب به ترتیب ۰/۶۸، ۰/۷۱ و ۰/۵۲ گزارش شده است (Collins & Read, 1990). کولینز و رید (Collins & Read, 1990) نشان دادند که زیر مقیاس‌های نزدیک بودن، وابستگی و اضطراب در فاصله زمانی دو ماه و حتی ۸ ماه پایدار ماندند. در پژوهش پاکدامن (Pakdaman, 2001) میزان اعتبار این آزمون بر اساس نتایج حاصل از دو بار اجرای این پرسشنامه با فاصله زمانی یک ماه ۰/۹۵ به دست آمد.

مقیاس احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی بزرگسالان (Social and Emotional Loneliness Scale for Adults):

مقیاس احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی بزرگسالان به‌وسیله دی‌توماسو و همکاران (DiTommaso et al., 2004) تهیه شد. این مقیاس شامل ۱۴ گویه و سه زیر مقیاس احساس تنهایی رمانتیک، احساس تنهایی خانوادگی و احساس تنهایی اجتماعی است. حاصل جمع نمرات احساس تنهایی رمانتیک و خانوادگی نشان‌دهنده نمره فرد در احساس تنهایی عاطفی است. در مقابل هر گویه طیف ۵ گزینه‌ای از کاملاً مخالفم (نمره ۱) تا کاملاً موافقم (نمره ۵) قرار دارد. کسب نمره در هر یک از ابعاد این مقیاس نشان‌دهنده احساس تنهایی بیشتر در آن بعد است. دی‌توماسو و همکاران (DiTommaso et al., 2004) ضریب آلفای کرونباخ را بین ۰/۸۷ تا ۰/۹۰ گزارش کردند که از همسانی درونی مناسب این مقیاس حکایت دارد. سلیمی و همکاران (Salimi et al., 2009) ضریب آلفای کرونباخ را برای ابعاد احساس تنهایی رمانتیک، خانوادگی و اجتماعی به ترتیب برابر ۰/۹۲، ۰/۸۴ و ۰/۷۸ گزارش کردند.

پرسشنامه نشانگان ضربه عشق (Love Trauma Symptom Inventory): پرسشنامه نشانگان ضربه عشق (LTSI)

یک پرسشنامه خود-گزارش دهی است که توسط دهقانی و همکاران (۲۰۱۱) با طیف نمره‌گذاری لیکرتی به‌منظور ارزیابی علائم سوگ ناشی از فروپاشی روابط رمانتیک تدوین شده است. این پرسشنامه ۴۵ ماده دارد و شامل یک مقیاس کلی و سه خرده مقیاس دربرگیرنده علائم شناختی، هیجانی و رفتاری سوگ است. آیتم‌های این پرسشنامه بر اساس واکنش‌های شناختی، هیجانی و رفتاری ۳۰ نفر دانشجو پس از تجربه سوگ رمانتیک تنظیم شده است. ابتدا واکنش‌های شناختی، هیجانی و رفتاری یک‌به‌یک افراد ثبت شده و سپس آیتم بر اساس مؤلفه‌های شناختی، هیجانی و رفتاری طبقه‌بندی شد. اولویت هر آیتم بر اساس فراوانی و شدت آن در نظر گرفته شد و سپس آیتم‌های مشابه و تکراری حذف شد. ارزیابی روایی محتوای ابزار را سه نفر از همکاران متخصص در این زمینه انجام دادند و درنهایت شاخص آماری آلفای کرونباخ به‌منظور

ارزیابی پایایی پرسشنامه در حد مناسبی بر روی یک نمونه دانشجویی ۴۹ نفری ۰/۷۹ به دست آمد، ضریب پایایی از طریق باز آزمایی بافاصله یک هفته بر روی همین گروه ۰/۸۱ به دست آمد (Dehghani et al., 2011).

نحوه اجرای پژوهش

بعد از انتخاب آزمودنی‌ها، محققین فرم کتبی رضایت‌نامه شرکت در مطالعه را که در ابتدای پرسشنامه قرار داشت به شرکت‌کنندگان دادند و از آن‌ها رضایت کتبی و شفاهی دریافت کردند و پس از تشریح اهداف پژوهش و جلب مشارکت و همکاری آن‌ها، پرسشنامه‌ها در اختیار افراد قرار گرفت و از آن‌ها خواسته شد که به‌دقت سؤال‌ها را مطالعه نموده و پاسخ‌های موردنظر را متناسب با ویژگی‌ها، باورها، احساسات، تجارب و رفتار خود انتخاب نمایند و سؤالی را تا حد امکان بی‌جواب نگذارند. همچنین جنبه محرمانه بودن اطلاعات حاصل با آزمودنی‌ها در میان گذاشته شد و به آن‌ها اطمینان داده شد که مطالب گزارش شده از خصیصه‌های روان‌شناختی‌شان در اختیار مرکز یا فرد خاصی قرار داده نخواهد شد. کد اخلاقی این تحقیق نیز از کمیته اخلاق دانشگاه تبریز گرفته شد (IR.TABRIZU.REC.1400.006).

در آخر داده‌های به‌دست‌آمده از ابزار نام برده شده مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. تحلیل داده‌ها در این پژوهش با روش‌های آمار توصیفی محاسبه فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار و همبستگی و تحلیل رگرسیون چندگانه صورت گرفت. داده‌ها به‌وسیله نسخه ۲۶ نرم‌افزار SPSS تحلیل شدند. سطح معنی‌داری برای آزمون فرضیه‌ها ۰/۰۰۵ در نظر گرفته شد.

یافته‌ها

میانگین سنی شرکت‌کنندگان در پژوهش حاضر برابر با ۲۵/۷۹ (با انحراف معیار ۵/۷۶) بود. همچنین در جدول ۱ توزیع فراوانی متغیرهای جنسیت، وضعیت تأهل و تحصیلات نمونه پژوهش گزارش شده است.

جدول ۱. ویژگی‌های جمعیت شناختی نمونه پژوهش

متغیر	طبقه	فراوانی	درصد
جنسیت	مرد	۷۷	۳۵/۲
	زن	۱۴۲	۶۴/۸
	کل	۲۱۹	۱۰۰/۰
وضعیت تأهل	مجرد	۱۷۶	۸۰/۴
	متأهل	۳۹	۱۷/۸
	مطلقه	۴	۱/۸
	کل	۲۱۹	۱۰۰/۰
تحصیلات	فوق‌دیپلم	۳۴	۱۵/۵
	لیسانس	۹۳	۴۲/۵
	فوق‌لیسانس	۹۲	۴۲/۰
	کل	۲۱۹	۱۰۰/۰

جدول ۲. شاخص‌های مرکزی و پراکندگی متغیرها

متغیر	تعداد	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار
دلبستگی دو سوگرا	۲۱۹	۵/۰۰	۲۱/۰۰	۱۱/۱۸۷۲	۴/۲۴۵۵۲
دلبستگی اجتنابی	۲۱۹	۴/۰۰	۲۱/۰۰	۱۱/۱۵۹۸	۴/۲۱۷۳۸
دلبستگی ایمن	۲۱۹	۴/۰۰	۲۰/۰۰	۱۰/۶۵۷۵	۳/۹۴۸۸۲
احساس تنهایی	۲۱۹	۱۴۱/۰۰	۲۱۳/۰۰	۱۷۷/۲۳۷۴	۱۹/۹۲۸۹۶

نتایج ماتریس همبستگی نیز در جدول ۳ نشان می‌دهد که بین متغیرهای پیش‌بین یعنی دل‌بستگی ایمن، نایمن اجتنابی و نایمن دوسوگرا و متغیر ملاک یعنی احساس تنهایی در سطح ۰/۰۵ همبستگی معنی‌داری به دست آمد.

جدول ۳. ماتریس همبستگی میان متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴
احساس تنهایی	۱			
دل‌بستگی ایمن	-۰/۵۰۶**	۱		
دل‌بستگی نایمن اجتنابی	۰/۴۲۱**	-۰/۴۴۰**	۱	
دل‌بستگی نایمن دوسوگرا	۰/۳۶۹**	-۰/۳۶۱**	۰/۳۴۲**	۱

شاخص تحمل و شاخص تورم واریانس نشان دادند که پیش‌فرض هم خطی چندگانه متغیرهای پیش‌بین در مطالعه حاضر محقق شده است چراکه مقادیر شاخص تورم واریانس در همه متغیرها از حد بحرانی (یعنی ۲) کوچک‌تر بود و مقادیر شاخص تحمل در همه متغیرها به حد مطلوب (یعنی ۱) نزدیک بود. همچنین آزمون دوربین-واتسون نشان داد پیش‌فرض استقلال منابع خطای متغیرهای موردنظر محقق شده است چراکه مقدار دوربین واتسون (۱/۹۲۲) در حد مطلوب (مابین ۱/۵ و ۲/۵) قرار گرفته است.

با توجه به معنی‌دار بودن ضریب همبستگی متغیرهای یاد شده و همچنین محقق شدن پیش‌فرض‌های هم خطی چندگانه و استقلال منابع خطا، برای پیش‌بینی احساس تنهایی بر اساس سبک‌های دل‌بستگی از تحلیل رگرسیون به شیوه همزمان استفاده شد که نتایج تحلیل در جدول ۴ آورده شده است.

جدول ۴. خلاصه مدل تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی احساس تنهایی بر اساس سبک‌های دل‌بستگی

R	R ²	ADJ.R ²	SE	F	معنی‌داری	دوربین واتسون
۰/۵۷۴	۰/۳۲۹	۰/۳۲۰	۶/۵۳۰	۳۵/۱۸۵	۰/۰۰۰۱	۱/۰۱۱

با توجه به مندرجات جدول ۴ نتایج تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد که سبک‌های دل‌بستگی می‌توانند ۳۲ درصد از تغییرات احساس تنهایی را تبیین کنند.

جدول ۵. نتایج تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی احساس تنهایی بر اساس سبک‌های دل‌بستگی

متغیر ملاک	متغیر پیش‌بین	B	β	t	معنی‌داری	هم خطی چندگانه VIF Tolerance
دل‌بستگی ایمن	دل‌بستگی ایمن	-۰/۷۰۹	-۰/۳۵۳	-۵/۵۰۳	۰/۰۰۰۱	۱/۳۲۳ ۰/۷۵۶
احساس تنهایی	دل‌بستگی نایمن اجتنابی	۰/۳۸۹	۰/۲۰۷	۳/۲۴۹	۰/۰۰۱	۱/۳۰۲ ۰/۷۶۸
دل‌بستگی نایمن دوسوگرا	دل‌بستگی نایمن دوسوگرا	۰/۳۱۹	۰/۱۷۱	۲/۷۸۴	۰/۰۰۶	۱/۲۰۸ ۰/۸۲۸

بر اساس اطلاعات جدول ۵ می‌توان گفت که سبک دل‌بستگی ایمن، نایمن اجتنابی و نایمن دوسوگرا به ترتیب با ضرایب تأثیر ۰/۳۵۳، ۰/۲۰۷ و ۰/۱۷۱ توانایی پیش‌بینی احساس تنهایی را دارند؛ بنابراین از بین متغیرهای پیش‌بین دل‌بستگی ایمن توان بیشتری را برای پیش‌بینی احساس تنهایی دارد و پس از آن سبک‌های دل‌بستگی نایمن اجتنابی و دوسوگرا به ترتیب در رتبه‌های بعدی قرار می‌گیرند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی احساس تنهایی بر اساس سبک‌های دلبستگی در افراد با تجربه سوگ رمانتیک صورت گرفت. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که سبک‌های دلبستگی ایمن، نایمن اجتنابی و نایمن دوسوگرا می‌توانند احساس تنهایی را در افراد با تجربه سوگ رمانتیک به صورت معنی‌داری پیش‌بینی کنند. نتایج این پژوهش با پژوهش‌های قبلی و همکاران (Qabezi et al., 2018)، نوریان و همکاران (Nourian et al., 2023)، برلین و همکاران (Berlin et al., 1995)، دی‌توماسو و همکاران (DiTommaso et al., 2003)، ایلهان (Ilhan, 2012) و براون اسمیت و سلطانا (Brown-Smythe & Sultana., 2023) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت افرادی که از سبک دلبستگی ایمنی برخوردار هستند به دلیل سطح بالای اعتمادی که به خود دارند، روابط اجتماعی مناسب و تکیه بر منابع درونی خود احساس تنهایی را کمتر تجربه می‌کنند و نمره پایین‌تری را در این متغیر می‌گیرند. افراد با سبک دلبستگی نایمن اجتنابی و دوسوگرا، به دلیل نقص در برقراری روابط اجتماعی مناسب و همچنین سطح اعتماد پایین‌تر نسبت به خود، احساس تنهایی بیشتری را تجربه می‌کنند (Ilhan, 2012). از طرف دیگر افراد با سبک دلبستگی ایمن به دلیل ویژگی‌های شخصیتی مثبت‌تر و همچنین مهارت بیشتر در برقراری روابط اجتماعی، از دوستان بیشتر و روابط خانوادگی صمیمی‌تری برخوردار بوده و بنابراین در احساس تنهایی نمره پایین‌تری نسبت به افراد با سبک دلبستگی نایمن کسب می‌کنند. همچنین می‌توان گفت که افراد با سبک دلبستگی نایمن به دلیل اینکه در روابط خود اغلب چالش‌های بیشتری را تجربه می‌کنند و بنابراین بیشتر احتمال دارد که احساس تنهایی را تجربه کنند (Nourian et al., 2023).

به‌طور کلی نتایج این پژوهش نشان داد که می‌توان احساس تنهایی را بر اساس سبک‌های دلبستگی در افراد با تجربه سوگ رمانتیک پیش‌بینی کرد. بدین معنی که سبک دلبستگی ایمن پیش‌بینی کننده میزان کمتر احساس تنهایی و سبک‌های دلبستگی نایمن اجتنابی و دوسوگرا پیش‌بینی کننده میزان بالای احساس تنهایی در این افراد هستند؛ با مشخص شدن نقش سبک‌های دلبستگی در پیش‌بینی میزان احساس تنهایی می‌توان گفت که مداخلات لازم جهت تغییر سبک‌های دلبستگی نایمن به سمت ایمن می‌تواند احساس تنهایی را کاهش دهد و در ارتقاء سلامت روان افراد با تجربه سوگ رمانتیک اثر مثبت قابل ملاحظه‌ای بر جای بگذارد.

این پژوهش همانند هر پژوهش دیگری با محدودیت‌هایی روبرو بود. این پژوهش مقطعی بوده و با توجه به اینکه از نوع همبستگی است، نباید استنباطی علی از یافته‌های آن صورت بگیرد. از طرف دیگر مانند سایر پژوهش‌های مبتنی بر پرسشنامه، فرض بر صداقت پاسخ‌دهندگان در تکمیل پرسشنامه‌ها بود، این در حالی است که است که داده‌های خود سنجی همواره محدودیت‌های خاص خود را دارند. در آخر پیشنهاد می‌گردد این پژوهش بر روی سایر جوامع بالینی و غیر بالینی نیز انجام شود. همچنین پیشنهاد می‌شود یک پژوهش طولی برای استنباط علی و قدرتمند از روابط بین متغیرها صورت گیرد.

تضاد منافع

نویسندگان مقاله هیچ‌گونه تضاد منافی در خصوص این مقاله ندارند.

سپاسگزاری

بدین وسیله از همه عزیزانی که ما را در اجرای این پژوهش یاری رساندند، نهایت تشکر و قدردانی را به عمل می‌آوریم.

منابع

- Aghajani, M. J., Akbari, B., Khalatbari, J., & Sadighi, A. (2018). Effectiveness of group logo therapy on feeling loneliness and psychological hardiness of the girls suffering from love trauma syndrome. *Armaghane Danesh*, 23(5), 559-576 [Persian]

- Ainsworth, M. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709.
- Andrew, N., & Meeks, S. (2018). Fulfilled preferences, perceived control, life satisfaction, and loneliness in elderly long-term care residents. *Aging & Mental Health*, 22(2), 183-189.
- Asher, S. R., & Paquette, J. A. (2003). Loneliness and peer relations in childhood. *Current Directions in Psychological Science*, 12(3), 75-78.
- Berk, L. E. (2022). *Development through the lifespan*. Sage Publications.
- Berlin, L. J., Cassidy, J., & Belsky, J. (1995). Loneliness in young children and infant-mother attachment: A longitudinal study. *Merrill-Palmer Quarterly*, 1982, 91-103.
- Böger, A., & Huxhold, O. (2018). Do the antecedents and consequences of loneliness change from middle adulthood into old age?. *Developmental Psychology*, 54(1), 181.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. London, Routledge
- Brown-Smythe, C., & Sultana, S. (2023). Examining social self-efficacy as a mediator for insecure attachment and loneliness. *Professional Counselor*, 13(1), 39-54.
- Collins, V.L. & Read, S. J. (1990). Adult attachment, Working models a relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644- 663.
- Dehghani, M., Atef-Vahid, M. K., & Gharaei, B. (2011). Efficacy of short-term anxiety-regulating psychotherapy on love trauma syndrome. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 5(2), 18-25.
- DiTommaso, E., Brannen, C., & Best, L. A. (2004). Measurement and validity characteristics of the short version of the social and emotional loneliness scale for adults. *Educational and Psychological Measurement*, 64(1), 99-119.
- DiTommaso, E., Brannen-McNulty, C., Ross, L., & Burgess, M. (2003). Attachment styles, social skills and loneliness in young adults. *Personality and Individual Differences*, 35(2), 303-312.
- Erevik, E. K., Vedaa, Ø., Pallesen, S., Hysing, M., & Sivertsen, B. (2023). The five-factor model's personality traits and social and emotional loneliness: Two large-scale studies among Norwegian students. *Personality and Individual Differences*, 207, 112115.
- Harvey, J. H., & Miller, E. D. (Eds.). (2000). *Loss and trauma: General and close relationship perspectives*. Psychology Press.
- Ilhan, T. (2012). Loneliness among university students: Predictive power of sex roles and attachment styles on loneliness. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 12(4), 2387-2396.
- Isik, K., Başoğlu, C., & Yildirim, H. (2021). The relationship between perceived loneliness and depression in the elderly and influencing factors. *Perspectives in Psychiatric Care*, 57(1).
- Lee, L. A., & Sbarra, D. A. (2013). The predictors and consequences of relationship dissolution. *Human bonding: The science of affectional ties*, 308-324.
- Mikulincer, M & Nachshon, O, (1991). Attachment style and patterns of self-disclosure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 321-331.
- Mushtaq, R., Shoib, S., Shah, T. and Mushtaq, S. (2014) Relationship between Loneliness, Psychiatric Disorders and Physical Health? A Review on the Psychological Aspects of Loneliness. *Journal of Clinical and Diagnostic Research: JCDR*, 8, WE01.
- Nourian, Z., Pakdaman, Sh., & Alsadat Mirzaei, S. (2023). The role of attachment styles in quality of life and loneliness dimensions of adults during corona crisis. *Developmental Psychology*, 19(74), 173-184.
- Pakdaman, Sh. (2001). *Investigating the relationship between attachment and sociability in adolescence*. Ph.D. Thesis. University of Tehran.
- Pitman, A. L., King, M. B., Marston, L., & Osborn, D. P. (2020). The association of loneliness after sudden bereavement with risk of suicide attempt: A nationwide survey of bereaved adults. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 55, 1081-1092.

- Qabezi, F., Sadeqi, M., Moradkhani, L., & Pasbani, R. (2018). The predictability of loneliness based on the attachment style concerning the role of relationship with god as a mediator. *Studies in Islam and Psychology*, 11(21), 107-130.
- Rosse, R. B. (2007). *The love trauma syndrome: free yourself from the pain of a broken heart*. Da Capo Lifelong Books.
- Salimi, A. R., Joukar, B., & Nikpour, R. (2009). Internet and communication: perceived social support and loneliness as antecedent variables. *Psychological Studies*, 5(3), 81-102.
- Simpson, J. A., Rholes, W. S., & Nelligan, J. S. (1992). Support seeking and support giving within couples in an anxiety-provoking situation: The role of attachment styles. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(3), 434-446.
- Stokes, J. P. (1987). The relation of loneliness and self-disclosure. In V. J. Derlega & J. H. Berg (Eds.), *self-disclosure* (pp. 175-202) New York, Plenum Press.
- Tillman, K. H., Brewster, K. L., & Holway, G. V. (2019). Sexual and romantic relationships in young adulthood. *Annual Review of Sociology*, 45, 133-153.
- Victor, C. R. (2021). Is loneliness a cause or consequence of dementia? A public health analysis of the literature. *Frontiers in Psychology*, 11, 612771.