أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بتقدير الذات والشعور بالوحدة*

معاوية أبو غزال وعبد الكريم جرادات**

تاريخ تسلم البحث 2008/1/15 تاريخ قبوله 2009/1/22

ملخص: هدفت هذه الدراسة إلى بحث علاقة أنماط تعلق الراشدين بتقدير الذات والشعور بالوحدة. وتكونت عينة الدراسة من 526 طالباً وطالبة اختيروا من جميع كليات جامعة اليرموك. أظهرت النتائج أن كلاً من نمطي التعلق القَلِق والآمن، قد ارتبط بشكلٍ دالٍ بتقدير الذات والشعور بالوحدة. ولم يتبين وجود علاقة دالة بين نمط التعلق التجنبي وتقدير الذات، ولا بين هذا النمط من التعلق والشعور بالوحدة. وبالمثل، فقد أظهر تحليل الانحدار أن كلاً من نمطي التعلق القَلِق والآمن، قد ساهم بشكلٍ دالٍ في التنبؤ بتقدير الذات والشعور بالوحدة. إضافة إلى ذلك، تبين أن نمط التعلق الآمن هو أكثر أنماط التعلق شيوعاً. وقد نوقشت التضمينات الإرشادية والتربوية لهذه النتائج. (**الكلمات المفتاحية:** أنماط التعلق؛ تقدير الذات؛ الشعور بالوحدة).

Adult Attachment Styles and their Relationship To Self-Esteem and Loneliness

Muawia Abu Ghazal and Abdul-Kareem Jaradat, *Faculty of Education, Yarmouk University, Irbid, Jordan.*

Abstract: *This study aimed at investigating the relationship between adult attachment styles and self-esteem and loneliness. The sample of this study consisted of 526 undergraduates from all faculties at Yarmouk University. The results showed that each of the anxious-ambivalent and secure attachment styles correlated significantly with self-esteem and loneliness. No significant relationship was found between the avoidant attachment style and self-esteem, nor between this style of attachment and loneliness. Likewise, regression analysis indicated that each of the anxious-ambivalent and secure attachment styles contributed significantly to the prediction of self-esteem and loneliness. Furthermore, it was found that the most common attachment style is the secure one. The counseling and educational implications of these findings are discussed. (**Keywords:** Attachment styles; Self-esteem; Loneliness).*

خلفية الدراسة

تعد أنماط تعلق الراشدين، بشكل عام، امتداداً لتلك التي تكونت لديهم في طفولتهم. فالأطفال يعيشون في ظل ظروف مختلفة، ويتعرضون لأساليب تنشئه اجتماعية متنوعة، لها بالغ الأثر في تشكيل اتجاهاتهم نحو أنفسهم ونحو الآخرين، وفي تحديد علاقاتهم الشخصية. فالتعلق شكل من أشكال العلاقات الحميمة بين الطفل ومقدم الرعاية الذي يكون غالباً الام. وقد حاول العديد من علماء النفس الكشف عن طبيعة هذه العلاقة ودور كل من الطفل ومقدم الرعاية في تشكيلها، وأشكال هذه العلاقة ومدى استمرارية هذه الأشكال مع الزمن، وآثارها المستقبلية في شخصية الفرد وتوافقه الاجتماعي.

ويعرّف التعلق بأنه رابطة انفعالية قوية تؤدي إلى شعور الطفل بالسعادة والفرح والأمن عندما يكون قريباً من مقدم الرعاية، والشعور بالتوتر والانزعاج عندما ينفصل عنه مقدم الرعاية مؤقتاً (Lafreniere, 2000). أما اينزوورث وبولبي (Ainsworth and Bowlby, 1991) فيعرفانه بأنه رابطة انفعالية قوية يشكلها الطفل مع مقدم الرعاية الأساسي، وتصبح فيما بعد أساساً لعلاقات الحب المستقبلية. ويعرفه شيفر (Shaffer) بأنه علاقة عاطفية قوية بين شخصين تتميز بالتبادل العاطفي والرغبة في المحافظة على القرب بينهما. ويكون التعلق الرئيس للطفل بأمه إلا أنه قد يتشكل تعلق بأفراد آخرين ممن يتفاعلون معه بشكل منتظم كالأب أو أحد الجدين أو بعض الأقارب (Eysench, 2001). أما باباليا واولد وفلدمان (Papalia, Old and Feldman, 1999) فقد أكدوا في تعريفهم للتعلق مساهمة كل من الطفل ومقدم الرعاية في نوعية رابطة التعلق فعرفوه بأنه رابطة انفعالية قوية ومتبادلة بين الرضيع ومقدم الرعاية يساهم كل منهما في نوعية التعلق. وبناءً على ما تقدم، يرى الباحثان أن التعلق عاطفة قوية متبادلة بين الطفل ومقدم الرعاية، تعكس رغبة كل منهما في المحافظة على القرب بينهما، وتُعد الأساس الذي تبنى عليه العلاقات الحميمة اللاحقة والتفاعلات الاجتماعية بشكل عام.

وقد تعددت التفسيرات النظرية فيما يخص أسباب نشوء الرابطة التعلقية، فبعض العلماء يعتقدون أنها مرتبطة بإشباع الحاجات البيولوجية، بينما يعتقد آخرون أن لدى الطفل نزعة فطرية لتشكيل هذه العلاقة، فمثلاً يرى أنصار نظرية التحليل النفسي أن العلاقة الانفعالية بين الرضيع ومقدم الرعاية تعد أساساً

* خصّ بدعم مالي من عمادة البحث العلمي والدراسات العليا/ جامعة اليرموك.

** كلية التربية، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.

© حقوق الطبع محفوظة لجامعة اليرموك 2009، إربد، الأردن.

للعلاقات المستقبلية اللاحقة، فإطعام الطفل وإشباع حاجاته البيولوجية يعدان السياق الرئيس لتشكيل رابطة التعلق. وهكذا، فإن نظرية التحليل النفسي ربطت التعلق بسلوك الرضاعة، الذي لا يشبع حاجة جسمية لدى الطفل فحسب، بل يلبي رغبة جنسية لديه أيضاً، وفقاً للمرحلة الأولى من مراحل النمو النفسي الجنسي في نظرية "فرويد" وهي المرحلة الفمية.

أما بعض أنصار المدرسة السلوكية، فقد فسروا التعلق باستخدام مفهوم خفض الدافع (Drive Reduction) الذي اقترحه "هل". فالأم تقوم بإشباع جوع الطفل (دافع أولي)، بعد ذلك يصبح وجود الأم دافعاً ثانوياً (متعلماً)، لأن وجود الأم يقترن بشعور الطفل بالراحة والشبع. ونتيجة لذلك، يتعلم الطفل تفضيل كل أشكال المثيرات التي تترافق مع الإطعام، ومن ضمنها العناق اللطيف للأم والابتسامات الدافئة والكلمات الرقيقة. وقد رفض "سكنر"، صاحب نظرية التعلم الإجرائي، فكرة (هل) التي تشير إلى أن خفض الدافع هو المسؤول عن تعلق الطفل بأمه. فسلوك التعلق من وجهة نظره يزداد ويثبت من خلال ما يتبع هذا السلوك من معززات متنوعة كالطعام والإطراء، أو الحصول على ألعاب. فإذا تم تعزيز مجموعة كبيرة من سلوكيات الطفل؛ فإن ذلك سيؤدي إلى تشكل رابطة تعلق قوية. أما عند استخدام العقاب أو التوبيخ أو سحب بعض الامتيازات؛ فإن النتيجة ستكون خفض سلوك التعلق (أبو غزال، 2007).

وتعد نظرية "بولبي" (Bowlby) الايثولوجية وجهة نظر مقبولة في الوقت الحاضر. إذ أنها أكدت فكرة أنصار مدرسة التحليل النفسي، من حيث أن نوع التعلق مع مقدم الرعاية له تضمينات عميقة ومهمة لشعور الطفل بالأمن وقدرته على تشكيل علاقة مفعمة بالثقة. وتمتاز نظرية "بولبي" عن النظريات الأخرى، التي فسرت التعلق، بتركيزها على الدور النشط الذي يؤديه الطفل حديث الولادة في نشوء هذه العلاقة.

ويؤكد بولبي (Bowlby, 1982) أن الطفل البشري يولد مزوداً، مثله مثل صغار الأنواع الأخرى من الحيوانات، بمجموعة من السلوكيات الفطرية التي تجعل مقدمي الرعاية بالقرب منه، وبالتالي تزيد من فرص بقائه مثل سلوك الرضاعة والابتسام والإمساك بالأم والتحديق في وجهها وعيونها،ويعتقد أن هناك نظاماً سلوكياً تعلقياً يتضمن مجموعة من أنماط السلوك وردود الفعل الانفعالية، تهدف إلى المحافظة على القرب من مقدم الرعاية الأولي. ويرى أن لهذا النظام ثلاث وظائف أساسية هي: تحقيق القرب من مقدم الرعاية، وتوفير ملاذ آمن للطفل، إذ يهرع الطفل إلى الأم في مواقف الخطر والتهديد بحثاً عن الدعم والشعور بالراحة، واتخاذ الأم قاعدة آمنه ينطلق منها الطفل للقيام بنشاطات استكشافية في بيئته المحيطة.

وأكد "بولبي" (Bowlby, 1988) أن الطفل عندما يتفاعل مع الآخرين يشكل ما يسمى بالنماذج العاملة الداخلية (Internal Working Models)، وأن هذه النماذج تعمل على استمرارية أنماط التعلق وتحويلها إلى فروق فردية ثابتة. وتعد هذه النماذج أبرز المفاهيم في نظرية "بولبي" من حيث أنها الحلقة النمائية التاريخية التي تفسر كيفية تأثير ظروف الماضي بظروف الحاضر والمستقبل. ولهذا السبب ظهرت نظرية بولبي في التعلق كإطار نظري لدراسة العلاقات الإنسانية في مرحلة الرشد (Hazan and Shaver, 1987; Collins and Read, 1990). وتُعرّف بيرك (Berk, 1999) النماذج العاملة الداخلية بأنها مجموعة من التوقعات المشتقة من الخبرات المبكرة مع مقدم الرعاية، تتضمن مدى وجود مقدم الرعاية، واحتمالية تقديمه للدعم أوقات الضيق والتوتر، بحيث تصبح هذه التوقعات موجهات للعلاقات الحميمة مستقبلا أو هي تمثيل عقلي لعلاقة التعلق، التي تشكل أساساً للتوقعات في العلاقات الحميمة (Bowlby, 1969; Bretherton, 1990).

كما تُعرف النماذج العاملة بأنها خرائط معرفية (Cognitive Maps) أو تمثيلات أو مخططات (Schemes) أو خطط (Scripts) يمتلكها الفرد عن نفسه ككينونة مادية ونفسية، وعن بيئته المحيطة، وأنها قد تكون على مستويات من التعقيد تتراوح بين التراكيب الأولية إلى التراكيب المعقدة (Marrone, 1996).

ويذهب "بولبي" (Bowlby, 1988) للقول بوجود جانبين لهذه النماذج: جانب يتعلق بالذات، ويتضمن تقديراً لمدى جدارة الذات. وآخر يتعلق بالآخرين، ويتضمن تقديرا لمدى استجابتهم، والثقة بهم كشركاء اجتماعيين. فإذا كان مقدم الرعاية رافضاً للطفل وساخراً منه وغير حساس لحاجاته، فإن الطفل سوف يطور نموذجاً عاملاً يُظهر فيه مقدم الرعاية على أنه شخص رافض وأن الطفل غير جدير بالمحبة. ومن جهة أخرى، إذا مر الطفل بخبرة شعر من خلالها أن مقدم الرعاية شخص مُحب حساس يمكن الوثوق به، فانه عندئذٍ يطور نموذجاً عاملاً يُظهر به أن ذلك الشخص جدير بالمحبة والثقة.

ويرى "بولبي" أنه رغم بقاء النماذج العاملة الداخلية مفتوحة أمام الخبرات الجديدة عند تفاعل الطفل مع أشخاص جدد، إلا أنها مع ذلك تميل نحو الاستقرار والثبات، لأن الطفل سيختار شركاءه ويشكل علاقاته الجديدة بطريقة تنسجم مع النموذج العامل الموجود لديه مسبقا. كما يرى أن النماذج العاملة ستقاوم التغيير بمجرد تشكلها لأنها تعمل خارج إدراك الطفل ووعيه، ولأن المعلومات الجديدة سيتم تمثلها في النموذج الموجود سلفا. فعندما يواجه الطفل خبرات ومواقف جديدة، سيخضع الطفل هذه الخبرات والمواقف للنموذج العامل الموجود لديه، متجاهلا بذلك الأدلة الواضحة التي تدحض هذا النموذج (Lafreniere, 2000).

وقد أكد "لايدون" (Lyddon, 2001) صحة هذه الفكرة في حديثه عن اضطرابات الشخصية وعلاقتها بنظرية التعلق وأنماطه.

فقد أشار أن هناك مصدرين لاستمرارية أنماط التعلق عبر الزمن، **الأول**: إن الاتجاهات والمشاعر الخاصة بالتعلق، التي تستمر إلى مراحل نمائية متأخرة (الرشد) ليست نتيجة للنماذج العاملة الداخلية المتشكلة في مرحلة الطفولة فحسب، بل إن هذه النماذج تدوم وتستمر عند مواجهتها لمواقف وخبرات تنسجم مع النماذج العاملة التي تشكلت مبكراً.

أما المصدر **الثاني** فهو الطريقة التي تصبح من خلالها بنية أو تركيب الشخصية مثبتة ذاتيا (Self-Confirmation) من خلال آليات التمثل، مثل هذه الآليات تعمل على تقييد الخبرات من أجل أن يتم تمثلها بناءً على اعتقادات جاهزة، فهذه الآليات تطابق الخبرات مع التراكيب المعرفية الجاهزة والمتميزة بعدم مرونتها في التعامل مع معلومات جديدة (Lyddon, 1993; Mahoney, 1991).

ومن الجدير ملاحظته أن الأفراد ذوي التعلق الآمن يتميزون بنظام ذاتي (Self-System) منفتح نسبيا على المعلومات الجديدة أو التغذية الراجعة القادمة من البيئة الخارجية. فالنماذج العاملة الداخلية لهؤلاء الأفراد تعكس توازناً نسبياً بين عملية التمثل (Assimilative Process) وعملية المواءمة (Accommodative Process). وهكذا، فإن نظام الذات الآمن مرن نسبياً ومنفتح أمام التعلم والتغيرات الجديدة.

أما نظام الذات للأفراد ذوي التعلق غير الآمن، فهو مغلق نسبيا أمام المعلومات الجديدة فنماذجهم العاملة الداخلية تعمل بشكل أساسي بصيغة تمثلية (Assimilative Mode). وبعبارة أخرى، فإن أنظمة الذات مسيطر عليها من عملية التمثل، الأمر الذي من شأنه أن يؤدي إلى عدم الانفتاح أمام المعلومات الجديدة. فمثل هذه النماذج العاملة تميل لأن تتمثل معظم المعلومات الجديدة بناء على قواعد موجودة، حيث يتم الانتباه انتقائيا للمعلومات التي تتوافق مع هذه القواعد، وتجاهل المعلومات التي لا تنسجم معها (Mikulincer, 1997).

وبناءً على افتراض استمرارية أنماط التعلق، يرى هازان وشيفر (Hazan and Shaver, 1987) أن مشاعر الفرد وسلوكياته وأفكاره في العلاقات الرومانسية، تخضع لعمليات التعلق بمقدم الرعاية في مرحلة الطفولة. ولاختبار هذه الفكرة قاما ببناء مقياس لأنماط التعلق في مرحلة الرشد، يعكس الأنماط الأساسية للتعلق التي لاحظها باحثو التطور لدى الرضع. ووفقاً لتصور هازان وشيفر (Hazah and Shaver, 1987)، يوجد ثلاثة أنماط للتعلق هي: تعلق آمن Secure Attachment، يسهل على أفراد هذا النمط الاقتراب من الآخرين، والثقة بهم والاعتماد عليهم، ويشعرون بالارتياح لأن الآخرين يثقون بهم أيضا ويعتمدون عليهم، ولا يقلقون من أن الآخرين سيهجرونهم وسيتخلون عنهم، كما أنهم لا يقلقون من اقتراب الآخرين منهم؛ وتعلق تجنبي Avoidant Attachment، ويتميز هذا النمط بإقرار صاحبه بعدم شعوره بالارتياح لبقائه قريبا من الآخرين، ويصعب عليه الثقة بهم والاعتماد عليهم، ويشعر بالقلق عندما يقترب منه شخص ما كثيراً؛ وتعلق قلق متناقض وجدانياً Anxious-Ambivalent Attachment، ويشير أصحاب هذا النمط بأن الآخرين يرفضون الاقتراب منهم، ويشعرون بالقلق لأن نظراءهم لا يهتمون بهم، على الرغم من أن لديهم الرغبة بأن يكونوا قريبين جدا من نظرائهم.

وقد وجد هازان وشيفر (Hazan and Shaver, 1987, 1990) في دراستين لهما على عينتين مستقلتين، أن نسبة هذه الأنماط في الدراسة الأولى هي: 56% تعلقاً آمناً، و25% تعلقاً تجنبياً، و19% تعلقاً قلقاً متناقضاً وجدانيا. أما في الدراسة الثانية، فقد بلغت هذه النسب، 56% تعلقاً آمناً، و23% تعلقاً تجنبياً، و21% تعلقاً قلقاً متناقضاً وجدانيا. كما وجدا أيضا أن هذه النسب تشابه تلك التي وجدت في دراسة أنماط تعلّق الرضع في الولايات المتحدة الأمريكية.

وقد طور "بارثولوميو" "وهوروفتز" (Bartholomew and Horowitz, 1991) نموذجا متقدما لتعلق الراشدين يتضمن بعدين. وينسجم هذا النموذج مع النماذج العاملة الداخلية التي افترضها بولبي (نموذج الذات ونموذج الآخرين). فالبعد الأول، في النموذج، يتضمن التمييز بين الذات والآخرين، بينما يتضمن البعد الثاني إيجابي / سلبي. وبناء على التقاطع بين هذين البعدين، فإن الناتج أربعة أنماط لتعلق الراشدين هي: تعلق آمن Secure Attachment يتميز الأفراد الذين يسود لديهم هذا النمط من التعلق بأن لديهم نماذج عاملة داخلية إيجابية نحو الذات ونحو الآخرين، فالأفراد ذوو التعلق الآمن يثقون بأنفسهم كما أنهم يثقون بالآخرين؛ وتعلق منشغل Preoccupied Attachment يتميز الأفراد في هذا النمط بأن لديهم نماذج عاملة داخلية سلبية نحو الذات وإيجابية نحو الآخرين، ويتمثل ذلك بإحساسهم بعدم جدارتهم بمحبة الآخرين، وبتقييمهم الإيجابي للآخرين، كما أنهم يمتلكون رغبة قوية بتشكيل علاقات حميمة كي يحصلوا على قبول الآخرين؛ وتعلق رافض Dismissive Attachment يتميز الأفراد في هذا النمط بأن لديهم نماذج عاملة داخلية إيجابية نحو الذات وسلبية نحو الآخرين، ويعد تجنبهم للعلاقات مع الآخرين وسيلة للوقاية الذاتية Self-Protective Mechanism من الرفض وخيبة الأمل؛ وتعلق خائف Fearful Attachment يشير إلى نماذج عاملة داخلية سلبية نحو الذات وكذلك نحو الآخرين، إذ يتميز الأفراد في هذا النمط بشعورهم بعدم الكفاءة، إلى جانب اعتقادهم أن الآخرين غير جديرين بالثقة. ومما تجدر الإشارة إليه أن نمط التعلق القلق المتناقض وجدانيا، وفقاً لتصور "هازان" "وشيفر"، مرادف لنمط التعلق المنشغل في تصور "بارثولوميو""وهوروفتز" (Deniz, Hamart and Ari, 2005).

هذا ولم يفترض "بارثولوميو" (Bartholomew, 1990) أن يُظهر كل فرد من الأفراد نمط تعلق واحد بعينه. فهو يرى أن من

الأفضل النظر إلى تعلق الراشدين على أنه متعدد الأنماط، وبالتالي فإن كل فرد قد يَظهر لديه نمطٌ أو أكثر من هذه الأنماط.

وقد حظيت أنماط تعلق الراشدين باهتمامٍ واسعٍ ومكثف من المختصين في أغلب ميادين علم النفس، لما لهذه الأنماط من صلة وثيقة بشخصية الإنسان وسماتها، وتفاعلاته الاجتماعية، وتوافقه النفسي بشكل عام. إذ تميزت علاقات الراشدين من ذوي التعلق غير الآمن، بالاعتمادية والشك والسخط والتردد، بينما اتضح وجود مستويات عالية من الاعتمادية المتبادلة، والثقة والالتزام والرضا في علاقات الأفراد الموسومين بالتعلق الآمن (Simpson, 1990).

وفي مجال العمل، تميز أداء الموظفين ذوي التعلق الآمن بالثقة، وعدم الخوف من الفشل، وعدم السماح لعملهم بعرقلة علاقاتهم الحميمة، في حين أن الخوف من الرفض أدى إلى عرقلة العمل لدى الموظفين ذوي التعلق القلق المتناقض. أما الموظفون ذوو التعلق التجنبي، فقد استخدموا العمل وسيلة لتجنب العلاقات الاجتماعية (Hazan and Shaver, 1990).

وما يميز ذوي نمط التعلق الآمن عن ذوي أنماط التعلق الأخرى، تفاعلاتهم الاجتماعية من حيث كميتها ونوعيتها. وتقاس هذه التفاعلات من خلال قيمتها الشخصية، ومستوى كشف الذات الذي يتم فيها. وقد تميز الأفراد ذوو التعلق القلق بمستويات مرتفعة من الاكتئاب والقلق الاجتماعي مقارنة بذوي التعلق الآمن والتعلق الرافض (حداد، 2000). وقد تبين أن لأنماط التعلق غير الآمن علاقة قوية باضطرابات الشخصية (Lyddon, 2001).

وقد بُحثت علاقة انماط تعلق الراشدين بمتغيرات شخصية عديدة كان من بينها تقدير الذات والشعور بالوحدة، فقد أجرى هونتسنجر ولوكن (Huntsinger and Luecken, 2004) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين أنماط التعلق والسلوك الصحي (Health Behavior)، والكشف عن الدور التوسطي لتقدير الذات في هذه العلاقة. وتألفت عينة الدراسة من (793) طالبا وطالبة من جامعة ولاية أريزونا، وقد كان متوسط أعمارهم 19.4 سنة. أظهرت نتائج الدراسة أن الطلبة ذوي التعلق الآمن والتعلق الرافض شاركوا في سلوك صحي أكثر، وكان تقدير الذات لديهم أعلى من ذوي التعلق غير الآمن، إذ كشفت نتائج الدراسة أن الأفراد ذوي التعلق الآمن والرافض كان لديهم تقدير ذات أعلى من ذوي التعلق الخائف والمنشغل، وأن الطلبة ذوي التعلق الآمن كان مستوى تقدير الذات لديهم أعلى من ذوي التعلق الرافض، وأن الطلبة ذوي التعلق الرافض كان لديهم تقدير ذات أعلى من ذوي التعلق الخائف والمنشغل. بالإضافة إلى ذلك، أظهرت نتائج الدراسة أن تقدير الذات يتوسط جزئيا العلاقة بين أنماط التعلق والسلوك الصحي.

أما دراسة بايلسما وكوزارلي وسومر (Bylsma, Cozzarelli and Sumer, 1997)، فقد هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين أنماط تعلق الراشدين وتقدير الذات العام. وتألفت عينة الدراسة من 5071 طالباً جامعياً متوسط أعمارهم 19 سنة. وطُبق على أفراد العينة ثلاثة مقاييس تناولت أنماط التعلق وتقدير الذات العام والفاعلية الذاتية المدركة في مجالات حياتية متنوعة، مثل الرياضة والمهارات الاجتماعية. أشارت نتائج الدراسة إلى أن الأفراد ذوي التعلق الآمن والأفراد ذوي التعلق الرافض اظهروا تقدير ذات أعلى وفاعلية ذاتية أعلى مقارنة بالأفراد ذوي التعلق الخائف والمنشغل. كما كشفت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائيا بين أنماط التعلق في الفاعلية الذاتية في المجالات الاجتماعية. إذ حصل كل من نمطي التعلق الآمن والرافض بشكل عام على مستويات أعلى من نمط التعلق الخائف ونمط التعلق المنشغل، مع وجود بعض الاستثناءات، مثل عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين نمط التعلق الرافض ونمط التعلق المنشغل في مجال المهارات الاجتماعية، وعدم وجود فروق دالة إحصائيا بين نمط التعلق الآمن ونمط التعلق المنشغل في مجال الرياضة. وفي مجال العلاقات الرومانسية، تفوق نمط التعلق الآمن بشكل دالٍ على أنماط التعلق الثلاثة المتبقية، ولم تظهر فروق دالة بين هذه الأنماط الثلاثة في هذا المجال. وفي الجاذبية الجسمية، حصل أفراد نمط التعلق المنشغل على أدنى المستويات.

وأجرى ميشيل ودوماس (Mitchell and Doumas, 2004) دراسة هدفت إلى التحقق من العلاقة بين أنماط تعلق الراشدين والتوتر النفسي لدى عينة تألفت من (1058) طالباً جامعياً، تراوحت أعمارهم بين 16-55 سنة. طبقت عليهم مقاييس تعلق الراشدين والاكتئاب والقلق وتقدير الذات. وأشارت نتائج الدراسة أن لدى الأفراد ذوي النظرة السلبية للذات، وذوي نمط التعلق المنشغل ونمط التعلق الخائف، مستويات مرتفعة من الاكتئاب والقلق ومستويات متدنية من تقدير الذات، مقارنة بالأفراد ذوي النظرة الإيجابية للذات والأفراد ذوي نمط التعلق الآمن ونمط التعلق الرافض.

أما فيما يتعلق بالدراسات التي تناولت العلاقة بين أنماط التعلق والشعور بالوحدة، فقد أجرى "دنز" و"هامارتا" و"آري" (Deniz, Hamarta and Ari, 2005) دراسة هدفت إلى التحقق من أثر أنماط التعلق في المهارات الاجتماعية، ومستويات الشعور بالوحدة لدى عينة تألفت من (383) طالباً وطالبةً من جامعة "سلكوك" (Selcuk) في تركيا، متوسط أعمارهم (20) سنة. كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة عكسية دالة إحصائيا بين نمط التعلق الآمن والشعور بالوحدة (0.24-)، وعلاقة إيجابية دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة من جهة، ونمط التعلق الرافض ونمط التعلق الخائف ونمط التعلق المنشغل من جهة أخرى، إذ بلغت معاملات الارتباط 0.12، 0.22، 0.16، على التوالي.

وأجرى ديتوماسو وبرنن–مكنلتي وروس وبورجس (Ditommaso, Brennen-McNulty, Ross and Burgess, 2003) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين أنماط التعلق من

جهة، والمهارات الاجتماعية والشعور بالوحدة من جهة أخرى لدى عينة تألفت من (183) طالباً جامعياً. أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين التعلق الآمن والمهارات الاجتماعية، وعلاقة عكسية بين نمط التعلق الآمن والشعور بالوحدة، وبين المهارات الاجتماعية والشعور بالوحدة.

وأجرى "وايزمان" و"مايسلس" و"شرباني" (Wiseman, Mayseless and Sharabany, 2006) دراسة هدفت إلى التحقق من العلاقة بين نوعية الرابطة الوالدية المبكرة المدركة والشعور بالوحدة، وبين أنماط التعلق والميول الشخصية الأولية (Predispositions). تألفت عينة الدراسة من (146) فرداً من الطلبة الجامعيين في مستوى السنة الأولى. وقد تم تطبيق أدوات الدراسة (مقياس الرابطة الوالدية، واستبانة أنماط التعلق، واستبانة الخبرات الاكتئابية، ومقياس الشعور بالوحدة) في منتصف السنة الجامعية الأولى. وأشارت النتائج إلى أن كلاً من الرعاية الوالدية والتعلق الآمن قد ارتبط سلبياً بشكل دالٍ بالشعور بالوحدة، بينما ارتبط كل من التعلق المتناقض Ambivalent والتعلق التجنبي والنقد الذاتي إيجابيا بالشعور بالوحدة.

مشكلة الدراسة وأهميتها

يتضح من الدراسات التي تم عرضها أن هناك علاقة دالة إحصائياً بين أنماط التعلق وكل من متغيري تقدير الذات والشعور بالوحدة. ولكن قد تختلف هذه العلاقة من مجتمع لآخر، فأنماط المعاملة الوالدية، التي تنشأ عنها أنماط التعلق، تختلف من أسرة لأخرى وكذلك من مجتمع لآخر (Harwood and Miller, 1995). وهذا يوضح الأساس المنطقي لإجراء الدراسة الحالية. فمفهوم التعلق له أنماط متعددة، وينبغي الكشف عنها وعن علاقتها بالمتغيرات الأخرى كتقدير الذات والشعور بالوحدة، لأن ذلك يسهم إلى حدٍ بعيد في تحديد الإجراءات الإرشادية المناسبة. وهكذا، فان الأهمية النظرية لهذه الدراسة انبثقت من أنها حاولت أن تستكشف أنماط تعلق الراشدين، وتبين مدى ارتباط هذه الأنماط بكل من تقدير الذات والشعور بالوحدة في مجتمع ذي ثقافة مختلفة. أما من الناحية العملية، فانه يترتب على الكشف عن هذه العلاقة تضمينات تربوية وإرشادية تزيد من تبصر المرشد النفسي بالعوامل التي تؤدي إلى سوء التوافق لدى مسترشديه من طلبة الجامعات، وترتقي بمهاراته الإرشادية، كما أنها تبين له أنه ينبغي تقديم المساعدة لمن لديهم أنماط تعلق غير آمنة، فهذه الأنماط ترتبط باضطرابات انفعالية عديدة. وقد أكدت العديد من الدراسات ضرورة تطبيق نظرية التعلق في الإرشاد، وحددت مهمات رئيسية للمرشد النفسي مثل تأسيس علاقة آمنة مع المسترشد، واستكشاف تاريخ تعلق المسترشد مع والديه والآخرين المهمين في حياته، وضرورة مساعدة المرشد للمسترشد في إعادة بناء نماذجه العاملة الداخلية بطريقة أكثر مرونة وتوافقاً، والاهتمام بالمسترشد لما لهذا الاهتمام من دور في تعديل النماذج العاملة الداخلية للمسترشد، وعدم استمرارية النماذج العاملة الداخلية غير المتوافقة (Lyddon and Sherry, 2001; Lyddon, 1995).

كما يمكن أن تُقدم النتائج للوالدين العديد من الإرشادات ذات الصلة بالممارسات الأبويّة، التي تعزز التعلق الأمثل لأبنائهم. فالممارسات الأبويّة هي العامل الحاسم في تمايز أنماط التعلق، وبالتالي فإن دور الوالدين يتمثل في توجيه الأبناء نحو أنماط تعلق أكثر أمناً. وبذلك فان البحث في علاقة أنماط التعلق بتقدير الذات والشعور بالوحدة، يعد ذا فائدة بالنسبة للآباء والمعلمين والمرشدين في اتخاذ الإجراءات التي تهدف إلى تكوين أنماط تعلق لدى الأبناء أو الطلبة تسهم في تحسين تقدير الذات وتخفيض الشعور بالوحدة لديهم.

علاوة على ذلك، توفر هذه الدراسة للباحث العربي أداةً لقياس أنماط التعلق، يمكن من خلالها تشخيص العديد من المشكلات التي يعاني منها طلبة الجامعات، وتمكن المختصين في مجال الإرشاد النفسي التحقق من فعالية البرامج الإرشادية والعلاجية التي تستند إلى نظرية التعلق، والتي تستهدف تغيير أنماط التعلق غير الآمنة.

فرضيات الدراسة:

سعت هذه الدراسة للتحقق من صحة الفرضيات التالية:

1. أكثر أنماط التعلق شيوعاً لدى الطلبة الجامعيين هو النمط الآمن ويتبعه التجنبي ومن ثم القلِق.
2. لا يوجد فروق دالة إحصائياً (P<0.05) بين الذكور والإناث على أي نمطٍ من أنماط التعلق.
3. لا يوجد فروق دالة إحصائياً (P<0.05) بين المستويات الدراسية على أي نمطٍ من أنماط التعلق.
4. يوجد علاقة إيجابية دالة إحصائياً (P<0.05) بين نمط التعلق الآمن وتقدير الذات، وكذا بين نمط التعلق التجنبي وتقدير الذات، في حين أن هناك علاقة سلبية دالة إحصائياً بين نمط التعلق القلق وتقدير الذات.
5. يوجد علاقة سلبية دالة إحصائياً (P<0.05) بين نمط التعلق الآمن والشعور بالوحدة، في حين أن هناك علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين نمط التعلق القلق والشعور بالوحدة، وكذا بين نمط التعلق التجنبي والشعور بالوحدة.
6. يساهم نمط التعلق الآمن أكثر بشكلٍ دالٍ إحصائياً (P<0.05) من نمطي التعلق القلق والتجنبي في التنبؤ بتقدير الذات، كما أنّ نمط التعلق التجنبي يساهم أكثر بشكلٍ دالٍ إحصائياً من نمط التعلق القلق في التنبؤ بتقدير الذات.
7. يساهم نمط التعلق الآمن أكثر بشكلٍ دالٍ إحصائياً (P<0.05) من نمطي التعلق القلق والتجنبي في التنبؤ بالشعور بالوحدة، كما أنّ نمط التعلق القلق يساهم أكثر

بشكلٍ دالٍ إحصائياً من نمط التعلق التجنبي في التنبؤ بالشعور بالوحدة.

أهداف الدراسة: هدفت هذه الدراسة إلى ما يلي:

1. الكشف عن أنماط التعلق السائدة لدى الطلبة الجامعيين.
2. بحث العلاقة بين أنماط التعلق وكل من تقدير الذات والشعور بالوحدة.
3. معرفة مدى مساهمة كل نمط من أنماط التعلق في التنبؤ بتقدير الذات والشعور بالوحدة.

مجتمع الدراسة وعينتها

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة مرحلة البكالوريوس في جامعة اليرموك المسجلين في الفصل الصيفي من العام الدراسي2007، البالغ عددهم وفقاً لسجلات الجامعة (20781) طالباً و طالبة. وقد اختيرت أربع شعب من بين (53) شعبة لمواد اختيارية، و(3) شعب من بين (88) شعبة لمواد إجبارية تطرحها الجامعة لجميع طلبة البكالوريوس. وتكونت عينة الدراسة من (526) طالباً وطالبة ممثلين للكليات والمستويات الدراسية المختلفة في الجامعة. وبلغ متوسط أعمار الطلبة (20.75) سنة، بانحراف معياري (1.14). وقد تم إجراء المسح أثناء المحاضرات بعد أن أُخبر الطلبة أن مشاركتهم طوعية، وأُكد لهم على سرية البيانات. ويوضح جدول (1) توزيع أفراد العينة حسب متغيري الجنس والمستوى الدراسي.

جدول (1): توزيع أفراد العينة في ضوء متغيري الجنس والمستوى الدراسي

الجنس / المستوى الدراسي	ذكور	إناث	المجموع
سنة أولى	75	117	192
سنة ثانية	55	85	140
سنة ثالثة	44	59	103
سنة رابعة	41	50	91
المجموع	215	311	526

أدوات الدراسة

1. مقياس التعلق: بعد أن اطّلع الباحثان على مقاييس تعلق الراشدين التي تضمنتها بعض الدراسات المنشورة (Hazan and Shaver, 1987; Becker and Billing, 1997; Bakker, Van Oudenhoven and Van der Zee, 2004; Huntsinger and Luecken, 2004)، طوّرا مقياساً للتعلق أسمياه، "مقياس اليرموك لأنماط تعلق الراشدين". يتكوّن هذا المقياس من (20) فقرة، تتم الإجابة عنها من خلال أسلوب ليكرت ذي التدريج السداسي، بحيث يمثل الرقم (0) لا تنطبق على الإطلاق، ويمثل الرقم (5) تنطبق تماماً. وتتوزع الفقرات على ثلاثة أنماط، فيما يلي وصفٌ لها:
   أ. نمط التعلق الآمن (Secure Attachment Style): يُظهر هذا النمط إلى أي درجة ينظر الفرد بشكلٍ إيجابي إلى نفسه وإلى الآخرين. ويتكون هذا النمط من (6) فقرات. وتتراوح الدرجات عليه من (0) إلى (30). ومن الأمثلة على فقرات هذا النمط: "من السهل عليّ أن أكوّن علاقات حميمة مع الآخرين؛ أعرف أنني سأجد من يساعدني عندما أحتاج إلى مساعدة".
   ب. نمط التعلق القَلِق (Anxious-Ambivalent Attachment Style): يُظهر هذا النمط إلى أي درجة ينظر الفرد بشكلٍ سلبي إلى نفسه وبشكلٍ إيجابي إلى الآخرين. ويتكون هذا النمط من (7) فقرات. وتتراوح الدرجات عليه من (0) إلى (35). ومن الأمثلة على فقرات هذا النمط: "لدي انطباع أنني أحب الآخرين أكثر مما يحبونني؛ لا يقدّرني أو يحترمني الآخرون تماماً كما أقدّرهم أو أحترمهم".
   ج. نمط التعلق التجنبي (Avoidant Attachment Style): يُظهر هذا النمط إلى أي درجة ينظر الفرد بشكلٍ إيجابي إلى نفسه وبشكلٍ سلبي إلى الآخرين. ويتكون هذا النمط من (7) فقرات. وتتراوح الدرجات عليه من (0) إلى (35). ومن الأمثلة على فقرات هذا النمط: "من المهم بالنسبة لي أن أكون مستقلاً عن الآخرين؛ لا أقلق عندما أكون وحيداً، فأنا لست بحاجة ماسة للآخرين" (أنظر الملحق).
2. مقياس روزنبرغ لتقدير الذات: استُخدمت في هذه الدراسة النسخة العربية من مقياس روزنبرغ لتقدير الذات (جرادات، 2006). يتكون المقياس من (10) فقرات تقيس تقدير الذات العام لدى المراهقين والراشدين. وتكون الاستجابة لهذه الفقرات من خلال أسلوب ليكرت ذي التدريج الرباعي، بحيث يمثل الرقم (1) أوافق بشدة، ويمثل الرقم (4) لا أوافق بشدة. وتتراوح الدرجات على هذا المقياس من (10) إلى (40). ومن الأمثلة على فقرات هذا المقياس: "إنني راضٍ عن نفسي، بشكلٍ عام؛ أشعر أن لدي عدداً من الصفات الجيدة".
3. مقياس الشعور بالوحدة: استُخدم في هذه الدراسة مقياس اليرموك للشعور بالوحدة الذي طوّره كلٌ من حداد وسوالمه (1998). وقد سبق وأن طُبق هذا المقياس على عينات من الطلبة الجامعيين، وأظهر مستويات مُرضية من الصدق والثبات، وهذا ما يسوّغ استخدامه في هذه الدراسة. ويتكون المقياس من (30) فقرة موزعة على أربعة أبعاد، هي: العلاقات الاجتماعية؛ العلاقات الأسرية؛ المشاعر الذاتية؛ العلاقات الحميمة. وتكون الاستجابة لهذه الفقرات من خلال أسلوب ليكرت ذي التدريج الرباعي، بحيث يمثل الرقم (1) بدرجة معدومة، ويمثل الرقم (4) بدرجة كبيرة. وتتراوح الدرجات الكلية على هذا المقياس بين (30)

و(120). ومن الأمثلة على فقرات هذا المقياس: "ليس لدي علاقات صداقة مع الآخرين؛ أتجنب المواجهة مع أفراد عائلتي بقدر الإمكان".

متغيرات الدراسة

اشتملت الدراسة في التحليلات الإحصائية الأولى (تحليل التباين) على ثلاثة متغيرات تابعة، هي: أنماط التعلق؛ وعلى متغيرين مستقليْن، هما: الجنس: ذكر – أنثى، والمستوى الدراسي: سنة أولى، وسنة ثانية، وسنة ثالثة، وسنة رابعة. أما في التحليلات اللاحقة (تحليل الانحدار)، فقد اشتملت على متغيريْن تابعيْن، هما: تقدير الذات والشعور بالوحدة، وعلى ثلاثة متنبئات، هي: أنماط التعلق. وقد أجريت التحليلات الأولى ليتم في ضوئها إجراء التحليلات اللاحقة. لهذا جاءت أنماط التعلق في الأولى تابعة، وفي الثانية متنبئة.

حدود الدراسة

- تناول مقياس التعلق، المستخدم في الدراسة الحالية، التعلق بالأفراد بشكلٍ عام. أي لم يتم تحديد أشخاص مستهدفين كالوالدين أو الأصدقاء.
- اختيرت عينة الدراسة من الطلبة الذين في مستوى البكالوريوس. وبالتالي، فإن تعميم النتائج يجب أن يقتصر على هذه الفئة من الطلبة.

إجراءات الصدق

تم إجراء صدق محتوى لمقياس التعلق، بعرض المقياس على ستة محكمين من أعضاء هيئة التدريس في قسم علم النفس الإرشادي والتربوي في جامعة اليرموك. وقد أعيدت صياغة ثلاث فقرات بناءً على رأي بعض المحكمين، ولم يكن هناك ملاحظات لديهم حول انتماء كل فقرة لنمط التعلق الذي تمثله. إضافةً إلى ذلك، استخدم أسلوب التحليل العاملي وفقاً لطريقة المكونات الأساسية. وأجري التدوير باستخدام طريقة التدوير المتعامد (Varimax Rotation). بينت نتائج التحليل وجود (7) عوامل، كان الجذر الكامن (Eigenvalue) لكل منها > 1، وتفسر بمجموعها 52.8% من التباين كما هو موضح في جدول 2.

جدول (2): نتائج التحليل العاملي لمقياس التعلق

العامل	الجذر الكامن	نسبة التباين المفسر	النسبة التراكمية للتباين المفسر
1	3.88	15.53	15.53
2	2.92	11.69	27.21
3	1.67	6.67	33.88
4	1.35	5.41	39.29
5	1.18	4.73	44.03
6	1.15	4.59	48.61
7	1.04	4.16	52.77

وبسبب وجود عدد قليل من الفقرات في غير عامل، استُخدم اختبار فصل العوامل التي ينبغي توافرها. وقد حُددت من خلال هذا الاختبار ثلاثة عوامل للتدوير تفسر مجتمعة 33.88%. وقد اختيرت الفقرات في ضوء محكين أساسيين هما: أن يكون تشبع الفقرة على العامل الذي تنتمي له أكثر من (0.40)؛ وأن يكون تشبع الفقرة على أي عامل آخر أقل من (0.40). انطبق هذان المحكان على (20) فقرة من فقرات التعلق البالغ عددها (25). وتجدر الإشارة إلى أنه قد تم تحديد ثلاثة عوامل ليتم فصلها من خلال أسلوب فصل العوامل، لأن عدد أنماط التعلق ثلاثة وليست سبعة، الأمر الذي أدى إلى أن خمسة من بين فقرات المقياس لم ينطبق عليها المحكان المشار إليهما. وبذلك، أصبح مقياس التعلق بشكله النهائي يتألف من (20) فقرة موزعة على ثلاثة أنماط. وسميت الأنماط بالنظر إلى محتوى فقرات كل نمط، وبما ينسجم مع الأسماء المشار إليها في الأدب التربوي بهدف مقارنة نتائج الدراسة الحالية مع نتائج الدراسات السابقة (أنظر جدول 3).

جدول (3): البناء العاملي لمقياس اليرموك لأنماط تعلق الراشدين بشكله النهائي

رقم الفقرة (في الملحق)	النمط القلق	النمط التجنبي	النمط الآمن
ق 9	**0.70**	-0.17	0.10
ق17	**0.66**	0.16	-0.33
ق 6	**0.65**	0.02	-0.03
ق 3	**0.63**	0.13	-0.15
ق 13	**0.62**	-0.03	0.22
ق 16	**0.57**	0.22	-0.25
ق 1	**0.55**	-0.02	-0.10
ج 5	-0.03	**0.65**	-0.02
ج 8	0.12	**0.65**	-0.21
ج 12	0.07	**0.55**	0.01
ج 20	-0.11	**0.48**	0.33
ج 15	-0.06	**0.48**	0.38
ج 18	0.01	**0.45**	0.27
ج 2	0.03	**0.41**	0.9
ن 10	-0.27	0.12	**0.63**
ن 14	-0.09	0.15	**0.61**
ن 19	-0.21	0.04	**0.56**
ن 7	0.06	0.02	**0.53**
ن 11	0.20	0.15	**0.41**
ن 4	-0.22	-0.37	**0.40**

ملاحظة

(1) ق = نمط التعلق القَلِق
ج = نمط التعلق التجنبي
ن = نمط التعلق الآمن

(2) يشير البنط الأسود إلى أن الفقرة تشبعها عالٍ على العامل الذي تنتمي له.

وقد أشارت معاملات ارتباط بيرسون إلى أن النمط الآمن ارتبط عكسياً بشكلٍ دالٍ بالنمط القَلِق (ر=-0.27؛ P<0.001)، وإيجابياً بشكلٍ دالٍ بالنمط التجنبي (ر=0.16؛ P<0.001)، ولم يظهر هناك ارتباطٌ دالٌ بين النمط القَلِق والنمط التجنبي (ر=0.04).

إجراءات الثبات

تم التحقق من ثبات مقياس التعلق من خلال تطبيقه على (60) طالباً وطالبة من خارج عينة الدراسة، وحساب معامل الاتساق الداخلي، باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، لفقرات كل نمط من أنماط التعلق التي تضمنها المقياس. وقد كان عدد فقرات المقياس (25) فقرة، إذ تكون النمط القلق من (9) فقرات، والتجنبي أيضاً من (9) فقرات، في حين تكوّن النمط الآمن من (7) فقرات. وبلغت قيم معامل الثبات لكل نمط من هذه الأنماط على النحو التالي: النمط القلق (0.74)، والتجنبي (0.60)، والآمن (0.56).

بالإضافة إلى ذلك، حسب معامل الاتساق الداخلي لفقرات كل نمط من هذه الأنماط، بعد تطبيق المقياس على العينة الكلية للدراسة، وإجراء تحليل عاملي له، ومن ثم حذف 5 فقرات منه بناءً على نتائج هذا التحليل. وقد بلغت قيم معامل الثبات على النحو التالي: القلق (0.76)، والتجنبي (0.64)، والآمن (0.57).

وفيما يتعلق بمقياسي تقدير الذات والشعور بالوحدة، فقد حسب معامل الاتساق الداخلي لفقرات كل منهما بعد أن طُبّقا على العينة الكلية. وكانت قيم معامل الثبات كما يلي: تقدير الذات (0.74)، والشعور بالوحدة (0.84).

تحليل البيانات

أجري تحليل التباين الثنائي لمعرفة مستوى دلالة الفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث، وكذا بين متوسطات درجات الطلبة في المستويات الدراسية المختلفة على كل نمط من أنماط التعلق. وحسبت الارتباطات بين درجات أفراد العينة على كل نمط من أنماط التعلق ودرجاتهم على كلٍ من مقياسي تقدير الذات والشعور بالوحدة. كما استخدم تحليل الانحدار المتعدد المتدرج (Stepwise Multiple Regression) لمعرفة مدى مساهمة كل نمط من أنماط التعلق في التنبؤ بتقدير الذات والشعور بالوحدة.

النتائج

حاولت الدراسة الحالية اختبار عدد من الفرضيات حول أنماط التعلق لدى عينة من الطلبة الجامعيين، وفيما يلي عرض النتائج المتعلقة بهذه الفرضيات.

لاختبار الفرضيات الثلاث الأولى التي تتعلق بأنماط التعلق الشائعة لدى الطلبة الجامعيين، وبالفروق بين الجنسين وبين المستويات الدراسية على كل نمط من أنماط مقياس التعلق، حسبت المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على كل نمط من هذه أنماط حسب متغيريْ الجنس والمستوى الدراسي. كما أنها حسبت لدرجات أفراد العينة على مقياسي تقدير الذات والشعور بالوحدة، كإحصاءات وصفية (أنظر جدول4).

جدول (4): المتوسطات والانحرافات المعيارية (بين قوسين) لدرجات أفراد العينة على كل نمط من أنماط التعلق (الآمن، والقَلِق، والتجنبي) وعلى مقياسي تقدير الذات والشعور بالوحدة في ضوء متغيري الجنس والمستوى الدراسي.

النمط/المقياس	المستوى الجنس	السنة الأولى	السنة الثانية	السنة الثالثة	السنة الرابعة	المتوسط الكلي
نمط التعلق الآمن	الذكور	3.25 (0.95)	3.10 (1.00)	3.26 (0.84)	3.11 (0.88)	3.19 (0.93)
	الإناث	3.22 (1.00)	3.25 (0.91)	3.14 (0.85)	3.17 (0.95)	3.21 (0.94)
	العينة كاملة	3.23 (0.97)	3.19 (0.95)	3.19 (0.84)	3.14 (0.91)	3.20 (0.93)
نمط التعلق القلق	الذكور	1.59 (0.97)	1.59 (1.13)	1.65 (1.05)	1.72 (0.98)	1.63 (1.03)
	الإناث	1.58 (1.07)	1.69 (1.05)	1.67 (1.15)	1.64 (1.03)	1.64 (1.07)
	العينة كاملة	1.58 (1.03)	1.65 (1.08)	1.66 (1.11)	1.68 (1.00)	1.63 (1.05)
نمط التعلق التجنبي	الذكور	2.56 (1.04)	2.63 (1.02)	2.70 (1.12)	2.72 (0.76)	2.64 (1.00)
	الإناث	2.86 (0.92)	2.68 (1.00)	2.77 (0.92)	2.83 (0.83)	2.79 (0.93)
	العينة كاملة	2.74 (0.98)	2.66 (1.01)	2.74 (1.01)	2.78 (0.80)	2.73 (0.96)
تقدير الذات	الذكور	3.18 (0.38)	3.11 (0.43)	3.17 (0.39)	3.15 (0.44)	3.15 (0.41)
	الإناث	3.18 (0.38)	3.14 (0.38)	3.14 (0.41)	3.12 (0.37)	3.15 (0.39)
	العينة كاملة	3.18 (0.38)	3.13 (0.41)	3.15 (0.40)	3.13 (0.40)	3.15 (0.40)
الشعور بالوحدة	الذكور	1.21 (0.43)	1.11 (0.37)	1.12 (0.39)	1.24 (0.39)	1.17 (0.40)
	الإناث	1.23 (0.38)	1.21 (0.40)	1.21 (0.44)	1.21 (0.36)	1.22 (0.39)
	العينة كاملة	1.22 (0.40)	1.17 (0.39)	1.17 (0.42)	1.22 (0.37)	1.20 (0.40)

ملاحظة: إن متوسط كل نمط من أنماط التعلق ينحصر بين 0-5، لأنه قد تم قسمة العلامة الكلية للنمط على عدد فقراته.

يتضح من جدول 4 أن أكثر أنماط التعلق شيوعاً هو النمط الآمن (المتوسط= 3.20)، يتلوه التجنبي (المتوسط= 2.73)، ومن ثم القَلِق (المتوسط= 1.63)، وهذا يؤكد صحة الفرضية الأولى. ولمعرفة ما إذا كانت الفروق بين المتوسطات دالة في ضوء متغيري الجنس والمستوى الدراسي، تم استخدام تحليل التباين الثنائي (أنظر جدول 5).

جدول (5): نتائج تحليل التباين الثنائي للفروق بين الجنسين والمستويات الدراسية على كل نمط من أنماط

مصدر التباين	المتغيرات التابعة	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الاحتمالية
الجنس	نمط التعلق الآمن	2.49	1	2.49	0.03	0.866
	نمط التعلق القلق	5.71	1	5.71	0.01	0.943
	نمط التعلق التجنبي	1.99	1	1.99	2.15	0.143
المستوى	نمط التعلق الآمن	0.64	3	0.21	0.24	0.866
الدراسي	نمط التعلق القلق	0.72	3	0.24	0.22	0.886
	نمط التعلق التجنبي	0.88	3	0.29	0.32	0.812
الجنس ×	نمط التعلق الآمن	1.12	3	0.37	0.43	0.733
المستوى	نمط التعلق القلق	0.52	3	0.17	0.15	0.927
	نمط التعلق التجنبي	1.47	3	0.49	0.53	0.663

0.05>P*

يبين جدول 5 عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات على أنماط التعلق تعزى لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي. فقد كانت جميع قيم ف المحسوبة كنتيجة لتحليل التباين الثنائي لهذين المتغيرين غير دالة إحصائياً عند مستوى P<0.05. وهذا أيضاً يؤكد صحة الفرضيتين الثانية والثالثة.

ولاختبار الفرضيتين الرابعة والخامسة حول العلاقة بين أنماط التعلق وكل من تقدير الذات والشعور بالوحدة، تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة على كل نمط من أنماط التعلق، ودرجاتهم على مقياسي تقدير الذات والشعور بالوحدة، كما هو مبين في جدول 6.

جدول (6): معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة على كل نمط من أنماط التعلق، ودرجاتهم على مقياسي تقدير الذات والشعور بالوحدة

	تقدير الذات	الشعور بالوحدة
نمط التعلق الآمن	*0.18	*-0.34
نمط التعلق القلق	*-0.27	*0.41
نمط التعلق التجنبي	0.03	0.04

* الارتباطات دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة P = 0.01

يبين جدول 6 أن هناك علاقة ايجابية دالة بين نمط التعلق الآمن وتقدير الذات، وعلاقة سلبية دالة بين نمط التعلق القلق وتقدير الذات. وهذا يعني أن الفرضية الرابعة أيضاً قد تحققت صحتها.

كما يُظهر جدول 6 أن هناك علاقة سلبية دالة بين نمط التعلق الآمن والشعور بالوحدة، وعلاقة إيجابية دالة بين نمط التعلق القلق والشعور بالوحدة. وهذا يؤكد صحة الفرضية الخامسة.

أما بالنسبة للفرضية السادسة، التي تتعلق بمدى مساهمة كل نمط من أنماط التعلق في التنبؤ بتقدير الذات، فقد أُجري تحليل الانحدار المتعدد المتدرج للكشف عن ذلك. ويوضح جدول 7 نتائج هذا التحليل.

جدول (7): نتائج تحليل الانحدار المتعدد المتدرج لمدى مساهمة كل نمط من أنماط التعلق في التنبؤ بتقدير الذات

المتغير التابع	المتنبئات	المعامل B	الارتباط المتعدد R	التباين R^2	F	الاحتمالية
تقدير	نمط التعلق القلق	-0.10	0.27	0.07	41.45	*0.0001
الذات	نمط التعلق الآمن	0.05	0.29	0.09	24.39	*0.0001

* P<0.001

يظهر جدول 7 أن نمطي التعلق القَلِق والآمن وضحا معاً حوالي 9% من التباين في تقدير الذات. فقد وضح نمط التعلق القَلِق 7% من التباين، وبذلك يكون قد ساهم بشكلٍ دالٍ في التنبؤ بتقدير الذات (P < 0.001)؛ في حين أن نمط التعلق الآمن أضاف فقط 2% أخرى للتباين، لكن هذه المساهمة كانت أيضاً دالة في التنبؤ بتقدير الذات (P < 0.001). وفيما يتعلق بنمط التعلق التجنبي، يتضح من الجدول أنه لم يسهم بشكلٍ دالٍ إحصائياً في التنبؤ بتقدير الذات. وهكذا، فإن هذه النتائج تنفي صحة الفرضية السادسة.

ولاختبار الفرضية السابعة، المتعلقة بمدى مساهمة كل نمط من أنماط التعلق في التنبؤ بالشعور بالوحدة، استُخدم تحليل الانحدار المتعدد المتدرج لتبيان ذلك. ويوضح جدول 8 نتائج هذا التحليل.

جدول (8): نتائج تحليل الانحدار المتعدد المتدرج لمدى مساهمة كل نمط من أنماط التعلق في التنبؤ بالشعور بالوحدة

المتغير التابع	المتنبئات	المعامل B	الارتباط المتعدد R	التباين R^2	F	الاحتمالية
تقدير	نمط التعلق القلق	0.15	0.41	0.16	99.92	*0.0001
الذات	نمط التعلق الآمن	-0.11	0.47	0.22	71.12	*0.0001

* P<0.001

يظهر جدول 8 أن نمطي التعلق القَلِق والآمن وضحا معاً حوالي 22% من التباين في الشعور بالوحدة. إذ وضح نمط التعلق القَلِق 16% من التباين، وبذلك يكون قد ساهم بشكلٍ دالٍ في التنبؤ بالشعور بالوحدة (P < 0.001)، بينما لم يوضح نمط التعلق الآمن سوى 6% أخرى من التباين، إلا أن هذه المساهمة

كانت دالة أيضاً في التنبؤ بالشعور بالوحدة (P < 0.001). ويبين الجدول كذلك أن نمط التعلق التجنبي لم يسهم بشكلٍ دالٍ إحصائياً في التنبؤ بالشعور بالوحدة. وهذا يعني أن الفرضية السابعة أيضاً لم تتحقق صحتها.

المناقشة

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن أنماط التعلق الأكثر شيوعاً لدى الطلبة الجامعين، وما إذا كان هناك فروق على أنماط التعلق تعزى إلى متغيري الجنس والمستوى الدراسي، كما هدفت إلى بحث علاقة أنماط التعلق بتقدير الذات والشعور بالوحدة.

وأظهرت نتائج الدراسة أن أكثر أنماط التعلق شيوعاً هو التعلق الآمن يتلوه التعلق التجنبي ومن ثم التعلق القلق، مما يشير إلى أن الطلبة يميلون أكثر في علاقاتهم الشخصية إلى النظر لأنفسهم وللآخرين نظرة إيجابية ويشعرون أكثر بالارتياح والطمأنينة. وتتفق هذه النتائج مع تلك التي توصلت إليها الدراستان اللتان أجراهما "هازان وشيفر" (Hazan and Shaver, 1987, 1990). فعلى ما يبدو أن نسبة انتشار هذه الأنماط متشابهة في العديد من الثقافات أو ربما أنها عالمية الانتشار.

وأشارت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين نمط التعلق الآمن وتقدير الذات، وعلاقة سلبية دالة إحصائياً بين نمط التعلق القلق وتقدير الذات، في حين تبين وجود ارتباط إيحابي ضعيف غير دال إحصائياً بين نمط التعلق التجنبي وتقدير الذات. كما بينت نتائج تحليل الانحدار أن نمطي التعلق القلق والآمن متنبئان جيدان لتقدير الذات. وتنسجم هذه النتائج مع نتائج الدراسات التي استخدمت نموذج التعلق ذي التصنيف الثلاثي (Collins and Read,1990; Hazan and Shaver, 1990)، التي أظهرت أن تقدير الذات لدى الأفراد الآمنين أعلى مما هو لدى الأفراد القلقين. كما تنسجم مع نتائج الدراسات التي استخدمت نموذج التعلق ذي التصنيف الرباعي (Bartholomew and Horowitz, 1991; Brennan and Morris, 1997; Bylsma, Cozzarelli and Sumer, 1997; Griffin and Bartholomew,1994; Bartholomew, 1994; Pietromonaco and Feldman Barrett, 1997) من حيث أنها أظهرت أن الأفراد الآمنين كان لديهم تقدير ذات أعلى مما كان لدى الأفراد القلقين والخائفين.

وقد يرجع سبب ذلك إلى أن لدى الأفراد ذوي التعلق الآمن، مقارنة بالأفراد ذوي التعلق غير الأمن، مهارات اجتماعية وكفاية ذاتية اجتماعية أعلى (Ditommaso, et al., 2003; Wei, Russell, and Zakalik, 2005)، كما يتميزون بمستويات عالية من الاعتمادية والثقة في علاقاتهم مع الآخرين، ويشعرون بالرضا تجاه هذه العلاقات (Simpson, 1990)، مما يسهل عملية التفاعل الاجتماعي لديهم ويرتقي بها، وبالتالي يترك انطباعاً إيجابياً لدى الآخرين. ولا شك أن الصورة التي يكونها الآخرون عن الفرد لها أعمق الأثر في تطور تقدير الذات لديه. بالمقابل، يتميز الأفراد ذوو التعلق غير الأمن بضعف المهارات الاجتماعية والكفاية الذاتية الاجتماعية والشك والسخط في علاقاتهم، الأمر الذي يؤدي إلى عرقلة تفاعلهم الاجتماعي السليم ويؤثر على تقدير الذات لديهم.

ومن نظريات الإرشاد والعلاج النفسي التي تدعم هذا التفسير تلك التي جاء بها "كارل روجرز" وهي نظرية العلاج المتمركز حول الشخص. فهو يرى أن الشخص الذي يقوم بوظائفه بشكل تام (Fully Functioning Person)، يكون منفتحاً على الخبرة، ويثق بذاته، ولديه رغبة في الاستمرار بالنمو، ويكون مصدر تقييمه لسلوكه داخلياً (Corey, 2005). مثل هذا الشخص يحصل على اعتبار إيجابي غير مشروط (نظرة إيجابية من الآخرين)، وبالتالي على اعتبار ذاتي إيجابي (نظرة إيجابية نحو الذات). وهذا يعني ان تقدير الفرد لذاته يرتبط بتقدير الآخرين له. ولا شك أن هذه الفكرة، التي بنى عليها روجرز نظريته، تتفق مع الفكرة التي يقوم على أساسها نمط التعلق الآمن.

وبالنظر إلى أنماط التعلق الأخرى، فإما أنها تفتقر إلى أحد طرفي هذه المعادلة (أي، الذات والآخرين) أو كليهما. لهذا فإن ارتباط كلٍ منها بتقدير الذات إما أن يكون منخفضاً (التجنبي) أو سلبياً (القلق).

أما فيما يتعلق بالعلاقة بين أنماط التعلق والشعور بالوحدة، فقد أشارت النتائج إلى وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين نمط التعلق الآمن والشعور بالوحدة، وعلاقة إيجابية دالة إحصائياً بين نمط التعلق القلق والشعور بالوحدة، وارتباطاً إيجابياً ضعيفاً وغير دالٍ إحصائياً بين نمط التعلق التجنبي والشعور بالوحدة. وتتفق هذه النتائج مع تلك التي توصلت إليها الدراسات السابقة (Deniz, Wiseman, Mayseless , Hamarta and Ari, 2005; Sharabany, 2006; Bogaerts, Vanheule and Desmet, 2006). ويتضح من هذه النتائج أن الأفراد ذوي نمط التعلق الآمن هم الأقل شعوراً بالوحدة، مقارنة بالأفراد من ذوي أنماط التعلق الأخرى، لأن لديهم نظرة إيجابية نحو ذواتهم، ونحو الآخرين وهذا يمكّنهم من أن يؤسسوا بسهولة علاقات مع الآخرين وأن يحافظوا عليها، وأن يشعروا بالارتياح عند تفاعلهم معهم. أما الأفراد الذين تكون نظرتهم سلبية سواءً تجاه ذواتهم أو تجاه الآخرين، فتنقصهم المهارات الاجتماعية اللازمة لتأسيس العلاقات ومن ثم الحفاظ عليها، مما يؤدي إلى زيادة شعورهم بالوحدة، إذ أن أساس هذه العلاقات هو الثقة بالذات والثقة بالآخرين.

ويمكن أيضاً تفسير هذه العلاقة من خلال إبراز الدور المركزي الذي يلعبه كل من الفاعلية الذاتية الاجتماعية وكشف الذات (Self-Disclosure). إذ تبين أن الفاعلية الذاتية الاجتماعية، التي يقصد بها معتقدات الفرد حول قدرته على المبادرة في التواصل الاجتماعي وتشكيل صداقات جديدة، تقوم بدور توسطي في العلاقة بين التعلق القلق والشعور بالوحدة (Mallinckrodt and Wei, 2005). فالأفراد ذوو التعلق القلق يشعرون بفاعلية ذاتية اجتماعية أقل، مما يؤدي إلى ظهور مستويات متدنية من الدعم الاجتماعي المدرك لديهم، وبالتالي إلى زيادة شعورهم بالوحدة. وهذا ينسجم فعلياً مع نظرية التعلق،

فلدى الأفراد ذوي المستويات المرتفعة من التعلق القلق نماذج عاملة داخلية سلبية نحو الذات، لذا فإنهم أكثر احتمالاً لأن يكون مستوى الفاعلية الذاتية الاجتماعية لديهم منخفضاً. ونستنتج من ذلك أن الخدمات الإرشادية، التي تقدم للأفراد ذوي نمط التعلق القلق، ينبغي أن تركز على زيادة الفاعلية الذاتية الاجتماعية لديهم، ليس بهدف تخفيض مستوى الشعور بالوحدة لديهم فحسب، بل بهدف تحسين مستوى تقدير الذات. فكما أظهرت نتائج الدراسة الحالية، يرتبط نمط التعلق القلق بشكلٍ دالٍ بكلٍ من الشعور بالوحدة وتقدير الذات.

أما فيما يتعلق بكشف الذات، فإنه يقوم بدور الوسيط بين التعلق التجنبي والشعور بالوحدة. فهو يساهم بشكلٍ كبير في تطوير الصداقات الجديدة (Laurenceau, Feldman Barrett and Pietromonaco, 1998)، وبالتالي في تخفيض الشعور بالوحدة (Schwab, Scalise, Ginter and Whipple, 1998). وقد توصلت الدراسات إلى أن هناك علاقة إيجابية بين التعلق التجنبي وعدم الرغبة بكشف الذات (Collin and Read, 1990; Kobak and Hazan, 1991). وتنسجم هذه النتيجة مع نظرية التعلق، التي ترى أن الأفراد ذوي المستويات المرتفعة من التعلق التجنبي، يتوقعون أن لا يستجيب الآخرون لهم إذا كشفوا عن مشاعر التوتر لديهم، ونتيجة لذلك يميل هؤلاء الأفراد للبقاء بعيداً عن الآخرين. ومن جهة أخرى، يتوقع من الأفراد ذوي المستويات المرتفعة من التعلق القلق أن يبالغوا في كشف الذات، طمعاً منهم في الحصول على انتباه الآخرين (Mikulincer, Shaver and Pereg, 2003). ومن هنا تبرز الحاجة إلى إجراء دراسات مستقبلاً تبحث العلاقة المباشرة بين أنماط التعلق وكل من الفاعلية الذاتية الاجتماعية وكشف الذات.

ولا بد من الإشارة إلى الدور الفاعل الذي يمكن أن يلعبه المرشدون والمعلمون والآباء في تعزيز أنماط التعلق الآمنة لدى الطلبة والأبناء. فبما أن النماذج العاملة الداخلية، كما يرى "بولبي"، تتألف من توقعات الفرد نحو ذاته ونحو الأشخاص المهمين له والعلاقة بين الاثنين، وأنها تتكون من خلال تفاعل الفرد، منذ طفولته، مع بيئته الاجتماعية، فإنها قابلة للتغير. وهنا يظهر دور المرشدين، سواءً في المدارس أو الجامعات، في تحديد الطلبة الذين لديهم أنماط تعلق غير آمنة، ومساعدتهم باستخدام وسائل تعديل السلوك المناسبة في تغيير النماذج العاملة الداخلية، لتصبح توقعاتهم نحو ذواتهم ونحو الآخرين إيجابية، وبالتالي تصبح أنماط التعلق لديهم آمنة.

كما تبين من نتائج هذه الدراسة ارتباط نمط التعلق الآمن بتقدير ذات عالٍ وشعور منخفض بالوحدة. وبذلك يكون الأفراد الآمنون أكثر سعادة في حياتهم وأقل عرضة للاضطرابات النفسية، التي يعاني منها أولئك الذين يوصف تعلقهم بالآخرين بأنه غير آمن.

استنادا إلى هذه النتائج، فإن هناك حاجة ماسة إلى ضرورة توافر خدمات إرشادية نفسية للطلبة الجامعيين ممن يعانون من مشكلات تكيفيه كالقلق والاكتئاب وتدني تقدير الذات والشعور بالوحدة تستند إلى نظرية تعلق الراشدين، لاسيما وأن هذه المشكلات ذات صلة وثيقة بأنماط التعلق غير الآمن. ولا يقتصر الدور الإرشادي في الجامعة على التعامل مع الأفراد القلقين والرافضين وإنما ينبغي أن يتعدى ذلك ليشمل الجانب الوقائي من خلال إتاحة الفرصة للطلبة للمشاركة في أنشطة تتطلب درجة عالية من التعاون والثقة المتبادلة؛ لأن ذلك من شأنه أن يعزز النظرة الايجابية للذات وللآخرين.

التوصيات:

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية يوصي الباحثان بما يلي:

1- بحث علاقة أنماط التعلق مع متغيرات شخصية أخرى كالاكتئاب أو الاحتراق النفسي أو كشف الذات.
2- تطوير مقياس للتعلق يستند إلى نموذج التعلق ذي التصنيف الرباعي، إذ أنه لغايات الدراسات الحالية، طور مقياس للتعلق يستند إلى نموذج التعلق ذي التصنيف الثلاثي فكلا النموذجين مهمان كما يشير الأدب.
3- الكشف عن العلاقة بين أنماط التعلق و متغيرات معرفية كالإنجاز والذكاء والتفكير الإبداعي.
4- بحث أنماط التعلق لدى مجتمعات غير مجتمع الطلبة الجامعيين كالممرضين والسجناء.

المصادر والمـــراجـــع

أبو غزال، معاوية. (2007). **نظريات التطور الإنساني وتطبيقاتها التربوية**، ط2، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع.

جرادات، عبد الكريم. (2006). العلاقة بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية لدى الطلبة الجامعيين. **المجلة الأردنية في العلوم التربوية**، (3) 2، 153-143.

حداد، عفاف؛ وسوالمة، يوسف. (1998). قياس الشعور بالوحدة لدى عينة من الطلبة الجامعيين وتحديد أبعاده وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية. **مؤتة للبحوث والدراسات**، المجلد 3، العدد (1)، ص 102-73.

حداد، ياسمين. (2001). أنماط التعلق وعلاقتها بالتفاعل الاجتماعي اليومي، والتكيف النفسي لطلبة جامعيين. **دراسات العلوم التربوية**، (2)، 456-479.

Ainsworth, M. and Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, *46*, 333-341.

Bakker, W., Van Oudenhoven, J. and Van Der Zee, K. (2004). Attachment styles, Personality, and dutch

Ditommaso, E., Brennen-McNulty, C., Ross, L. and Burgess, M. (2003). Attachment styles, social skills and loneliness in young adults. *Personality and Individual Differences*, *35*, 303-312.

Eysenck, M. W. (2001). *Psychology, a student handbook*. Psychology Press.

Griffin, D. and Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, *67*, 430-445.

Harwood, R. and Miller, J.(1995). *Culture and attachment*. New York: Guilford Publication, Inc.

Hazan, C. and Shaver, P. (1987). Romantic love Conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social psychology*, *52(3)*, 511-524.

Hazan, C. and Shaver, P. (1990). Love and work: An attachment-theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, *59*, 270-280.

Huntsinger, E. and Luecken, L. (2004). Attachment relationships and health behavior: The mediational role of self-esteem. *Psychology and Health, 19,* 515-526.

Kobak. R. R. and Hazan, C. (1991). Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models. *Journal of personality and Social Psychology, 60,* 861-869.

Lafreniere, P. (2000). *Emotional development*: *A biosocial perspective*. London: Wadsworth.

Laurenceau, J. P., Feldman Barrett, L. and Pietromonaco, P. R. (1998). Intimacy as an interpersonal process: The importance of self-disclosure, Partner disclosure, and perceived partner responsiveness in interpersonal exchanges. *Journal of Personality and Social psychology, 74*, 1238-1251.

Luke, M., Maio, G. and Carnelley, K. (2004). Attachment models of the self and others: Relations with self-esteem, humanity-esteem, and parental treatment. *Personal Relationships, 11*, 281-303.

Lyddon, W. and Sherry, A. (2001). Developmental Personality styles: An attachment theory conceptualization of personality disorders *Journal of Counseling and Development, 79,* 405-414.

Lyddon, W. (1993). Developmental constructivism: An integrative framework for psychotherapy practice. *Journal of Cognitive Psychotherapy*: *An International Quarterly, 7*, 217-224.

Lyddon, W. (1995). Attachment theory: A metaperspective for counseling psychology. *The Counseling Psychologist, 23,* 479-483.

Mahoney, M. (1991). *Human change processes*. New York: Basic Books.

emigrants intercultural adjustment. *European Journal of Personality, 18,* 387- 404.

Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.

Bartholomew, K. and Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four - category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, *61* (2) 226-244.

Becker, T. and Billing, R. (1997). Validity of scores on three attachment style scales: Exploratory and confirmatory evidence. *Educational and Psychological Measurement, 57*, 477-493.

Berk, L. E. (1999). *Infancy, children and adolescent*. (3 rd ed). Boston: Allyn and Bacon.

Bogaerts, S., Vanheule, S. and Desmet, M. (2006) Feelings of subjective emotional loneliness: An exploration of attachment. *Social Behavior and Personality*, *34*, 797-812.

Bowlby, J. (1969). *Attachment an Loss:. Attachment. (Vol. 1)*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss*: Separation (Vol. 2). New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment* (2nd Ed.) New York: Basic books.

Bowlby, J. (1988). *A secure Base: Clinical applications of attachment theory*. London: Routledge.

Brennan, K. and Morris, K. (1997). Attachment Styles, self- esteem, and styles of seeking feedback from romantic partners. *Personality and Social Psychology Bulletin, 23,* 23-31.

Bretheroton, I. (1990). Open communication and internal working models: Their role in the development of attachment relationships. In R. A. Thompson (Ed), *Nebraska Symposium on Motivation* (vol. 36, 36, pp. 57-113). Lincoln: University of Nabraska press.

Bylsma, W., Cozzarelli, C. and Sumer, C. (1997). Relation between adult attachment styles and global self - esteem. *Basic and Applied Social Psychology, 19,* 1-16.

Cobb, N. J. (2001). *The child: Infant, children and adolescents.* London. Mayfield Publishing Company.

Collins, N. L. and Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology, 58,* 644-663.

Corey, G. (2005). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Belmont, CA: Brooks/ Cole.

Deniz, M., Hamarta, E. and Ari, R. (2005). An investigation of social skills and loneliness levels of university students with respect to their attachment styles in a sample of Turkish students. *Social Behavior and personality*, *33*, 19-32.

Mallinckrodt, B. and Wei, M. (2005). Attachment, social competencies, social support, and psychological distress. *Journal of Counseling Psychology, 52*, 358-367.

Marrone, M. (1998). *Attachment and interaction.* London: Jessica Kingsley Publishers.

Mikulincer, M., Shaver, P. R., and Pereg, D.(2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamic development and cognitive consequences of attachment- related strategies. *Motivation and Emotion, 27,* 77-102.

Mikulincer, M. (1997). Adult attachment style and information processing: Individual differences in curiosity and cognitive closure. *Journal of Personality and Social Psychology*, *72*, 1217-1230.

Mitchell, S. and Doumas, D.(2004). *The relationship between adult attachment style and depression, anxiety, and self-esteem*. Poster presented at the annual meeting of the Rocky Mountain Psychological Association, Reno.

Papalia, D., old S. and Feldman, R. (1999). *A child's world: infancy through adolescence*. New York: The McGraw-Hill company, Inc.

Pietromonaco, P. and Feldman-Barrett, L. (1997). Working models of attachment and daily social interactions. *Journal of Personality and Social Psychology*, *73*, 1409- 1423.

Schwab, S. H., Scalise, J. J., Ginter, E. J. and Whipple, G.(1998). Self- disclosure, loneliness and four interpersonal targets: Friend, group of friends, stranger, and group of strangers. *Psychological Reports, 82,* 1264- 1266.

Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships*. Journal of Personality and Social Psychology*, *59*, 971-980.

Wei, M., Russell, D. and Zakalik, R. (2005) Adult attachment, social self efficacy, selfdisclosure, loneliness, and subsequent depression for freshman college students: Longitudinal study. *Journal of Counseling Psychology*, *52*, 602-614.

Wiseman, H., Mayseless, O. and sharabany, R. (2006). Why are they lonely? Perceived quality of early relationships with parents, attachment, personality predispositions and loneliness in first-year university students. *Personality and Individual Differences*, *40*, 237-248.

الملحق

مقياس اليرموك لأنماط تعلق الراشدين

Yarmouk Scale of Adult Attachment Styles (Y-SAAS)

تصف الفقرات التالية علاقاتك مع الناس بشكلٍ عام. أرجو أن تقرأ كل فقرة، ومن ثم تضع دائرة على أحد الأرقام من 0 إلى 5، لتحدد إلى أي مدى تنطبق عليك تلك الفقرة.

0 = لا تنطبق على الإطلاق، 5 = تنطبق تماماً

1	ألاحظ أن الآخرين لا يرغبون في الاقتراب مني. ق	0	1	2	3	4	5
2	من الصعب عليّ أن أثق بالآخرين تماماً. ج	0	1	2	3	4	5
3	لأنني أقترب من الناس كثيراً، أجد أنهم يفضلون البقاء بعيدين عني. ق	0	1	2	3	4	5
4	أكون مرتاحاً عندما أكون قريبا من الآخرين. ن	0	1	2	3	4	5
5	من المهم بالنسبة لي أن أكون مستقلاً عن الآخرين. ج	0	1	2	3	4	5
6	لا يقدّرني أو يحترمني الآخرون، تماماً كما أقدّرهم أو أحترمهم. ق	0	1	2	3	4	5
7	لا أقلق عندما يقترب مني شخص ما كثيراً. ن	0	1	2	3	4	5
8	أفضل أن يكون الآخرون مستقلين عني. ج	0	1	2	3	4	5
9	رغبتي في الاقتراب من الآخرين تفوق غالباً رغبتهم في الاقتراب مني. ق	0	1	2	3	4	5
10	أعرف أنني سأجد من يساعدني عندما أحتاج إلى مساعدة. ن	0	1	2	3	4	5
11	لا يوجد مشكلة بالنسبة لي إذا اعتمد الآخرون عليّ. ن	0	1	2	3	4	5
12	لا أقلق عندما أكون وحيداً، فأنا لست بحاجة ماسة للآخرين. ج	0	1	2	3	4	5
13	لدي انطباع أنني أحب الآخرين أكثر مما يحبونني. ق	0	1	2	3	4	5
14	من السهل عليّ أن أكوّن علاقات حميمة مع الآخرين. ن	0	1	2	3	4	5
15	أفضل أن أقوم بواجباتي بنفسي، دون مساعدة من الآخرين. ج	0	1	2	3	4	5
16	أرغب في الاقتراب من الآخرين كثيراً، مما يجعل الناس أحياناً يبتعدون عني. ق	0	1	2	3	4	5
17	أشعر أن الناس الآخرين لا يحبونني. ق	0	1	2	3	4	5
18	أحب أن أكون مكتفياً ذاتياً. ج	0	1	2	3	4	5
19	إنني واثقٌ أن الآخرين سوف يساعدونني، إذا احتجت لهم. ن	0	1	2	3	4	5
20	أكون مرتاحاً عندما لا يتدخل الآخرون في شؤوني الخاصة. ج	0	1	2	3	4	5

ن=نمط التعلق الآمن ق=نمط التعلق القَلِق ج=نمط التعلق التجنبي