

## بررسی رابطه ابعاد شوخ طبعی و سبک های دلبستگی (ایمن، نا ایمن، دوسوگرا) در افراد اضطرابی

عباس شهیدی<sup>۱</sup>، نرگس احمدی<sup>۲</sup>، مهدی نعیمی<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup>متخصص روانپزشکی

<sup>۲</sup>کارشناس ارشد علوم تربیتی

<sup>۳</sup>دانشجوی کارشناسی روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی قم (نویسنده مسئول)

### چکیده

سبک های دلبستگی بازنمایی ذهنی از خود و دیگران را انعکاس می دهند و به جهت گیری های مختلف در ارتباطات نزدیک منجر می شوند که نه تنها در کودکی، بلکه در بزرگسالی نقش بسیار اساسی در برقراری ارتباط با دیگران دارند. پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه ابعاد شوخ طبعی با سبک های دلبستگی (ایمن، ناایمن و دوسوگرا) در افراد اضطرابی می باشد. در این مطالعه، همبستگی شامل ۵۳ نفر از افراد با تشخیص اضطراب می باشد که به صورت در دسترس در سال ۱۳۹۹-۹۸ انتخاب شدند. به منظور جمع آوری داده ها، پرسشنامه های شوخ طبعی و سبک های دلبستگی اجرا شدند و به منظور محاسبه، تجزیه و تحلیل داده ها از نرم افزار SPSS ورژن ۲۱ و آزمون همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج حاصل دلالت بر این داشتند که از میان مقیاس های شوخ طبعی و سبک های دلبستگی در افراد اضطرابی، در زیر مقیاس لذت از شوخی با سبک دلبستگی ایمن (۰/۳۳۱) همبستگی معناداری دارد (۰/۰۵). همچنین زیر مقیاس خنده با سبک دلبستگی اجتنابی (۰/۲۲۹) رابطه معنادار در سطح معناداری (۰/۰۵) دارد. ایذا در زیر مقیاس شوخ طبعی در روابط اجتماعی با سبک دلبستگی اجتنابی (۰/۳۵۵) همبستگی معناداری (۰/۰۱) دارد. در نتیجه می توان بیان کرد که افراد دارای اضطراب با سبک دلبستگی ایمن لذت بیشتری از شوخی می برند و افراد با سبک دلبستگی اجتنابی بیشتر می خندند. همچنین افراد اضطرابی با سبک های دلبستگی اجتنابی در روابط اجتماعی شوخ طبع تر هستند.

**واژه های کلیدی:** ابعاد شوخ طبعی، سبک های دلبستگی، ایمن، ناایمن، دوسوگرا، افراد اضطرابی

## مقدمه

اضطراب شامل احساس عدم اطمینان، درماندگی و برانگیختگی است و معمولاً به عنوان احساس پراکنده و مبهم و نامطبوع ترس و تشویش تعریف می شود [۱] که اغلب به کنش های عاطفی فرد اثر می گذارد [۲]. پژوهش حاضر به دنبال این سوال است که آیا میان شوخ طبعی با سبک های دلبستگی در افراد اضطرابی رابطه ای وجود دارد؟

شوخ طبعی مکانیزم دفاعی توسعه یافته ای است که به افراد کمک می کند تا با تعارض های هیجانی طنز آمیز و سرگرم کننده مقابله کنند [۳]. شوخی به عنوان نمودی از شوخ طبعی، در دیدگاه های مختلف به گونه های متعددی تقسیم بنده شده است. مانند شوخی های تصویری [۴]، شوخی با کارکرد پرخاشگرانه، کارکرد جنسی، کارکرد اجتماعی، کارکرد دفاعی و کارکرد عقلی [۵]. از دو دهه اخیر، همزمان با گسترش جنبش روانشناسی مثبت نگر، روان شناسان توجه ویژه ای به سازه های شوخ طبعی نشان دادند [۶]، شوخی یک فعالیت جهان شمول و به طور کلی مثبتی است که افراد در بافتهای اجتماعی و فرهنگی متفاوت در سراسر جهان آن را تجربه می کنند. این اصطلاح به کیفیتی از عمل، گفتار و نوشتار اشاره دارد که موجب سرگرمی و تفریح می شود [۷]. احساس شوخی رگه طبعی رگه شخصیتی پایدار و متغیر مهم تفاوت های فردی است که در انواع رفتارها، تجربه ها، عاطفه ها، بازخورد ها و تواناییهای مرتبط با سرگرمی، خندیدن و خنداندن و مانند آن تجلی می یابد. احساس شوخ طبعی تک بعدی نیست بلکه سازه ای است ترکیبی که ممکن است به شکل های متفاوت مفهوم سازی شود: توانایی شناختی: توانایی خلق، فهم، بازسازی و به خاطر آوردن لطیفه ها [۸]، الگوی رفتاری ثابت: گرایش به خنده زیاد، لطیفه گفتن و سرگرم کردن دیگران و خندیدن به لطیفه های دیگران تعریف می کنند [۹].

سرو، ایگلند، کارلسون و کولینز (۲۰۰۵) دلبستگی را این چنین تعریف می کنند: دلبستگی به طور کلی یعنی مامنی از آسایش، امنیتی برای کاوش و جستجو کردن و منبعی برای اطمینان بخشی به کودک، زمانی که دچار پریشانی می شود. طبق نظر بالبی [۱۰] روابط دلبستگی همیشه موجودند و در سراسر چرخه زندگی فعال هستند، به طوری پیوندهای دلبستگی در زندگی بزرگسالی ایجاد می شوند و فعالیت های مهم دوران بزرگسالی موثرند. دلبستگی در جوانی و بزرگسالی را به عنوان روابط دویه دویی تعریف می کنند که در آن، همجواری با یک شخص به ویژه ترجیح داده شده و به دست یافتن به احساسی ایمن یا حفظ آن منجر می شود. نتایج پژوهش های زیادی استمرار و تداوم سبک دلبستگی را در چرخه زندگی تأیید می کنند [۱۱]. دلبستگی یکی از مفاهیم تحولی بسیار مهم در جریان رشد انسان است. اولین بار بالبی این موضوع را مطرح کرد. بالبی بر این عقیده بود که نظریه دلبستگی تنها یک نظریه کودک نیست، بلکه نظریه تحول در فرخناهی زندگی نیز است. این نظریه معتقد است نوع رابطه مادر و کودک در سال های اولیه زندگی و میزان قابلیت دسترسی به مادر، میزان حمایت مادر در هنگام احساس خطر، درجه حساسیت مادرانه و تیکه گاه ایمن بودن مادر برای کودک سبک دلبستگی فرد را معین می کند [۱۲]. بعد از او، اینزورث سه سبک دلبستگی کلی را معرفی کرد: ۱- سبک دلبستگی ایمن؛ ۲- سبک دلبستگی نایمن اجتنابی و ۳- سبک دلبستگی نایمن دوسوگرا. هازن و شاور از نظریه سبک های دلبستگی بالبی و اینزورث برای توجیه و تبیین رابط اجتماعی، عاشقانه و جنسی در دوران نوجوانی و بزرگسالی استفاده کردند [۱۳]. از نظر آن ها سبک های دلبستگی بازنمایی ذهنی از خود و دیگران را انعکاس می دهند و به جهت گیری های مختلف در ارتباطات نزدیک منجر می شوند که نه تنها در کودکی، بلکه در بزرگسالی نقش بسیار اساسی در برقراری ارتباط با دیگران دارند. فوگل نیز اظهار می دارد که دلبستگی، پیوند هیجانی پایدار بین دو فرد است، به طوری که یکی از دو طرف کوشش می کند، نزدیکی و مجاورت با موضوع دلبستگی را حفظ کرده و نه گونه ای عمل کند تا مطمئن شود که ارتباط ادامه پیدا می کند [۱۴]. ساختار خانواده در ایجاد و پرورش پیوستگی خانوادگی موثر بوده و متعاقب آن ایجاد کننده محیط های امن عاطفی است. سبک های دلبستگی، تمایل افراد به برقراری نوعی رابطه نزدیک با افرادی معین و داشتن احساس امنیت بیشتر است [۱۵].

**روش پژوهش :**

این تحقیق را می توان از نظر هدف ، از نوع تحقیقات بنیادی و از لحاظ نحوه ی گردآوری داده ها از نوع توصیفی ، تحلیلی دانست. طرح این پژوهش همبستگی و از نظر زمانی مقطعی است . جامعه آماری این پژوهش شامل ۵۳ آزمودنی دارای اضطراب می باشد و به منظور رعایت اصول اخلاقی پژوهش در محرمانه بودن اطلاعات به نمونه های پژوهش اطمینان داده شد و در بین آن ها دو پرسشنامه سبک های دلبستگی کولینز و رید و پرسشنامه شوخ طبعی توزیع شد . در نهایت داده های بدست آمده با استفاده از نرم افزار SPSS ورژن ۲۱ و با آزمون همبستگی پیرسون تجزیه و تحلیل شدند .

**ابزار پژوهش :****(الف) پرسشنامه سبک های دلبستگی کولینز و رید :**

این مقیاس شامل خود ارزیابی از مهارتهای ایجاد روابط و خود توصیفی شیوه شکل دهی روابط دلبستگی نسبت به چهره های دلبستگی نزدیک است و مشتمل بر ۱۸ داده می باشد که از طریق علامت گذاری روی یک مقیاس ۵ درجه ای از نوع لیکرت که از به هیچ وجه با خصوصیات من تطابق ندارد: (۱)، تا کاملاً با خصوصیات من تطابق دارد: (۵)، تشکیل می گردد، سنجیده می شود. با تحلیل عوامل، ۳ زیر مقیاس که هر مقیاس شامل ۶ ماده است مشخص می شود، ۳ زیر مقیاس عبارتند از: ۱- وابستگی (D): میزانی را که آزمودنی ها به دیگران اعتماد می کنند و به آنها متکی می شوند به این صورت که آیا در مواقع لزوم قابل دسترسی اند، اندازه گیری می کند.

۲- نزدیک بودن (C): میزان آسایش در رابطه با صمیمیت و نزدیکی هیجانی را اندازه گیری می کند.

۳- اضطراب (A): ترس از داشتن رابطه را می سنجد [۱۶].

کولینز و رید [۱۷] بر پایه توصیفهایی که در پرسشنامه دلبستگی بزرگسال هازان و شیور در مورد سه سبک اصلی دلبستگی وجود داشت مواد پرسشنامه خود را تدارک دیده اند. زیر مقیاس اضطراب (A) با دلبستگی اضطرابی - دوسوگرا مطابقت دارد و زیر مقیاس نزدیک بودن (C) یک بعد دو قطبی است که اساساً توصیفهای ایمن و اجتنابی را در مقابل هم قرار می دهد (فنی و تولر، ۱۹۹۶) بنابراین نزدیک بودن (C) در تطابق با دلبستگی ایمن می باشد و زیر مقیاس وابستگی (D) را می توان تقریباً عکس دلبستگی اجتنابی قرار داد. مدت اجرای پرسشنامه کولینز و رید (RAAS) براساس زمینه یابی انجام شده ۱۰ دقیقه در نظر گرفته شده است [۱۸].

**پایایی و اعتبار**

کولینز و رید [۱۹] نشان دادند که زیر مقیاس های نزدیک بودن، وابستگی و اضطراب در فاصله زمانی ۲ ماه و حتی در طول ۸ ماه پایدار ماندند و در مورد قابلیت اعتماد مقیاس دلبستگی بزرگسال کولینز و رید میزان آلفای کرونباخ را برای هر زیر مقیاس این پرسشنامه در ۲ نمونه از دانشجویان بصورت زیر گزارش دادند .

تعداد نمونه	زیر مقیاس	ایمن	اجتنابی	اضطراب
۱۷۳	۰/۸۱	۰/۷۸	۰/۸۵	
۱۳۰	۰/۸	۰/۷۸	۰/۸۵	
۱۰۰	۰/۸۲	۰/۸	۰/۸۳	

با توجه به این که مقادیر آلفای کرونباخ در تمامی موارد مساوی با بیش از ۰/۸۰ است آزمون از اعتبار بالایی برخوردار است. از سوی دیگر در پژوهش پاکدامن (۱۳۸۰) میزان اعتبار آزمون با استفاده از آزمون مجدد بصورت همبستگی بین این دو اجرا مشخص شده است. این پرسشنامه (RAAS) در مورد ۱۰۰ دختر و پسر کلاس دوم دبیرستان که بطور تصادفی انتخاب شده

بودند اجرا گردید. نتایج حاصل از دوبار اجرای این پرسشنامه با فاصله زمانی یک ماه از یکدیگر بیانگر آن بود که این آزمون در سطح ۹۵/ دارای اعتبار است.

### نمره گذاری :

براساس دستورالعمل پرسشنامه، ۶ ماده مربوط به هر زیر مقیاس مشخص می شود با توجه به اینکه در مورد هر جمله در پاسخنامه آزمودنی علامت خود را روی کدام دایره زده است تمره وی برای هر زیر مقیاس مشخص می شود. برای گزینه های ۱ تا ۵ به ترتیب تمرات ۴ تا ۱ در نظر گرفته می شود. سوالات ۱، ۱۲، ۱۳۸۶\* ۱۷ دلبستگی ایمن را می سنجند. سوالات \*۲۵، ۱۴، ۱۶، ۷، ۱۸ دلبستگی اجتنابی را مورد ارزیابی قرار می دهد و سرانجام سوالات ۳، ۴، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۵ دلبستگی دو سوگرا/ اضطرابی را می سنجند. در مواردی که سوالات باید معکوس نمره گذاری شود(که در دستورالعمل تمره گذاری با علامت مشخص شده اند) باید بر روی گزینه های ۱ تا ۵ به ترتیب تمرات ۱، ۲، ۳، ۴ و صفر در نظر گرفته شود. سوالاتی که با ستاره مشخص شده اند بایستی قبل از جمع کردن بطور معکوس نمره گذاری شوند تمرات ۶ ماده هر مقیاس با هم جمع شده و نمره زیر مقیاس بدست می آید.

### ب) پرسشنامه شوخ طبعی (SHQ):

#### روش نمره گذاری و تفسیر

این پرسشنامه دارای ۲۵ سوال بوده و هدف آن سنجش میزان شوخ طبعی و عوامل آن (لذت از شوخی، خنده، شوخی کلامی، شوخ طبعی در روابط اجتماعی، شوخ طبعی در شرایط استرس آور) است. طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت بوده که امتیاز مربوط به هر گزینه در جدول زیر ارائه گردیده است:

گزینه	کاملاً مخالفم	معتدلاً مخالفم	معتدلاً موافقم	کاملاً موافقم	ندارد	ندارد	موافقم	کاملاً موافقم
امتیاز	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	

پرسشنامه فوق دارای پنج بعد بوده که سوالات مربوط به هر بعد در جدول زیر ارائه گردیده است:

بعد	سوالات مربوطه
لذت از شوخی	۱-۵
خنده	۶-۱۰
شوخی کلامی	۱۱-۱۵
شوخ طبعی در روابط اجتماعی	۱۶-۲۰
شوخ طبعی در شرایط استرس آور	۲۱-۲۵

برای بدست آوردن امتیاز مربوط به هر بعد، مجموع امتیازات سوالات مربوط به آن بعد را با هم جمع نمایید. برای بدست آوردن امتیاز کلی پرسشنامه، مجموع امتیازات همه سوالات را با هم جمع کنید. هر چه امتیاز کلی پرسشنامه بالاتر باشد، بیانگر شوخ طبعی بالاتر فرد پاسخ دهنده خواهد بود و برعکس.

## روایی و پایایی

در پژوهش سادات خشوعی و همکاران [۲۰] پس از اینکه روایی محتوایی پرسشنامه توسط ده نفر از اساتید صاحب نظر در این زمینه مورد تایید قرار گرفت، روایی سازه پرسشنامه نیز از طریق تحلیل عوامل با روش مولفه های اصلی بررسی شد و مورد تایید قرار گرفت. پایایی پرسشنامه نیز با استفاده از روش ضریب آلفای کرونباخ مورد آزمایش قرار گرفت که نتایج آن در جدول زیر ارائه شده است:

بعد	آلفای کرونباخ
لذت از شوخی	۰/۷۴
خنده	۰/۸۰
شوخی کلامی	۰/۷۷
شوخی طبیعی در روابط اجتماعی	۰/۷۹
شوخی طبیعی در شرایط استرس آور	۰/۹۲

## یافته های پژوهش

در این پژوهش به منظور بررسی رابطه شوخی طبیعی با سبک های دلبستگی در افراد با تشخیص اضطراب فراگیر از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شده است. در جدول ۱ شاخصه های توصیفی متغیر شوخی طبیعی ارائه شده است.

جدول ۱- توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب مؤلفه های شوخی طبیعی

مؤلفه های شوخی طبیعی	تعداد	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار
لذت از شوخی	۵۳	۱۳	۳۵	۲۵/۱۶	۰/۷۴
خنده	۵۳	۵	۳۵	۲۱/۶۷	۱/۰۹
شوخی کلامی	۵۳	۵	۳۲	۲۲/۲۰	۰/۹۵
شوخی طبیعی در روابط اجتماعی	۵۳	۳	۳۵	۲۱/۴۱	۱/۰۱
شوخی طبیعی در روابط استرس آور	۵۳	۴	۳۵	۲۱/۶۷	۱/۰۵

همانگونه که در جدول ۱ مشاهده می شود، بالاترین میانگین ۲۵/۱۶ با انحراف استاندارد ۰/۷۴ متعلق به مؤلفه لذت شوخی و پایین ترین میانگین ۲۱/۴۱ با انحراف استاندارد ۱/۰۱ متعلق به مؤلفه شوخی طبیعی در روابط اجتماعی است. در جدول ۲ شاخصه های توصیفی متغیر سبک های دلبستگی ارائه شده است.

جدول ۲- توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب سبک های دلبستگی

سبک های دلبستگی	تعداد	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار
دلبستگی ایمن	۵۳	۶	۲۰	۱۲/۶۷	۰/۴۳
دلبستگی اجتنابی	۵۳	۴	۱۹	۱۲/۸۳	۰/۴۲
دلبستگی دوسوگرا/اضطرابی	۵۳	۲	۲۱	۱۰/۱۸	۰/۷۰

با توجه به جدول ۲، بالا ترین میانگین ۱۲/۸۳ با انحراف استاندارد ۰/۴۲ مربوط به سبک دلبستگی اجتنابی و پایین ترین میانگین یعنی ۱۰/۱۸ با انحراف استاندارد ۰/۷۰ متعلق به سبک دلبستگی دوسوگرا/اضطرابی است. در جدول شماره ۳، ضرایب همبستگی پیرسون بین مؤلفه های شوخی طبیعی و سبک های دلبستگی ارائه گردیده است. همچنین در این پژوهش از میان مؤلفه های شوخی طبیعی، مؤلفه شوخی کلامی با شوخی طبیعی در روابط اجتماعی (۰/۴۶۸) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معنا است که هر چه نمرات افراد در مقیاس شوخی کلامی بیشتر باشد شوخی طبیعی بیشتری در روابط اجتماعی دارند.

همچنین در این پژوهش از میان مؤلفه های شوخ طبعی، مؤلفه شوخ طبعی در روابط استرس آور با شوخ طبعی در روابط اجتماعی (۰/۶۲۱) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معنا است که هر چه نمرات افراد در مقیاس شوخ طبعی در روابط استرس آور بیشتر باشد شوخ طبعی بیشتری در روابط اجتماعی دارند.

همان گونه که در جدول فوق مشاهده می شود در این پژوهش از میان مؤلفه های شوخ طبعی و سبک های دلبستگی، مؤلفه لذت از شوخی با سبک دلبستگی ایمن (۰/۳۳۱) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۵ دارد. این بدان معنا است که افراد با سبک دلبستگی ایمن لذت بیشتری از شوخی می برند.

همچنین در این پژوهش از میان مؤلفه های شوخ طبعی و سبک های دلبستگی، مؤلفه خنده با سبک دلبستگی اجتنابی (۰/۲۲۹) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۵ دارد. این بدان معنا است افراد با سبک دلبستگی اجتنابی بیشتر می خندند.

همچنین در این پژوهش از میان مؤلفه های شوخ طبعی و سبک های دلبستگی، مؤلفه شوخ طبعی در روابط اجتماعی با سبک دلبستگی اجتنابی (۰/۳۵۵) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معنا است افراد با سبک دلبستگی اجتنابی در روابط اجتماعی شوخ طبع تر هستند.

جدول ۳، ضرایب همبستگی پیرسون بین مؤلفه های شوخ طبعی و سبک های دلبستگی (n=۵۳)

دلبستگی دوسوگرا/اضطرابی	دلبستگی اجتنابی	دلبستگی ایمن	شوخی طبعی در روابط استرس آور	شوخی طبعی در روابط اجتماعی	شوخی کلامی	خنده	لذت از شوخی
						۱	لذت از شوخی
						۱	خنده
					۱	۰/۵۹۹**	شوخی کلامی
				۱	۰/۴۶۸**	۰/۶۰۴**	شوخی طبعی در روابط اجتماعی
			۱	۰/۶۲۱**	۰/۴۸۹**	۰/۶۵۵**	شوخی طبعی در روابط استرس آور
		۱	۰/۰۱۰	۰/۰۲۴	۰/۱۳۸	۰/۲۶۱	دلبستگی ایمن
	۱	۰/۱۰۷	۰/۱۶۶	۰/۳۵۵**	۰/۲۰۷	۰/۲۹۹**	دلبستگی اجتنابی
۱	-۰/۱۱۳	۰/۰۳۲	۰/۰۹۲	۰/۰۷۲	۰/۰۹۱	۰/۰۵۲	دلبستگی دوسوگرا/اضطرابی

\*\*ضرایب همبستگی در سطح ۰/۰۱ معنادار هستند (دو دامنه). \*ضرایب همبستگی در سطح ۰/۰۵ معنادار هستند (دو دامنه).

همان گونه که در جدول فوق مشاهده می شود در این پژوهش از میان مؤلفه های شوخ طبعی، مؤلفه خنده با مؤلفه لذت از شوخی (۰/۴۴۹) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معنا است که هر چه نمرات افراد در مقیاس خنده بیشتر باشد لذت از شوخی بیشتری می برند.

همچنین در این پژوهش از میان مؤلفه های شوخ طبعی، مؤلفه خنده با مؤلفه با شوخی کلامی (۰/۵۹۹) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معنا است که هر چه نمرات افراد در مقیاس خنده بیشتر باشد شوخی کلامی می کنند.

همچنین در این پژوهش از میان مؤلفه های شوخ طبعی، مؤلفه خنده با مؤلفه با شوخ طبعی در روابط اجتماعی (۰/۶۰۴) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معنا است که هر چه نمرات افراد در مقیاس خنده بیشتر باشد شوخ طبعی بیشتری در روابط اجتماعی دارند.

همچنین در این پژوهش از میان مؤلفه های شوخ طبعی، مؤلفه خنده با شوخ طبعی در روابط استرس آور (۰/۶۵۵) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معنا است که هر چه نمرات افراد در مقیاس خنده بیشتر باشد شوخ طبعی بیشتری در روابط استرس آور دارند.

همچنین در این پژوهش از میان مؤلفه های شوخ طبعی، مؤلفه شوخی کلامی با شوخ طبعی در روابط استرس آور (۰/۴۸۹) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معنا است که هر چه نمرات افراد در مقیاس شوخی کلامی بیشتر باشد شوخ طبعی بیشتری در روابط استرس آور دارند.

### بحث و نتیجه گیری:

در پژوهش حاضر با بررسی ابعاد شوخ طبعی و سبک های دلبستگی در افراد با تشخیص اضطراب فراگیر نتیجه گرفته شد که در ابعاد شوخ طبعی، مؤلفه خنده با مؤلفه لذت از شوخی (۰/۴۴۹) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معنا است که هر چه نمرات افراد در مقیاس خنده بیشتر باشد لذت از شوخی بیشتری می برند. همچنین از میان مؤلفه های شوخ طبعی، مؤلفه خنده با شوخی کلامی (۰/۵۹۹) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معنا است که هر چه نمرات افراد در مقیاس خنده بیشتر باشد شوخی کلامی می کنند و مؤلفه خنده با مؤلفه با شوخ طبعی در روابط اجتماعی (۰/۶۰۴) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معنا است که هر چه نمرات افراد در مقیاس خنده بیشتر باشد شوخ طبعی بیشتری در روابط اجتماعی دارند و در مقیاس خنده با مؤلفه با شوخ طبعی در روابط استرس آور (۰/۶۵۵) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معنا است که هر چه نمرات افراد در مقیاس خنده بیشتر باشد شوخ طبعی بیشتری در روابط استرس آور دارند. همچنین در این پژوهش از میان مؤلفه های شوخ طبعی، مؤلفه شوخی کلامی با شوخ طبعی در روابط استرس آور (۰/۴۸۹) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معنا است که هر چه نمرات افراد در مقیاس شوخی کلامی بیشتر باشد شوخ طبعی بیشتری در روابط استرس آور دارند. این بدان معنا است که هر چه نمرات افراد در مقیاس شوخی کلامی همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معنا است که هر چه نمرات افراد در مقیاس شوخی کلامی بیشتر باشد شوخ طبعی بیشتری در روابط اجتماعی دارند. مؤلفه شوخ طبعی در روابط استرس آور با شوخ طبعی در روابط اجتماعی (۰/۶۲۱) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معنا است که هر چه نمرات افراد در مقیاس شوخ طبعی در روابط استرس آور بیشتر باشد شوخ طبعی بیشتری در روابط اجتماعی دارند و از میان مؤلفه های شوخ طبعی و سبک های دلبستگی، مؤلفه لذت از شوخی با سبک دلبستگی ایمن (۰/۳۳۱) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۵ دارد. این بدان معنا است که افراد با سبک دلبستگی ایمن لذت بیشتری از شوخی می برند و مؤلفه خنده با سبک دلبستگی اجتنابی (۰/۲۲۹) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۵ دارد. این بدان معنا است که افراد با سبک دلبستگی اجتنابی (۰/۳۵۵) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معنا است که افراد با سبک دلبستگی اجتنابی در روابط اجتماعی شوخ طبع تر هستند.

بالبی بر این عقیده بود که نظریه دلبستگی تنها یک نظریه کودک نیست، بلکه نظریه تحول در فرخندگی زندگی نیز است. این نظریه معتقد است نوع رابطه مادر و کودک در سال های اولیه زندگی و میزان قابلیت دسترسی به مادر، میزان حمایت مادر در هنگام احساس خطر، درجه حساسیت مادرانه و تیکه گاه ایمن بودن مادر برای کودک سبک دلبستگی فرد را معین می کند [۲۱]. بعد از او، اینزورث سه سبک دلبستگی کلی را معرفی کرد: ۱- سبک دلبستگی ایمن؛ ۲- سبک دلبستگی نایمن

اجتنابی و ۳- سبک دلبستگی ناایمن دوسوگرا. هازن و شاور از نظریه سبک های دلبستگی بالبی و اینزورث برای توجیه و تبیین رابط اجتماعی، عاشقانه و جنسی در دوران نوجوانی و بزرگسالی استفاده کردند [۲۲]. از نظر آن ها سبک های دلبستگی بازنمایی ذهنی از خود و دیگران را انعکاس می دهند و به جهت گیری های مختلف در ارتباطات نزدیک منجر می شوند که نه تنها در کودکی، بلکه در بزرگسالی نقش بسیار اساسی در برقراری ارتباط با دیگران دارند. فوگل نیز اظهار می دارد که دلبستگی، پیوند هیجانی پایدار بین دو فرد است، به طوری که یکی از دو طرف کوشش می کند، نزدیکی و مجاورت با موضوع دلبستگی را حفظ کرده و نه گونه ای عمل کند تا مطمئن شود که ارتباط ادامه پیدا می کند [۲۳].

در این بین شوخ طبعی به عنوان راهی برای مواجه شدن با مشکلات زندگی مطرح است و یک مهارت بقا برای فاصله گرفتن از یک مشکل به حساب می آید. در یک مطالعه، افرادی که در شوخ طبعی نمره بالایی کسب کرده بودند، تنش کمتری را نیز تجربه می کردند و در کل این مطالعه نشان داد که رابطه منفی بین شوخ طبعی و اضطراب برقرار است [۲۴] بسیاری از منابع نیز بر این نکته تکیه دارند که شوخ طبعی و استفاده از آن در مواقع تنش را تحمل فرد را بالا برده و باعث کاهش تنش در فرد می شود.

#### منابع:

- [1] Muller-Pinzler, L., Gazzola, V., Keyser, C., Sommer, J., Jansen, A., Frassle, S., Krach, S. (2015). Neural path Way of embarrassment and their modulation by social anxiety. *Neuroimage*. 119(1): 252-261.
- [2] Higa-Mcmillan, C.K., Francis, S. E., Rith-Najarian, L., Chorpita, B. T. (2016). Evidence base up data: 50 years of research on Treatment for child and adolescent anxiety. *Journal of clinical child and Adolescent psychology*. 45(2): 91-113.
- [3] Reff, R.Ch. (2006). Developing the humov styles questionnaive-revised: A review of the therapeutic alliance. unpublished PhD thesis. Ohio state University. [WWW.ndltd.ir.pp.5-31](http://WWW.ndltd.ir/pp.5-31).
- [۴] خشوعی، مهدیه سادات. (۱۳۸۶). روان شناسی شوخ طبعی. اصفهان و نشر کنکاش.
- [۵] Ziv, A. (1987). the effect of humor on aggression catharsis in the classroom. *Journal of psychology*, 121:359-354.
- [۶] Seligman, M. E. P & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An Introduction *American psychologist*, 55, 5-14.
- [7] Martin, R.A., Puhlik-Doris, P., Larsen, G., Gray, J., & Weir, K. (2003). Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the Humor styles Questionnaire. *Journal of Research in personality*, 37, 48-75.
- [8] Felingold, A., & Mazzella, R. (1993). preliminary validation of a multidimensional model of wittiness. *Journal of personality*, 61-439-456.
- [9] Martin, R. A., & Lefcourt, H. M. (1983). sense of humor as a moderator of the relation between stressors and moods. *Journal of personality a social psychology*, 45, 1313-1324.
- [10] Goodwin, I. (2003) the relevance of attachment theory to the philosophy, Organization, & practice of adult mental health care. *clinical psychology Review*. 23. 35-56.



- [11] Fraley , R . C . (2002) . Attachment stability from infancy to adulthood : metaanalysis and dynamic modeling of developmental mechanisms . *personality and social psychology Review* , ۶, ۱۲۳-۱۵۱.
- [12] Ditommaso , E., Fizell , S . R . and Robinson , B . A . (2015) . 16 chronic Loneliness within an Attachment Framework . *Addressing Loneliness : Coping , prevention and clinical Interventions* , ۱ : ۲۴۱.
- [13] Goldberg , A., Muir , R . and Kerr , J . (Eds.). (2013). *Attachment theory : social , developmental , and clinical perspectives* . Routledge .
- [14] Belsky , J . and Nezworski , T . M . (Eds.).(2015). *Clinical implications of attachment* . Routledge .
- [۱۵] علی اکبری دهکردی ، مهناز . ، مهمان نوازان ، اشرف و کاکوجویباری ، علی اصغر (۱۳۹۳) . تاثیر سبک های دلبستگی ، انطباق پذیری و پیوستگی در خانواده بر میزان تاب آوری و رابطه آن با احساس غم غربت در میان دانشجویان مقیم خوابگاه دانشگاه الزهراء . *مطالعات اجتماعی روانشناختی زنان* . ۱۲ (۴) ۲۰۴-۱۷۳.
- [۱۶] پاکدامن، شهلا (۱۳۸۰). بررسی ارتباط بین دلبستگی و جامعه طلبی در نوجوانی، پایان نامه دکترای روان شناسی، دانشگاه تهران.
- [۱۷] پاکدامن، شهلا (۱۳۸۰). بررسی ارتباط بین دلبستگی و جامعه طلبی در نوجوانی، پایان نامه دکترای روان شناسی، دانشگاه تهران.
- [۱۸] پاکدامن، شهلا (۱۳۸۰). بررسی ارتباط بین دلبستگی و جامعه طلبی در نوجوانی، پایان نامه دکترای روان شناسی، دانشگاه تهران.
- [۱۹] پاکدامن، شهلا (۱۳۸۰). بررسی ارتباط بین دلبستگی و جامعه طلبی در نوجوانی، پایان نامه دکترای روان شناسی، دانشگاه تهران.
- [۲۰] سادات خشوعی، مهدیه، عریضی، حمیدرضا، آقایی، اصغر، (۱۳۸۸) ، ساخت و اعتباریابی پرسشنامه شوخ طبعی، SHQ، پژوهش های روانش شناختی، دوره ۱۲، شماره ۱ و ۲.
- [21] Ditommaso , E., Fizell , S . R . and Robinson , B . A . (2015) . 16 chronic Loneliness within an Attachment Framework . *Addressing Loneliness : Coping , prevention and clinical Interventions* , ۱ : ۲۴۱.
- [۲۲] Goldberg , A., Muir , R . and Kerr , J . (Eds.). (2013). *Attachment theory : social , developmental , and clinical perspectives* . Routledge .
- [۲۳] Belsky , J . and Nezworski , T . M . (Eds.).(2015). *Clinical implications of attachment* . Routledge .
- [24] Abel , M. H . (2002). *Humor , stress , and coping strategies* . *Humor-international Journal of Humor Research* , 15(4) , 365-381.