

عنوان مقاله:

مروری بر نقش سبک های دلبستگی در ابعاد بهزیستی روانشناختی

محل انتشار:

اولین کنگره ملی مطالعات علوم اعصاب و روان شناسی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

نعیمه ماشینچی عباسی - دکتری علوم اعصاب شناختی و پژوهشگر پسادکتری دانشگاه تبریز- گروه پژوهشی علوم زیستی اعصاب
(نوروبیوساینس) - مرکز تحقیقات علوم و فناوری زیستی دانشگاه تبریز

ملیکا رضاقلیان - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه تبریز

خلاصه مقاله:

بهزیستی روانشناختی به معنای واکنش های عاطفی و شناختی به ادراک ویژگی ها و توانمندیهای شخصی ، تعامل کارآمد و تاثیر گذار با جهان، داشتن رابطه مطلوب با جمع و اجتماع و پیشرفت کردن در طول زمان و عملکردهای روانی مطلوب تعریف شده است . سبک های دلبستگی از منابع درون فردی هستند که می توانند سطوح تنش و ناتوانی را در شرایط ناگوار تعدیل کنند و اثر منفی تنش را کم رنگ تر جلوه دهند و اهمیت پیش بینی کنندگی زیادی در بهزیستی روانی دارند. این مطالعه با هدف بررسی نقش سبک های دلبستگی در ابعاد بهزیستی روانشناختی انجام شد. یافته های این پژوهش بر اساس مطالعات انجام شده به زبان فارسی و انگلیسی بوده و نتایج این مطالعات بر اساس مقالات چاپ شده در مجلات موجود در پایگاه های اسنادی SID, civilica, Irandoc, magiran, sage با استفاده از کلید واژه های معتبر فارسی سبک های دلبستگی و بهزیستی روانشناختی انجام شد. طبق شواهد پژوهشی سبک دلبستگی ایمن رابطه مثبت و سبک های دلبستگی ناایمن اجتنابی و دوسوگرا رابطه منفی با بهزیستی روانشناختی داشته و پیش بین معنادار آن نیز هستند. افراد با سبک دلبستگی ایمن راهبردهای سازگارانۀ ای در ارتباط با در موقعیت ها و رویدادهای گوناگون زندگی بکار می برند، از پختگی و انعطاف پذیری هیجانی بالایی برخوردارند، دارای تعاملات اجتماعی بالا و سرزندگی زیاد هستند، با تکیه بر ارزش های فردی و اجتماعی به ترسیم اهداف بلند مدت و پیگیری و تحقق آن ها می پردازند و در زندگی هدفمند اند. در نتیجه بهزیستی روانی بیشتری را تجربه می کنند. از سویی افراد با سبک دلبستگی ناایمن در تنظیم عواطف خود دچار مشکل هستند و به شیوه منفعلانه با استرس ها مقابله می کنند، از تعامل با دیگران اجتناب می کنند و از پذیرش مسئولیت اجتناب کرده و خود را از داشتن معنا و هدف یابی در زندگی محروم می کنند. در نتیجه از بهزیستی روانشناختی فاصله می گیرد.

کلمات کلیدی:

سبک های دلبستگی ، دلبستگی ایمن ، دلبستگی ناایمن ، ابعاد بهزیستی روانشناختی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1644880>

