



دانشگاه علامه طباطبائی
دانشکده‌ی روانشناسی و علوم تربیتی

پایان نامه‌ کارشناسی ارشد رشته مشاوره گرایش خانواده

مقایسه‌ الگوهای فعال درونی بین افراد موفق و ناموفق در روابط زناشویی شهر تهران

نگارش

سمیرا هاشمی

استاد راهنما

دکتر کیومرث فرح بخش

استاد مشاور

دکتر ابوالفضل کرمی

استاد داور

دکتر معصومه اسماعیلی

بهار ۱۳۹۰

با تقدیر و تشکر از زحمات اساتید محترم:

دکتر کیومرث فرحبخش، که سخاوتمندانه و فروتنانه، راهنمایی های روشنگرانه خود را در اختیارم نهادند؛

دکتر ابوالفضل کرمی، که در انجام این پژوهش از مشورت های خردمندانه ایشان بهره فراوان بردم؛

و دکتر معصومه اسماعیلی، که داوری این پژوهش را پذیرفتند و مرا از رهنمودهای سازنده خویش بهره مند ساختند.

چکیده

هدف اصلی پژوهش حاضر، بررسی و مقایسه الگوهای فعال درونی بین افراد موفق و ناموفق در روابط زناشویی شهر تهران می باشد. در این پژوهش از دو گروه زنان و مردان ناموفق (پرتعارض) در روابط زناشویی و زنان و مردان موفق (کم تعارض) در روابط زناشویی، ۲۰۰ نفر نمونه گیری شد (از هر گروه ۱۰۰ نفر). ابزار استفاده شده در این پژوهش، پرسشنامه تعارضات زناشویی (MCQ) و پرسشنامه محقق ساخته الگوهای فعال درونی (IWMQ) می باشد. برای تحلیل داده ها و آزمون فرضیه های پژوهش، از تحلیل واریانس چند متغیره (MANOVA)، آزمون تعقیبی LSD، و تحلیل تشخیصی استفاده شد. نتایج حاکی از آن است که بین نیمرخ مؤلفه های الگوهای فعال درونی افراد موفق و ناموفق در روابط زناشویی، تفاوت معنادار ($p < 0.01$) وجود دارد. همچنین بین یازده خرده آزمون پرسشنامه الگوهای فعال درونی، تفاوت معناداری ($p < 0.01$) بین دو گروه موفق و ناموفق مشاهده شد. تحلیل تشخیصی نیز نشان داد که می توان بر اساس نمرات الگوهای فعال درونی افراد، با احتمال ۹۹.۵٪، عضویت گروهی آنها را در گروه های موفق و ناموفق (کم تعارض و پرتعارض) پیش بینی کرد.

واژگان کلیدی:

الگوهای فعال درونی، افراد موفق (کم تعارض) در روابط زناشویی، افراد ناموفق (پرتعارض) در روابط

زناشویی

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
فصل اول - طرح و کلیات پژوهش	
۱.....	مقدمه.....
۲.....	بیان مسئله.....
۴.....	ضرورت پژوهش.....
۴.....	اهداف پژوهش.....
۵.....	سؤالات پژوهش.....
۵.....	تعرف متغیرها.....
فصل دوم - پیشینه پژوهش	
۷.....	نظریه دلبستگی.....
۷.....	مفاهیم مهم دلبستگی.....
۹.....	نظام های رفتاری دلبستگی.....
۱۱.....	نقش بافت و زمینه در دلبستگی.....
۱۲.....	نقش هیجانات در دلبستگی.....
۱۴.....	نقش شناخت در دلبستگی.....
۱۴.....	گزاره های اساسی نظریه دلبستگی.....
۱۶.....	سبک های دلبستگی.....
۲۰.....	الگوهای فعال درونی.....
۲۳.....	الگوهای فعال درونی از کودکی تا بزرگسالی.....
۲۴.....	محتویات الگوهای فعال درونی.....
۲۵.....	مؤلفه های الگوهای فعال درونی.....
۲۶.....	خاطرات (حافظه) مربوط به تجربیات دلبستگی.....
۲۸.....	اعتقادات، نگرش ها، و انتظارات مربوط به دلبستگی.....
۳۴.....	اهداف و نیازهای دلبستگی.....

۳۷.....	نقشه ها، راهبردها، و تمایلات عملکردی.....
۳۸.....	راهبرد های تنظیم و تعدیل عواطف.....
۳۹.....	راهبردهای میان فردی.....
۴۳.....	تعارضات زناشویی.....
۴۴.....	موضوع های تعارض.....
۴۵.....	مراحل رشد تعارضات زناشویی.....
۴۶.....	علل تعارض.....
۴۹.....	سبک های تعارض.....
۵۱.....	دلبستگی و روابط زناشویی.....
۵۳.....	دلبستگی و رضایت زناشویی.....
۵۴.....	پیشینه پژوهش.....

فصل سوم - روش اجرای پژوهش

۵۸.....	جامعه آماری.....
۵۸.....	روش نمونه گیری.....
۵۹.....	ابزار پژوهش.....
۵۹.....	پرسشنامه تعارضات زناشویی.....
۶۰.....	پرسشنامه الگوهای فعال درونی.....
۷۰.....	روش اجرا.....

فصل چهارم - تجزیه و تحلیل داده ها

۷۲.....	مقدمه.....
۷۳.....	توصیف آماری.....
۸۴.....	بررسی سؤالات پژوهش.....

فصل پنجم - بحث و نتیجه گیری

۹۱	بحث و نتیجه گیری
۹۴	محدودیت های پژوهش
۹۵	پیشنهادات پژوهشی
۹۶	پیشنهادات کاربردی

منابع

۹۷	منابع فارسی
۹۸	منابع انگلیسی

پیوست ها

۱۰۶	پرسشنامه الگوهای فعال درونی
-----	-----------------------------

جداول

۶۵	جدول ۱-۳- تحلیل سوالات مولفه های اضطرابی
۶۶	جدول ۲-۳- تحلیل سوالات مولفه های اجتنابی
۶۷	جدول ۳-۳- تحلیل سوالات مولفه های خاطرات ناایمن
۶۸	جدول ۴-۳- تحلیل سوالات مولفه های ایمن
۷۰	جدول ۵-۳- ضرایب پایایی بازآزمایی
۷۳	جدول ۱-۴- توصیف سن گروه نمونه بتفکیک جنسیت
۷۵	جدول ۲-۴- توصیلات گروه نمونه بتفکیک جنسیت
۷۷	جدول ۳-۴- توصیف نمرات اعتقادات دلبستگی بتفکیک جنسیت
۷۸	جدول ۴-۴- توصیف نمرات راهبرد های دلبستگی بتفکیک جنسیت
۷۹	جدول ۵-۴- توصیف نمرات نیاز های دلبستگی بتفکیک جنسیت
۸۰	جدول ۶-۴- توصیف نمرات خاطرات دلبستگی بتفکیک جنسیت
۸۲	جدول ۷-۴- وضعیت موفقیت گروه نمونه بتفکیک جنسیت

- جدول ۴-۸- میانگین و انحراف معیار متغیر ها..... ۸۴
- جدول ۴-۹- نتایج تحلیل واریانس چند متغیری (MANOVA)..... ۸۶
- جدول ۴-۱۰- نتایج آزمون تعقیبی LSD..... ۸۷
- جدول ۴-۱۱- متغیر های پیشین در تابع تشخیص..... ۸۸
- جدول ۴-۱۲- همبستگی و ضرایب استاندارد تابع تشخیص..... ۸۹
- جدول ۴-۱۳- تحلیل طبقه بندی برای پیشبینی عضویت در طبقه ها ۹۰

نمودارها

- نمودار ۲-۱- مؤلفه ها و زیر مؤلفه های الگوهای فعال درونی..... ۴۱
- نمودار ۴-۱- هیستوگرام توزیع سن آزمودنی ها..... ۷۴
- نمودار ۴-۲- نمودار تحصیلات آزمودنی ها بتفکیک جنسیت..... ۷۶
- نمودار ۴-۳- وضعیت آزمودنی ها از نظر تعارض..... ۸۳
- نمودار ۴-۴- نمرات الگوهای فعال درونی..... ۸۵

فصل اول:

طرح و کلیات پژوهش

بالبی^۱ در سال ۱۹۶۹ نظریهٔ دلبستگی را مطرح کرد. به نظر او روابط اجتماعی طی پاسخ به نیازهای زیست شناختی و روانشناختی مادر و کودک پدید می آیند. نتیجهٔ عمدهٔ کنش متقابل بین مادر و کودک، بوجود آمدن نوعی دلبستگی عاطفی بین کودک و مادر است.

رابطهٔ نوزاد-والد نمونه ای نخستین، برای روابط عاشقانهٔ بعدی در بزرگسالی است. دلبستگی در رابطهٔ والد و کودک، به رابطهٔ عاشقانهٔ بزرگسالی فرد انتقال می یابد و می تواند بر رفتار، شناخت، و هیجانات، در هر دوره ای از زندگی، از نوزادی تا بزرگسالی تأثیر بگذارد. دلبستگی در روابط، بطور ارادی و داوطلبانه و یا بطور کامل قطع نمی شود و هرگونه خللی در یک رابطهٔ دلبستگی، دردناک است و موجب سوگواری در فرد می شود. کیفیت و الگوی دلبستگی در روابط عاشقانه بزرگسالی ممکن است شبیه الگوی دلبستگی فرد در رابطه با والدش باشد (بالبی، ۱۹۶۹).

تحقیقات نشان داده است که دلبستگی ایمن با جنبه های کلیدی روابط زناشویی، از جمله خود افشایی و حل اختلاف، همراه است. برای مثال بزرگسالان ایمن بیشتر خود را برای همسرانشان افشا می کنند. در واقع نگرش آنها انعطاف پذیر است و خود را با نیازهای همسرشان وقف می دهند. بزرگسالان ایمن همچنین نگرش های سازنده تری به حل اختلاف دارند یعنی نظرات خود را بیان می کنند، نظرات همسرشان را می شنوند و سعی می کنند روی حل مسائشان کار کنند و آن را حل نمایند. اما افراد با دلبستگی نا ایمن، الگوی رفتاری متفاوتی دارند که منجر به بروز اختلاف و تعارض در رابطهٔ زناشویی می گردد (کلینز و رید، ۱۹۹۴).

دلبستگی منجر به ساخت یک چارچوب و سازمان می شود که همهٔ اطلاعات مربوط به دلبستگی در این

1- Bowlby, J.

چارچوب قرار می‌گیرند و از صافی عبور می‌کنند. این چارچوب و بازنمودهای ذهنی الگوهای فعال درونی^۱ نام دارند. این الگوها به مثابه قوانینی ذهنی و متشکل از تجربیاتی است که چارچوب تعامل با دیگران و همچنین درک از "خود" را فراهم می‌سازند. الگوهای فعال درونی شامل دو بخش است، بخش اول شامل افکار مربوط به "خود" و بخش دوم مربوط به "دیگران" می‌باشد (میکالینسر و شیور، ۲۰۰۷؛ رلز و سیمپسون، ۲۰۰۴). هر موقعیتی که ما در زندگی با آن مواجه می‌شویم، بصورت الگوهای بازنمودی، راجع به جهان و خودمان، ساخته می‌شود. اطلاعاتی که به اندام حسی ما می‌رسند، بر مبنای این الگوها، مورد گزینش و تفسیر قرار می‌گیرند. اهمیت گذاری اطلاعات و ارزیابی آنها و بدنبال آن طرح ریزی نقشه‌های عملی، توسط این الگوها انجام می‌شود. این الگوها می‌توانند رفتار یک زوج را تعبیر و تفسیر و پیش‌بینی کنند و به همان اندازه، طرحی برای راهنمایی شخص و هدایت رفتارش در روابط، بدهند (بالبی، ۱۹۸۰).

بیان مسئله

همانطور که بیان شد، یک مفهوم کلیدی در نظریهٔ دلبستگی، که پیوند و ارتباط بین کیفیت روابط دلبستگی کودک و بزرگسال را مطرح می‌سازد، مفهوم «الگوهای فعال درونی» است. این الگوها و بازنمودها در بستر تجربه‌های شخص با افراد مورد دلبستگی، حول محور ساماندهی و ارضای نیازهای دلبستگی شکل می‌گیرند. هنگامی که والدین تعاملشان با فرزندان حمایت‌کننده و همیار باشد، کودکان احتمالاً الگوهای فعال درونی را اینگونه توسعه می‌دهند که برای داشتن روابط مثبت با دیگران توانمند هستند و در ضمن در می‌یابند گویا توانایی کشف محیط با حس اطمینان و تسلط را هم دارند. الگوهای فعال شامل دو مؤلفهٔ مکمل هم می‌باشد. یکی از این مؤلفه‌ها مربوط به افراد مورد دلبستگی است و دیگری مربوط به «خود» شخص (برثرتون، ۱۹۸۵؛ اسروف و واتر، ۱۹۷۷).

۱- internal working models(IWM)

کلینز و رید (۱۹۹۴) پیشنهاد کرده اند که الگوهای فعال درونی می بایست شامل چهار مؤلفهٔ مربوط به هم

باشد:

۱. حافظهٔ (خاطرات) مربوط به تجربیات دل‌بستگی
 ۲. اعتقادات، نگرش‌ها، و انتظارات دربارهٔ خود و دیگران در ارتباط با فرایند دل‌بستگی
 ۳. اهداف و نیازهای مربوط به دل‌بستگی
 ۴. راهبردها و نقشه‌ها در راستای به انجام رساندن اهداف دل‌بستگی
- انتظار می رود که افراد با دل‌بستگی ایمن، خاطرات مثبت بیشتری راجع به ارتباط با افراد مورد دل‌بستگی شان گزارش کنند. شواهد بدست آمده از چندین تحقیق که شامل مطالعهٔ گذشته نگر روابط افراد با والدینشان بوده است، این فرضیه را تأیید می کند (کلینز و رید، ۱۹۹۰؛ روئبارد و شیور، ۱۹۹۴). همچنین رابطهٔ مهمی بین سبک های دل‌بستگی خود-گزارشی با باورهای کلی راجع به خود و زندگی اجتماعی نیز، بدست آمده است. بطور کلی افراد ایمن در مقایسه با افراد اجتنابی و اضطرابی، باورهای مثبت بیشتری نسبت به خود، در روابط با دیگران دارند (کلینز و رید، ۱۹۹۰؛ هازان و شیور، ۱۹۸۷؛ میکالینسر، ۱۹۹۵). در رابطه با مؤلفهٔ اهداف و نیازها نیز باید گفت طبق تحقیقات بارتولومو و هورویتز (۱۹۹۱)، افراد میزان انگیزش متفاوتی برای ایجاد یک رابطهٔ صمیمی، اجتناب از طرد شدن، حفظ قلمرو شخصی و خصوصی، جلب تأیید دیگران، و... دارند. همچنین تحقیقات نشان داده افراد با سبک های مختلف دل‌بستگی، راهبردهای متفاوتی برای نیازها و اهداف اجتماعی-هیجانی خود، که شامل مهار هیجانات دردآور است، بکار می گیرند (رلز و سیمپسون، ۲۰۰۴).

با توجه به آنچه گفته شد الگوهای فعال درونی نقش بسیار مهمی در زندگی اجتماعی و روابط صمیمی، ایفا می کند. از آنجا که روابط زناشویی مهمترین رابطهٔ صمیمی و بین فردی هر شخص در زندگی محسوب می شود، به نظر میرسد چهار مؤلفهٔ الگوهای فعال در این روابط بسیار تأثیر گذار است و بدکاری (نا ایمن بودن) آنها

می تواند سرمنشأ بسیاری از تعارضات و اختلافات زناشویی شود. در نتیجه این پژوهش در نظر دارد به این سؤال پاسخ دهد که آیا الگوهای فعال درونی در زوجین موفق (کم تعارض) و ناموفق (پر تعارض) متفاوت است؟

ضرورت پژوهش

خانواده مهمترین نهاد اجتماعی محسوب می شود و کارکرد سالم اجتماع در گرو کارکرد سالم خانواده و سلامت خانواده در گرو سلامت رابطه زوجین است. به همین دلیل یکی از دغدغه های اصلی روانشناسان و مشاوران خانواده، ریشه یابی و حل مشکلات و معضلات در روابط زناشویی می باشد. اینکه بدانیم مشکلات زناشویی از چه منابعی سرچشمه می گیرد، راه را برای حل آن، و از همه مهمتر برای پیشگیری از آن، هموار می کند. به عقیده بالبی و بسیاری از نظریه پردازان و محققان، نحوه رشد ما در کودکی و کیفیت روابطمان با والدین، تأثیرات چشمگیری در تعاملات بعدی ما از جمله روابط زناشویی دارد. اگر نتایج این تحقیق این فرضیه را تأیید کند که الگوهای فعال درونی در افراد موفق و ناموفق در روابط زوجین متفاوت است، و نیز نوع تفاوت آنها در مؤلفه های مختلف مشخص شود، می تواند مسیری را به مشاوران هدایت کند که در آن برای حل تعارضات زناشویی، بر اصلاح این الگوها تأکید داشته باشند. همچنین در مشاوره پیش از ازدواج بررسی الگوهای فعال درونی افراد می تواند بسیاری از مشکلات و معضلات احتمالی در روابط زناشویی را پیش بینی کند و راه را برای پیشگیری از آن هموار کند.

اهداف پژوهش

هدف از این پژوهش تعیین تفاوت های الگوهای فعال درونی در دو گروه افراد موفق و ناموفق در روابط زناشویی می باشد.

سؤالات پژوهش

سؤال اول) آیا بین نیمرخ مؤلفه های الگوهای فعال درونی، در گروه افراد موفق در روابط زناشویی و گروه افراد ناموفق، تفاوت وجود دارد؟

سؤال دوم) بین کدام یک از مؤلفه های الگوی فعال درونی در دو گروه افراد موفق و ناموفق در روابط زناشویی تفاوت وجود دارد؟

سؤال سوم) آیا مؤلفه های الگوهای فعال درونی، می تواند عضویت گروهی افراد را در دو گروه موفق و ناموفق در روابط زناشویی، مشخص کند؟

تعریف متغیرها

الگوهای فعال درونی

تعریف نظری: الگوهای فعال درونی بازنمودهایی ذهنی هستند که در بستر تجربه های شخص با افراد مورد دلبستگی، حول محور ساماندهی و ارضای نیازهای دلبستگی شکل می گیرند (برثرتون، ۱۹۸۵؛ اسروف و واتر، ۱۹۷۷). هر موقعیتی که ما در زندگی با آن مواجه می شویم، بصورت الگوهای بازنمودی راجع به جهان و خودمان ساخته می شود. اطلاعاتی که به اندام حسی ما می رسند، بر مبنای این الگوها، مورد گزینش و تفسیر قرار می گیرند. اهمیت گذاری اطلاعات و ارزیابی آنها و بدنبال آن طرح ریزی نقشه های عملی، توسط این الگوها انجام می شود (بالبی، ۱۹۸۰). این الگوها از چهار مؤلفه خاطرات دلبستگی، باورها و نگرش ها، اهداف و نیازها، راهبردها و نقشه های مربوط به دلبستگی تشکیل می شود.

تعریف عملیاتی: در این پژوهش، الگوهای فعال درونی به وسیله پرسشنامه محقق ساخته الگوهای فعال درونی (IWMQ) سنجیده می شود.

افراد موفق و ناموفق در روابط زناشویی

تعریف نظری: در این پژوهش میزان موفقیت با میزان تعارض سنجیده شده است به این دلیل که پرسشنامه های موجود دیگر، مؤلفه ها و گزاره های مشترکی با الگوهای فعال دارند و پرسشنامه تعارضات زناشویی، دارای این مشترکات نمی باشد. در این پژوهش افراد موفق در روابط زناشویی افرادی در نظر گرفته شده اند که از روابطشان با همسرشان در زندگی زناشویی راضی بوده و از تعارضات کمی برخوردارند. بالعکس افراد ناموفق در روابط زناشویی افرادی اند که از روابطشان در زندگی مشترک راضی نبوده و دارای تعارضات زیادی هستند.

در تعریف تعارض باید گفت به هر نوع تنازع بر سر تصاحب پایگاهها و منافع قدرت که در جهت خلاف امتیازات زوج مقابل و افزایش امتیازات خود به وقوع می پیوندد تعارضات زناشویی گفته می شود (ثنایی، ۱۳۸۰).

تعریف عملیاتی: در این پژوهش زوجینی که نمره خام آنها در پرسشنامه تعارضات زناشویی کمتر از ۱۱۴ باشد به عنوان افراد موفق در نظر گرفته می شوند. همچنین زوجینی که در این پرسشنامه نمره بیشتر از ۱۳۵ کسب کنند، به عنوان افراد ناموفق شناخته خواهند شد.

فصل دوم:

پیشینه پژوهش

نظریه دلبستگی^۱

نظریه دلبستگی از مهمترین و اساسی ترین نظریه های روانشناسی امروز است. جان بالبی^۲ در سال ۱۹۶۹ نظریه دلبستگی را مطرح کرد. بطور کلی دلبستگی را می توان جو هیجانی حاکم بر روابط کودک با مراقبش تعریف کرد. این که کودک مراقب خود را، که معمولاً مادر اوست، می جوید و به او می چسبد، مؤید وجود دلبستگی میان آنها است. تحقیقات جان بالبی روی نظریه دلبستگی را می توان از زمان فارغ-التحصیلی اش از دانشگاه کمبریج مشاهده کرد؛ هنگامی که او در حین کار با پسران ناسازگار مشاهداتی انجام داد. این مشاهدات او را متقاعد کرد که اختلالی بزرگ و شدید در رابطه مادر-کودک، می تواند پیش درآمدی برای اختلالات روانی بعدی باشد (رلز و سیمپسون، ۲۰۰۴؛ میکالینسر و شیور، ۲۰۰۷).

این مشاهدات، بالبی را نه تنها به این اعتقاد رساند که رابطه کودک با مادر برای کارکرد های پسین (آینده) بسیار مهم است، بلکه همچنین او بر اساس این مشاهدات به این نتیجه رسید که این رابطه یک اهمیت فوری (اضطراری) و بحرانی برای کودک دارد. بالبی به همراه همکارش رابرتسون^۳ (۱۹۵۲) در تحقیقی مشاهده کردند که وقتی کودکان را از مادرانشان جدا می کنند، ناراحتی شدیدی را تجربه می کنند، حتی اگر توسط دیگران مورد مراقبت قرار بگیرند و به آنها غذا داده شود. از این مشاهده یک الگوی قابل پیش بینی استخراج می شود، یک اعتراض خشمگین که در پی آن ناامیدی است (به نقل از کسیدی، ۲۰۰۸).

مفاهیم مهم دلبستگی:

نظریه دلبستگی برای توضیح و تبیین کارکردش، شامل اصطلاحات و مفاهیم زیر می شود:

-
- 1- attachment theory
 - 2- John Bowlby
 - 3- Robertson, J.

- رفتار دلبستگی^۱ : تلاش ها و کوشش هایی است که ارگانیزم برای دست یابی به ارتباط فیزیکی و روانشناختی با تصاویر دلبستگی^۲، انجام می دهد.
 - نزدیکی جویی^۳ : گرایش به نزدیکی فیزیکی و عاطفی (به تصویر دلبستگی)
 - پایگاه ایمن^۴ : مبنایی که بتوان با اطمینان و اتکا به وجود او، به کاوش محیط و پیرامون خود پرداخت و چیزهای تازه آموخت.
 - پیوندهای دلبستگی^۵ : پیوند های عاطفی و هیجانی است که بین فرد با تصاویر دلبستگی وجود دارد.
 - دلشوره جدایی^۶ یا اعتراض به جدایی : سر باز زدن از دوری، و ناراحتی و بی قراری در صورت دوری از تصاویر دلبستگی
 - سبک های دلبستگی^۷ : مربوط به تفاوت های پایدار و کلی در افراد از جهات زیر می شود:
- (۱) میزان تمایلی که در افراد برای جستجو و تجربه کردن آرامش و گرفتن حمایت های عاطفی از کسانی که با آنها پیوند دلبستگی دارند، وجود دارد.
- (۲) پیش فرض هایی که افراد راجع به این موضوع در ذهن دارند که تصاویر دلبستگی شان به چه میزان درباره حمایت کردن از آنها و آرامش بخشیدن به آنان، مسئولیت پذیرند.

-
- 1- attachment behavior
 - 2- attachment figures
 - 3- proximity seeking
 - 4- secure base
 - 5- attachment bonds
 - 6- separation distress
 - 7- attachment styles

بالبی (۱۹۸۰) یک پارادایم جدید پیشنهاد می کند که کم و بیش بر نظریه روان تحلیلی مبتنی است، اما همچنین ایده هایی از نظریه رشد شناختی پیازه، روان-زیست شناسی^۱ و ساختار های معروف زمان برای مثال اتولوژی^۲ (زیست شناسی رفتاری)، و نظریه کنترل در پارادایم او آمیخته شده است. بالبی امید داشت که این دگرسویی (شیفت) از روان تحلیلی کلاسیک، به او اجازه دهد که بسیاری از مفاهیم انتزاعی شامل انرژی های روانی و سائق ها را کنار بگذارد و بتواند پیوندهایی با روانشناسی شناختی بسازد (به نقل از کسیدی، ۲۰۰۸). یکی از مفاهیم مهم و اساسی نظریه دلبستگی مفهوم نظام های رفتاری است.

نظام های رفتاری^۳ دلبستگی

نظام های رفتاری (مانند نظام دلبستگی، نظام اکتشافی، نظام مراقبتی) به این خاطر گسترش می یابد که به گونه^۴ (گونه های زیستی در طبیعت) کمک کند که در سازگاری تکاملی با محیط یا موقعیت بوم شناسی اش، موفق شود و زنده بماند. در مورد نظام دلبستگی، که در دیگر گونه ها غیر از انسان نیز وجود دارد، عملکرد نا همسان و گوناگون رفتار های دلبستگی (مانند خندیدن، گریه کردن، صدا زدن، چسبیده و وابسته شدن) برای این است که کودک را مطمئن سازد که در مجاورت و نزدیکی با مراقب اصلی اش (تصویر دلبستگی)، و بنابر این در حفاظت و امنیت بیشتر، قرار دارد. مهم است که بدانیم رفتارهایی که مربوط به نظام دلبستگی می باشند منحصر بفرد نیستند و در کارکردهای دیگر نظام ها نیز مشاهده می شوند. برای مثال رفتار "بیان کردن" یا اظهار کردن، رفتاری است که در نظام های چند گانه مورد استفاده قرار می گیرد (مانند: دلبستگی، مراقبتگری و غیره). عواملی که در برانگیختن یک نظام رفتاری خاص مؤثرند، پیچیده است و شامل جنبه های خاص هر ارگانیزم (مانند: هورمون ها، سیستم عصبی مرکزی، تحریک پذیری، بیماری)، و همچنین عوامل محیطی (مانند:

-
- 1- psychobiology
 - 2- ethology
 - 3- behavioral systems
 - 4- species

خطرات محیطی، موقعیت نا آشنا، غیبت و عدم حضور فرد مورد دلبستگی) می شود. این امکان نیز وجود دارد که در یک زمان، بیش از یک نظام رفتاری برانگیخته شود و این نظام ها با هم به رقابت بپردازند. برای مثال ممکن است یک کودک نو پا به یک اسباب بازی، که توسط یک غریبه پیشنهاد شده، برسد، به این صورت که کودک اسباب بازی را می گیرد (نظام رفتاری اکتشافی^۱)، اما سپس آن را به گوشه ای پرتاب می کند (نظام رفتاری محتاطانه/هراسان^۲) و این در حالی است که مرتباً با نگاه کردن به اطراف، بدنبال مادرش می گردد تا از دسترسی اش به او مطمئن شود (نظام رفتاری دلبستگی^۳). اینگونه فرض شده که در چنین موقعیت هایی قویترین نظام رفتاری، غلبه خواهد کرد و رفتارش آشکار می شود؛ با این حال غیر معمول نیست که رفتارهایی را مشاهده کنیم که بر اثر تعارض و کشمکش نظام های رفتاری بوجود می آید، خواه این رفتارهای متفاوت، همزمان بروز کند و یا بدنبال هم (بایرز، ۲۰۰۹).

تأکید روی نظام رفتاری دلبستگی، برای توضیح و تبیین عملکردش بر طبق "هدف-تصحیحی"^۴ یاری دهنده است. بر خلاف نظام های انعکاسی معین که وقتی برانگیخته می شوند، عمل ثابتی را موجب می شوند (مانند عطسه کردن)، نظام رفتاری دلبستگی، ارگانیزم را، که برای رسیدن به هدف تلاش میکند، قادر می سازد تا با تغییرات محیطی بطور انعطاف پذیر مواجه شود. هنگامی که نوزاد برای نزدیک ماندن کنار مادرش تلاش می کند، می تواند متوجه تغییر موقعیت و رفتار مادر شود (همانگونه که متوجه دیگر تغییرات محیطی می شود). استفاده منصفانه از انواع رفتارهای دلبستگی، که به شرایط بستگی دارد، موجب آن دسته از پاسخ های هدف-تصحیحی، که بیشترین کارایی را دارد، در کودک می شود. برای مثال ممکن است کودکی مشاهده کند که در محیطی نا آشنا، مادرش قصد ترک کردن او را دارد، در حالیکه ممکن است کودک بخواهد مجاورت و نزدیکی اش را با مادر حفظ کند. در چنین موقعیتی احتمال دارد کودک بدنبال مادرش بگردد و سپس در پی او برود؛

-
- 1- exploratory behavioral system
 - 2- wary/fearful behavioral system
 - 3- attachment behavioral system
 - 4- goal-corrected

اگر این کار با شکست مواجه شود، ممکن است صدا زدن و گریه کردن آغاز شود. به این ترتیب او برای دست یابی به هدفش، با توجه به موقعیت ها و پیش آمدها، تغییر رفتار می دهد (کسیدی، ۲۰۰۸؛ میکالینسر و شیور ۲۰۰۷).

نقش بافت و زمینه^۱ در دلبستگی

میزان خواسته^۱ یک کودک برای مجاورت و نزدیکی با والدینش، در شرایط مختلف متغیر است و بالبی (۱۹۸۲/۱۹۶۹) علاقه مند بود که بدانند چگونه شرایط متفاوت با کاهش و افزایش فعال شدن نظام دلبستگی مرتبط است. بنابر این او دو گروه از عواملی را که با فعال شدگی نظام دلبستگی مرتبط است، و هر دو گروه شرایطی است که خطر و استرس را نشان می دهد، معرفی می کند. یکی از این عوامل به شرایط و موقعیت کودک مرتبط است (مانند بیماری، خستگی، گرسنگی، یا دردمندی). عامل دیگر مرتبط است با شرایط محیطی (مانند حضور یک محرک تهدید کننده)؛ مخصوصاً این عامل شامل موقعیت و رفتار مادر می باشد (مانند غیبتش، عقب نشینی کردن او از کودک یا طرد کردن کودک). تعامل این عوامل علی می تواند کاملاً پیچیده باشد. در مورد بی اثر سازی یا خاموش شدن نظام دلبستگی، بالبی عقیده دارد رفتار دلبستگی با پایان یافتن محرک تهدید کننده، متوقف می شود. بعبارت دیگر جستجوی نزدیکی و مجاورت هنگامی فعال می شود که کودک اطلاعاتی دریافت می کند مبنی بر این که یک هدف (که بدست آوردن نزدیکی با مادر است) بسیار تشدید شده است. این فعالیت تا زمانی که هدف محقق شود ادامه می یابد و پس از آن متوقف می شود (به نقل از کسیدی، ۲۰۰۸).

1- context