

## نقش واسطه‌ای اهمال کاری در رابطه سبک‌های دلبستگی با افسردگی در دانشجویان

### Examine the Mediating Role of Procrastination on the Relationship between Attachment Styles and Depression in college students

Elham kohianafzal dehkordi

PhD student in Psychology. Azarbijan Shahid Madani University. Tabriz. Iran

Email: Psychologist.eka@gmail.com

Ezzatollah ahmadi

Associate Professor of Psychology. Azarbijan Shahid Madani University. Tabriz. Iran.

Email: Amiraliahmadi91@yahoo.com

الهام کوهیان افضل دهکردی\*

دانشجوی دکتری روانشناسی. دانشگاه شهید مدنی آذربایجان. تبریز. ایران.

عزت اله احمدی

دانشیار رشته روانشناسی. دانشگاه شهید مدنی آذربایجان. تبریز. ایران.

#### Abstract

The aim of the present study was to investigate the mediating role of procrastination in the relationship between attachment styles and depression. The research design was a descriptive correlational study. The statistical population of this study included all students of Shahrekord University in the year 2023-2024, from which a sample size of 361 people was selected using cluster random sampling. Participants completed the Collins and Reed Attachment Styles Scale (1990), the Tuckman Procrastination Scale (1991), and the Beck Depression Inventory (1996). Path analysis was used to statistically analyze the research data, and it was analyzed using SPSS21 and AMOS21 software. The results indicated a mediating role of procrastination in the relationship between ambivalent attachment style and depression ( $p < 0.05$ ). Based on the findings of this study, it can be concluded that attachment styles and procrastination can predict the severity of depressive symptoms. Considering attachment styles and procrastination can have an important clinical role in the processes of prevention, diagnosis, and treatment of depression

**Keywords:** Depression, Procrastination, Attachment.

#### چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش واسطه‌ای اهمال کاری در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و افسردگی بود. طرح پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش شامل تمام دانشجویان دانشگاه شهرکرد، سال ۱۴۰۲-۱۴۰۳ بود که از این تعداد نمونه‌ای به حجم ۳۶۱ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شد. شرکت‌کنندگان مقیاس سبک‌های دلبستگی کولینز و رید (۱۹۹۰)، مقیاس اهمال کاری تاکمن (۱۹۹۱) و مقیاس افسردگی بک (۱۹۹۶) را تکمیل کردند. از روش تحلیل مسیر برای تحلیل آماری داده‌های پژوهش استفاده شد و با استفاده از نرم افزار SPSS21 و AMOS21 مورد تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان دهنده نقش واسطه‌ای اهمال کاری در رابطه بین سبک دلبستگی دوسوگرا و افسردگی بود ( $p < 0.05$ ). بر اساس یافته‌های این پژوهش، می‌توان نتیجه گرفت که سبک‌های دلبستگی و اهمال کاری می‌توانند شدت نشانه‌های افسردگی را پیش بینی کنند. هم چنین در نظر گرفتن سبک‌های دلبستگی و اهمال کاری می‌تواند نقش بالینی مهمی در فرآیندهای پیش‌گیری، تشخیص و درمان افسردگی داشته باشد.

**واژه‌های کلیدی:** افسردگی، اهمال کاری، سبک‌های دلبستگی.

## مقدمه

افسردگی اختلالی خلقی است که به احساس غم و کاهش علاقه منجر می‌شود. این اختلال به صورت دوره‌ای با بازگشت‌پذیری مکرر همراه است که با ناراحتی فراگیر و پایدار، بی‌قراری، نداشتن احساس لذت از کارهای روزمره و نشانه‌های مرتبط با برخی افکار منفی، کمبود انرژی مشخص می‌شود (مارواها<sup>۲</sup>، ۲۰۲۳). ویژگی رایج اختلال افسردگی شامل غمگینی، احساس تهی بودن یا خلق تحریک پذیر می‌باشد و همراه با تغییرات شناختی و بدنی، به طور معناداری ظرفیت فرد برای عملکرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد (اورمل، کسلر و اسکورز<sup>۳</sup>، ۲۰۱۹). میزان افسردگی در سال‌های اخیر به ویژه در جوانان به شدت افزایش یافته است. توجه به پیامدهای نامطلوب زندگی، روابط بین فردی، عملکرد آموزشی و شغلی ضروری است (تاپار، ایره، پاتل و برنت<sup>۴</sup>، ۲۰۲۲). شیوع افسردگی در دوران کودکی کم است و در دوران نوجوانی به ویژه در میان زنان افزایش می‌یابد. افزایش آن در دوران نوجوانی می‌تواند به دلیل افزایش تقاضاهای اجتماعی و عوامل استرس‌زا، تغییرات هورمونی و رشدی باشد (گولد و همکاران<sup>۵</sup>، ۲۰۲۰). بروز افسردگی با توجه به سن، تحصیلات، جنس و پیشینه فرهنگی متفاوت است و انواع افسردگی با توجه به فراگیری، شدت، اختلال عملکرد، دوره‌های شیدایی و یا حالت‌های پس‌یکوزی متمایز می‌شود (ری، بلا-اووسا و جینگ<sup>۶</sup>، ۲۰۱۵). با توجه به نتایج فرا تحلیل ۲۸ پژوهش انجام شده روی ۱۰۶۱۷ نفر از جمعیت عمومی مشخص شد که میانگین شیوع افسردگی مه‌اد<sup>۷</sup> ۸/۸ درصد (در دامنه ۸/۳ درصد تا ۶/۱۲ درصد) است (ویلاگوت، فوررو، بارباگلیا و الونسو<sup>۸</sup>، ۲۰۱۶). درباره سبب شناسی افسردگی طیفی از عوامل زیست‌شناختی، روان‌شناختی و محیطی را می‌توان مد نظر قرار داد (سادوک، سادوک و روئیز<sup>۹</sup>، ۲۰۱۵).

تحقیقات نشان می‌دهد که آسیب‌پذیری در روابط بین فردی، خطر مبتلا شدن به افسردگی را افزایش می‌دهد (دنالت، هامولت و مادیکان<sup>۱۰</sup>، ۲۰۲۳). در این راستا نظریه بالبی، چارچوب مناسبی برای تبیین این یافته ارائه می‌کند. بر اساس نظریه بالبی<sup>۱۱</sup> کودکان در سال اول زندگی با مراقب اصلی خود، پیوند عاطفی بسیار عمیقی به نام دلبستگی<sup>۱۲</sup> شکل می‌دهند و انتظاراتی در رابطه با در دسترس‌پذیری، حساسیت و پاسخگویی مراقب خود دارند. کودکان در پایان سال اول مدل‌های درون‌کاری<sup>۱۳</sup> را به عنوان نوعی بازنمایی فاعلی از خود، دیگری و رابطه به وجود می‌آورند و از آن برای پیش‌بینی رفتار مراقبین اصلی خود و دیگر افراد مهم زندگی استفاده می‌کنند (رایت<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). براساس نظریه بالبی افرادی که در دوران کودکی والدینی پاسخگو دارند، احساس امنیت عاطفی را تجربه می‌کنند که این احساس امنیت تا بزرگسالی ادامه دارد (دنالت و همکاران، ۲۰۲۳). افراد بر اساس کیفیت رابطه با والدین سبک‌های دلبستگی متفاوتی دارند. سبک‌های دلبستگی به سه دسته ایمن<sup>۱۵</sup>

<sup>1</sup> depression<sup>2</sup> Marwaha<sup>3</sup> Ormel, Kessler and Schoevers<sup>4</sup> Thapar, Eyre, Patel & Brent,<sup>5</sup> Gold<sup>6</sup> Rey, Bella-Awusah & Jing<sup>7</sup> major depression disorder<sup>8</sup> Vilagut, Forero, Barbaglia & Alonso<sup>9</sup> Sadock, Sadock and Ruiz<sup>1</sup> Deneault, Hammond, & Madigan<sup>1</sup> Bowlby<sup>1</sup> attachment<sup>1</sup> internal working model<sup>1</sup> Wright<sup>1</sup> secure attachment style

اجتنابی<sup>۱</sup> و دوسوگرا<sup>۲</sup> تقسیم می‌شوند (کسیدی<sup>۳</sup> و شیور، ۲۰۱۶). دلبستگی ایمن پیوندی محافظتی است که از گسترش آسیب‌های روانی پیش‌گیری می‌کند اما دلبستگی ناایمن (اجتنابی، دوسوگرا) با ایجاد آسیب روانی مانند افسردگی همراه است (اسپرویت و همکاران، ۲۰۲۰<sup>۴</sup>). عدم وجود امنیت در رابطه کودک و مراقب، منجر به دلبستگی ناایمن شده و پاسخگو بودن مراقب منجر به شکل‌گیری دلبستگی ایمن در کودک می‌شود. طبق نظریه بالبی، این روابط دلبستگی محور، نقشی اساسی در شکل‌گیری شخصیت آینده کودکان، تحول شناختی، عاطفی و تعاملات اجتماعی دارد (فریرا، ماتیا، کاروالهو و ماتوز، ۲۰۲۴<sup>۵</sup>). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که افرادی که سبک دلبستگی ایمن دارند، اضطراب و افسردگی کمتری را نسبت به گروه ناایمن نشان می‌دهند (اسکات و همکاران، ۲۰۲۴<sup>۶</sup>). همچنین نتایجی از ارتباط بین دلبستگی ناایمن در دوران نوزادی و شکل‌های مختلف آسیب‌شناسی روانی بزرگسالی به‌دست آمده (فانگ و وانگ، ۲۰۲۴<sup>۷</sup>) و یافته‌ها نشان می‌دهند که دلبستگی ناایمن با ایجاد اختلالات افسردگی و اضطراب همراه است (چن<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). همچنین آدامز، بالبوئنا، منگ و آسموندسون<sup>۹</sup> (۲۰۱۶) نشان دادند که با وجود سطوح مشابه آسیب روانی در دوران کودکی، ابتلا همزمان به افسردگی عمده و اضطراب منجر به سطوح بالاتری از دلبستگی اضطرابی و اجتنابی می‌شود. نتایج پژوهش سایمون، دیپلاسیدو و کان وی<sup>۱۰</sup> (۲۰۱۹) نشان داده است که دلبستگی ناایمن می‌تواند به کمک تنظیم عاطفه با افسردگی ارتباط پیدا می‌کند. نظریه دلبستگی بالبی بر این فرض استوار است که انسان، هنگام نیاز و پریشانی برای نزدیکی به نگاره<sup>۱۱</sup> دلبستگی به عنوان بخشی از سیستم رفتاری فطری برانگیخته می‌شود. همچنین تجارب اولیه زندگی با نگاره‌های دلبستگی مدل‌های درون‌کاری از خود و دیگران را شکل می‌دهد. در صورتی که نگاره دلبستگی پاسخگو باشد، افراد بازنمایی‌های ذهنی مثبتی از خود به عنوان موجودی ارزشمند برای فراهم آوردن مراقبت هنگام نیاز شکل می‌دهند، اما در صورتی که نگاره دلبستگی به گونه‌ای مطمئن حمایت فراهم نکند، به دنبال نزدیکی بودن<sup>۱۲</sup> با ایجاد آرامش همراه نیست و مدل‌های درون‌کاری منفی ایجاد می‌شود (بی<sup>۱۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۴). افراد دلبسته اجتنابی به دلیل انفصال هیجانی<sup>۱۴</sup> و گرایش به فرونشانی و محدود کردن هیجان‌های خود در رابطه با دیگران نشانه‌های افسردگی را تجربه می‌کنند. در سال‌های اخیر، تحقیقات دلبستگی، رویکرد جدید و ثمربخشی را ایجاد کرده است تا تفاوت‌های فردی در سلامت و بهزیستی روانشناختی را بیان کنند (ژنگ، لو و چن<sup>۱۵</sup>، ۲۰۲۰). در پژوهش‌های متعددی تأیید شده که سبک‌های دلبستگی ناایمن اجتنابی و دوسوگرا تغییراتی را در افسردگی و اضطراب پیش‌بینی می‌کنند (لان و وانگ، ۲۰۲۰<sup>۱۶</sup>).

یک پیش‌فرض کلی درباره روابط متغیرهای روانشناختی این است که این روابط احتمالاً خطی و ساده نیستند؛ یعنی متغیرهای متعدد به طور مستقیم و غیر مستقیم با یکدیگر روابطی را شکل می‌دهند که منجر به آسیب روانشناختی و اختلال منتهی می‌شود. بنابراین یکی از اهداف این پژوهش بررسی این رابطه است که آیا رابطه بین سبک‌های دلبستگی و افسردگی یک رابطه خطی ساده است یا این احتمال وجود دارد که متغیرهای روانشناختی دیگر در این رابطه نقش میانجی داشته باشند. بررسی

<sup>1</sup> avoidant attachment style

<sup>2</sup> ambivalent attachment style

<sup>3</sup> Cassidy

<sup>4</sup> Spruit

<sup>5</sup> Ferreira, Matias, Carvalho, & Matos

<sup>6</sup> Scott

<sup>7</sup> Fang, & Wang

<sup>8</sup> Chen

<sup>9</sup> Adams, Balbuena, Meng & Asmundson

<sup>1</sup> Simon, Diplacido & Canway

<sup>1</sup> figure

<sup>1</sup> proximity seeking

<sup>1</sup> Ye

<sup>1</sup> emotional cutoff

<sup>1</sup> Zheng, Luo, & Chen

<sup>1</sup> Lan, & Wang

این موضوع از آن جهت اهمیت دارد که علاوه بر روشن شدن پرسش مطرح شده، به عنوان یافته جدید پژوهش، می‌تواند به دانش آسیب شناختی در رابطه با مکانیسم‌های آسیب‌زا در سبک دلبستگی و افسردگی بیافزاید. یکی از متغیرهای مهم روانشناختی که ممکن است در رابطه بین دلبستگی و افسردگی نقش واسطه‌ای داشته باشد، اهمال کاری است. اهمال کاری به معنی به تأخیر انداختن اموری است که فرد نیاز دارد آن‌ها را انجام دهد (اسوارتال و همکاران، ۲۰۲۰). اهمال کاری به عنوان یک رفتار عادی است که شیوع بسیار زیادی در جوامع مختلف دارد و روند رو به رشد آن گسترده است (یان و ژانگ، ۲۰۲۲). همچنین با برجسته ساختن عناصر مهم اهمال کاری در یک تعریف کلی، آن را به تعویق انداختن ارادی عملی خواسته شده علی‌رغم این انتظار که تأخیر منجر به بدتر شدن آن می‌شود، می‌دانند. در تعریفی دیگر اهمال کاری به عنوان نقص در خود تنظیم‌گری زودگذر<sup>۱</sup> که نشان دهنده تکانشوری بالا است (گوستاوسون، مایاک، هویت و فریدمن، ۲۰۱۴) و نشان دهنده برتری خود فعلی<sup>۲</sup> بر نیازهای خود آینده<sup>۳</sup> است (سیروس و پیکیل، ۲۰۱۳) تعریف می‌شود. امروزه رفتار گراها اهمال کاری را نوعی عادت آموخته شده که از برتری انسانی برای پاداش‌های کوتاه ایجاد می‌شود، تعریف می‌کنند (آندالوپز و همکاران، ۲۰۲۲). اهمال کاری به عنوان یک عادت در نظر گرفته می‌شود که اگرچه ممکن است پیامدهای منفی آن در زندگی روزمره نباشد اما زیان‌های برخاسته از شیوع این رفتار در بین افراد گروه‌های مختلف بسیار مهم و قابل توجه می‌باشد و این امر ضرورت جلوگیری از چنین رفتاری را آشکار می‌کند (سورز پردومو، روز آلفونسو و گارسیس دلگادو، ۲۰۲۳). پژوهش‌های مختلفی نشان دادند درصد بالایی از دانش‌آموزان از اهمال کاری رنج می‌برند (آرایا کاستیلو<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). در پژوهشی مشخص گردید، در حدود ۷۰ درصد از دانش‌آموزان به طور مزم از اهمال کاری تحصیلی شکایت می‌کنند (آندالوپز و همکاران، ۲۰۲۲). محققان مشاهده کرده‌اند که اهمال کاری ممکن است منجر به پیامدهای منفی برای سلامت روان دانش‌آموزان شود مانند ناراحتی ناشی از گذر زمان و ناتمام ماندن تکالیف، ادراک بی‌کفایتی و احساسات ناخوش مانند احساس گناه و اضطراب (پان و ژانگ، ۲۰۲۲). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که بین سبک‌های دلبستگی و اهمال کاری رابطه وجود دارد (سیکریکسی و ارزن، ۲۰۲۰). فردی که دچار دلبستگی اضطرابی است برای عدم مواجه شدن با اضطراب خود و ایجاد تأخیر در اضطراب خود یا فرار از آن، سعی در تأخیر در انجام فعالیت‌های خود خواسته، بدون توجه به عواقب آن کرده که در نتیجه منجر به اهمال کاری می‌شود (بیلدیز و اسکندر، ۲۰۲۱). سبک‌های دلبستگی تحت تأثیر الگوهای فعال درونی و ساختار خاطراتی است که در روابط بین فردی درون سازی شده‌اند. افراد به واسطه دلبستگی ایمن می‌توانند دنیای خود را کشف کنند و پاسخ‌های سازگارانه به محیط اطراف و وقایع ارائه دهند، در نتیجه وجود این چنین احساس ایمنی، افراد را به اکتشاف و شناخت اطلاعات جدید تشویق می‌کند و منجر به افزایش انگیزه در فرد و کاهش اهمال کاری او در ابعاد مختلف زندگی می‌شود (بربرسلک و اوداسی، ۲۰۲۳). در سبک دلبستگی ناایمن ادراک فرد از خود و دیگران منفی است و عزت نفس پایینی دارند. رفتار اهمال کاری برای حفظ عزت نفس رخ می‌دهد و رفتارهای بی‌اثر مانند به تعویق انداختن در موقعیت‌های دشوار و استرس بیش از حد برای افزایش عزت

<sup>1</sup> procrastination<sup>2</sup> Svartdal<sup>3</sup> Yan, & Zhang<sup>4</sup> temporal self-regulation failure<sup>5</sup> Gustavson, Miyak, Hewitt & Friedman<sup>6</sup> present self<sup>7</sup> future self<sup>8</sup> Sirois & Pychyl<sup>9</sup> Unda-López<sup>1</sup> Suárez-Perdomo, Ruiz-Alfonso, & Garcés-Delgado 0<sup>1</sup> Araya-Castillo 1<sup>1</sup> Çıkrıkçı, & Erzen 2<sup>1</sup> Yildiz, & Iskender, 3<sup>1</sup> Berber Çelik, & Odaci 4

نفس است. کودکان دارای سبک دلبستگی ایمن در مقایسه با کودکان دارای سبک دلبستگی نا ایمن، برای خود ارزش بیشتری قایل هستند و مثبت‌اندیشی و شایستگی بیشتری دارند و در نتیجه از اهمال‌کاری کمتری برخوردارند (بربرسلیک و اوداسی، ۲۰۲۲).

همچنین رابطه اهمال‌کاری با افسردگی در پژوهش‌های متعدد تأیید شده است (جیو و همکاران،<sup>۱</sup> ۲۰۲۰). فلت و همکاران<sup>۲</sup> (۲۰۱۵) در پژوهشی اهمال‌کاری و افسردگی را از دیدگاه شناختی بررسی کردند. به طور کلی یافته‌ها از روابط عوامل شناختی از قبیل نشخوارگری،<sup>۳</sup> ذهن آگاهی<sup>۴</sup> و افکار خودکار با اهمال‌کاری و افسردگی حمایت کردند. همچنین اهمال‌کاری به طور مستقیم و همچنین از طریق تحریف شناختی با افسردگی رابطه داشت. بیوتل و دیگران<sup>۵</sup> (۲۰۱۶)، نشان دادند که اهمال‌کاری به طور ثابت با درجات بالای تنیدگی، افسردگی، اضطراب و خستگی و همچنین سطوح کم رضایت از زندگی به ویژه در حیطه کار و درآمد رابطه دارد. پژوهش‌ها نشان دهنده ارتباط اهمال‌کاری با افسردگی و اضطراب است و حاکی از آن است که افراد افسرده بیشتر تکالیف روزمره منزل و تکالیف کاری را به تعویق می‌اندازند. و آن‌ها ممکن است در جست‌وجوی کمک برای حل مشکلات بین فردی و سلامت اهمال‌کاری کنند (جنگ، وانگ و ژانگ<sup>۶</sup>، ۲۰۲۱). همچنین اهمال‌کاری آکادمیک، با درک رابطه راهبردهای یادگیری یا اثربخش میانگین نمرات پایین، ترس از شکست، افسردگی و اضطراب ارتباط دارد (کینیک و اوداسی<sup>۷</sup>، ۲۰۲۱). مطالعات متعددی نشان داد بین اهمال‌کاری و استرس، افسردگی، احساس پایین بودن بهزیستی روانشناختی، ناراضی‌تی و انتقاد از خود، خشم و پیشرفت تحصیلی کم رابطه وجود دارد (خالیفا<sup>۸</sup>، ۲۰۲۳).

### پیشینه پژوهش

بربرسلیک و اوداسی (۲۰۲۲) بیان کردند بین اهمال‌کاری تحصیلی با سبک دلبستگی اضطرابی رابطه مثبت معنادار وجود دارد. نتایج پژوهش اسکات و همکاران (۲۰۲۴) نشان داد، سبک دلبستگی ایمن با اضطراب و افسردگی ارتباط منفی معنادار دارد. خالیفا (۲۰۲۳) دریافت که داشتن اهمال‌کاری با نشانه‌های افسردگی و اضطراب رابطه مثبت معنادار دارد. با توجه به مبانی نظری ضرورت بررسی این مسئله بیشتر برجسته می‌شود که آیا اهمال‌کاری می‌تواند بین سبک‌های دلبستگی و افسردگی نقش واسطه ایفا کند؟ اگرچه این سه متغیر در پژوهش‌های گذشته مورد بررسی قرار گرفته‌اند، اما تاکنون به رابطه میان آن‌ها در قالب یک مدل مفهومی، پرداخته نشده است. پاسخ به این سؤال مستلزم بررسی مجموعه این متغیرها در قالب یک مدل مفهومی است (شکل ۱ مدل مفهومی پژوهش را نشان می‌دهد).

<sup>1</sup> Guo

<sup>2</sup> Flett and et all

<sup>3</sup> rumination

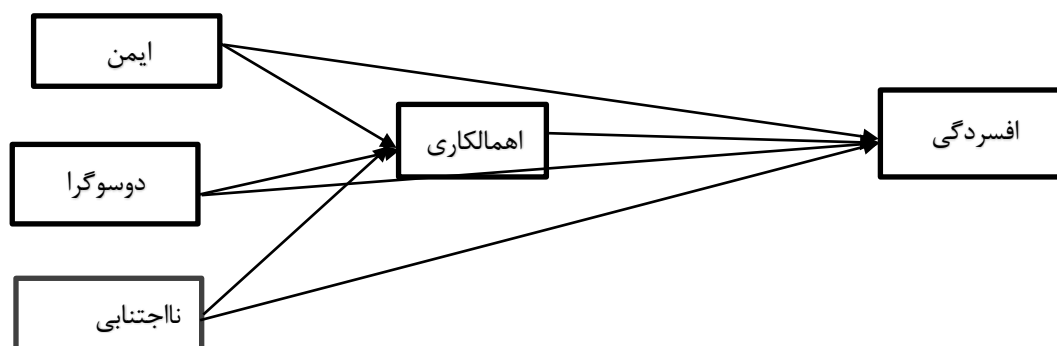
<sup>4</sup> mindfulness

<sup>5</sup> Beutel and et all

<sup>6</sup> Geng, Gu, Wang, & Zhang

<sup>7</sup> Kinik, & Odacı,

<sup>8</sup> Khalifa



شکل ۱: مدل مفهومی پژوهش

## روش پژوهش

این پژوهش از زمره پژوهش‌های همبستگی بود. جامعه مورد مطالعه در این پژوهش دانشجویان دانشگاه شهرکرد در سال ۱۴۰۳-۱۴۰۲ بود که نمونه‌ای به حجم ۳۶۱ نفر با استفاده از نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شد. میانگین سنی مردان ۲۳ سال با انحراف استاندارد ۰/۱۵ و میانگین سنی زنان ۲۳ با انحراف استاندارد ۰/۱۴ بود. پس از جلب رضایت شرکت کنندگان برای مشارکت در تحقیق، پرسشنامه‌ها بین شرکت کنندگان توزیع شد. به شرکت کنندگان درباره محرمانه بودن اطلاعات، اطلاع داده شد و توضیحی مختصر درمورد نحوه پرکردن پرسشنامه‌ها داده شد. اطلاعات گردآوری شده با استفاده از SPSS<sup>21</sup> و AMOS<sup>21</sup> و با روش‌های آماری همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر، تجزیه و تحلیل شد.

مقیاس دلبستگی کولینز و رید (RAAS)<sup>۱</sup> این مقیاس در سال ۱۹۹۰ توسط کولینز و رید بازنگری شد که دارای ۱۸ ماده است و توسط علامت گذاری روی یک مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت برای هر ماده (اصلاً ویژگی من نیست=۱ تا کاملاً ویژگی من است=۵) سنجیده می‌شود و شامل خود ارزیابی از مهارت‌های ایجاد روابط و خود توصیفی شیوه شکل‌دهی دلبستگی‌های نزدیک است. تحلیل، عوامل ۳ زیر مقیاس ۶ ماده‌ای را مشخص می‌سازد: ۱- وابستگی ۲- نزدیک بودن ۳- اضطراب. زیر مقیاس اضطراب (A) با دلبستگی ناایمن دوسوگرا همخوانی دارد و زیر مقیاس نزدیک بودن (C)، بعد دو قطبی می‌باشد که توصیف‌های ایمن و اجتنابی را مقابل هم قرار می‌دهد (فینی و نولر<sup>۲</sup>، ۱۹۹۶). در نتیجه نزدیک بودن (C) مطابق با دلبستگی، ایمن است و زیر مقیاس (D) را می‌توان عکس دلبستگی اجتنابی قرار داد. کولینز برای تعیین قابلیت اعتماد مقیاس دلبستگی در بزرگسالان آلفای کرونباخ را برای هر زیر مقیاس در نمونه ۱۷۳ نفری، از دانشجویان به ترتیب برای زیر مقیاس C، ۰/۸۱، زیر مقیاس D، ۰/۷۸ و زیر مقیاس A، ۰/۸۵ گزارش کرده است (پاکدامن، ۱۳۸۰). کولینز و رید (۱۹۹۰) مقدار آلفای کرونباخ مقیاس را بیش از ۰/۸۰ محاسبه کردند. روایی نسخه فارسی این پرسشنامه، در یک نمونه ۱۰۵ نفری تشکیل شده از دختران و پسران، ۰/۹۷ تعیین شده است (پاکدامن و خانجانی، ۱۳۹۱). ضریب آلفای کرونباخ زیر مقیاس‌های ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در نمونه پژوهش حاضر به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۸۱ و ۰/۷۹ گزارش شد.

پرسشنامه افسردگی بک (BDI)<sup>۴</sup> (۱۹۹۶): این پرسشنامه دارای ۲۱ ماده است و علایم جسمی، شناختی و رفتاری افسردگی را تعیین می‌کند. هر ماده چهار گزینه دارد که بر مبنای ۰ تا ۳ نمره گذاری می‌شود و درجات مختلف افسردگی را از خفیف تا شدید مشخص می‌کند. حداکثر نمره در این تست ۶۳ و حداقل آن صفر می‌باشد. درجات افسردگی: افسردگی جزئی (صفر تا

<sup>1</sup> Revised Adult Attachment Scale (RAAS)

<sup>2</sup> Collins & Read

<sup>3</sup> Feeney & Noller

<sup>4</sup> Beck Depression Inventory

۱۳)، افسردگی خفیف (۱۴ تا ۱۹)، افسردگی متوسط (۲۰ تا ۲۸) و افسردگی شدید (۲۹ تا ۶۳) است. ۲۱ ماده از پرسشنامه افسردگی بک در سه بخش نشانه‌های عاطفی، شناختی و جسمانی دسته‌بندی می‌شود. مطالعات روانسنجی انجام شده بر روی ویرایش دوم این پرسشنامه نشان می‌دهد که اعتبار مطلوبی دارد و به طور کلی این پرسشنامه جانمایی مناسب برای ویرایش اول به شمار می‌آید. ثبات درونی این ابزار را ۰/۷۳ تا ۰/۹۲ با میانگین ۰/۸۶ و ضریب آلفا برای گروه بیمار ۰/۸۶ و غیر بیمار ۰/۸۱ گزارش کرده‌اند (بک، استر و بروان، ۲۰۰۰). همچنین دابسون، محمد خانی و مساح چولایی (۱۳۸۶) ضریب آلفای ۰/۹۲ را برای بیماران سرپایی و ۰/۹۳ را برای دانشجویان و ضریب بازآزمایی به فاصله یک هفته را ۰/۹۳ بدست آورده‌اند. به علاوه در یک مطالعه بر روی ۱۲۵ دانشجوی دانشگاه تهران و علامه طباطبایی که برای بررسی اعتبار و روایی BDI-II بر روی جمعیت ایرانی انجام گرفت، نتایج بیانگر آلفای کرونباخ ۰/۷۸ و اعتبار بازآزمایی به فاصله ۲ هفته، ۰/۷۳ بود (فتحی آشتیانی و داستانی، ۱۳۹۱). آلفای کرونباخ پژوهش حاضر ۰/۹۱ بود.

پرسشنامه اهمال‌کاری تاکمن (۱۹۹۱): این مقیاس توسط تاکمن (۱۹۹۱) ایجاد شد و از ۱۶ ماده و یک عامل تشکیل شده است. پاسخ آزمودنی‌ها به ترتیب بر اساس مقادیر ۱ تا ۴ نمره‌گذاری می‌شوند. دوازده ماده به طور مستقیم و چهار ماده (۷-۱۶-۱۴) به طور وارونه نمره‌گذاری می‌گردد. نمره بالا در این مقیاس اهمال‌کاری بالا را نشان می‌دهد. این پرسشنامه توسط مقدس بیات (۱۳۸۳) ترجمه شده و روی دانشجویان دانشگاه آزاد واحد رودهن هنجاریابی و پایایی آن ۰/۷۳ به دست آمد. تان، انگ، کلاسن یو و وانگ و همکاران (۲۰۰۸) نیز جهت سنجش اهمال‌کاری تحصیلی از این آزمون استفاده کرده و مقدار آلفای کرونباخ آن را ۰/۸۳ برآورد کردند. شهنی ییلاق، سلامتی، مهرابی‌زاده، هنرمند و حقیقی (۱۳۸۵) طی پژوهشی روایی آن را از طریق همبسته کردن این آزمون با آزمون تعلل شوارزر، شوماتیز و دیهل<sup>۴</sup> تعیین و مقدار آن را ۰/۵۶ تعیین کردند (شهنی ییلاق و همکاران، ۱۳۸۵). آلفای کرونباخ پژوهش حاضر ۰/۷۹ بدست آمد.

## یافته‌ها

میانگین و انحراف استاندارد مربوط به متغیرهای سبک دلبستگی، اهمال‌کاری و افسردگی در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد مربوط به متغیرهای سبک دلبستگی، اهمال‌کاری و افسردگی

| متغیرها     | میانگین | انحراف معیار | حداقل نمره | حداکثر نمره |
|-------------|---------|--------------|------------|-------------|
| اهمال‌کاری  | ۲۸/۶۶   | ۳/۸۹         | ۲۲         | ۳۶          |
| سبک دلبستگی | ۴۹/۷۰   | ۴/۵۱         | ۴۰         | ۵۷          |
| سبک ایمن    | ۲۱/۵۷   | ۱/۷۵         | ۱۹         | ۲۷          |
| سبک اجتنابی | ۱۱/۲۲   | ۱/۶۵         | ۹          | ۱۵          |
| سبک دوسوگرا | ۹/۴۹    | ۱/۴۰         | ۶          | ۱۴          |
| افسردگی     | ۸/۷۰    | ۳/۲۱         | ۵          | ۱۵          |

ضرایب همبستگی پیرسون بین سبک‌های دلبستگی، اهمال‌کاری و افسردگی در جدول ۲ نشان داده شده است.

<sup>1</sup> Steer & Brown

<sup>2</sup> Tuckman

<sup>3</sup> Tan, Ang, Klassen, Yeo & Wong

<sup>4</sup> Schwartz, Schwmatise & Deehell

جدول ۲: ضرایب همبستگی پیرسون بین سبک دلبستگی، اهمال کاری و افسردگی

| متغیرها         | اهمال کاری | سبک دوسوگرا | سبک اجتنابی | سبک ایمن | افسردگی |
|-----------------|------------|-------------|-------------|----------|---------|
| افسردگی         | .۱۴**      | .۱۴**       | -.۰۵        | -.۰۴     | ۱       |
| دلبستگی ایمن    | -.۰۴       | -.۰۵        | -.۲۰**      | ۱        |         |
| دلبستگی اجتنابی | -.۰۷       | .۱۳**       | ۱           |          |         |
| دلبستگی دوسوگرا | .۱۰**      | ۱           |             |          |         |
| اهمال کاری      | ۱          |             |             |          |         |

\* $P \leq 0.05$ ، \*\* $P \leq 0.01$ 

با توجه به جدول ۲، همبستگی دلبستگی نایمن دوسوگرا با افسردگی مثبت و معنادار است ( $P \leq 0.01$ )، همبستگی دلبستگی نایمن دوسوگرا با اهمال کاری مثبت و معنادار است ( $P \leq 0.01$ ) و بین اهمال کاری و افسردگی همبستگی مثبت و معنادار وجود دارد ( $P \leq 0.01$ ).

جدول ۳ ضرایب استاندارد، غیراستاندارد و میزان معناداری مسیرهای مستقیم برای مدل فرضی نقش واسطه‌ای اهمال کاری در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و افسردگی را نشان می‌دهد.

جدول ۳: ضرایب استاندارد، غیراستاندارد و میزان معناداری مسیرهای مستقیم در مدل فرضی پژوهش

| مسیر                           | ضرایب استاندارد | ضرایب غیراستاندارد | خطای معیار | نسبت بحرانی | سطح معنی‌داری (P) |
|--------------------------------|-----------------|--------------------|------------|-------------|-------------------|
| دلبستگی ایمن به اهمال کاری     | -.۰۷            | -.۰۱۵              | ۰/۱۱       | -۱/۳۳       | ۰/۱۸              |
| دلبستگی اجتنابی به اهمال کاری  | -.۰۱۰           | -.۰۲۴              | ۰/۱۲       | -۱/۹۴       | ۰/۰۵              |
| دلبستگی دوسوگرای به اهمال کاری | ۰/۱۰            | ۰/۳۰               | ۰/۱۴       | ۲/۰۵        | ۰/۰۴              |
| دلبستگی ایمن به افسردگی        | -.۰۰۴           | -.۰۰۸              | ۰/۰۹       | -۰/۸۷       | ۰/۳۸              |
| دلبستگی اجتنابی به افسردگی     | -.۰۰۷           | -.۰۱۵              | ۰/۱۰       | -۱/۴۶       | ۰/۱۴              |
| دلبستگی دوسوگرای به افسردگی    | ۰/۱۴            | ۰/۳۲               | ۰/۱۲       | ۲/۷۴        | ۰/۰۰۶             |
| اهمال کاری به افسردگی          | ۰/۱۱            | ۰/۰۹               | ۰/۰۴       | ۲/۲۷        | ۰/۰۲              |

با توجه به جدول ۳، بر اساس نتایج، رابطه سبک دلبستگی نایمن دوسوگرا و اهمال کاری مثبت و معنادار می‌باشد اما رابطه سبک دلبستگی نایمن اجتنابی و دلبستگی ایمن با اهمال کاری معنادار نمی‌باشد. رابطه سبک دلبستگی نایمن دوسوگرا و افسردگی مثبت و معنادار است ولی رابطه سبک دلبستگی نایمن اجتنابی و دلبستگی ایمن با افسردگی معنادار نمی‌باشد و همچنین رابطه اهمال کاری با افسردگی مثبت و معنادار می‌باشد.

برای آزمون نقش واسطه‌ای اهمال کاری در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و افسردگی، از تحلیل مسیر استفاده شد. با توجه به شاخص‌های برازش (بنتلر<sup>۱</sup>، ۱۹۹۰)، مدل فرضی پژوهش برازش کاملاً مطلوب دارد. نسبت غیرمعنی‌دار خی دو به درجه آزادی ( $\chi^2/df$ ) (۲/۰۸) کوچکتر از ۳ است. همین‌طور ریشه دوم واریانس خطای تقریب (RMSE)<sup>۲</sup> برای برازش مطلوب باید

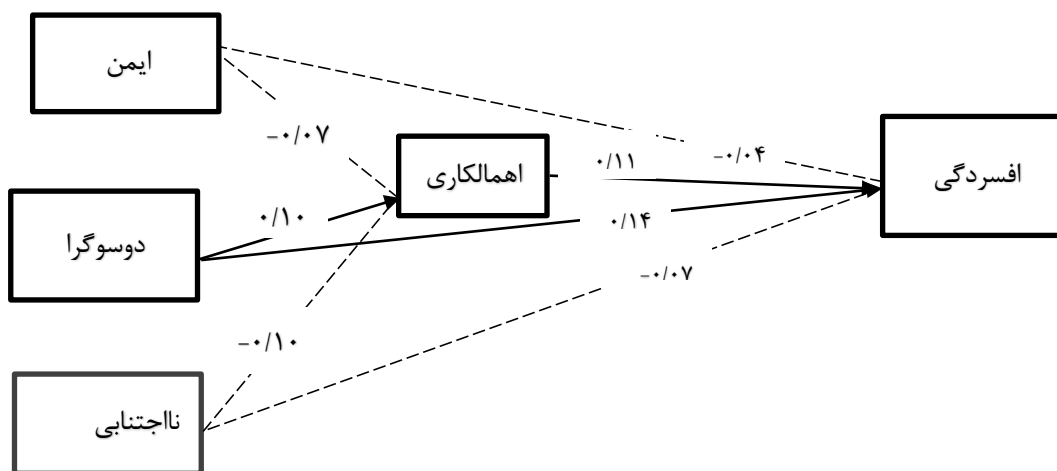
<sup>۱</sup> Bentler<sup>۲</sup>Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)

کمتر از ۰/۰۸ باشد که در این مدل ۰/۰۵ است. شاخص نیکویی برازش<sup>۱</sup> (۰/۹۹)، شاخص برازندگی تعدیل یافته<sup>۲</sup> (۰/۹۶)، شاخص برازندگی هنجار شده<sup>۳</sup> (۰/۹۶) و شاخص برازندگی تطبیقی<sup>۴</sup> (۰/۹۷) نیز باید بیشتر از ۰/۹ باشد، که در مدل تحت بررسی همه این شاخص‌ها بیشتر از ۰/۹ است و برازش کامل مدل را نشان می‌دهد. در این پژوهش روابط غیرمستقیم متغیرها با استفاده از روش بوت استرپ آزمون شد که نتایج در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴: آزمون میانجی‌گری روابط غیرمستقیم برای کل نمونه با استفاده از روش بوت استرپ

| مسیر                                               | ضریب استاندارد | سطح معناداری (p) |
|----------------------------------------------------|----------------|------------------|
| اثر دلبستگی دوسوگرا بر افسردگی به واسطه اهمال کاری | ۰/۰۱           | ۰/۰۴             |

با توجه به جدول ۴، فقط یک مسیر غیرمستقیم دارای پیش فرض‌های بررسی معناداری اثرات غیرمستقیم بود. تنها مسیر سبک دلبستگی دوسوگرا بر افسردگی از طریق اهمال کاری معنادار شده است. شکل ۲ ضرایب استاندارد مسیرهای مستقیم برای مدل فرضی نقش واسطه‌ای اهمال کاری در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و افسردگی را نشان می‌دهد. ضرایب استاندارد غیرمعنادار با نقطه چین مشخص شده است.



شکل ۲: ضرایب استاندارد مسیرهای مستقیم برای مدل فرضی پژوهش

## بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش واسطه‌ای اهمال کاری در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و افسردگی بود. نتایج پژوهش نشان داد که سبک‌های دلبستگی (سبک دلبستگی دوسوگرا) با اهمال کاری رابطه مثبت معنادار دارد. یافته‌های پژوهش با یافته‌های (سیکریکسی و ارزن، ۲۰۲۰، ییلدیز و اسکندر، ۲۰۲۱، بربرسلینک و اوداسی، ۲۰۲۲ و پان و ژانگ، ۲۰۲۲) همسو می‌باشد. افراد دارای دلبستگی ناایمن دوسوگرا بر خلاف دلبستگی ایمن که پاسخ سازگارانه به محیط می‌دهند، توان پاسخ سازگارانه به اتفاقات

<sup>1</sup> Goodness of Fit Index (GFI)

<sup>2</sup> Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI)

<sup>3</sup> Normed Fit Index (NFI)

<sup>4</sup> Comparative Fit Index (CFI)

پیرامون خود را ندارند و این موضوع باعث کاهش انگیزه و همچنین اهمال کاری در انجام کارها می‌شود (بیلدیز و اسکندر، ۲۰۲۱). این افراد به دلیل کنترل نکردن اضطراب و استرس تکالیفی که دشوار و مهم به نظر می‌آیند از انجام تکلیف خودداری می‌کنند، خود فعلی را بر احتیاجات خود آینده ترجیح داده و به دنبال پاداش‌های کوتاه مدت و موقت می‌روند و در نهایت اهمال کاری در انجام امور تبدیل به رفتارهای عادت‌ی و سبک زندگی روزمره می‌شود.

نتایج پژوهش نشان داد که بین سبک‌های دلبستگی (سبک دلبستگی دوسوگرا) و افسردگی رابطه مثبت معنادار وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های پیشین (اسکات و همکاران، ۲۰۲۴؛ فانگ و وانگ، ۲۰۲۴؛ چن و همکاران، ۲۰۲۳؛ آدامز و همکاران، ۲۰۱۲) همسو است. پژوهش‌هایی که چنین رابطه‌ای را به کیفیت تجارب اولیه دلبستگی با مراقبان نسبت داده‌اند. بر اساس این تجارب مدل‌های درون کاری کودک شکل می‌گیرند (کسیدی و شیور، ۲۰۱۶). این مدل‌ها انتظارات تعمیم یافته در مورد ارتباط با خود و دیگران می‌باشد (اسکات و همکاران، ۲۰۲۴). این روان‌سازهای شناختی-عاطفی تشخیص، تفسیر و ارزیابی انتظارات و توقعات مرتبط با دلبستگی را سازمان‌دهی می‌کنند. شناخت‌های نادرست از خود و دیگران، محصول این روان‌سازها می‌باشد و می‌توانند افسردگی را تشدید کنند. افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن افسردگی و اضطراب بالاتری را بیان می‌کنند. این یافته بر حسب این احتمال بیان می‌شود که با توجه به تجربه فقدان در تبیین افسردگی و علت‌یابی آن در نظریه دلبستگی، یافته‌های این مطالعه قابل پیش‌بینی بود. سبک دلبستگی ناایمن دوسوگرا به دلیل تجربه فقدان و نوسان در دسترس‌پذیری مراقب ایجاد می‌شود و این فقدان و نوسان باعث ایجاد افسردگی می‌شود و فرد نسبت به افسردگی و اضطراب آسیب‌پذیر می‌شود.

نتایج پژوهش نشان داد، اهمال کاری با افسردگی رابطه مثبت معنادار دارد. نتایج این پژوهش با پژوهش‌های (جیو و همکاران، ۲۰۲۰؛ جنگ و همکاران، ۲۰۲۱؛ فلت و همکاران، ۲۰۱۵) همسو است. اهمال کاری از طریق نقص در خودتنظیمی و ضعف اراده با افسردگی رابطه دارد. افراد افسرده به دلیل نقص در کنترل هیجان و خودتنظیم‌گری، در استدلال عملی و قصد عمل دچار مشکلاتی هستند. اهمال کاران علاوه بر مشکل در خودتنظیمی، خود شفقتی و ذهن آگاهی پایین‌تری دارند. عواملی که با افسردگی مرتبط است (فلت و همکاران، ۲۰۱۵). افراد افسرده اغلب احساس گناه و غم می‌کنند به این دلیل بیش از حد تحریک‌پذیر هستند. وقتی افسردگی به شدیدترین درجه خود رسید، لذت انجام فعالیت‌های مورد علاقه کمتر می‌شود و انجام هر کاری سخت و دشوار به نظر می‌آید و فرد دچار اهمال کاری می‌شود. بر اساس دیدگاه شناختی، عاملی که می‌تواند افراد اهمال کار را مستعد افسردگی کند، نشخوارگری است. فرد اهمال کار که درگیر دوری از انجام تکالیف به طور مزمن است، به دلیل نشخوارگری دچار شک و احساس کارایی پایین شده و این تردید ادامه می‌یابد و فرد را به افسردگی دچار می‌کند (کریگر و همکاران، ۲۰۱۳).

نتایج پژوهش نشان داد که اهمال کاری در رابطه سبک‌های دلبستگی (سبک دوسوگرا) و افسردگی نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند. احتمالاً سبک‌های دلبستگی به طور مستقیم به بروز نشانه‌های افسردگی منجر نمی‌شوند، بلکه به واسطه متغیرهای دیگر از جمله اهمال کاری باعث تجربه هیجان‌های منفی می‌شوند. درحقیقت بخشی از رابطه بین سبک‌های دلبستگی و افسردگی از طریق اهمال کاری پشتیبانی می‌شود. این یافته با یافته‌های بربرسلک و اوداسی، ۲۰۲۲ و پان و ژانگ، ۲۰۲۲ مبنی بر رابطه سبک‌های دلبستگی با اهمال کاری و همچنین یافته‌های جنگ و همکاران، ۲۰۲۱؛ فلت و همکاران، ۲۰۱۵ مبنی بر رابطه اهمال کاری با افسردگی، همسو است. در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد که افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن دوسوگرا به دلیل ناتوانی در پاسخ سازگارانه به رویدادها و برای کاهش اضطراب خود از انجام تکالیف دوری می‌کنند و این اهمال کاری اوایل منجر به آرامش موقت فرد می‌شود اما در ادامه با نشخوارهای ذهنی فرد و شک و تردیدی که به خود دارد به افسردگی تبدیل می‌شود. در تبیین دیگر، می‌توان بیان کرد اهمال کاری می‌تواند با تنظیم خلق در کوتاه مدت منجر به بروز نشانه‌های افسردگی گردد؛ بدین صورت که در ابتدا منجر به رفع هیجانی می‌شود، ولی وقتی به زمان انجام فعالیت مورد نظر نزدیک

می‌شود فرد را نگران و افسرده می‌کند (استیل، ۲۰۱۰). همچنین افراد اهمال‌کار افکار منفی مکرر در ارتباط با عمل به تعویق انداخته شده دارند در نهایت این افکار منفی و مکرر منجر به تجربه افسردگی می‌گردد. بدین ترتیب سبک دلبستگی دوسوگرا هم از طریق اهمال‌کاری و هم به طور مستقیم نشانه‌های افسردگی را ایجاد می‌کند.

پیامدهای نتایج پژوهش حاضر را می‌توان در دو سطح نظری و عملی به این شرح مطرح نمود: در سطح نظری، نتایج این پژوهش می‌تواند به شناخت بهتر عوامل مؤثر بر افسردگی و گسترش علم روان‌شناختی در زمینه آسیب‌های روانی از جمله افسردگی کمک کند. در سطح عملی و بالینی باید دقت کرد که برای درمان افسردگی باید به بهبودی سبک‌های دلبستگی و اهمال‌کاری به صورت همزمان پرداخت و نتایج مهم مطالعه حاضر با توجه به یافته‌های اختصاصی و اکتشافی پژوهش در مورد چرایی شکل‌های متفاوت اهمال‌کاری، توجه به نقش سبک‌های دلبستگی و همچنین نقش مهم دلبستگی ناایمن در بیان این تفاوت‌ها می‌باشد. در کنار دستاوردهای بیان شده، لازم است به محدودیت‌های پژوهش حاضر نیز توجه شود. محدودیت‌های پژوهش حاضر شامل موارد زیر است: در مطالعه حاضر از روش مقطعی و همبستگی استفاده شده است و از این رو توانایی استنباط و استنتاج‌های علت‌شناختی مرتبط با نتایج به دست آمده از پژوهش حاضر را غیرممکن می‌سازد. همچنین به دلیل محدود بودن به جامعه آماری دانشجویی، تعمیم نتایج به اقشار دیگر با احتیاط انجام گیرد.

## references

- [1] Adams, G. C., Balbuena, L., Meng, X., and Asmundson, G. J. (2016). When social anxiety and depression go together: A population study of comorbidity and associated consequences. *Journal of affective disorders*, 206: pp 48-54.
- [2] Araya-Castillo, L., Burgos, M., González, P., Rivera, Y., Barrientos, N., Yáñez Jara, V., ... & Sáez, W. (2023). Procrastination in university students: A proposal of a theoretical model. *Behavioral Sciences*, 13(2), 128.
- [3] Berber Çelik, Ç., & Odacı, H. (2022). Subjective well-being in university students: What are the impacts of procrastination and attachment styles?. *British Journal of Guidance & Counselling*, 50(5), 768-781.
- [4] Beutel, M. E., Klein, E. M., Aufenanger, S., Brahler, E., Dreier, M., Müller, K. W., and et al. (2016). Procrastination, Distress and Life Satisfaction across the Age Range – A German Representative Community Study. *PLoS ONE*, 11: pp 1-12.
- [5] Cassidy, J., and Shaver, P. R. (2016). *Handbook of attachment theory, research and clinical applications*. New York, NY: The Guilford Press.
- [6] Chen, H., Meza, J. I., Yan, Y., Wu, Q., & Lin, X. (2023). Parental attachment and depression in adolescents: Moderation mediation model of empathy and gender. *Current Psychology*, 42(7), 5898-5909.
- [7] Çıkrıkçı, Ö., & Erzen, E. (2020). Academic procrastination, school attachment, and life satisfaction: a mediation model. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 38(2), 225-242.
- [8] Deneault, A. A., Bureau, J. F., Duschinsky, R., Fearon, P., & Madigan, S. (2023). A meta-analysis of the distribution of preschool and early childhood attachment as assessed in the strange situation procedure and its modified versions. *Attachment & Human Development*, 25(2), 322-351.
- [9] Deneault, A. A., Hammond, S. I., & Madigan, S. (2023). A meta-analysis of child-parent attachment in early childhood and prosociality. *Developmental Psychology*, 59(2), 236.

- [10] Fang, F., & Wang, J. (2024). The relationship between attachment and depression among college students: the mediating role of perfectionism. *Frontiers in Psychology*, 15, 1352094.
- [11] Ferreira, T., Matias, M., Carvalho, H., & Matos, P. M. (2024). Parent-partner and parent-child attachment: Links to children's emotion regulation. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 91, 101617.
- [12] Flett, G. L., Besser, A., and Hewitt, P. L. (2015). Perfectionism and interpersonal orientations in depression: an analysis of validation seeking and rejection sensitivity in a community sample of young adults. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 77: pp 67-85.
- [13] Geng, Y., Gu, J., Wang, J., & Zhang, R. (2021). Smartphone addiction and depression, anxiety: The role of bedtime procrastination and self-control. *Journal of affective disorders*, 293, 415-421.
- [14] Gold, S. M., Köhler-Forsberg, O., Moss-Morris, R., Mehnert, A., Miranda, J. J., Bullinger, M., ... & Otte, C. (2020). Comorbid depression in medical diseases. *Nature Reviews Disease Primers*, 6(1), 69.
- [15] Guo, J., Meng, D., Ma, X., Zhu, L., Yang, L., & Mu, L. (2020). The impact of bedtime procrastination on depression symptoms in Chinese medical students. *Sleep and Breathing*, 24, 1247-1255.
- [16] Gustavson, D. E., Miyake, A., Hewitt, J. K., and Friedman, N. P. (2014). Genetic relations among procrastination, impulsivity, and goal-management ability: Implications for the evolutionary origin of procrastination. *Psychological Science*, 25: pp 1178-1188.
- [17] Khalifa, T. S. M. (2023). Performance perfectionism and its relation to academic procrastination and depression among early childhood student teachers. *Information Sciences Letters*, 12(5), 1589-1598.
- [18] Khan, F., Fraley, R. C., Young, J. F., & Hankin, B. L. (2020). Developmental trajectories of attachment and depressive symptoms in children and adolescents. *Attachment & human development*, 22(4), 392-408.
- [19] Kınık, Ö., & Odacı, H. (2020). Effects of dysfunctional attitudes and depression on academic procrastination: does self-esteem have a mediating role?. *British Journal of Guidance & Counselling*, 48(5), 638-649.
- [20] Krieger, T., Altenstein, D., Baettig, I., Doerig, N., and Holtforth, M. (2013). Self-compassion in depression: Associations with depressive symptoms, rumination, and avoidance in depressed outpatients. *Behavior Therapy*, 44: pp 501-513
- [21] Lan, X., & Wang, W. (2020). To be Shy or avoidant? Exploring the longitudinal association between attachment and depressive symptoms among left-behind adolescents in rural China. *Personality and Individual Differences*, 155, 109634.
- [22] Marwaha, S., Palmer, E., Suppes, T., Cons, E., Young, A. H., & Upthegrove, R. (2023). Novel and emerging treatments for major depression. *The Lancet*, 401(10371), 141-153.
- [23] Napoli, A., Lamis, D. A., Berardelli, I., Canzonetta, V., Sarubbi, S., Rogante, E., ... & Pompili, M. (2020). Anxiety, prenatal attachment, and depressive symptoms in women with diabetes in pregnancy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 425.
- [24] Ormel, J., Kessler, R. C., and Schoevers, R. (2019). Depression: more treatment but no drop in prevalence: how effective is treatment? and how can we do better? *Current Opinion in Psychiatry*, 32(4): pp 348-354.
- [25] Rey, J. M., Bella-Awusah, T. T., and Jing, L. (2015). Depression in children and adolescents. In Rey JM (Ed.), *IACAPAP e-Textbook of Child and Adolescent Mental Health*. Geneva: International Association for Child and Adolescent Psychiatry and Allied Professions.

- [26] Sadock, B. J., Sadock, V. A., and Ruiz, P. (2015). Kaplan & Sadock's synopsis of psychiatry: Behavioral sciences/clinical psychiatry (Eleventh edition.). Philadelphia: Wolters Kluwer.
- [27] Scott, J. K., Gianelle, M., Flanagan, V., Jones Harden, B., & Morrison, C. (2024). Barriers to health care and pregnancy experiences in relation to Black, low-income mothers' perinatal attachment and depression. *American Journal of Orthopsychiatry*.
- [28] Simon, H. L. M., DiPlacido, J., and Conway, J. M. (2019). Attachment styles in college students and depression: The mediating role of self-differentiation. *Mental Health & Prevention*, 13(2): pp 135-142.
- [29] Sirois, F., and Pychyl, T. (2013). Procrastination and the Priority of Short-Term Mood Regulation: Consequences for Future Self. *Social and Personality Psychology Compass*, 7/2: pp 115–127.
- [30] Spruit, A., Goos, L., Weenink, N., Rodenburg, R., Niemeyer, H., Stams, G. J., and Colonnese, C. (2020). The Relation Between Attachment and Depression in Children and Adolescents: A Multilevel Meta Analysis. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 23(1): pp 54-69.
- [31] Struck, N., Krug, A., Feldmann, M., Yuksel, D., Stein, F., Schmitt, S., ... & Brakemeier, E. L. (2020). Attachment and social support mediate the association between childhood maltreatment and depressive symptoms. *Journal of affective disorders*, 273, 310-317.
- [32] Suárez-Perdomo, A., Ruiz-Alfonso, Z., & Garcés-Delgado, Y. (2022). Profiles of undergraduates' networks addiction: Difference in academic procrastination and performance. *Computers & Education*, 181, 104459.
- [33] Svartdal, F., Dahl, T. I., Gamst-Klaussen, T., Koppenborg, M., & Klingsieck, K. B. (2020). How study environments foster academic procrastination: Overview and recommendations. *Frontiers in Psychology*, 11, 540910.
- [34] Thapar, A., Eyre, O., Patel, V., & Brent, D. (2022). Depression in young people. *The Lancet*, 400(10352), 617-631.
- [35] Unda-López, A., Osejo-Taco, G., Vinueza-Cabezas, A., Paz, C., & Hidalgo-Andrade, P. (2022). Procrastination during the COVID-19 pandemic: A scoping review. *Behavioral Sciences*, 12(2), 38.
- [36] Vilagut, G., Forero, C. G., Barbaglia, G., and Alonso, J. (2016). Screening for Depression in the General Population with the Center for Epidemiologic Studies Depression (CES-D): A Systematic Review with Meta-Analysis. *PLoS ONE*, 11(5): e0155431.
- [37] Wright, B., Fearon, P., Garside, M., Tsappis, E., Amoah, E., Glaser, D., ... & McHale, M. (2023). Routinely used interventions to improve attachment in infants and young children: a national survey and two systematic reviews. *Health Technology Assessment (Winchester, England)*, 27(2), 1.
- [38] Yan, B., & Zhang, X. (2022). What research has been conducted on procrastination? Evidence from a systematic bibliometric analysis. *Frontiers in psychology*, 13, 809044.
- [39] Ye, Z., Wei, X., Zhang, J., Li, H., & Cao, J. (2024). The impact of adverse childhood experiences on depression: the role of insecure attachment styles and emotion dysregulation strategies. *Current Psychology*, 43(5), 4016-4026.
- [40] Yildiz, B., & Iskender, M. (2021). The secure attachment style oriented psycho-educational program for reducing intolerance of uncertainty and academic procrastination: Yıldız & Iskender: Secure attachment, academic procrastination & intolerance of uncertainty. *Current Psychology*, 40(4), 1850-1863.
- [41] Zheng, L., Luo, Y., & Chen, X. (2020). Different effects of attachment anxiety and attachment avoidance on depressive symptoms: A meta-analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(12), 3028-3050.