אוניברסיטת בר-אילן

תרומתה של האקספלורציה ההתקשרותית לקשר שבין סגנון ההתקשרות לבין ממדי הזהות של מרשיה

ריבקי חליוה-גלב

עבודה זו מוגשת כחלק מהדרישות לשם קבלת תואר מוסמך

בביה״ס לחינוך של אוניברסיטת בר-אילן

רמת גן תשע״ז

תקציר

המונח 'אקספלורציה' הינו מונח מרכזי המשותף הן לתיאוריית ההתקשרות של ג'ון בולבי והן לתיאוריית זהות האגו, כפי שבאה לידי ביטוי בפרדיגמת סטטוסי הזהות של ג'יימס מרשיה. למרות הרכיב האקספלורטורי המשותף, מחקרים שונים הצביעו על כך שהקשר בין שתי התיאוריות אינו כמצופה. הממצאים העלו קשרים חלשים בין סטטוסי הזהות להתקשרות, בנוסף, אקספלורציה זהותית לאו דווקא נמצאה בקשר חיובי משמעותי עם התקשרות בטוחה. לאור זאת, מטרת מחקר זה להציע מודל המסביר את הקשר שבין התיאוריות השונות באמצעות מדידה ישירה של רכיב האקספלורציה, כפי שבא לידי ביטוי בכל אחת מהן.

מחקר זה מציע לבחון את הקשר שבין מימדי הזהות (אקספלורציה ומחויבות) לבין סגנונות ההתקשרות (בטוח/לא-בטוח) באמצעות מדידה ישירה של מערכת האקספלורציה ההתקשרותית, כמו גם של מימדי האקספלורציה הזהותית והמחויבות הזהותית. עד כה, מחקרים שונים שבחנו את הקשר שבין התקשרות לזהות, לא מדדו באופן ישיר את מערכת האקספלורציה ההתקשרותית. לכן, ייתכן והסיבה לקשרים הנמוכים בין סגנונות ההתקשרות לבין סטטוסי הזהות של מרשיה נובעים מכך שמערכת האקספלורציה לא נמדדה באופן ישיר. בנוסף, המחקר מציע למדוד באופן ישיר את מימדי האקספלורציה והמחויבות הזהותיים. ההתייחסות הישירה למימדי הזהות תאפשר לבחון את הקשר שבינם לבין סגנון ההתקשרות ואקספלורציה התקשרותית בצורה ברורה ומדויקת יותר. לאור זאת, השערות המחקר המרכזיות הן (1) התרומה היחסית של סגנון ההתקשרות לעומת האקספלורציה ההתקשרותית, תהיה גדולה יותר כאשר מנבאים מחויבות זהותית. (2) לעומת זאת, תרומתה היחסית של האקספלורציה ההתקשרותית תהיה גדולה יותר בהשוואה לסגנון ההתקשרות, כאשר מנבאים אקספלורציה זהותית.

מלבד השערות אלו, השערות המחקר הנוספות מתייחסות לקשרים השונים שבין אקספלורציה התקשרותית להתקשרות וזהות: (3) יימצא קשר שלילי בין משתני ההתקשרות (חרדה והימנעות) לבין אקספלורציה התקשרותית. (4) יימצא קשר חיובי בין אקספלורציה התקשרותית לבין אקספלורציה זהותית. (5) יימצאו הבדלים בין סטטוסי הזהות ברמת האקספלורציה ההתקשרותית; ממוצע האקספלורציה ההתקשרותית של סטטוסים המאופיינים באקספלורציה זהותית גבוהה (השגת זהות

ומורטוריום) יהיה גבוה באופן מובהק מממוצע הסטטוסים המאופיינים באקספלורציה זהותית נמוכה (סגירות מוקדמת וזהות דיפוזית).

במחקר השתתפו 190 נבדקים בגילאי 15-35, רובם סטודנטים (105 משתתפים). כל המשתתפים מילאו את שאלוני המחקר בצורה מקוונת באמצעות מייל שנשלח אליהם בצירוף טופס מקוון למילוי. לצורך המחקר ענו המשתתפים על ארבעה שאלונים: 1. שאלון אקספלורציה התקשרותית, שאלון דיווח-עצמי שפותח על-ידי גרין וקמפבל (Green & Campbell, 2000) ונועד לבחון את רמת האקספלורציה של הנבדק, בהקשר למגוון פעילויות אקספלורטוריות. השאלון תורגם לראשונה לשפה העברית לצורך המחקר הנוכחי. 2. שאלון זהות האני (EIPQ), שאלון דיווח עצמי הבודק את מימדי האקספלורציה והמחוייבות, ובאמצעותם ניתן לבצע סיווגים לסטטוסי הזהות השונים, בהתאם לתיאוריית זהות האגו של ג'יימס מרשיה (Balistreri, Busch- Rossnagel & Geisinger, 1995). 3. שאלון התקשרות למבוגרים (ECR)- שאלון דווח עצמי סביב חווית הפרט במצבי מצוקה. השאלון מאתר שני ממדים בסיסיים של התקשרות בין מבוגרים: חרדה והימנעות: *ממד החרדה* משקף את התלות באחרים לצורך בנייה של התייחסות עצמית חיובית. *ממד ההימנעות* משקף את מידת ההימנעות מאינטימיות (approach-avoidance) כתוצאה מניסיון העבר וחשש מדחייה (Bernnan, Clark & Shaver, 1998). 4. שאלון פרטים דמוגרפיים, שנועד לבחון פרטי רקע של משתתפי המחקר כמו מין, גיל, סטטוס משפחתי וכדומה, על-מנת לתאר את האוכלוסייה הנבדקת ולבדוק קשרים אפשריים בין חלק ממשתני הרקע למשתני המחקר.

תוצאות המחקר מציגות תמונה מורכבת של הקשר בין זהות והתקשרות, כאשר ממצאי המחקר תומכים בהשערות באופן חלקי, והמתאמים ותוצאות הרגרסיה ההיראכרכית חלשים עד מתונים. בהקשר לתרומתה הייחודית של האקספלורציה ההתקשרותית בניבוי הקשר שבין התקשרות לזהות, ממצאי המחקר תמכו, אם כי באופן חלקי, בכיוון הכללי של השערות המחקר, אשר התייחסו לתרומה ייחודית שונה של משתני ההתקשרות והאקספלורציה ההתקשרותית בניבוי משתני הזהות: נמצאה תרומה גדולה יותר לאקספלורציה התקשרותית בניבוי אקספלורציה זהותית, ולעומת זאת תרומה גדולה יותר להימנעות בניבוי מחויבות זהותית- אך אחוז השונות המוסברת על-ידי המשתנים הוא נמוך עד בינוני. עם זאת, תוצאות הרגרסיה אכן העלו תרומה ייחודית מובהקת לאקספלורציה התקשרותית

באופן שונה: בניבוי אקספלורציה זהותית, נמצאה תרומה חיובית מובהקת לאקספלורציה התקשרותית ולחרדה, כאשר *לאקספלורציה התקשרותית* תרומה ייחודית גדולה יותר בהשוואה לחרדה. בניבוי מחויבות זהותית, נמצאה תרומה ייחודית גדולה יותר *להימנעות* בהשוואה לאקספלורציה התקשרותית. בשני המקרים כיוון הקשר הוא שלילי, ועלייה בהימנעות ובאקספלורציה מנבאת ירידה במחויבות.

בנוסף לממצאים מרכזיים אלו, ממצאי המחקר הנוספים תמכו באופן חלקי בהשערות: מבחינת הקשר בין אקספלורציה התקשרותית למשתני ההתקשרות, בהתאם להשערת המחקר, נמצא מתאם שלילי גבולי בין אקספלורציה התקשרותית להימנעות, אך בניגוד להשערות נמצא מתאם חיובי מובהק בין אקספלורציה התקשרותית לחרדה.

ביחס לקשר שבין אקספלורציה התקשרותית ומשתני הזהות, נמצא מתאם חיובי מובהק בין אקספלורציה התקשרותית לבין אקספלורציה זהותית, וזאת בהתאם להשערת המחקר. בנוסף, נמצא מתאם שלילי גבולי בין אקספלורציה התקשרותית לבין מחויבות, אם כי פחות בעוצמתו. לבסוף, ממצאי המחקר תמכו בהשערה כי סטטוסי הזהות המאופיינים באקספלורציה זהותית גבוהה (השגת זהות ומורטוריום) יאופיינו ברמות גבוהות יותר של אקספלורציה התקשרותית בהשוואה לסטטוסי הזהות בעלי אקספלורציה זהותית נמוכה.

לממצאי המחקר תרומות תיאורטיות והשלכות יישומיות בתחומי הייעוץ והטיפול. במישור המחקרי, תוצאות המחקר מקדמות תהליכי בירור מחקריים נוספים אשר יישפכו אור על הקשר שבין התקשרות וזהות. המחקר הנוכחי מציע כיווני מחקר רבים נוספים לבירור קשר זה, כמו גם מודלים אפשריים לבחינה קונקרטית של מערכות קשרים בין המשתנים שנדונו במחקר. בנוסף, מחקר זה מהווה תשתית ראשונית להרחבת מושג האקספלורציה ההתקשרותית ולבחינתה באמצעות השאלון שפותח ע"י גרין וקמפבל. במישור הייעוצי-טיפולי, ממצאי המחקר באופן כללי, מדגישים את הצורך בבניית תכניות התערבות ותמיכה בהקשר לגיבוש הזהות לא רק בגילאי ההתבגרות, אלא גם בגילאים הבוגרים יותר, בתקופת הלימודים במוסדות להשכלה גבוהה ובתחילת שלבי גיבוש קריירה וזוגיות, וזאת בייחוד לאור הקשר בין חרדה למימדי האקספלורציה השונים.