

تاریخ دریافت مقاله: ۹۱/۰۳/۰۷
تاریخ بررسی مقاله: ۹۱/۰۷/۲۹
تاریخ پذیرش مقاله: ۹۲/۰۴/۱۵

مجله دست آوردهای روان‌شناختی
(علوم تربیتی و روان‌شناسی)
دانشگاه شهید چمران اهواز، پاییز و زمستان ۱۳۹۲
دوره‌ی چهارم، سال ۲۰-۲۳، شماره‌ی ۲
ص: ۱۹-۳۸

نقش واسطه‌ای خودتنظیم‌گری در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی^۱

محمدعلی بشارت*

چکیده

هدف اصلی این پژوهش بررسی نقش واسطه‌ای خودتنظیم‌گری در رابطه بین سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا با ناگویی هیجانی بود. ششصد و دوازده نفر (۲۸۲ مرد، ۳۳۰ زن) از جمعیت عمومی شهر تهران در این پژوهش شرکت کردند. از شرکت‌کنندگان در پژوهش خواسته شد مقیاس دلبستگی بزرگسال (AAI)، "مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو (FTAS) و فرم کوتاه مقیاس خودتنظیم‌گری (SRI-S) را تکمیل کنند. نتایج پژوهش نشان داد که بین سبک دلبستگی ایمن با ناگویی هیجانی رابطه‌ی منفی معنی‌دار و بین سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا با ناگویی هیجانی رابطه‌ی مثبت معنی‌دار وجود دارد. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که خودتنظیم‌گری در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی تأثیر واسطه‌ای دارد. سبک‌های دلبستگی ایمن و ناایمن از طریق خودتنظیم‌گری در دو جهت متضاد تغییرات مربوط به ناگویی هیجانی را پیش‌بینی می‌کنند. بر اساس یافته‌های این پژوهش، می‌توان نتیجه گرفت که تأثیر واسطه‌ای خودتنظیم‌گری در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی جزئی است.

کلید واژگان: خودتنظیم‌گری، دلبستگی، ناگویی هیجانی، تنظیم هیجان

۱- این تحقیق در قالب طرح پژوهشی شماره ۵۱۰۶۰۳/۱/۴۸ با استفاده از اعتبارات پژوهشی دانشگاه تهران

انجام شده است

besharat@ut.ac.ir

* استاد دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران (نویسنده مسئول)

مقدمه

در پژوهش‌های مربوط به دلبستگی^۱، نقش تجربه‌های کودکی در تعیین روابط بین شخصی^۲ بزرگسال، رفتارهای سالم و سلامت روانی تأیید شده و مورد توجه محققان حوزه دلبستگی قرار گرفته است. سبک‌های دلبستگی^۳ به مدل‌های درون‌کاری^۴ معینی از دلبستگی گفته می‌شود که شکل پاسخ‌های رفتاری افراد به جدایی^۵ از نگاره‌های دلبستگی^۶ و پیوند مجدد^۷ با این نگاره‌ها را تعیین می‌کنند. این سبک‌ها عمدتاً بر اساس تجربه‌های کودک-مادر (مراقب) شکل می‌گیرند، در مراحل مختلف زندگی نسبه‌ی پایدار می‌مانند، و تعامل‌های اجتماعی را تحت تأثیر قرار می‌دهند (بالبی^۸، ۱۹۸۸؛ واترز، مریک، تریباکس، کراول و آلبرشیم^۹، ۲۰۰۰). پژوهشگران دلبستگی، تأثیر تجربه‌های نخستین بر تجسم‌های درونی در حال پیدایش و شکل‌گیری از خود و دیگران را تأیید کرده‌اند و به بررسی چگونگی تأثیرگذاری مدل‌های درون‌کاری دلبستگی بر روابط آینده و راهبردهای تنظیم عاطفه در بزرگسالی پرداخته‌اند (بالبی، ۱۹۶۹، ۱۹۸۸؛ دویت، هوور، گابرت و بایسه^{۱۰}، ۲۰۱۰). این تجسم‌ها، برداشت افراد از خود و دیگران را مبنی بر این که آیا خودشان شایسته‌ی مراقبت هستند یا نه و آیا می‌توان به دیگران برای فراهم سازی مراقبت اعتماد کرد یا نه، تحت تأثیر قرار می‌دهند (بارتولومئو و هرویتز^{۱۱}، ۱۹۹۱).

مطالعات پژوهشی در مورد سبک‌های دلبستگی در کودکی (بالبی، ۱۹۶۹؛ روک و وریسیمو^{۱۲}، ۲۰۱۱) نشان داده‌اند که حساسیت^{۱۳} و پاسخدهی^{۱۴} مراقب اولیه به حالت‌های

- 1- attachment
- 2- interpersonal relationships
- 3- attachment styles
- 4- internal working models
- 5- separation
- 6- attachment figures
- 7- reunion
- 8- Bowlby
- 9- Waters, Treboux, Crowell, & Albersheim
- 10- Dewitte, Houwer, Goubert, & Buysse
- 11- Bartholomew & Horowitz
- 12- Roque & Verissimo
- 13- sensitivity
- 14- responsiveness

هیجانی کودک تعیین‌کننده‌ی اصلی یادگیری روش تنظیم عواطف درمانده ساز^۱ و رابطه با دیگران است. شواهد نشان می‌دهند که نوزادان پس از سه ماهگی نسبت به دریافت نشانه‌های بیرونی از جمله پاسخ‌های چهره‌ای^۲ و آوایی^۳ مراقب، حساسیت و سوگیری پیدا می‌کنند. این نشانه‌ها نقشی مهم در آموزش تنظیم درماندگی‌های نوزاد بازی می‌کنند (والاتون و آیوب^۴، ۲۰۱۱). کودکان ایمن^۵ پاسخدهی بهینه و منسجم از مراقب اولیه تجربه می‌کنند و می‌آموزند که ابراز متعادل هیجان‌ها پیامدهای مثبت دارد. مراقبت ناپسند به الگوی رفتار دلبستگی نایمن^۶ منتهی می‌شود و مانع تحول مهارت‌های موثر تنظیم عاطفه می‌گردد.

در امتداد دلبستگی مراحل قبل زندگی، دلبستگی بزرگسال به تمایل پایدار فرد به تلاش جدی برای حفظ مجاورت^۷ و تماس با یک یا تعدادی افراد معین که می‌توانند برای آرامش و امنیت جسمانی و روانی وی امکانات ذهنی فراهم سازند، اطلاق می‌شود. این تمایل پایدار به وسیله‌ی مدل‌های درونکاری دلبستگی، که روان‌سازه‌های شناختی-عاطفی-انگیزشی^۸ پدید آمده از تجربه‌های فرد از روابط بین شخصی هستند، تنظیم می‌شوند (برمن و اسپرلینگ^۹، ۱۹۹۴). پژوهش‌های انجام شده در مورد نوجوانان و بزرگسالان (روتبار و شایور^{۱۰}، ۱۹۹۴؛ هیندی و شوارتز^{۱۱}، ۱۹۹۴) نشان داده‌اند که افراد دارای سبک دلبستگی ایمن، سطوح پایین‌تری از عواطف منفی گزارش می‌کنند و روابط مستحکم با دیگران؛ کسانی که موقع درماندگی هیجانی برای دریافت حمایت به آنها مراجعه می‌کنند، برقرار می‌سازند. افراد دارای سبک دلبستگی نایمن، در مقایسه با ایمن‌ها سطوح پایین‌تری از عواطف مثبت تجربه می‌کنند و در مدیریت استرس، اضطراب، افسردگی و سایر عواطف منفی ناتوانی نشان می‌دهند (مارلی و موران^{۱۲}، ۲۰۱۱). جایگاه اصلی نمود این ناتوانی‌ها، نقص و نارسایی در درک، شناسایی و ابراز

-
- 1- distressing affects
 - 2- facial
 - 3- vocal
 - 4- Vallotton & Ayoub
 - 5- secure
 - 6- insecure
 - 7- proximity
 - 8- cognitive-affective-motivational schemata
 - 9- Berman & Sperling
 - 10- Rothbard & Shaver
 - 11- Hindy & Schwarz
 - 12- Morley & Moran

هیجان‌ها و عواطف است.

یکی از نشانگان شناخته شده در زمینه نارسایی هیجانی، ناگویی هیجانی^۱ است. ناگویی هیجانی عبارت است از آشفتگی در کنش‌های عاطفی و شناختی^۲، همراه با فقدان توانایی تبدیل انگیزتگی عاطفی^۳ تجربه‌ها به احساسات و تخیلاتی که نماد و نشانه‌ی هیجان‌ها هستند. توصیف مداوم نشانه‌های فیزیکی به جای هیجان‌ها، گفتار و افکار عینی وابسته به وقایع بیرونی، همچنین فقر و محدودیت زندگی تخیلی از ویژگی‌های ناگویی هیجانی محسوب می‌شوند (سیف‌نوس^۴، ۲۰۰۰). افراد مبتلا به ناگویی هیجانی در بازشناسی، آشکارسازی، پردازش و تنظیم هیجان‌ها با دشواری‌هایی مواجه هستند. ناگویی هیجانی به طور کلی به عنوان نقص در خودتنظیم‌گری هیجانی در نظر گرفته می‌شود (کریتلر^۵، ۲۰۰۲). تنظیم هیجان فرایندی پیچیده شامل تعامل بین سیستم‌های عصبی- فیزیولوژیک^۶، حرکتی- احساسی^۷ و شناختی- تجربی^۸ هیجان است. به همین دلیل، ناگویی به شکل‌های مختلف مانند ناتوانی در مفهوم پردازی عاطفه، ناتوانی در تفاوت بین هیجان‌ها، ناتوانی در تجربه‌ی هشیار هیجان، یا ناتوانی در تشریح استرسی که به طور خودکار به نارساکنش وری بدنی تبدیل شده است، ظاهر می‌شود (نمیا^۹، ۲۰۰۰). تجربه‌های کودکی با مراقبانی که هیجان‌هایشان را نشان نمی‌دهند و ابراز نمی‌کنند، یا کسانی که هیجان‌های در حال تحول و شکل‌گیری کودک را به رسمیت نمی‌شناسند و با هیجان‌های کودک خوب رفتار نمی‌کنند، می‌تواند تأثیری عمیق بر تنظیم عاطفه در مراحل بعدی زندگی داشته باشد (روک و وریسیمو، ۲۰۱۱). آنچه ما در مورد هیجان‌های خود و توانایی بازشناسی، توصیف و تنظیم عواطف خودمان می‌دانیم تا حدود زیادی تحت تأثیر تعامل‌های اولیه با مراقب است. بر این اساس، می‌توان تصور کرد که ناگویی هیجانی احتمالاً با سبک دلبستگی مرتبط باشد.

-
- 1- alexithymia
 - 2- affective and cognitive functions
 - 3- affective arousal of experience
 - 4- Sifneos
 - 5- Kreitler
 - 6- neurophysiological
 - 7- motor-expressive
 - 8- cognitive-experiential
 - 9- Nemiah

پژوهش‌های انجام شده در زمینه‌ی نوع رابطه‌ی سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی نشان داده‌اند که ویژگی‌های مربوط به ناگویی هیجانی در سبک‌های دلبستگی ناایمن بیشتر است (کویمن، ولینگا، اسپینهاون، درایجر، تریزبرگر و اویجمنز^۱، ۲۰۰۴؛ مونته‌باروچی، کدیسپوتی، بالدارو و روسی^۲، ۲۰۰۴؛ بشارت، ۱۳۸۸). عوامل خانوادگی مرتبط با ناگویی هیجانی را بررسی کردند. نتایج آن پژوهش نشان داد که کودکان رشد یافته در محیط‌هایی که از نظر جسمانی و هیجانی ناآرام و ناامن بوده و از آشکارسازی هیجان‌ها ممانعت به عمل می‌آمده، مقابله‌ی موفق با حالت‌های هیجانی‌شان را یاد نمی‌گیرند و در نتیجه از تجربه‌ی هیجان‌ها ناراحت می‌شوند (بشارت، ۱۳۸۸). این دشواری‌ها و فقدان سرمشق‌های مناسب برای ابراز هیجان ممکن است به نگرانی و دوسوگرایی در ابراز احساسات منتهی شود (کاروکیوی، جوکاما، هاتالا، کاروا، هاپاسالو-پسو و همکاران^۳، ۲۰۱۱). دلبستگی ناایمن می‌تواند فراگیری چگونه احساس کردن را با شکست مواجه کند و زمینه را برای ابتلا به ناگویی هیجانی هموار سازد (واردن، لمبرتون، کروک و والش^۴، ۲۰۰۵). بشارت (۱۳۸۸) نشان داد که احساسات ناامنی در روابط دلبستگی نقص و نارسایی در شناسایی و ابراز هیجان‌ها را پیش‌بینی می‌کند.

مسئله اصلی پژوهش حاضر بررسی نقش واسطه‌ای یکی از متغیرهای مهم روانشناختی، یعنی خودتنظیم‌گری^۵ در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی است. بررسی این موضوع از آن جهت اهمیت دارد که اولاً سبک‌های دلبستگی، شکل‌گیری و رشد توانمندی‌های مرتبط با خودتنظیم‌گری را از کودکی تحت تأثیر قرار می‌دهند (بالبی، ۱۹۶۹، ۱۹۸۸)، و ثانیاً اختلال در خودتنظیم‌گری، نقص و نارسایی در شناسایی و ابراز هیجان‌ها را در پی خواهد داشت (کریتلر، ۲۰۰۲). خودتنظیم‌گری سازه‌ای چند بعدی^۶ است و فرایندهای شناختی^۷، انگیزشی-عاطفی^۸، اجتماعی^۹ و فیزیولوژیکی^{۱۰} تأثیرگذار بر کنترل فعال اعمال هدفمند را

- 1- Kooiman, Vellinga, Spinhoven, Draijer, Trijsburg, & Rooijmans
- 2- Montebrocci, Codispoti, Baldaro, & Rossi
- 3- Karukivi, Joukamaa, Hautala, Kaleva, Haapasalo-Pesu, Liuksila, & et al.
- 4- Wearden, Lambertson, Crook, & Walsh
- 5- self-regulation
- 6- multidimensional
- 7- cognitive
- 8- motivational-affective
- 9- social
- 10- physiological

شامل می‌شود (روتبارت، احدی، هرشی و فیشر^۱، ۲۰۰۱؛ کالکینس و فوکس^۲، ۲۰۰۲؛ کالکینس و هاوس^۳، ۲۰۰۴). در چهارچوب سیستم فرایندهای کنترل فعال و چند جنبه‌ای، کنش‌های آغازگری، تعدیل‌کنندگی، استمرار بخشی و هماهنگ‌سازی خودتنظیم‌گری اعمال می‌شوند (آیزنبرگ، فابس، گاتری و ریسر^۴، ۲۰۰۰). این سیستم، کنترل در اجراء^۵، توجه^۶، بازداری^۷ و فعال‌سازی^۸ را بر عهده دارد و فرونشانی^۹ پاسخ‌های نامناسب و آغازگری و استمرار بخشی پاسخ‌های ضروری را ممکن می‌سازد (حنیف، فری، فریشن، پازوبون، ایستوود و همکاران^{۱۰}، ۲۰۱۲). اهمیت خودتنظیم‌گری در کنش‌وری‌های روان‌شناختی و تحول بهنجار و همچنین پیدایش مشکلات سازگاری در پژوهش‌های مختلف تأیید شده است (برای مثال، آیزنبرگ و همکاران، ۲۰۰۰؛ روتبارت، احدی و ایونس، ۲۰۰۰؛ کالکینس و هاوس، ۲۰۰۴؛ لیبرمن، گیسبرخت و مولر^{۱۱}، ۲۰۰۷؛ بشارت، قلعه بان، رحیمی‌نژاد و قربانی، ۱۳۸۸). یافته‌های این پژوهش‌ها، رابطه خودتنظیم‌گری با خودپیروی^{۱۲}، شایستگی اجتماعی^{۱۳}، همدلی^{۱۴}، مشکلات درونی‌سازی^{۱۵} و برونی‌سازی^{۱۶}، و اختلال‌های مصرف مواد را تأیید کرده‌اند.

بر این اساس، هدف اصلی پژوهش حاضر بررسی نقش واسطه‌ای خودتنظیم‌گری در رابطه‌ی بین سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی بود. با توجه به ملاحظات نظری و یافته‌های پژوهشی موجود در زمینه‌ی موضوع مورد بررسی، فرضیه‌های این پژوهش به شرح زیر بررسی شدند: ۱- سبک دلبستگی ایمن با ناگویی هیجانی رابطه‌ی منفی دارد؛ ۲- سبک‌های دلبستگی

- 1- Rothbart, Ahadi, Hershey, & Ficher
- 2- Calkins & Fox
- 3- Howse
- 4- Eisenberg, Fabes, Guthrie, & Reiser
- 5- execution
- 6- attention
- 7- inhibition
- 8- activation
- 9- suppression
- 10- Hanif, Ferrey, Frischen, Pozzobon, Eastwood, & et al.
- 11- Lieberman, Giesbrecht, & Muller
- 12- autonomy
- 13- social competence
- 14- empathy
- 15- internalizing
- 16- externalizing

ناایمن با ناگویی هیجانی رابطه‌ی مثبت دارد؛^۳ خودتنظیم‌گری در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی نقش واسطه‌ای دارد.

روش

جامعه‌ی آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش

روش پژوهش از نوع همبستگی و جامعه آماری زنان و مردان ساکن شهر تهران بودند. ششصد و بیست زن و مرد تهرانی از جمعیت عمومی به صورت داوطلب در دسترس در این پژوهش شرکت کردند. شرایط لازم برای شرکت در پژوهش عبارت بودند از: الف) رضایت داوطلب برای شرکت در پژوهش؛ ب) داشتن حداقل مدرک تحصیلی دیپلم؛ ج) نداشتن بیماری روانپزشکی و یا پزشکی مستلزم مصرف دارو در زمان انجام پژوهش. پس از جلب مشارکت آزمودنی‌ها، مقیاس دلبستگی بزرگسال (AAI)^۱، "مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰-FTAS"^۲ و فرم ۲۵ گویه‌ای مقیاس خودتنظیم‌گری (SRI-S)^۳ در مورد داوطلبان به صورت فردی اجرا شد. به منظور کنترل اثر ترتیب و خستگی، مقیاس‌ها به تناسب با ترتیب‌های متفاوت ارائه شدند. تعداد ۸ آزمودنی به دلیل پاسخ ناقص به مقیاس‌ها از تحلیل‌های آماری کنار گذاشته شدند و بدین ترتیب نمونه‌ی پژوهش به ۶۱۲ نفر (۲۸۲ مرد، ۳۳۰ زن) تقلیل یافت. میانگین سنی کل آزمودنی‌ها ۳۵/۱۰ سال با دامنه ۲۱ تا ۵۲ سال و انحراف استاندارد ۹/۱۳، میانگین سن مردان ۳۶/۳۲ سال با دامنه ۲۱ تا ۵۲ سال و انحراف استاندارد ۸/۳۳ و میانگین سن زنان ۳۴ سال با دامنه ۲۱ تا ۴۹ سال و انحراف استاندارد ۸/۳۳ بود. برای تحلیل آماری داده‌های پژوهش از شاخص‌ها و روش‌های آماری شامل میانگین، انحراف استاندارد، ضرایب همبستگی پیرسون و مجموعه‌ای از تحلیل‌های رگرسیونی دو گامی با توجه به روش پیشنهادی بارون و کنی^۴ (۱۹۸۶) استفاده شد.

مقیاس دلبستگی بزرگسال (AAD). مقیاس دلبستگی بزرگسال، که با استفاده از مواد آزمون دلبستگی هازن^۵ و شیور (۱۹۸۷) ساخته و در مورد نمونه‌های دانشجویی و جمعیت

-
- 1- Adult Attachment Inventory
 - 2- Farsi version of the Toronto Alexithymia Scale-20
 - 3- Short version of the Self-Regulation Inventory (SRI-S)
 - 4- Baron & Kenny
 - 5- Hazan

عمومی ایرانی هنجاریابی شده است (بشارت، ۱۳۸۴، ۲۰۱۱)، یک آزمون ۱۵ سؤالی است و سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا را در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت (خیلی کم = ۱، کم = ۲، متوسط = ۳، زیاد = ۴، خیلی زیاد = ۵) می‌سنجد. حداقل و حداکثر نمره آزمودنی در زیرمقیاس‌های آزمون به ترتیب ۵ و ۲۵ خواهد بود. ضرایب آلفای کرونباخ پرسش‌های زیر مقیاس‌های ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در مورد یک نمونه (۱۴۸۰؛ $n=$ ۸۶۰ زن، ۶۲۰ مرد) برای کل آزمودنی‌ها به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۸۴، ۰/۸۵؛ برای زنان ۰/۸۶، ۰/۸۳، ۰/۸۴ و برای مردان ۰/۸۴، ۰/۸۵، ۰/۸۶ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی^۱ خوب مقیاس دلبستگی بزرگسال است. ضرایب همبستگی بین نمره‌های یک نمونه‌ی ۳۰۰ نفری از آزمودنی‌ها در دو نوبت با فاصله‌ی چهار هفته برای سنجش پایایی بازآزمایی^۲ محاسبه شد. این ضرایب در مورد سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا برای کل آزمودنی‌ها به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۸۳، ۰/۸۴؛ برای زنان ۰/۸۶، ۰/۸۲، ۰/۸۵ و برای مردان ۰/۸۸، ۰/۸۳ و ۰/۸۳ محاسبه شد که نشانه پایایی بازآزمایی رضایت بخش مقیاس است. روایی محتوایی^۳ مقیاس دلبستگی بزرگسال با سنجش ضرایب همبستگی بین نمره‌های پانزده نفر از متخصصان روان‌شناسی مورد بررسی قرار گرفت. ضرایب توافق کندال برای سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۶۱ و ۰/۵۷ محاسبه شد. نتایج تحلیل عوامل نیز با تعیین سه عامل سبک دلبستگی ایمن، سبک دلبستگی اجتنابی و سبک دلبستگی دوسوگرا، روایی سازه‌ی^۴ مقیاس دلبستگی بزرگسال را مورد تأیید قرار داد (بشارت، ۱۳۸۴، ۲۰۱۱).

مقیاس ناگوی هیجانی تورنتو-۲۰ (FTAS). مقیاس ناگوی هیجانی تورنتو (بگبی،

پارکر و تیلور^۵، ۱۹۹۴) یک آزمون ۲۰ سؤالی است و سه زیرمقیاس دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات، و تفکر عینی را در مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت از نمره‌ی ۱ (کاملاً مخالف) تا نمره‌ی ۵ (کاملاً موافق) می‌سنجد. یک نمره‌ی کل نیز از جمع نمره‌های سه زیرمقیاس برای ناگوی هیجانی کلی محاسبه می‌شود. ویژگی‌های روانسنجی مقیاس ناگوی هیجانی تورنتو-۲۰ در پژوهش‌های متعدد بررسی و تأیید شده است (پارکر،

-
- 1- internal consistency
 - 2- test-retest reliability
 - 3- content validity
 - 4- construct validity
 - 5- Bagby, Parker, & Taylor

تیلور و بگبی، ۲۰۰۱، ۲۰۰۳؛ پالمر، گیگانس، مانوکا و استاف^۱، ۲۰۰۴). در نسخه‌ی فارسی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰ (بشارت، ۲۰۰۷)، ضرایب آلفای کرونباخ برای ناگویی هیجانی کل، و سه زیرمقیاس دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات، و تفکر عینی به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۸۲، ۰/۷۵ و ۰/۷۲ محاسبه شد که نشانه‌ی همسانی درونی خوب مقیاس است. پایایی بازآزمایی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰ در یک نمونه‌ی ۶۷ نفری در دو نوبت با فاصله‌ی چهار هفته از $I = 0.80$ تا $I = 0.87$ برای ناگویی هیجانی کل و زیرمقیاس‌های مختلف تأیید شد. نتایج تحلیل عاملی تأییدی^۲ نیز وجود سه عامل دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات، و تفکر عینی را در نسخه‌ی فارسی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰ تأیید کردند (بشارت، ۲۰۰۷).

مقیاس خودتنظیم‌گری (SRI-S). مقیاس خودتنظیم‌گری (گروسارت-ماتیک و آیسنک، ۱۹۹۵؛ ایبازن، راپیرز، مویا، مارکوس و اورتت^۳، ۲۰۰۵) یک آزمون ۲۵ گویه‌ای است و خودتنظیم‌گری را در پنج زمینه‌ی عملکرد مثبت، مهارپذیری، آشکارسازی احساسات و نیازها، قاطعیت و بهزیستی طلبی در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از نمره‌ی ۱ تا ۵ می‌سنجد. حداقل نمره‌ی آزمودنی در این مقیاس ۲۵ و حداکثر آن ۱۲۵ خواهد بود. نمره‌ی بالاتر نشان دهنده‌ی سطوح بالاتر خودتنظیم‌گری و مهارت‌های مرتبط با این سازه است. ویژگی‌های روانسنجی مقیاس خودتنظیم‌گری در پژوهش‌های مقدماتی خارجی (گروسارت-ماتیک و آیسنک، ۱۹۹۵؛ ایبازن و همکاران، ۲۰۰۵؛ مارکوس و همکاران، ۲۰۰۵) و داخلی (بشارت، بزازیان، عزیزی، عبدالمنافی و لاریجانی، ۱۳۸۹) مورد تأیید قرار گرفته است. گروسارت-ماتیک و آیسنک (۱۹۹۵) روایی پیش‌بین مقیاس را در رابطه با علت مرگ در بیماران مبتلا به سرطان و بیمای‌های قلبی در یک پژوهش پانزده ساله نشان دادند. ضرایب آلفای کرونباخ از ۰/۷۴ تا ۰/۹۲ برای فرم ۷۲ گویه‌ای (مارکوس و همکاران، ۲۰۰۵) و از ۰/۶۸ تا ۰/۸۴ برای فرم ۲۵ گویه‌ای (ایبازن و همکاران، ۲۰۰۵)، همسانی درونی^۴ مقیاس را تأیید کردند. مارکوس و همکاران (۲۰۰۵) پایایی بازآزمایی مقیاس خودتنظیم‌گری را در یک دوره یک ماهه ۰/۸۷

1- Palmer, Gignac, Manocha, & Syough

2- exploratory factor analysis

3- Ibanez, RUIPEREZ, MOYA, MARQUES, & ORTET

4- internal consistency

گزارش کردند. در این پژوهش‌ها، روایی همگرا و تشخیصی مقیاس خودتنظیم‌گری از طریق رابطه خودتنظیم‌گری با برونگرایی، ثبات هیجانی (نوروزگرایی پایین) و کنترل تکانه (پسیکوزگرایی پایین) تأیید شد. ویژگی‌های روانسنجی فرم فارس مقیاس خودتنظیم‌گری در یک نمونه دانشجویی بررسی و تأیید شده است (بشارت و همکاران، ۱۳۸۹). بر حسب یافته‌های مقدماتی، آلفای کرونباخ پرسش‌های هر یک از زیر مقیاس‌ها در مورد یک نمونه‌ی ۶۷۶ نفری از دانشجویان ایرانی از ۰/۹۰ تا ۰/۹۷ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی خوب آزمون است. ضرایب همبستگی بین نمره‌های ۱۳۴ نفر از نمونه‌ی مذکور در دو نوبت با فاصله‌ی چهار تا شش هفته برای سنجش پایایی بازآزمایی مقیاس خودتنظیم‌گری محاسبه شد. این ضرایب برای خودتنظیم‌گری (نمره کل) $r = 0.85$ ، برای عملکرد مثبت $r = 0.82$ ، برای مهارپذیری $r = 0.71$ ، برای آشکارسازی احساسات و نیازها $r = 0.78$ ، برای قاطعیت $r = 0.80$ و برای بهزیستی طلبی $r = 0.86$ به دست آمد و در سطح $P < 0.001$ معنادار بودند. این ضرایب، پایایی بازآزمایی مقیاس خودتنظیم‌گری را تأیید کردند.

یافته‌ها

جدول ۱ مشخصه‌های آماری شرکت‌کنندگان را بر حسب نمره‌های سبک‌های دلبستگی، ناگویی هیجانی و خودتنظیم‌گری به تفکیک در مورد مردان و زنان نشان می‌دهد.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار نمره‌های آزمودنی‌ها بر حسب سبک‌های دلبستگی، ناگویی هیجانی و خودتنظیم‌گری

گروه و شاخص متغیر	مردان		زنان		کل	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
سبک دلبستگی ایمن	۱۵/۹۰	۴/۱۰	۱۵/۳۳	۳/۸۰	۱۵/۵۹	۳/۹۵
سبک دلبستگی اجتنابی	۱۲/۹۳	۴/۵۵	۱۳/۴۳	۴/۲۸	۱۳/۲۰	۴/۴۱
سبک دلبستگی دوسوگرا	۱۲/۹۲	۳/۴۰	۱۳/۰۵	۳/۵۰	۱۲/۹۹	۳/۵۰
ناگویی هیجانی	۴۵/۰۷	۱۴/۱۱	۴۵/۸۴	۱۲/۲۸	۴۵/۴۹	۱۳/۱۵
خودتنظیم‌گری	۹۴/۱۸	۲۰/۲۲	۹۳/۲۹	۱۹/۰۹	۹۳/۷۰	۱۹/۶۱

نتایج آزمون همبستگی پیرسون در جدول شماره ۲ نشان داده شده است. بر اساس داده‌های این جدول، سبک دلبستگی ایمن با ناگویی هیجانی همبستگی منفی معنی‌دار دارد (تأیید فرضیه اول پژوهش)، و دلبستگی‌های اجتنابی و دوسوگرا با ناگویی هیجانی همبستگی مثبت معنی‌دار دارند (تأیید فرضیه دوم پژوهش).

جدول ۲. ضرایب همبستگی پیرسون بین نمره‌های آزمودنی‌ها در مورد سبک‌های دلبستگی، ناگویی هیجانی و خودتنظیم‌گری

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵
۱- سبک دلبستگی ایمن	۱				
۲- سبک دلبستگی اجتنابی	-۰/۵۴	۱			
۳- سبک دلبستگی دوسوگرا	-۰/۶۵	۰/۶۷	۱		
۴- ناگویی هیجانی	-۰/۴۸	۰/۴۰	۰/۴۶	۱	
۵- خودتنظیم‌گری	۰/۳۵	-۰/۳۳	-۰/۴۰	-۰/۵۸	۱

همه ضرایب همبستگی در سطح $\alpha = ۰/۰۱$ معنادار هستند.

سپس برای سنجش میزان تأثیر واسطه‌ای خودتنظیم‌گری بر رابطه سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی، مجموعه‌ای از تحلیل‌های رگرسیونی دو گامی انجام شد. نتایج این تحلیل‌ها در جدول ۳ ارائه شده‌اند. این نتایج نشان داد که با وارد شدن خودتنظیم‌گری به عنوان متغیر واسطه‌ای در معادله رگرسیون، ضریب β برای سبک دلبستگی ایمن از $-۰/۴۸$ به $-۰/۳۱$ کاهش یافت. آزمون سوبل نشان داد که این میزان تغییر معنادار است ($t = -۱۴/۱۳, p < ۰/۰۰۱$) و در عین حال سبک دلبستگی ایمن همچنان معنادار باقی ماند ($t = -۹/۵۶, p < ۰/۰۱۰$). نتایج مشابه برای سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا تکرار شد. این نتایج نشان می‌دهند که خودتنظیم‌گری توانسته است، به عنوان متغیر واسطه‌ای، رابطه سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا با ناگویی هیجانی را به صورت جزئی تحت تأثیر قرار دهد. این نتایج فرضیه سوم پژوهش را تأیید می‌کنند.

جدول ۳. خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری اثر واسطه‌ای خودتنظیم‌گری بر رابطه سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی

P	t	β	SEB	B	متغیر / شاخص
۰/۰۰۱	-۱۳/۵۲	-۰/۴۸۰	۰/۱۱۶	-۱/۵۷	گام اول: دلبستگی ایمن ($R^2 = ۰/۳۳$)
۰/۰۰۱	-۹/۵۶	-۰/۳۱۵	۰/۱۰۸	-۱/۰۳	گام دوم: دلبستگی ایمن
۰/۰۰۱	-۱۴/۱۳	-۰/۴۶۶	۰/۰۲۲	-۰/۳۱	خودتنظیم‌گری ($R^2 = ۰/۴۲$, $\Delta R^2 = ۰/۱۹$)
۰/۰۰۱	۱۰/۸۳	۰/۴۰۲	۰/۱۰۸	۱/۱۷	گام اول: دلبستگی اجتنابی ($R^2 = ۰/۱۶$)
۰/۰۰۱	۷/۰۴	۰/۲۳۷	۰/۰۹۸	۰/۶۹۱	گام دوم: دلبستگی اجتنابی
۰/۰۰۱	-۱۴/۸۳	-۰/۵۰۰	۰/۲۳۰	-۰/۳۳۵	خودتنظیم‌گری ($R^2 = ۰/۳۸$, $\Delta R^2 = ۰/۲۲$)
۰/۰۰۱	۱۲/۸۴	۰/۴۶۱	۰/۱۳۰	۱/۶۷	گام اول: دلبستگی دوسوگرا ($R^2 = ۰/۲۱$)
۰/۰۰۱	۷/۹۶	۰/۲۷۴	۰/۱۲۵	۰/۹۹۲	گام دوم: دلبستگی دوسوگرا
۰/۰۰۱	-۱۳/۶۲	-۰/۴۶۸	۰/۰۲۳	-۰/۳۱۴	خودتنظیم‌گری ($R^2 = ۰/۳۹$, $\Delta R^2 = ۰/۱۸$)

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج این پژوهش نشان داد که سبک دلبستگی ایمن با ناگویی هیجانی رابطه‌ی منفی معنی‌دار و سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا با ناگویی هیجانی رابطه‌ی مثبت معنی‌دار دارد. این نتایج که فرضیه‌های اول و دوم پژوهش را تأیید می‌کنند و با یافته‌های پژوهش‌های قبلی (کویمن و همکاران، ۲۰۰۴؛ مونتباروچی و همکاران، ۲۰۰۴؛ بشارت، ۱۳۸۸) مطابقت دارند، بر حسب احتمالات زیر تبیین می‌شوند:

حساسیت و پاسخدهی مراقب اولیه به حالت‌های هیجانی کودک تعیین‌کننده‌ی اصلی یادگیری روش تنظیم عواطف و رابطه با دیگران است (بالبی، ۱۹۶۹؛ روک و وریسیمو، ۲۰۱۱). شواهد نشان می‌دهند که نوزادان پس از سه ماهگی نسبت به دریافت نشانه‌های بیرونی از جمله پاسخ‌های چهره‌ای و آوایی مراقب، حساسیت و سؤگیری پیدا می‌کنند. این نشانه‌ها نقشی مهم در آموزش تنظیم درماندگی‌های نوزاد بازی می‌کنند (والاتون و آیوب، ۲۰۱۱). کودکان ایمن پاسخدهی بهینه و منسجم از مراقب اولیه تجربه می‌کنند و می‌آموزند که ابراز متعادل هیجان‌ها پیامدهای مثبت دارد. بر این اساس، حساسیت و پاسخدهی مادرانه، که در

عین حال از مقومات دلبستگی ایمن محسوب می‌شوند (بالبی، ۱۹۶۹، ۱۹۸۸)، از طریق تشکیل و استقرار سبک دلبستگی ایمن در کودک، امکانات لازم را برای تنظیم عواطف در اختیار وی قرار می‌دهند. این توانمندی‌ها، رابطه‌ی منفی سبک دلبستگی ایمن با ناگویی هیجانی را، که مشخصه‌ی اصلی آن نقص و ناتوانی در خودتنظیم‌گری هیجانی است (کریتلر، ۲۰۰۲)، تبیین می‌کند. از سوی دیگر، مراقبت نابسنده و ضعف و ناتوانی در حساسیت و پاسخدهی مادرانه به الگوی رفتار دلبستگی نایمن (اجتنابی و دوسوگرا) منتهی می‌شود و مانع تحول مهارت‌های مؤثر تنظیم عاطفه می‌گردد. ناگویی در بازشناسی، آشکارسازی، پردازش و تنظیم هیجان‌ها در افراد نایمن محصول این مراقبت نابسنده محسوب می‌شود. دلبستگی نایمن می‌تواند فراگیری چگونه احساس کردن را با شکست مواجه کند و زمینه را برای ابتلا به ناگویی هیجانی هموار سازد (واردن و همکاران، ۲۰۰۵).

یافته‌های پژوهشی همچنین نشان داده‌اند که تجربه‌های کودکی با مراقبانی که هیجان‌هایشان را نشان نمی‌دهند و ابراز نمی‌کنند، یا کسانی که هیجان‌های در حال تحول و شکل‌گیری کودک را به رسمیت نمی‌شناسند و با هیجان‌های کودک خوب رفتار نمی‌کنند، می‌تواند تأثیری عمیق بر تنظیم عاطفه در مراحل بعدی زندگی داشته باشد (روک و وریسیمو، ۲۰۱۱). نتایج پژوهش این دشواری‌ها و فقدان سرمشق‌های مناسب برای ابراز هیجان ممکن است به نگرانی و دوسوگرایی در ابراز احساسات منتهی شود. پژوهش‌های انجام شده در مورد نوجوانان و بزرگسالان (روتبار و شیور، ۱۹۹۴؛ هیندی و شوارتز، ۱۹۹۴) نشان داده‌اند که افراد دارای سبک دلبستگی ایمن، سطوح پایین‌تری از عواطف منفی گزارش می‌کنند و روابط مستحکم با دیگران، کسانی که موقع درماندگی هیجانی برای دریافت حمایت به آنها مراجعه می‌کنند، برقرار می‌سازند. افراد دارای سبک دلبستگی نایمن، در مقایسه با ایمن‌ها سطوح پایین‌تری از عواطف مثبت تجربه می‌کنند و در توانایی مدیریت استرس، اضطراب، افسردگی و سایر عواطف منفی ناتوانی نشان می‌دهند (مارلی و موران، ۲۰۱۱). مطابق این یافته‌ها، تجربه‌های هیجانی کودکی نقشی تعیین‌کننده در کنش‌وری یا نارسا کنش‌وری‌های هیجانی بازی می‌کنند. بستر اصلی این تأثیرگذاری، سبک دلبستگی فرد است که بر حسب آن تجربه‌ها شکل می‌گیرند و از طریق مدل‌های درونکاری درونی می‌شوند و استمرار می‌یابند (برمن و اسپرلینگ، ۱۹۹۴). به این ترتیب، سبک دلبستگی ایمن با کنش‌وری‌ها و توانمندی‌های هیجانی

و سبک‌های دلبستگی نایمن با نارسا کنش‌وری‌ها و ناتوانایی‌های هیجانی در ارتباط قرار می‌گیرند (بشارت، ۱۳۸۸).

نتایج پژوهش نشان داد که خودتنظیم‌گری در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی نقش واسطه‌ای دارد. با توجه به این که این تأثیر واسطه‌ای جزئی بود، می‌توان نتیجه گرفت که بخشی از رابطه سبک‌های دلبستگی با ناگویی هیجانی از طریق خودتنظیم‌گری اعمال می‌شود. سبک دلبستگی ایمن به عنوان عامل اصلی تأثیرگذار بر تحول مهارت‌های مؤثر تنظیم عواطف (بالبی، ۱۹۶۹؛ روک و وریسیمو، ۲۰۱۱)، با تقویت خودتنظیم‌گری این امکان را برای فرد فراهم می‌سازد تا در عرصه روابط عاطفی و اجتماعی هیجان‌ها را به خوبی شناسایی، ابراز و مبادله کند. بر عکس، سبک‌های دلبستگی نایمن فرصت‌های تحولی بالقوه برای کسب و فراگیری مهارت‌های تنظیم عواطف در چهارچوب روابط مادر-کودک و کودک-محیط را سلب می‌نمایند و توانای‌های فرد برای شناسایی، ابراز و مبادله هیجان‌ها را تضعیف می‌کنند. این وضعیت، زمینه‌های تحولی نارسایی و ناگویی هیجانی را فراهم می‌سازد (والاتون و آیوب، ۲۰۱۱).

پژوهش‌های انجام شده در مورد نوجوانان و بزرگسالان (روتبار و شیور، ۱۹۹۴؛ هیندی و شوارتز، ۱۹۹۴) نشان داده‌اند که افراد دارای سبک دلبستگی ایمن، سطوح پایین‌تری از عواطف منفی گزارش می‌کنند و روابط مستحکم با دیگران؛ کسانی که موقع درماندگی هیجانی برای دریافت حمایت به آنها مراجعه می‌کنند، برقرار می‌سازند. افراد دارای سبک دلبستگی نایمن، در مقایسه با ایمن‌ها سطوح پایین‌تری از عواطف مثبت تجربه می‌کنند و در مدیریت استرس، اضطراب، افسردگی و سایر عواطف منفی ناتوانی نشان می‌دهند (مارلی و موران، ۲۰۱۱). عواطف مثبت و منفی نشأت گرفته از سبک‌های دلبستگی ایمن و نایمن، فرایندهای شناختی، انگیزشی-عاطفی و اجتماعی خودتنظیم‌گری را تحت تأثیر قرار می‌دهند (روتبارت و همکاران، ۲۰۰۱؛ کالکینس و فوکس، ۲۰۰۲؛ کالکینس و هاوس، ۲۰۰۴) و به ترتیب زمینه‌های درون روانی توانمندی‌ها و نارسای‌های هیجانی را فراهم می‌سازند. به این ترتیب، خودتنظیم‌گری در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند. پیامدهای نتایج پژوهش حاضر را می‌توان در دو سطح نظری و عملی به این شرح مطرح کرد: در سطح نظری، یافته‌های پژوهش تأییدی است مجدد بر مفروضه‌های نظریه‌ی دلبستگی

در مورد نقش سبک‌های دلبستگی و مدل‌های درون‌کاری در تنظیم عواطف و هیجان‌ها. از این نقطه نظر، مکانیسم‌های تنظیم عواطف و هیجان‌ها صرفاً پدیده‌ای درون روانی و شخصی تلقی نخواهند شد و نقش متغیرهای رابطه‌ای و بین شخصی، که از پیوند کودک-مادر (مراقب) آغاز می‌شود و به سایر زمینه‌های روابط بین شخصی و اجتماعی گسترش می‌یابد، برجسته و تأیید می‌شود. بعلاوه، تأیید نقش واسطه‌ای خودتنظیم‌گری در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی، می‌تواند در خدمت انسجام و یکپارچگی مفروضه‌های نظریه‌های دلبستگی و شخصیت قرار گیرد. از جمله پیامدهای نظری یافته‌های پژوهش حاضر، فراهم سازی اندیشه‌ها و فرض‌های جدید در مورد تعیین‌کننده‌های ناگویی هیجانی است. این تعیین‌کننده‌ها (سبک‌های دلبستگی) نه تنها باعث غنی سازی مدل‌های نظری ناگویی هیجانی می‌شوند، که به تقویت رابطه‌ی دو دسته نظریه، یعنی نظریه‌های مربوط به دلبستگی و نظریه‌های مربوط ناگویی هیجانی، منتهی می‌گردد. در سطح پیامدهای عملی، یافته‌های پژوهش حاضر می‌تواند مبنای تجربی مناسب برای تدوین برنامه‌های آموزشی و بهداشتی در چارچوب روابط مادر-کودک؛ برنامه‌های مداخله و مدیریت هیجان‌ها؛ و برنامه‌های درمانی مبتنی بر روابط بین شخصی چه در قالب روابط مراجع-مراجع (مثل زوجین) و چه در قالب روابط مراجع-درمانگر، قرار گیرد.

محدودیت جامعه‌ی آماری پژوهش و نوع پژوهش، محدودیت‌هایی را در زمینه‌ی تعمیم یافته‌ها، تفسیرها و اسنادهای علت‌شناختی متغیرهای مورد بررسی مطرح می‌کند که باید در نظر گرفته شوند. نمونه‌ی مورد بررسی در این پژوهش یک نمونه از جمعیت عمومی تهرانی بوده و در تعمیم یافته‌ها به سایر جمعیت‌ها باید احتیاط شود. برای بررسی دقیق‌تر رابطه‌ی سبک‌های دلبستگی با مؤلفه‌های ناگویی هیجانی، **پیشنهاد** می‌شود پژوهش‌هایی در زمینه‌ی بررسی رابطه‌ی سبک‌های دلبستگی با مؤلفه‌های ناگویی هیجانی به وسیله‌ی ابزار سنجش چهار مقوله‌ای دلبستگی انجام شود. همچنین، **پیشنهاد** می‌شود به منظور شناخت بهتر تأثیرات آسیب‌زای اختلال‌های دلبستگی بر فرایندهای هیجانی، رابطه‌ی این دو متغیر در نمونه‌های بالینی شامل نمونه‌های مبتلا به اختلال‌های روان‌شناختی، اختلال‌های شخصیت و مشکلات خانوادگی و بین شخصی، مورد بررسی قرار گیرد. به منظور تأثیرگذاری بیشتر این پیشنهاد، می‌توان سایر متغیرهای احتمالی مؤثر بر رابطه بین سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی را نیز

مورد بررسی قرار داد. برای نمونه، می‌توان به ویژگی‌های شخصیتی و مشکلات بین شخصی و روابط خانوادگی اشاره کرد.

تقدیر و تشکر

از همه کسانی که داوطلبانه به عنوان آزمودنی در این پژوهش شرکت کردند و از دانشجویانی که به عنوان پرسشگر مسئولیت اجرای پژوهش را بر عهده گرفتند، تشکر و قدردانی می‌شود.

منابع

فارسی

بشارت، محمدعلی (۱۳۸۴). *هنجاریابی مقیاس دلبستگی بزرگسال*. گزارش پژوهشی. دانشگاه تهران.

بشارت، محمدعلی (۱۳۸۸). *سبک‌های دلبستگی و نارسایی هیجانی*. پژوهش‌های روان‌شناختی، ۲۴، ۸۰-۶۳.

بشارت، محمدعلی؛ بزازیان، سعیده؛ عزیزی، لیلا؛ عبدالمنافی، عاطفه و لاریجانی، روجا (۱۳۸۹). *بررسی پایایی، روایی و تحلیل عاملی مقیاس خودتنظیم‌گری*. پژوهش در نظام‌های آموزشی، زیر چاپ.

بشارت، محمدعلی؛ قلعه بان، مریم؛ رحیمی‌نژاد، عباس و قربانی، نیما (۱۳۸۸). *مقایسه ناگوطبعی و خودنظم جویی در افراد مبتلا به سوء مصرف مواد و افراد غیر مبتلا*. مجله علوم روان‌شناختی، ۳۲، ۴۳۳-۴۵۵.

لاتین

- Bagby, R. M., Parker, J. D. A., & Taylor, G. J. (1994). The twenty-item Toronto Alexithymia Scale: I Item selection and cross-validation of the factor structure. *Journal of Psychosomatic Research, 38*, 23-32
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*, 1173-1182.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*, 226-244.
- Berman, W. H., & Sperling, M. B. (1994). The structure and function of adult attachment. In M. B. Sperling, & W. H. Berman (Eds.), *Attachment in adults: clinical and developmental perspectives*. New York, London: The Guilford Press.
- Besharat, M. A. (2007). Reliability and factorial validity of Farsi version of the Toronto Alexithymia Scale with a sample of Iranian students. *Psychological Reports, 101*, 209-220.
- Besharat, M. A. (2011). Development and validation of Adult Attachment Inventory. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 30*, 475-479.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. I. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: clinical applications of attachment theory*. New York: Basic Books.
- Calkins, S. D., & Fox, N. A. (2002). Self-regulation process in early personality development: A multi-level approach to the study of childhood social withdrawal and aggression. *Development and Psychopathology, 15*, 55-71.
- Calkins, S. D., & Howse, R. B. (2004). Individual differences in self-regulation: Implications for childhood adjustment. In P. Philippot & R. S. Feldman (Eds.), *The regulation of emotion* (pp. 307-332). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Dewitte, M., Houwer, J. D., Goubert, L., & Buysse, A. (2010). A multi-modal approach to the study of attachment-related distress. *Biological Psychology, 85*, 149-162.

- Eisenberg, N., & Fabes, R. A., Guthrie, I. K., & Reiser, M. (2000). Dispositional emotionality and regulation: Their role in predicting quality of social functioning. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*, 136-157.
- Grossarth-Maticcek, R., & Eysenck, H. I. (1995). Self-regulation and mortality from cancer, coronary heart disease, and other causes: A prospective study. *Personality and Individual Differences, 19*, 781-795.
- Hanif, A., Ferrey, A. E., Frischen, A., Pozzobon, K., Eastwood, J. D., Smilek, D., & et al. (2012). Manipulations of attention enhance self-regulation. *Acta Psychologica, 139*, 104-110.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*, 511-524.
- Hindy, C. G., & Schwarz, J. C. (1994). Anxious romantic attachment in adult relationships. In M. B. Sperling, & W. H. Berman (Eds.), *Attachment in adults: clinical and developmental perspectives*. New York, London: The Guilford Press.
- Ibanez, M. I., Ruiperez, M. A., Moya, J., Marques, M. J., & Ortet, G. (2005). A short version of the Self-Regulation Inventory (SRI-S). *Personality and Individual Differences, 39*, 1055-1059.
- Karukivi, M., Joukamaa, M., Hautala, L., Kaleva, O., Haapasalo-Pesu, K. M., Liuksila, P. R., & et al. (2011). Does perceived social support and parental attitude relate to alexithymia? A study in Finnish late adolescents. *Psychiatry Research, 187*, 254-260.
- Kooiman, C. G., Vellinga, S., Spinhoven, P. H., Draijer, N., Trijsburg, R. W., & Rooijmans, H. G. M. (2004). Childhood adversities as risk factors for alexithymia and other aspects of affect dysregulation in adulthood. *Psychotherapy and Psychosomatics, 73*, 107-116.
- Kreitler, S. (2002). The psychosemantic approach to alexithymia. *Personality and Individual Differences, 33*, 393-407.
- Lieberman, D., Giesbrecht, G. F., & Muller, U. (2007). Cognitive and emotional aspects of self-regulation in preschoolers. *Cognitive Development, 22*, 511-529.
- Marques, M. J., Ibanez, M. I., Ruiperez, M. A., Moya, J., & Ortet, G. (2005). The Self-Regulation Inventory (SRI): Psychometric properties of a health related coping measure. *Personality and Individual Differences, 39*, 1043-1054.

- Montebarocci, O., Codispoti, M., Baldaro, B., & Rossi, N. (2004). Adult attachment style and alexithymia. *Personality and Individual Differences, 36*, 499-507.
- Morley, T. E., & Moran, G. (2011). The origins of cognitive vulnerability in early childhood: Mechanisms linking early attachment to later depression Review Article. *Clinical Psychology Review, 31*, 1071-1082.
- Nemiah, J. C. (2000). A psychodynamic view of psychosomatic medicine. *Psychosomatic Medicine, 62*, 299-303.
- Palmer, B. R., Gignac, G., Manocha, R., & Syough, C. (2004). A psychometric evaluation of the Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test Version 2.0. *Intelligence, 33*, 285-305.
- Parker, J. D. A., Taylor, G. J., & Bagby, R. M. (2001). The relationship between emotional intelligence and alexithymia. *Personality and Individual Differences, 30*, 107-115.
- Parker, J. D. A., Taylor, G. J., & Bagby, R. M. (2003). The 20-item Toronto Alexithymia Scale: III reliability and factorial validity in a community population. *Journal of Psychosomatic Research, 55*, 269-275.
- Roque, L., & Verissimo, M. (2011). Emotional context, maternal behavior and emotion regulation. *Infant Behavior and Development, 34*, 617-626.
- Rothbart M. K., Ahadi, S. A., & Evans, D. E. (2000). Temperament and personality: Origins and outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*, 122-135.
- Rothbart M. K., Ahadi, S. A., Hershey, K. L., & Ficher, P. (2001). Investigations of temperament at three to seven years: The Children's Behavior Questionnaire. *Child Development, 72*, 1394-1408.
- Rothbard, J. C., & Shaver, P. R. (1994). Continuity of attachment across the life span. In M. B. Sperling, & W. H. Berman (Eds.), *Attachment in adults: clinical and developmental perspectives*. New York, London: The Guilford Press.
- Sifneos, P. E. (2000). Alexithymia, clinical issues, politics and crime. *Psychotherapy and Psychosomatics, 69*, 113-116.
- Vallotton, C., & Ayoub, C. (2011). Use your words: The role of language in the development of toddlers' self-regulation. *Early Childhood Research Quarterly, 26*, 169-181.

Waters, E. Merrick, S., Treboux, D., Crowell, J., & Albersheim, L. (2000). Attachment security in infancy and early adulthood: a twenty-year longitudinal study. *Child Development*, 3, 684-689.

Wearden, A. J., Lamberton, N., Crook, N., & Walsh, V. (2005). Adult attachment, alexithymia, and symptom reporting: An extension to the four category model of attachment. *Journal of Psychosomatic Research*, 58, 279-288.