رویش روان شناسی، سال۱۰، شماره۱۲، شماره پیاپی ۶۹، اسفند ۱۴۰۰
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),10(12), 2022

رابطه امنیت دلبستگی با بد تنظیمی هیجانی نوجوانان: نقش میانجی توانایی ذهنی سازی

The relationship between attachment security and emotional dysregulation of adolescent: The mediating role of mentalization ability

سیده سمیه اسدی[۱]
کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی کودک و نوجوان، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.
عباس بخشی پور رودسری (نویسنده مسئول)
استاد روان‌شناسی تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.
مجید محمودعلیلو
استاد روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.
پریسا سادات سید موسوی
استادیار پژوهشکده خانواده، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران.

Seyedeh Somayeh Asadi
Master of Clinical Psychology of Children and Adolescents, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran.
Abbas Bakhshipour Roudsari*
Professor of Educational Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran.
abbas_bakhshipour@yahoo.com
Majid Mahmoud Alilou
Professor of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran.
Parisa Sadat Seyed Mousavi
Assistant professor in family research institute, Shahid Beheshti university, Tehran, Iran.

چکیده

این مطالعه با هدف بررسی نقش میانجی توانایی ذهنی سازی در رابطه بین امنیت دلبستگی با بد تنظیمی هیجانی نوجوانان انجام گردید. طرح پژوهش حاضر از نوع توصیفی- همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش دانش‌آموزان دختر و چه پسر –بودند که در طیف سنی ۱۱ تا ۱۷ سال قرار داشتند و در سال ۱۳۹۹ مشغول به تحصیل در مناطق یک و دو شهرستان زنجان بودند. ۲۰۰ نفر با استفاده از نمونه‌گیری در دسترس برای این پژوهش انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه‌های تجارب روابط نزدیک – ساختار رابطه- (ECR-RS) (فریلی و همکاران، ۲۰۰۰)، ذهنی سازی نوجوانان- (RFQ-Y) (ها و همکاران، ۲۰۱۳) و دشواری تنظیم هیجان- (DERS) (گرتز و روئمر، ۲۰۰۴) بودند. داده‌ها با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر تجزیه و تحلیل شد. شاخص‌های برازش نشان‌دهنده‌ی برازش عالی داده‌ها با مدل اصلاح شده بود. دلبستگی اجتنابی به پدر به صورت مستقیم توانست بد تنظیمی هیجانی در نوجوانان را پیش‌بینی کند (p‹۰/۰۰۱). همچنین دلبستگی اجتنابی به پدر و دلبستگی اضطرابی به مادر به صورت غیر مستقیم و از طریق توانایی ذهنی سازی توانستند بد تنظیمی هیجانی در نوجوانان را پیش‌بینی کنند (p‹۰/۰۰۱). از نتایج فوق می‌توان نتیجه گرفت که امنیت دلبستگی و توانایی ذهنی سازی در کنار هم می‌توانند نقش زیادی در پیش‌بینی بد تنظیمی هیجانی در نوجوانان داشته باشند و لزوم توجه به این عوامل در برنامه‌های ارتقا تنظیم هیجانی ضروری است.

واژه‌های کلیدی: *بدتنظیمی هیجانی، امنیت دلبستگی، ذهنی سازی*

Abstract

The aim of this study was to investigate the mediating role of mentalization ability in the relationship between attachment security and adolescent emotional dysregulation. The present research was a descriptive correlational study. The statistical population of this study was male and female students who were in the age range of 11 to 17 years, who in 2020 were studying in regions one and two of Zanjan City. 200 people were selected using available sampling for this study. The research instruments included the experiences of close relationships questionnaire - (ECR-RS) (Fraley et al., 2000), Reflective Function Questionnaire for Youth- (RFQ-Y) (Ha & et al., 2013), and Difficulties in Emotion Regulation Scale- (DERS) (Gratz & Roemer, 2004). Data were analyzed using the Pearson correlation test and path analysis. Fit indicators showed an excellent fit of the data with the modified model. Avoidance attachment to the father was directly able to predict emotional dysregulation in adolescents (p<0.001). Also, avoidant attachment to the father and anxious attachment to the mother indirectly and through the ability to mentalize were able to predict emotional dysregulation in adolescents (p<0.001). From the above results, it can be concluded that attachment security and the ability to mentalize together can play a major role in predicting emotional dysregulation in adolescents and it is necessary to pay attention to these factors in emotional regulation promotion programs.

Keywords: *emotional dysregulation, attachment security, mentalization*

نوع مقاله : پژوهشی **دریافت : شهریور ۱۴۰۰** **پذیرش: آبان ۱۴۰۰** **ویرایش نهایی: اسفند ۱۴۰۰**

[۱]. این مقاله مستخرج از پایان نامه کارشناسی ارشد نویسنده اول است

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.12.15.7]

مقدمه

نوجوانی به خاطر تعاملات پیچیده اجتماعی با همسالان و حتی دوستان خیالی که با بحران‌های بلوغ همراه است، باعث گردیده که این دوران به نقطه عطف رشد مرکزی در شخصیت انسان‌ها تبدیل گردد (ژیانگ، ژانگ و کواهارا[۱]، ۲۰۲۰). افراد بر اساس فرایندی که در تنظیم هیجان‌ها طی می‌کنند، تشخیص می‌دهند که چه هیجان‌هایی را از خود نشان دهند و چگونه آن‌ها را ابراز کنند و همچنین در چه زمان‌هایی این هیجانات را بروز دهند (مستر، نونز-لوزانو، گومز-مولینرو، زایاس و گولی[۲]، ۲۰۱۷). دوره بلوغ به‌ویژه دوران نوجوانی دوره بسیار مهمی برای رشد توانایی‌های تنظیم هیجان است (لاستیگ، کوت و ویلوگبی[۳]، ۲۰۲۱). در این دوره سیستم‌های هورمونی، عصبی و شناختی که تصور می‌شود زمینه‌ساز تنظیم هیجان هستند، بلوغ می‌یابند (بریاکس، ایده، سوانسون و مک کووید[۴]، ۲۰۲۱). داشتن توانایی و مهارت در تنظیم هیجان[۵] می‌تواند به‌عنوان یک فاکتور محافظت‌کننده در مقابل گسترش اختلالات بالینی بخصوص اختلالات درون‌سازی و برونی‌سازی باشد؛ زیرا اختلال در تنظیم هیجان از علت‌های اساسی مشکلات روان‌شناختی و ارتباطی است (پورنقاش تهرانی، مرتضوی فر و مرتضوی فر، ۱۳۹۹).

تنظیم هیجانی، به توانایی فهم هیجانات، تعدیل تجربه‌ی هیجانی و ابراز هیجانات اشاره دارد. تنظیم هیجانی به‌عنوان بخشی از مهارت‌های درون‌زاد شناخته می‌شود که به شکل مداوم توسط خانواده و فرایند اجتماعی شدن شکل می‌گیرد (معصومی تبار، افشاری نیا، امیری و حسینی، ۱۳۹۹). تنظیم هیجانی موفق به طور معمول شامل بخش‌های چندگانه از پردازش هیجانی است که با خودآگاهی دقیق هیجانی آغاز می‌شود و با استفاده‌ی درست از راهبردهای مقابله‌ای تنظیم هیجانی برای تعدیل و برانگیختگی هیجانی به اوج می‌رسد (گرتز و روئمر[۶]، ۲۰۰۴). درنتیجه، بد تنظیمی هیجان[۷] تنها فقدان کنترل هیجان نیست بلکه تنظیم ناسازگارانه‌ی هیجان‌ها را نیز شامل می‌شود. بد تنظیمی هیجانی عبارت است از دشواری در خودتنظیمی حالت‌های عاطفی و کنترل خود در رفتارهای هیجان محور (وولف[۸] و همکاران، ۲۰۱۹). به کارگیری روش‌های غیر انطباقی تنظیم هیجان می‌تواند منجر به آسیب‌های روانی و اجتماعی در نوجوانی و بزرگسالی شود (برونو[۹] و همکاران، ۲۰۱۹). پیچیدگی و گستردگی فرایندهای تنظیم هیجان به اندازه‌ای است که امکان اینکه بر تمامی ابعاد و سازوکارهای آن متمرکز شده و آن ها را مورد بررسی قرار داد؛ وجود ندارد. یکی از متغیرهایی که می‌تواند با بد تنظیمی هیجانی در ارتباط باشد، امنیت دلبستگی است. تئوری دلبستگی از سوی جان بالبی و مری آینزورث بر اساس مشاهده تعاملات مادر-کودک گسترش داده شده است (بالبی[۱۰]، ۱۹۷۹). دلبستگی بین کودک و مادر نوعی پیوند عاطفی را تشکیل می‌دهد که در کنترل و هدایت هیجان‌ها و احساسات فرد نقش تعیین‌کننده دارد و می‌تواند مقدار تنظیم هیجانی را در بزرگسالی پیش‌بینی کند (کریتندن[۱۱]، ۲۰۱۷). روابط صمیمی که با امنیت دلبستگی همراه است فرایندهایی هستند که در طی آن نوجوانان در مبادله متقابل افکار و احساسات شخصی درگیر می‌شوند که موجب روابط گسترده در نوجوانان می‌شود به گونه‌ای که نوجوانان می‌توانند به سازگاری بهتر روان‌شناختی با خود و همسالان و اعضای خانواده برسند (هارد، لاک و مک کلوسکی[۱۲]، ۲۰۱۸). تجربیات موجود در فضای اجتماعی می‌تواند به دلبستگی ایمن در کودک منجر شود که در این صورت اکثر مدل‌های کاری درونی، مثبت می‌باشند و پایه دلبستگی ناایمن منجر شود که در آن اکثر مدل‌های کاری درونی، منفی می‌باشند (بالبی، ۱۹۷۹).

1 Xiang, Zhang & Kuwahara
2 Mestre, Núñez-Lozano, Gómez-Molinero, Zayas & Guil
3 Lustig, Cote & Willoughby
4 Breaux, Eadeh, Swanson & McQuade
5 emotional regulation
6 Gratz & Roemer
7 emotional dysregulation
8 Wolff
9 Bruno
10 Bowlby
11 Crittenden
12 Heard, Lake & McCluskey

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.12.15.7]

گرایش‌های دلبستگی در بزرگسالان با دو بعد دلبستگی اضطرابی[۱] و اجتنابی[۲] مشخص می‌شود (اندرسون، کانر، وویسی، یانگ و گولو[۳]، ۲۰۱۹). افرادی که در مؤلفه‌ی اضطرابی و اجتنابی، نمره‌ی بیشتری می‌گیرند، سخت‌تر می‌توانند به نگاره‌های دلبستگی اعتماد کنند (ساعدی و خانجانی، ۱۳۹۷)؛ در حقیقت می‌توان گفت ابعاد اضطرابی و اجتنابی دلبستگی در افراد به صورت ترس از کنار گذاشته شدن و طرد شدگی تعریف می‌شود (کو، هویت، کاکس، فلت و چن[۴]، ۲۰۱۹)؛ بعد اضطرابی دلبستگی به اضطراب ناشی از طرد شدگی، احساس دوست داشتنی نبودن و عدم پذیرش و بعد اجتنابی دلبستگی به اجتناب از صمیمیت و احساس ناراحتی وابستگی اشاره دارد (کو و همکاران، ۲۰۱۹)؛ بنابراین هیجانات اگرچه قسمت کلیدی نظریه دلبستگی را تشکیل می‌دهند ولی برخی نشان داده‌اند که دلبستگی اساساً یک سیستم تنظیم هیجانات است (شیور و میکولنسر[۵]، ۲۰۰۷)؛ لذا امنیت دلبستگی در پیش‌بینی چگونگی تنظیم هیجان بسیار راهگشا است. تنظیم هیجانی توسط دلبستگی به مراقبان اولیه شکل می‌گیرد (شیور و میکولنسر، ۲۰۰۷) و از شماری از مؤلفه‌ها مانند داشتن آگاهی، درک هیجان‌های دیگری، توانایی پذیرفتن پریشانی هیجانی و توانایی درگیر شدن در فعالیت‌های هدفمند به هنگام تجربه‌ی هیجانی تشکیل می‌شود (گراتس و رومر، ۲۰۰۴). مطالعاتی که به بررسی ارتباط بین امنیت دلبستگی و تنظیم هیجانی پرداخته‌اند، پیوند نظری بین این دو متغیر را تأیید می‌کنند و نشان می‌دهند که کودکان با دلبستگی ایمن نسبت به کودکان با دلبستگی ناایمن یا آشفته، مشکلات کمتری را در مدیریت و تنظیم هیجانات خود نشان می‌دهند (لیو و ما[۶]، ۲۰۱۹).

توانایی ذهنی سازی[۷] نوجوانان از جمله عامل مهم دیگری است که با بد تنظیمی هیجانی و دلبستگی در ارتباط است (بشرپور و عینی، ۱۳۹۹؛ کریمی، فرحبخش، سلیمی بجستانی و معتمدی، ۱۳۹۷). ذهنی سازی، قابلیت و ظرفیتی برای درک کردن موقعیت‌ها و خواسته‌های ذهنی -آشکار و نا آشکار- خود فرد یا اطرافیان او است که با خودتنظیمی و چگونگی روابط حاصل از آن، در ارتباط است (پیترز[۸]، ۲۰۲۱). ذهنی سازی اشاره به توانایی افراد در درک کردن خود و دیگران است که چگونه توسط حالات درونی مثل احساس، امیال، آرزوها، اهداف و نگرش‌ها انگیزه‌مند می‌شوند (کاروالیو، روواینسکی، فیرونی و رامیرز[۹]، ۲۰۲۰). ذهنی سازی ریشه در دو رویکرد کلاسیک دارد که عبارت‌اند از روان پویشی و نظریه دلبستگی (کاستر[۱۰]، ۲۰۱۷).

بر اساس پژوهش انجام شده بر رابطه‌ی بین ابعاد دلبستگی و تئوری ذهن، بعد اضطرابی دلبستگی به مادر، با دقت پایین در ذهن‌خوانی همراه بود (هونفلدت، لگی، اورتو و بالردینلی[۱۱]، ۲۰۱۳). نظریه‌ی دلبستگی یک رابطه‌ی علی دوطرفه بین دلبستگی و توانایی‌ها و پردازش-های شناختی را فراهم می‌کند. یکی از توانایی‌های شناختی که به نظر می‌رسد مربوط به دلبستگی در این رابطه باشد، «نظریه‌ی ذهن[۱۲]» است. نظریه‌ی ذهن به توانایی فرد در نسبت دادن حالات ذهنی به خودش و دیگران اشاره می‌کند. نظریه‌ی ذهن به وضوح در یکی از فعالیت‌های نیمه هشیار ذهنی به نام «ذهنی سازی» وجود دارد (هونفلدت و همکاران، ۲۰۱۳). دو فرضیه مبنای نظریه ذهنی سازی را تشکیل می‌دهند. آنجا که بر تعامل اولیه بین مراقب و کودک متمرکز است و به بررسی تعامل جنبه‌های تنظیم هیجان در رابطه آغازین می‌پردازد، به نظریه بازخورد اجتماعی مربوط است که اشاره به سیستم پیچیده‌ای از رابطه زیستی روانی اجتماعی است؛ که در آن کودکان به گونه غریزی به واسطه رفتارها و حالاتشان، تغییرات اثرگذار و پویایی را منتقل می‌کنند و مادر به طور آشکاری به آن‌ها به واسطه بازتاب دادن به وضعیت هیجانی کودک پاسخ می‌دهد (تامز[۱۳]، ۲۰۱۱). فرضیه دومی که نظریه ذهنی سازی را تبیین می‌کند، نظریه تحول واقعیت ذهنی است که کودکان و نوجوانان برای ابراز واقعیت ذهنی از آن استفاده می‌کنند (استراوسن[۱۴]، ۲۰۱۰).

1 anxiety attachment
2 avoidance attachment
3 Anderson, Connor, Voisey, Young & Gullo
4 Ko, Hewitt, Cox, Flett & Chen
5 Shaver & Mikulincer
6 Liu & Ma
7 mentalization ability
8 Peters
9 Carvalho, Rovinski, Fiorini & Ramires
10 Køster
11 Hünefeldt, Laghi, Ortu & Belardinelli
12 theory of mind
13 Thoms
14 Strawson

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.12.15.7]

رویکرد ذهنی سازی اگرچه از همان آغاز کودکی باید محل توجه باشد ولی در نوجوانی است که اهمیت اصلی آن آشکار می‌گردد چون بیشتر مشکلات هیجانی در نوجوانی بروز می‌کنند (بک[1] و همکاران، ۲۰۲۰). مشکلات ذهنی سازی، خودش را به وضوح در رفتارها نشان می‌دهد، به ویژه در دلبستگی نوجوانان بروز می‌یابد (چرنیاک، میکولنسر، شیور و گران‌ویست[2]، ۲۰۲۰). پژوهش‌ها در این زمینه گویای این مسئله است که فقدان ظرفیت ذهنی سازی که نقش مهمی در درک حالات ذهنی خود و دیگران دارد می‌تواند در بروز انواع اختلالات روان‌پزشکی، به ویژه اختلال شخصیت مرزی، شخصیت ضداجتماعی، اختلالات خوردن و افسردگی نقش مهمی بازی می‌کند (عینی، نریمانی، عطادخت، بشرپور و صادقی موحد، ۱۳۹۷)؛ از آنجا که نوجوانی، دوران بحران بلوغ را به همراه دارد و هیجان‌ها غلبه بیشتری بر شناخت دارند و کنترل زیادتری نشان می‌دهند، لذا راهبردهای تنظیم شناختی هیجان‌ها از اهمیت بیشتری برخوردار است و به عنوان یک عامل محافظت کننده در برابر توسعه اختلالات بالینی بویژه اختلالات درونی سازی و برونی سازی می‌باشند. بنابراین بررسی همبستگی‌ها و پیش‌بینی کننده‌های استراتژی‌های تنظیم هیجان به عنوان هدفی برای مداخلات پیشگیرانه و درمانی مساله بسیار مهمی است و همچنین بررسی روابط غیر مستقیم این متغیرها در کنار هم و همچنین نقش واسطه‌ای متغیر ذهنی سازی می‌تواند به شناخت هر چه بیشتر هیجان در نوجوانان کمک کند و بنابراین خلا مدلی جامع برای شناخت تنظیم هیجانات در نوجوانان احساس شد و با توجه به اهمیت امنیت دلبستگی و ذهنی سازی و نقش مهم آن‌ها در سلامت روانی و کاربرد رو به افزایش آن در تحقیقات و حوزه‌های درمانی، مطالعه حاضر، با هدف تعیین رابطه امنیت دلبستگی با تنظیم شناختی هیجان نوجوانان: نقش میانجی توانایی ذهنی سازی نوجوانان انجام شد.

روش

طرح پژوهش حاضر از نوع توصیفی- همبستگی و بع روش تحلیل مسیر بود. جامعه آماری این پژوهش، دانش‌آموزان دختر و چه پسر بودند که در طیف سنی ۱۱ تا ۱۷ سال قرار داشتند و در سال ۱۳۹۹ مشغول به تحصیل در مناطق یک و دو شهرستان زنجان بودند. با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس ۲۰۰ نفر (۱۰۰ دختر و ۱۰۰ پسر) به عنوان نمونه انتخاب شد. ملاک‌های ورودی به پژوهش عبارت بودند از: ۱- نوجوانان ۱۱ تا ۱۷ سال، ۲- پدر و مادر آن‌ها در قید حیات باشند، ۳- فرزند طلاق نباشند و ۴- مشغول به تحصیل باشند. ملاک‌های خروجی از پژوهش عبارت بودند از: ۱- عدم تمایل به ادامه مشارکت در پژوهش ۲- پرسشنامه های مخدوش و ناقص.

در این پژوهش از هر منطقه به‌صورت تصادفی ۴ مدرسه پسرانه و ۴ مدرسه دخترانه انتخاب گردید. شیوه‌ی اجرای پژوهش بدین صورت انجام گرفت که در ابتدا معرفی‌نامه‌ای از دانشگاه جهت رسمی بودن کار تحقیق به آموزش‌وپرورش اداره کل استان زنجان ارائه شد و سپس بعد از طی کردن مراحل اداری بابت کسب مجوز جهت انجام پژوهش و ارائه آن به مناطق یک و دو آموزش‌وپرورش شهر زنجان، با همکاری هر منطقه جمعاً هشت مدرسه‌ی دولتی و پسرانه به‌صورت تصادفی انتخاب شد و سپس به‌صورت حضوری جلسه‌ای با مدیران مدارس ترتیب داده شد که توضیحات لازم در ارتباط با اهداف پژوهش و سؤالات پرسشنامه و نحوه‌ی پاسخ‌دهی و توزیع پرسشنامه‌ها داده شد. از آنجاکه این پژوهش در زمانی انجام شد که به دلیل شیوع ویروس کووید-۱۹ تمامی مدارس به‌صورت غیرحضوری برگزار می‌شدند، درنتیجه پرسشنامه‌ها از طریق مدیران مدارس در کانال‌ها و برنامه‌های مجازی مرتبط با مدارس بارگذاری شد و دانش‌آموزان به‌صورت مجازی پرسشنامه‌ها را تکمیل نمودند. همچنین کلیه اطلاعات انفرادی هر یک از شرکت‌کنندگان به‌صورت محرمانه بود. برای شرکت‌کنندگان، امکان انصراف از تحقیق و یا عدم مشارکت برای هر یک از آنان در طول اجرای تحقیق وجود داشت.

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش تحلیل مسیر و نرم افزارهای $AMOS_{24}$ و $Spss_{24}$ استفاده شد.

ابزار سنجش

پرسشنامه‌ی تجارب روابط نزدیک – ساختار رابطه (ECR-RS)[3]: این پرسشنامه به وسیله فریلی، والر و برنان[4] (۲۰۰۰) طراحی شده است. این پرسشنامه از ۳۶ سؤال تشکیل شده است که هر ۹ سؤال آن مربوط به یک حوزه از رابطه (پدر، مادر، شریک عاشقانه و بهترین دوست) است (فریلی و همکاران، ۲۰۰۰). در هر ۹ سؤال، ۶ سؤال اول برای سنجش بعد اجتنابی و ۳ سؤال آخر برای سنجش بعد

1 Beck
2 Cherniak, Mikulincer, Shaver & Granqvist,
3 experiences of close relationships (ECR-RS)
4 Fraley, Waller & Brennan

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.12.15.7]

اضطرابی تنظیم شده‌اند. هر حوزه‌ی رابطه در طیف لیکرت ۷ امتیازی از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۷ (کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شود. نمرات بالاتر نشان‌دهنده‌ی مقدار بیشتری از دلبستگی ناایمن در هر حوزه‌ی رابطه است. فریلی، والر و برنان (۲۰۰۰) پایایی این ابزار را به روش آلفای کرونباخ برای بعد اضطرابی ۰/۸۳ و برای بعد اجتنابی ۰/۹۲ به دست آوردند (پورآوری، قنبری، زاده محمدی و پناغی، ۱۳۹۳). روایی این پرسشنامه نیز با استفاده از روایی محتوایی (CVR=۰/۷۱) نشان‌دهنده‌ی روایی مناسب برای این مقیاس بود (فیدیرن دونبیک و الکلیت، ۲۰۱۴).

پورآوری، قنبری، زاده محمدی و پناغی (۱۳۹۳) این پرسشنامه را به فارسی برگردانده و مورد بررسی قرار دادند. نتایج تحلیل عاملی اکتشافی آن‌ها نشان داد که مدل دو عاملی با استفاده از دو عامل اجتناب و اضطراب در هر حوزه‌ی رابطه در جامعه‌ی ایرانی برازش دارد و میزان آلفای کرونباخ برای این دو عامل در هر یک از حوزه‌های رابطه و همچنین دلبستگی کلی بین ۰/۸۶ – ۰/۷۶ به دست آمد. ضریب بازآزمایی این پرسشنامه پس از ۲ هفته، فاصله‌ی زمانی بین ۰/۶۹ تا ۰/۸۰ بود. در این تحقیق از نمرات ابعاد دلبستگی اضطرابی و اجتنابی استفاده شده است. همسانی درونی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به دست آمد.

پرسشنامه ذهنی سازی نوجوانان (RFQ-Y)[1]: این پرسشنامه توسط ها و همکاران در سال ۲۰۱۳ ساخته شد که ابزار خودگزارش دهی است و از هشت گویه تشکیل شده است و ابزاری است برای دستیابی به چگونگی کارکرد تأملی؛ و دارای دو بعد است: حالات ذهنی قطعیت و عدم قطعیت. آزمودنی‌ها در یک طیف لیکرتی هفت مقیاسی از کاملاً مخالفم (۰) تا کاملاً موافقم (۶) به سؤالات پاسخ می‌دهند. نمرات هر دو زیر مقیاس از طریق کدگذاری مجدد شش آیتم، محاسبه می‌شوند. برای محاسبه حالات یقینی ذهنی است و آن چنانکه توافق متوسط، منعکس می‌کند مرتبه‌ای از سازگاری را؛ و توافق کم منعکس می‌کند قطعیت زیاد درباره حالات ذهنی؛ که به‌عنوان فرا ذهنی سازی یا هایپر منتالایزینگ شناخته شده است. برای دستیابی به نمره فقره هفتم به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. فوناگی و همکاران (۲۰۱۶) ثبات درونی برای مؤلفه اطمینان و عدم اطمینان را به ترتیب ۰/۶۳ و ۰/۶۷ در نمونه غیربالینی گزارش کردند. پایایی آزمون را با روش آزمون - بازآزمون با فاصله سه هفته ۰/۸۵ برای عدم اطمینان و ۰/۷۴ برای مؤلفه اطمینان به دست آوردند. روایی این پرسشنامه نیز با استفاده از روایی محتوایی (CVR=۰/۷۴) نشان‌دهنده‌ی روایی مناسب برای این مقیاس بود. پایایی رضایت‌بخش و اعتبار محتوایی خوب برای هر دو مقیاس در مطالعات مختلف گزارش شده است (پنر، گامبین و شارپ[2]، ۲۰۱۹). در پژوهش سید موسوی و همکاران (۲۰۲۱) پایایی پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۶۲ شد و روایی این پرسشنامه نیز با استفاده از روایی محتوایی (CVR=۰/۶۲) نشان‌دهنده‌ی روایی مناسب برای این مقیاس بود. همسانی درونی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمد.

مقیاس دشواری تنظیم هیجان (DERS)[3]: این پرسشنامه‌ی ابزار سنجش ۳۶ آیتمی خودگزارش دهی است که برای ارزیابی دشواری در تنظیم هیجانی از لحاظ بالینی تدوین شده است و توسط گرتز و روئمر، در سال ۲۰۰۴ ساخته شد. به منظور ارزیابی دشواری در تنظیم هیجانات ظرف دوران آشفتگی (هنگامی که راهبردهای تنظیم هیجانی لازم و ضروری است)، گستره پاسخ‌ها در مقیاس لیکرت تقریبا هرگز (۱) تا تقریبا همیشه (۵) قرار می‌گیرد. این پرسشنامه دارای ۶ بعد یا مؤلفه است: عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی، دشواری در انجام رفتار هدفمند، دشواری در کنترل تکانه، فقدان آگاهی هیجانی، دسترسی محدود به راهبردهای تنظیم هیجانی و عدم وضوح هیجانی است. نمرات بالاتر به معنای دشواری بیشتر در تنظیم هیجانی می‌باشند. مقیاس دارای یک نمره کلی از جمع نمرات کلیه سؤالات و همچنین ۶ نمره مربوط به زیر مقیاس‌ها است که کمترین نمره ۳۶ و بیشترین نمره ۱۸۰ است. سوالات ۱، ۲، ۶، ۷، ۸، ۱۰، ۱۷، ۲۰، ۲۲، ۲۴، ۳۴ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. نتایج حاکی از آن است که این مقیاس از همسانی درونی (آلفای کرونباخ) بالایی، ۰/۹۳ برخوردار است (گرتز و روئمر، ۲۰۰۴). هر شش زیر مقیاس این پرسشنامه، آلفای کرونباخ بالایی ۰/۸۰ دارند (گرتز و روئمر، ۲۰۰۴). روایی این پرسشنامه نیز با استفاده از روایی محتوایی (CVR=۰/۶۸) نشان‌دهنده‌ی روایی مناسب برای این مقیاس بود (جیرومینی و همکاران، ۲۰۱۲). بر اساس داده‌های حاصل از نیری، نورانی پور و نوابی نژاد (۱۴۰۰) میزان آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۱ برآورد شد و همچنین در خصوص روایی این مقیاس، نشانگر روایی سازه و پیش بین مطلوب برای این مقیاس بود. همسانی درونی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۷ به دست آمد.

1 Reflective Function Questionnaire for Youth (RFQ-Y)
2 Penner, Gambin & Sharp
3 Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS)

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.12.15.7]

یافته ها

۲۰۰ نفر (۱۰۰ دختر و ۱۰۰ پسر) در این پژوهش مشارکت داشتند که میانگین سنی آن‌ها ۱۵ و انحراف استاندارد آن ۲/۲۱ سال بود. جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد، کجی و چولگی متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۱. میانگین، انحراف استاندارد، کجی و چولگی متغیرهای پژوهش

زیر مقیاس	میانگین	انحراف استاندارد	کجی	کشیدگی
دلبستگی اجتنابی به مادر	۲/۷۲	۱/۴۴	۰/۶۸	-۰/۳۰
دلبستگی اجتنابی به پدر	۳/۱۵	۱/۴۷	۰/۵۶	-۰/۳۲
دلبستگی اضطرابی به مادر	۲/۴۶	۱/۶۰	۱/۰۰	۰/۲۳
دلبستگی اضطرابی به پدر	۲/۲۷	۱/۵۹	۱/۱۷	۰/۵۵
توانایی ذهنی سازی	۰/۲۶	۱/۲۳	۰/۳۴	-۰/۲۱
بد تنظیمی هیجانی	۵۰/۸۹	۱۷/۳۲	۰/۷۲	۰/۲۲

برای بررسی نرمال بودن متغیرها یک معیار کلی چنانچه کجی و کشیدگی در بازه (۲، ۲-) باشند داده‌ها از توزیع نرمال برخوردار هستند (حبیب‌پور گتابی و صفری شالی، ۱۳۹۵). بر اساس داده‌های جدول ۱ مشخص می‌شود که شاخص کجی و کشیدگی هیچ یک از متغیرها خارج از بازه (۲، ۲-) نیست و بنابراین می‌توان آن‌ها را نرمال یا تقریب نرمال در نظر گرفت. نتایج آزمون همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش در جدول ۲ ارائه شده است. جدول ۲ ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش با بدتنظیمی هیجانی را نشان می‌دهد.

جدول ۲. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش با بد تنظیمی هیجانی

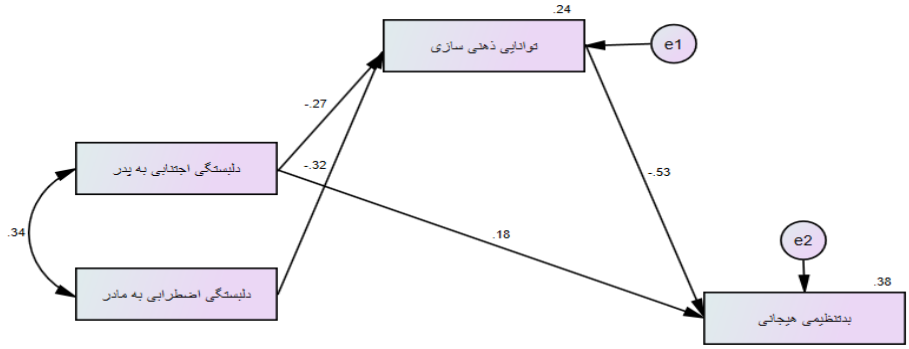
	متغیرهای پژوهش	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱	دلبستگی اجتنابی به مادر	-					
۲	دلبستگی اجتنابی به پدر	**۰/۵۸	-				
۳	دلبستگی اضطرابی به مادر	**۰/۳۹	**۰/۳۴	-			
۴	دلبستگی اضطرابی به پدر	**۰/۲۴	**۰/۴۰	**۰/۶۴	-		
۵	توانایی ذهنی سازی	**-۰/۲۹	**-۰/۳۸	**-۰/۴۱	**-۰/۳۷	-	
۶	بد تنظیمی هیجانی	**۰/۳۴	**۰/۳۷	**۰/۳۴	**۰/۳۰	**۰/۵۹	-

* P< ۰/۰۵ , **P<۰/۰۱

همانطور که در جدول ۲ مشاهده می‌گردد دلبستگی اجتنابی و اضطرابی به پدر و مادر با بدتنظیمی هیجانی رابطه مثبت معنادار داشتند. همچنین توانایی ذهنی سازی رابطه منفی معناداری با بدتنظیمی هیجانی داشت.

قبل از انجام تحلیل مسیر، نرمال بودن متغیر ملاک (بدتنظیمی هیجانی)، استقلال خطاها و هم‌خطی متغیرهای پیش‌بین مورد بررسی قرار گرفت. نتایج آزمون کلموگروف اسمیرنف با (آماره ۰/۷۴ و p>۰/۰۵) نشان از نرمال بودن متغیر بدتنظیمی هیجانی است. طبق آماره دوربین واتسون که محدوده قابل قبول آن ۱/۵ تا ۲/۵ می‌باشد، در تحقیق حاضر میزان آن برای متغیرهای پیش‌بین در پیش‌بینی بدتنظیمی هیجانی (۱/۹۷)، حاکی از استقلال خطاها می‌باشد. یکی از شروط دیگر صحت رگرسیون خطی، عدم هم‌خطی متغیرهای پیش‌بین است و معیار سنجش این شرط، عامل تورم واریانس است. چنانچه این عامل عددی کمتر از ۱۰ داشته باشد عدم هم‌خطی متغیرها تایید می‌شود. در پژوهش حاضر، عامل تورم واریانس در تمامی متغیرها کوچکتر از ۱۰ است و عدم هم‌خطی تایید می‌شود (سهرابی، مامشریفی، رافضی و اعظمی، ۲۰۱۹).

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.12.15.7]



شکل ۱. مدل اصلاح شده رابطه امنیت دلبستگی با بد تنظیمی هیجانی با نقش میانجی توانایی ذهنی سازی نوجوانان

در شکل ۱ مدل اصلاح شده‌ی پژوهش حاضر پس از حذف مسیرهای غیر معنادار رسم شده است.

مسیرهای مستقیم و غیر مستقیم بین متغیرهای پژوهش با بدتنظیمی هیجانی در جدول ۳ ذکر شده است.

جدول ۳. ضرایب مسیر مستقیم اثرات متغیرها و معنی‌داری پارامترهای برآورد شده

متغیر پیش‌بین	متغیر ملاک	ضرایب استاندارد	انحراف استاندارد	آماره (t)	سطح معناداری
دلبستگی اجتنابی به پدر	بد تنظیمی هیجانی	۲/۰۷	۰/۷۰	۲/۹۳	۰/۰۰۱
دلبستگی اجتنابی به مادر	بد تنظیمی هیجانی	۱/۳۸	۰/۸۵	۱/۶۲	۰/۱۰۵
دلبستگی اضطرابی به مادر	بد تنظیمی هیجانی	۰/۵۷	۰/۸۳	۰/۶۹	۰/۴۸۹
دلبستگی اضطرابی به پدر	بد تنظیمی هیجانی	۰/۱۲	۰/۸۲	۰/۱۵	۰/۸۸۰
توانایی ذهنی سازی	بد تنظیمی هیجانی	-۷/۴۴	۰/۸۴	۸/۷۷	۰/۰۰۱

همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود تمام متغیرهایی که مسیرهای مستقیم آن‌ها به متغیر ملاک دارای مقدار T بزرگ‌تر یا کوچک‌تر از ۱/۹۶± است تأثیر معنی‌داری بر متغیر ملاک دارند.

جدول ۴. ضرایب مسیر غیر مستقیم اثرات متغیرها و معنی‌داری پارامترهای برآورد شده

متغیر پیش‌بین	متغیر ملاک	ضرایب استاندارد	انحراف استاندارد	آماره (t)	سطح معناداری
دلبستگی اجتنابی به پدر	توانایی ذهنی سازی	-۰/۲۲	۰/۰۵	-۴/۱۳	۰/۰۰۱
دلبستگی اضطرابی به مادر	توانایی ذهنی سازی	-۰/۲۴	۰/۰۵	-۴/۸۵	۰/۰۰۱
دلبستگی اجتنابی به مادر	توانایی ذهنی سازی	-۰/۰۳	۰/۰۶	-۰/۴۸	۰/۶۳۰
دلبستگی اضطرابی به پدر	توانایی ذهنی سازی	-۰/۰۸	۰/۰۶	-۱/۳۵	۰/۱۷۷

همان‌طور که در جدول ۴ مشاهده می‌شود تمام متغیرهایی که مسیرهای غیر مستقیم آن‌ها به متغیر ملاک دارای مقدار T بزرگ‌تر یا کوچک‌تر از ۱/۹۶± است تأثیر معنی‌داری بر متغیر ملاک دارند.

در جدول ۵ شاخص‌های برازش مدل اصلاح شده ذکر شده است.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.12.15.7]

جدول ۵. شاخص‌های برازش مدل

نام شاخص	شاخص‌های برازش	
	مقدار	حد مجاز
$\frac{\chi 2}{df}$	۱/۸۰	کمتر از ۵
RMSEA[1] (ریشه میانگین مربعات خطای برآورد)	۰/۰۶۴	کمتر ۰/۰۸
GFI[2] (شاخص نیکویی برازش)	۰/۹۹	بالاتر از ۰/۹
AGFI[3] (شاخص نیکویی برازش اصلاح شده)	۰/۹۹	بالاتر از ۰/۹
CFI[4] (شاخص برازش تطبیقی)	۰/۹۹	بالاتر از ۰/۹
NFI[5] (شاخص برازش نرم شده)	۰/۹۹	بالاتر از ۰/۹

شاخص‌های برازش در جدول ۵ نشان‌دهنده‌ی برازش عالی داده‌ها با مدل اصلاح شده است. با توجه به شکل ۱ و جدول ۳ و ۴ دلبستگی اجتنابی به پدر هم به صورت مستقیم و هم به صورت غیر مستقیم از طریق توانایی ذهنی سازی به طور معناداری توانست بد تنظیمی هیجانی در نوجوانان را پیش‌بینی کند؛ اما دلبستگی اضطرابی به مادر فقط به صورت غیر مستقیم و از طریق توانایی ذهنی سازی توانست بد تنظیمی هیجانی در نوجوانان را پیش‌بینی کند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از انجام پژوهش حاضر تعیین رابطه امنیت دلبستگی با تنظیم شناختی هیجان نوجوانان: نقش میانجی توانایی ذهنی سازی نوجوانان بود. یافته های پژوهش نشان داد که دلبستگی اجتنابی به پدر به صورت مستقیم توانست بد تنظیمی هیجانی در نوجوانان را پیش‌بینی کند. همچنین دلبستگی اجتنابی به پدر و دلبستگی اضطرابی به مادر به صورت غیر مستقیم و از طریق توانایی ذهنی سازی توانستند بد تنظیمی هیجانی در نوجوانان را پیش‌بینی کنند. نتایج پژوهش حاضر همسو با نتایج پژوهش‌های گامبین، ووزنیاک- پروس، کونکا و شارپ، (۲۰۲۱)؛ بشرپور و عینی، (۱۳۹۹)؛ احمدی، باقریان سرارودی و موسوی، (۱۳۹۹)؛ کیم، شارپ و کاربون، (۲۰۱۴) بود. گامبین و همکاران (۲۰۲۱)، در پژوهشی در ارتباط با رابطه امنیت دلبستگی به مادر و پدر با تنظیم شناختی هیجان نوجوانان به این نتایج دست یافت که تنظیم شناختی هیجان نوجوانان رابطه معناداری با امنیت دلبستگی به مادر و پدر دارد. احمدی، باقریان سرارودی و موسوی (۱۳۹۹) در مطالعه مروری خود در ارتباط با ذهنی سازی و ابعاد آن به این نتیجه رسیدند که ذهنی سازی شامل چهار بعد است و عدم تعادل در هر یک از این ابعاد موجب انواع مختلف بیماری‌های روانی و بد تنظیمی در هیجان خواهد شد. کیم، شارپ و کاربون، در سال (۲۰۱۴) در پژوهشی با عنوان نقش محافظتی امنیت دلبستگی برای نوجوانان با ویژگی‌های اختلال شخصیت مرزی از طریق افزایش استراتژی‌های تنظیم هیجانات مثبت و منفی نشان داد که ارتباطات قابل توجهی بین دلبستگی ناایمن و بی‌نظمی هیجان موجود در شخصیت مرزی وجود دارد و همچنین این پژوهش نشان داد که امنیت دلبستگی با افزایش استراتژی‌های تنظیم هیجان مثبت به‌عنوان یک عامل محافظتی در برابر اختلال شخصیت مرزی نوجوان عمل می‌کند.

در تبیین این یافته می‌توان گفت افرادی که دارای امنیت دلبستگی بالاتری هستند دشواری‌های کمتری در تنظیم هیجان از خود نشان می‌دهند و بالعکس افراد با دلبستگی ناایمن اضطرابی و اجتنابی مشکلات عمده‌ای در به‌کارگیری سازوکارهای انطباقی و سازگارانه با تنظیم هیجان دارند و درگیر بد تنظیمی هیجانی می‌شوند. امنیت دلبستگی از طریق ارتباط با راهبردهای انطباقی و سازگارانه به فرد در تنظیم هیجان و استفاده از استراتژی‌های مناسب در جهت خودتنظیمی موجب خواهد شد فرد در اجتماع روابط عاطفی مناسب و در نهایت از بهزیستی برخوردار باشد. در مقابل دلبستگی ناایمن از طریق ارتباط با راهبردهای ناسازگارانه موجب بدتنظیمی در هیجانات می‌شود. در نتیجه در بستر یک رابطه دلبسته ایمن هست که فرد فرصت می‌کند ابتدا با والد خود و سپس دیگر افراد اجتماع، تنظیم هیجان را در خود

1 Root Mean Square Error Approximation
2 Goodness of Fit Index
3 Adjusted Goodness of Fit Index
4 Comparative Fit Index
5 Normed Fit Index

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.12.15.7]

تقویت کرده و رشد دهد و در نهایت موجب رشد احساس خودمحتاری و عاملیت در خود شود. نتیجه‌ی مهم دیگری که این پژوهش در پی داشت این بود که افرادی که دارای دلبستگی دوسوگرا و اضطرابی بودند بد تنظیمی هیجانی به مراتب بیشتری در مقایسه با افراد دارای دلبستگی اجتنابی داشتند. امنیت دلبستگی از طریق ارتباط با راهبردهای انطباقی و سازگارانه به فرد در تنظیم هیجان و استفاده از استراتژی‌های مناسب در جهت خودتنظیمی موجب خواهد شد فرد در اجتماع روابط عاطفی مناسب و در نهایت از بهزیستی برخوردار باشد. در مقابل دلبستگی ناایمن از طریق ارتباط با راهبردهای ناسازگارانه موجب بد تنظیمی در هیجانات می‌شود. درنتیجه در بستر یک رابطه دلبسته ایمن است که فرد فرصت می‌کند ابتدا با والد خود و سپس دیگر افراد اجتماع، تنظیم هیجان را در خود تقویت کرده و رشد دهد و در نهایت موجب رشد احساس خودمختاری و عاملیت در خود شود و بد تنظیمی هیجانی خود را کاهش دهد.

از سویی دیگر نتایج نشان داد که دلبستگی اجتنابی به پدر و دلبستگی اضطرابی به مادر با توان ذهنی سازی نوجوان به نحو منفی و معنی‌دار رابطه دارد؛ این یافته همسو با پژوهش‌های کریمی و همکاران (۱۳۹۷)؛ کوپر و ردفرن، (۲۰۱۶)، هونفلدت و همکاران (۲۰۱۳)، فوناگی، گرگلی و تارگت (۲۰۰۷) بود. در تبیین این یافته از پژوهش می‌توان بیان کرد که هرچه نوجوان در رابطه با پدر و مادر احساس عدم امنیت بالاتری داشته باشد در توان ذهنی سازی کاستی بیشتری دارد. ذهنی‌سازی در متن روابط اولیه‌ی دلبستگی رشد می‌کند و تنظیم هیجانی، خود کنترلی و دلبستگی ایمن در افراد را بهبود می‌بخشند (فوناگی و همکاران، ۲۰۰۷). بنابراین می‌توان بیان کرد که توانایی ذهنی‌سازی در بافت روابط دلبستگی محور رشد می‌کند و در بستر یک رابطه دلبسته ایمن باعث تقویت توانایی فرد در تنظیم هیجانات و بازدارندگی و در نهایت رشد احساس خودمحتاری و عاملیت او می‌شود. نوجوانانی که احساس ناامنی بیشتری در ارتباط با پدر و مادر دارند از توان ذهنی سازی پایین‌تری برخوردارند. وقتی کودک این فرصت را پیدا می‌کند که در روابط اولیه ایمن با مراقب حساس و پاسخگو در تماس باشد این نوزاد دلبسته‌ی ایمن این شانس را پیدا می‌کند که ظرفیت ذهنی سازی خود را از طریق برقراری تعاملات بین اذهانی با مراقبش و دیده شدن و در نظر گرفتن دنیای درون روانی‌اش توسط والد، افزایش داده و بتواند از این مهارت در نوجوانی و بزرگسالی به نحوه احسن در رویارویی و تنظیم و تعدیل هیجانات خود به کار گیرد.

همچنین نتایج پژوهش نشان داد که بین توانایی ذهنی سازی با بد تنظیمی هیجانی نیز رابطه وجود دارد و بنابراین متغیر توانایی ذهنی سازی توانست نقش میانجی در رابطه بین امنیت دلبستگی با بد تنظیمی هیجانی داشته باشد. این یافته همسو با یافته‌های پژوهش گامبین و همکاران (۲۰۲۱)؛ اسماعیلی نسب و حاجی هاشمی ورنوسفادرانی (۱۴۰۰)، بشرپور و عینی (۱۳۹۹)، لویتن، میز، نیجسنزو فوناگی (۲۰۱۷) است. در تبیین این نتایج بایستی به این نکته توجه کرد که فردی که دارای توانایی در زمینه ذهنی سازی است درواقع دارای بازنمایی‌های ذهنی سطوح بالاتر و فهم دنیای درون روانی خود و دیگران است که به تبع این موضوع قادر به فهم هیجانات خود و دیگری خواهد بود و در مواجهه با هیجانات منفی و تحمل‌ناپذیر استراتژی سازگارانه و به دور از تکانشگری و رفتارهای خود تخریبی خواهد داشت و در مجموع به دلیل داشتن والد ایمن و به حد کافی خوب که موجبات بازنمایی‌های درونی که به مثابه فیلترهای ذهنی در رویارویی با هیجانات عمل می‌کند این نوجوان در اجتماع و روابط عاطفی از سازوکارهای غنی و رسش یافته و انطباقی در تنظیم هیجان استفاده خواهد کرد و درگیر بد تنظیمی هیجانی نخواهد بود (گامبین و همکاران، ۲۰۲۱).

به طور خلاصه نتایج این پژوهش نشان داد که مدل مفهومی امنیت دلبستگی با نقش میانجی توانایی ذهنی سازی با بد تنظیمی هیجان نوجوانان از برازش مطلوبی برخوردار است. داشتن توانایی و مهارت تنظیم هیجان در دوران نوجوانی و بزرگسالی یکی فاکتورهای محافظتی در برابر بروز انواع اختلالات شخصیت و روانی و همچنین متضمن داشتن عملکرد اجتماعی مطلوب در سطح خانواده و جامعه است. همان‌طور که می‌دانیم کودک اطرافیان را با چارچوب ذهنی خود می‌سنجد و زمانی این اتفاق درست انجام می‌شود که بازنمایی‌های درستی در ذهن ما از واقعیت شکل گرفته باشد. والد به حد کافی خوب، بازنمایی‌های صحیح و بهنجاری را در کودک خود ایجاد می‌نماید و موضع «من نمی‌دانم» نسبت به رفتارها و هیجانات کودک خود حفظ می‌کند و سعی می‌کند موضع کنجکاوانه‌ایی در ارتباط با دنیای درون روانی کودک خود داشته باشد. در ارتباط با این موضوع که نظریه دلبستگی مقدم بر نظریه ذهنی سازی هست و یا بالعکس، واقعیت این است که این دو اغلب باهم در نظر گرفته می‌شوند و رشته‌های پیونددهنده‌ی زیادی بین این دو نظریه وجود دارد. ایمنی دلبستگی در والدین باعث خواهد شد ظرفیت ذهنی سازی در آن‌ها به وجود آید و درنتیجه تعاملات ذهنی خوبی با کودک خود برقرار کنند و در نتیجه توانایی ذهنی سازی فرزند خود را رشد دهند و به‌واسطه این مهارت فرد در بزگسالی به هنگام رویارویی با هیجانات مهارت کافی در جهت تعدیل و مدیریت خواهد داشت. از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به نوع روش پژوهش اشاره کرد که به‌تبع از نظر تعیین روابط علت و معلولی محدودیت دارند. همچنین به دلیل استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس و از آنجا که این پژوهش در یک گروه خاص

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.12.15.7]

انجام شده است، در تعمیم یافته‌ها به سایر جوامع آماری دیگر باید احتیاط نمود. پیشنهاد می‌شود در مطالعات آتی از روش نمونه‌گیری تصادفی برای بررسی این متغیرها استفاده شود تا تعمیم آن به سایر جوامع آماری آسان‌تر شود و همچنین به متغیرهای دیگری که می‌توانند بد تنظیمی هیجانی در نوجوانان را کاهش دهند، توجه نمود.

منابع

احمدی، م؛ باقریان سرارودی، ر و موسوی، سید م ح. (۱۳۹۹). ذهنی سازی و ماهیت چند بعدی آن. تحقیقات علوم رفتاری، ۱۸ (۴)، ۶۲۲-۶۱۶.

اسماعیلی نسب، م و حاجی هاشمی ورنوسفادرانی، ش. (۱۴۰۰). ذهنی سازی والدینی و تنظیم هیجان: اعتباریابی و پایایی سنجی نسخه فارسی پرسشنامه کنش وری بازتابی والدین. *روان شناسی بالینی*، ۱۳(۱)، ۸۹-۱۰۰.

بشرپور، س و عینی، س. (۱۳۹۹). اثربخشی درمان مبتنی بر ذهنی سازی بر میزان بد تنظیمی هیجانی و تکانشگری جانبازان مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه. مجله علوم اعصاب شفای خاتم، ۸ (۳)، ۱۹-۱۰.

پورآوری، م؛ قنبری، س؛ زاده محمدی، ع و پناغی، ل. (۱۳۹۳). اعتبار، پایایی و ساختار عاملی پرسشنامه‌ی تجارب روابط نزدیک – ساختار رابطه (ECR-RS). اندیشه و رفتار در روان‌شناسی بالینی، ۹(۳۱)، ۴۷-۵۶.

پورنقاش تهرانی، سید س؛ مرتضوی فر، س و مرتضوی فر، س. (۱۳۹۹). تأثیر حمایت اجتماعی و راهبردهای تنظیم هیجان در پیش‌بینی سلامت روانی افراد مبتلا به اسکلروزیس چندگانه. فصلنامه علمی پژوهشی علوم روانشناختی، ۱۹ (۸۹)، ۵۳۹-۵۲۹.

ساعدی، ف و خانجانی، ز. (۱۳۹۷). مطالعه مقایسه‌ای سبک‌های سه گانه دلبستگی (ایمن، دو سوگرا، اجتنابی) در نوجوانان دارای نشانه‌های درونی‌سازی افسردگی و اضطراب. زن و مطالعات خانواده، ۱۰(۳۸)، ۱۳۷-۱۵۴.

عینی، س؛ نریمانی، م؛ عطادخت، ا؛ بشرپور، س و صادقی موحد، ف. (۱۳۹۷). مقایسه اثربخشی درمان مبتنی بر ذهنی سازی و درمان شناختی- تحلیلی بر بهبود روابط موضوعی افراد مبتلا به اختلال شخصیت مرزی. پایش، ۱۷ (۳)، ۲۷۵-۲۸۷.

کریمی، ف؛ فرحبخش، ک؛ سلیمی بجستانی، ح و معتمدی، ع. (۱۳۹۷). رابطه بین ذهنی سازی با اضطراب و اجتناب مرتبط با دلبستگی در دختران نوجوان. تحقیقات علوم رفتاری، ۱۶ (۴)، ۵۴۸-۵۳۹.

معصومی تبار، ز؛ افشاری نیا، ک؛ امیری، ح و حسینی، س س. (۱۳۹۹). بررسی اثربخشی طرحواره درمانی هیجانی بر مشکلات تنظیم هیجانی و رضایت زناشویی بانوان ناسازگار در دهه اول زندگی. فصلنامه علمی پژوهشی علوم روانشناختی، ۱۹ (۹۵)، ۱۵۰۶-۱۴۹۷.

نیّری، ا؛ نورانی پور، ر ا و نوابی نژاد، ش (۱۴۰۰). اثربخشی گروه درمانی روان نمایشگری شناختی رفتاری (CBPGT) بر کاهش مشکلات بین فردی و دشواری تنظیم هیجان زنان مطلقه. فصلنامه علمی پژوهشی علوم روانشناختی، ۲۰ (۹۹)، ۴۳۸-۴۲۷.

Anderson, L. E., Connor, J. P., Voisey, J., Young, R. M., & Gullo, M. J. (2019). The unique role of attachment dimensions and peer drinking in adolescent alcohol use. *Personality and individual differences*, *149*, 118-122.

Beck, E., Bo, S., Jørgensen, M. S., Gondan, M., Poulsen, S., Storebø, O. J., ... & Simonsen, E. (2020). Mentalization-based treatment in groups for adolescents with borderline personality disorder: a randomized controlled trial. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *61*(5), 594-604.

Bowlby, J. (1979). The bowlby-ainsworth attachment theory. Behavioral and Brain Sciences, 2(4), 637-638.

Breaux, R., Eadeh, H. M., Swanson, C. S., & McQuade, J. D. (2021). Adolescent Emotionality and Emotion Regulation in the Context of Parent Emotion Socialization among Adolescents with Neurodevelopmental Disorders: A Call to Action with Pilot Data. *Research on Child and Adolescent Psychopathology*, 1-12.

Bruno, A., Celebre, L., Torre, G., Pandolfo, G., Mento, C., Cedro, C., ... & Muscatello, M. R. A. (2019). Focus on Disruptive Mood Dysregulation Disorder: A review of the literature. *Psychiatry research*, *279*, 323-330.

Carvalho, C., Rovinski, S. L. R., Fiorini, G. P., & Ramires, V. R. R. (2020). Changes in mentalization ability in child psychodynamic psychotherapy. *Psicologia Clínica*, *32*(1), 35-57.

Cherniak, A. D., Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Granqvist, P. (2020). Attachment theory and religion. *Current Opinion in Psychology*.

Cooper, A., & Redfern, S. (2015). *Reflective parenting: A guide to understanding what's going on in your child's mind*. Routledge.

Crittenden, P. M. (2017). Gifts from Mary Ainsworth and John Bowlby. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, *22*(3), 436-442.

Feddern Donbaek, D., & Elklit, A. (2014). A validation of the Experiences in Close Relationships-Relationship Structures scale (ECR-RS) in adolescents. *Attachment & Human Development*, *16*(1), 58-76.

Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of personality and social psychology*, *78*(2), 350.

Fonagy, P., Gergely, G., & Target, M. (2007). The parent–infant dyad and the construction of the subjective self. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 48, 288-328.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.12.15.7]

Gambin, M., Woźniak-Prus, M., Konecka, A., & Sharp, C. (2021). Relations between attachment to mother and father, mentalizing abilities and emotion regulation in adolescents. *European Journal of Developmental Psychology*, *18*(1), 18-37.

Giromini, L., Velotti, P., De Campora, G., Bonalume, L., & Cesare Zavattini, G. (2012). Cultural adaptation of the difficulties in emotion regulation scale: Reliability and validity of an Italian version. *Journal of clinical psychology*, *68*(9), 989-1007.

Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation development, factor structure and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*. 26(1), 41-54.

Ha, C., Sharp, C., Ensink, K., Fonagy, P., & Cirino, P. (2013). The measurement of reflective function in adolescents with and without borderline traits. *Journal of adolescence*, *36*(6), 1215–1223.

Heard, D., Lake, B., & McCluskey, U. (2018). *Attachment therapy with adolescents and adults: Theory and practice post Bowlby*. Routledge.

Hünefeldt, T., Laghi, F., Ortu, F., & Belardinelli, M. O. (2013). The relationship between 'theory of mind'and attachment-related anxiety and avoidance in Italian adolescents. *Journal of adolescence*, *36*(3), 613-621.

Kim, S., Sharp, C., & Carbone, C. (2014). The protective role of attachment security for adolescent borderline personality disorder features via enhanced positive emotion regulation strategies. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, *5*(2), 125.

Ko, A., Hewitt, P. L., Cox, D., Flett, G. L., & Chen, C. (2019). Adverse parenting and perfectionism: A test of the mediating effects of attachment anxiety, attachment avoidance, and perceived defectiveness. *Personality and Individual Differences*, *150*, 109474.

Køster, A. (2017). Mentalization, embodiment, and narrative: critical comments on the social ontology of mentalization theory. *Theory & Psychology*, *27*(4), 458-476.

Liu, C., & Ma, J. L. (2019). Adult attachment style, emotion regulation, and social networking sites addiction. *Frontiers in psychology*, *10*, 2352.

Lustig, K. A., Cote, K. A., & Willoughby, T. (2021). The role of pubertal status and sleep satisfaction in emotion reactivity and regulation in children and adolescents. *Sleep Advances*, *2*(1), zpab003.

Luyten, P., Mayes, L. C., Nijssens, L., & Fonagy, P. (2017). The parental reflective functioning questionnaire: Development and preliminary validation. *PloS one*, *12*(5), e0176218.

Mestre, J. M., Núñez-Lozano, J. M., Gómez-Molinero, R., Zayas, A., & Guil, R. (2017). Emotion regulation ability and resilience in a sample of adolescents from a suburban area. *Frontiers in psychology*, *8*, 1980.

Penner, F., Gambin, M., & Sharp, C. (2019). Childhood maltreatment and identity diffusion among inpatient adolescents: the role of reflective function. *Journal of adolescence*, *76*, 65-74.

Peters, M. (2021). Trauma and mentalization ability in older patients: An empirical contribution to the effect of trauma in old age. GeroPsych: *The Journal of Gerontopsychology and Geriatric Psychiatry*.

Seyed Mousavi, P. S., Vahidi, E., Ghanbari, S., Khoshroo, S., & Sakkaki, S. Z. (2021). Reflective Functioning Questionnaire (RFQ): Psychometric Properties of the Persian Translation and Exploration of Its Mediating Role in the Relationship between Attachments to Parents and Internalizing and Externalizing Problems in Adolescents. *Journal of Infant, Child, and Adolescent Psychotherapy*, 1-18.

Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2007). Adult attachment strategies and the regulation of emotion. *Handbook of emotion regulation*, *446*, 465.

Sohrabi, F., Mamsharifi, P., Rafezi, Z., & A'azami, Y. (2019). Predicting Addiction Potential based on Mental Health, Social Support and Neuroticism and Agreeableness Personality Traits . *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*, 6 (6), 57-66

Strawson, G. (2010). *Mental reality*. mit Press.

Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics* (Vol. 5, pp. 481-498). Boston, MA: Pearson.

Thoms, B. (2011). A dynamic social feedback system to support learning and social interaction in higher education. *IEEE Transactions on Learning Technologies*, *4*(4), 340-352.

Wolff, J. C., Thompson, E., Thomas, S. A., Nesi, J., Bettis, A. H., Ransford, B., Scopelliti, K., Frazier, E. A., & Liu, R. T. (2019). Emotion dysregulation and non-suicidal self-injury: A systematic review and meta-analysis. *European psychiatry: the journal of the Association of European Psychiatrists*, *59*, 25–36.

Xiang, M., Zhang, Z., & Kuwahara, K. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on children and adolescents' lifestyle behavior larger than expected. *Progress in cardiovascular diseases*, *63(4)*, 531.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.12.15.7]

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]

[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.12.15.7]