رویش روان شناسی، سال۱۴، شماره ۱۱، شماره پیاپی ۱۱۶، بهمن ۱۴۰۴
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),14(11), 2026

رابطۀ تجارب آسیب‌زای دوران کودکی و رفتار فابینگ با نقش میانجی تجارب تجزیه‌ای و ذهن‌آگاهی در افراد متأهل

The relationship between traumatic childhood experiences and phubbing behavior with the mediating role of dissociative experiences and mindfulness in married people

علیرضا عیوض‌نژاد فیروزسالاری
کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، دانشکدۀ علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.
سیف‌الله آقاجانی (نویسنده مسئول)
استاد گروه روانشناسی، دانشکدۀ علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.
شکوفه ندرلو
کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، گروه مشاوره، دانشکدۀ علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.
سیده مریم موسوی
کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، دانشکدۀ علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

Alireza Eivaznezhad Firouzsalari
M.A in General Psychology, Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.
Seifollah Aghajani *
Professor of Psychology, Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.
sf_aghajani@uma.ac.ir
Shokoufeh Naderloo
M.A in family counseling, Department of Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.
Seyede Maryam Mousavi
M.A in General Psychology, Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطۀ تجارب آسیب‌زای دوران کودکی و رفتار فابینگ با نقش میانجی تجارب تجزیه‌ای و ذهن‌آگاهی در افراد متأهل انجام شد. روش پژوهش توصیفی- همبستگی از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعۀ آماری این پژوهش متشکل از مردان و زنان متاهل شهر اردبیل در سال ۱۴۰۴ بود که به مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی مراجعه کرده بودند. ۲۵۰ نفر به‌روش در دسترس انتخاب شدند، اما تحلیل نهایی در ۲۳۸ نمونه انجام شد. جهت جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامۀ ترومای کودکی (CTQ؛ برنستاین و همکاران، ۲۰۰۳)، مقیاس عمومی فابینگ (GSP؛ چوتپیتایاسونوند و داگلاس، ۲۰۱۸)، سیاهه ذهن‌آگاهی فرایبورگ (FMI-SF؛ والش و همکاران (۲۰۰۶) و مقیاس تجارب تجزیه‌ای (BES-II؛ برنستاین و پاتنم، ۱۹۸۶) استفاده شد. تحلیل داده‌ها به روش مدل‌یابی معادلات ساختاری انجام شد. یافته‌ها نشان داد که مدل پیشنهادی از برازش مطلوب برخوردار بود. تجارب آسیب‌زای دوران کودکی، ذهن‌آگاهی و تجارب تجزیه‌ای بر رفتار فابینگ به‌طور معنادار اثر مستقیم داشتند (P<۰/۰۵). تجارب آسیب‌زای دوران کودکی بر تجارب تجزیه‌ای و ذهن‌آگاهی اثر مستقیم و معنادار داشت (P<۰/۰۵). همچنین نتایج آزمون بوت استرپ نشان داد که تجارب تجزیه‌ای و ذهن‌آگاهی در رابطۀ بین تجارب آسیب‌زای دوران کودکی و فابینگ نقش میانجی داشتند (P<۰/۰۵). یافته‌ها دلالت بر این دارند که تجارب آسیب‌زای دوران کودکی به‌طور مستقیم و غیرمستقیم با نقش میانجی تجارب تجزیه‌ای و ذهن‌آگاهی بر رفتار فابینگ در افراد متاهل اثر داشت.

واژه‌های کلیدی: *تجارب آسیب‌زای دوران کودکی، تجارب تجزیه‌ای، ذهن آگاهی، فابینگ.*

Abstract

The present study aimed to determine the relationship between childhood traumatic experiences and phubbing behavior with the mediating role of dissociative experiences and mindfulness in married people. The research method was descriptive-correlational using structural equation modeling. The statistical population of this study consisted of married men and women in Ardabil in 2025 who had referred to counseling and psychological service centers. 250 people were selected by convenience sampling, but the final analysis was performed on 238 samples. The Childhood Trauma Questionnaire (CTQ; Bernstein et al., 2003), General Scale of Phabbing (GSP; Chotpitayasunondh and Douglas, 2018), the Freiburg Mindfulness Inventory (FMI-SF; Walach et al. (2006), and the Dissociative Experiences Scale-II (BES-II; Bernstein & Putnam, 1986) were used to collect data. Data analysis was performed using structural equation modeling. The findings showed that the proposed model had a favorable fit. Traumatic childhood experiences, mindfulness, and dissociative experiences had a significant direct effect on phubbing behavior (P<0.05). Traumatic childhood experiences had a significant direct effect on dissociative experiences and mindfulness (P<0.05). Also, the results of the bootstrap test showed that dissociative experiences and mindfulness played a mediating role in the relationship between traumatic childhood experiences and phubbing. (P<0.05). The findings indicate that traumatic childhood experiences had a direct effect on phubbing behavior in married individuals, with the mediating role of dissociative experiences and mindfulness.

Keywords: *Traumatic Childhood Experiences, Dissociative Experiences, Mindfulness, Phubbing.*

نوع مقاله : پژوهشی | **دریافت :** آذر ۱۴۰۴ | **پذیرش:** آذر ۱۴۰۴ | **ویرایش نهایی:** بهمن ۱۴۰۴

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]

مقدمه

رفتار فابینگ[۱] زمانی اتفاق می‌افتد که در تعاملات اجتماعی، به جای توجه و تماس چشمی افراد با یکدیگر، یکی از طرفین دائم به صفحه گوشی موبایل خود نگاه می‌کند یا در حال پاسخ دادن به پیام‌های دریافتی است؛ در این حالت طرف مقابل احساس نادیده گرفته شدن و بی‌اعتنایی تجربه می‌کند (انصاری و همکاران، ۲۰۲۴). عواقب فابینگ در رابطهٔ زوجین شامل کاهش رضایت از رابطه، صمیمیت و کیفیت رابطه است؛ همچنین فابینگ، پاسخگویی عاطفی زوجین را کاهش می‌دهد و منجر به فاصله عاطفی، کاهش اعتماد بین‌فردی و افزایش احساس غفلت می‌شود (نی[۲] و همکاران، ۲۰۲۵). این قطع ارتباط عاطفی می‌تواند منجر به تعارض و نارضایتی زناشویی در بلندمدت شود؛ اگر این رفتار، حتی ناخواسته باشد، پیامی از بی‌علاقگی یا بی‌احترامی را منتقل می‌کند و جریان ارتباط را مختل کرده و به پیوند بین زوجین آسیب می‌رساند (ریوز[۳] و همکاران، ۲۰۲۵). در پژوهشی الجاسیر[۴] (۲۰۲۲) نشان داد که رفتار فابینگ یکی از عوامل خطر مهم در افزایش نارضایتی و میل به روابط فرازناشویی است؛ بر این اساس توجه به عوامل موثر بر رفتار فابینگ و پژوهش در این حیطه از اهمیت به‌سزایی برخوردار است.

بررسی مطالعات پیشین دلالت بر این دارند که تجربیات آسیب‌زای دوران کودکی، به‌ویژه پرخاشگری و غفلت روانی والدین، می‌تواند بر رفتار فابینگ در مراحل بعدی زندگی تأثیر بگذارد (تانگ[۵] و همکاران، ۲۰۲۴؛ ژانگ[۶] و همکاران، ۲۰۲۵). پژوهش‌ها نشان می‌دهد کودکانی که پرخاشگری روانی والدین را تجربه می‌کنند، اغلب احساس طرد شدن می‌کنند که می‌تواند منجر به اضطراب و راهبردهای مقابله‌ای ناسازگار مانند افزایش استفاده از تلفن هوشمند شود که به صورت فابینگ بروز می‌کند (تانگ و همکاران، ۲۰۲۴). در پژوهشی نشان داده شد که اضطراب نقش واسطه‌ای بین تجربه پرخاشگری والدین و رفتار فابینگ ایفا می‌کند؛ این یافته نشان می‌دهد که تجارب آسیب‌زای دوران کودکی، اعتماد و دلبستگی ایمن را تضعیف می‌کند و افراد را به سمت استفاده افراطی از تلفن هوشمند برای جلوگیری از تعاملات اجتماعی در دنیای واقعی سوق می‌دهد (گا[۷] و همکاران، ۲۰۲۲). در پژوهشی فورستر[۸] و همکاران (۲۰۲۱) نشان دادند که افرادی که در کودکی در معرض بدرفتاری والدین قرار داشتند، در بزرگسالی بیشتر در معرض اعتیادهای رفتاری مانند استفادهٔ مشکل‌ساز از تلفن همراه و اینترنت هستند.

در بررسی مطالعات پیشین نشان داده شده است که تجارب تجزیه‌ای به‌منزلهٔ یک عامل خطر، نقش مهمی در افزایش اعتیادهای رفتاری همچون اعتیاد به گوشی هوشمند، اینترنت و رفتار فابینگ دارد (فاوینی[۹] و همکاران، ۲۰۲۴، اسکیسو[۱۰] و همکاران، ۲۰۲۴)؛ چرا که تجربیات تجزیه‌ای با ایفای نقش به‌منزلهٔ مکانیسم‌های مقابله‌ای ناسازگار که اجتناب از هیجانات منفی را تسهیل می‌کنند، در اعتیادهای رفتاری مانند اعتیاد به تلفن‌های هوشمند و فابینگ نقش دارند. در اعتیاد به تلفن‌های هوشمند، تجزیه به صورت جذب شدن در دنیای مجازی، تحریف درک واقعیت و کاهش آگاهی از محیط اطراف بروز می‌کند که استفادهٔ اجباری را در بین افراد تقویت می‌کند (دیباجنیا و همکاران، ۲۰۲۵).

در مقابل، برخی از مطالعات دلالت بر این دارند که ذهن‌آگاهی عاملی محافظت‌کننده از گرایش افراد به رفتار فابینگ است (سامانتا[۱۱] و همکاران، ۲۰۲۴؛ ژانگ و همکاران، ۲۰۲۵)؛ درواقع ذهن‌آگاهی از طریق مکانیسم‌های مختلفی در کاهش اعتیادهای رفتاری مانند اعتیاد به تلفن‌های هوشمند، اعتیاد به اینترنت و رفتار فابینگ مؤثر است. تمرین‌های ذهن‌آگاهی، خودکنترلی را افزایش و نشخوار فکری را کاهش می‌دهند که هر دو واسطه‌های کلیدی در کاهش اعتیاد به تلفن‌های هوشمند و به‌ویژه کاهش استفادهٔ اجباری قبل از خواب و بهبود سلامت سلامت روان است (لاکشیمی[۱۲]، ۲۰۲۱). ذهن‌آگاهی با ارتقاء آگاهی از تجربیات لحظهٔ حال، به افراد کمک می‌کند تا محرک‌های رفتارهای اعتیادآور را تشخیص دهند و امکان تنظیم بهتر تکانه و مقاومت در برابر تمایلات اجباری را فراهم سازند (احمد[۱۳]و همکاران، ۲۰۲۳).

1 phubbing behavior
2 Ni
3 Ríos
4 Aljasir
5 Tang
6 Zhang
7 Gao
8 Forster
9 Favini
10 Eşkisu
11 Samanta
12 Lakshmi
13 Ahmed

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]

تجربیات آسیب‌زای دوران کودکی به‌طور قابل‌توجهی بر تجربیات تجزیه‌ای تأثیر می‌گذارند و با مختل کردن یکپارچگی عاطفی و تقویت مکانیسم‌های مقابله‌ای ناسازگار، به‌منزلهٔ عامل اصلی سبب‌شناسی عمل می‌کنند (شیم[1] و همکاران، ۲۰۲۴). سوءاستفاده یا غفلت، کودکان را به تجزیه به‌مثابهٔ استراتژی بقا سوق می‌دهد و آن‌ها را از واقعیت طاقت‌فرسا جدا می‌کند تا احساسات غیرقابل تحمل را مدیریت کنند، که اغلب به صورت علائم تجزیه‌ای تشدیدشده مانند مسخ شخصیت یا تجزیه هویت در بزرگسالی ادامه می‌یابد (اورال[2] و همکاران، ۲۰۱۵). پژوهش اخیر شیم و همکاران (۲۰۲۴) نشان دادند که تجزیه، واسطه ارتباط بین آسیب‌های بین فردیِ دوران کودکی و علائم افسردگی است و نقش آن را در حفظ آسیب‌شناسی روانی در بین بیماران روانپزشکی برجسته می‌کند. در پژوهش دیگری ون اسکوردر[3] و همکاران (۲۰۲۵) تجزیه و فراشناخت را به‌منزلهٔ واسطه‌های موازی بین آسیب‌های دوران کودکی و نشانگان روان‌شناختی معرفی کردند. یافته‌های رفیق[4] و همکاران (۲۰۱۸) نشان داد که تروما، افزایش اختلال تجزیه‌ای را در چند ماه بعد پیش‌بینی می‌کند و مسیر علّی آن را برجسته می‌سازد. بررسی اندازه اثر نشان داد که ارتباط متوسط تا قوی را تقویت می‌کنند و غفلت/سوءاستفاده عاطفی بیشترین قدرت پیش‌بینی تجزیه را دارند.

همچنین بررسی مطالعات پیشین دلالت بر این دارند که تجربیات آسیب‌زای دوران کودکی از جمله سوءاستفاده عاطفی، غفلت فیزیکی و اختلال عملکرد خانگی، می‌توانند با مختل کردن توجه، آگاهی، عدم قضاوت و پذیرش خود، بر ذهن‌آگاهی تأثیر منفی بگذارند (کانبی[5] و همکاران، ۲۰۲۵). یافته‌ها تأیید می‌کنند که ترومای دوران کودکی فرآیندهای خودتنظیمی مرتبط با ذهن آگاهی، مانند ارتباط با بدن و عدم واکنش‌پذیری را مختل می‌کند و خطرات درونی‌سازی علائم را در بزرگسالی افزایش می‌دهد (سزگین[6]، ۲۰۲۵). برای مثال، در پژوهشی، هوانگ[7] و همکاران (۲۰۲۱) نشان دادند که ابعاد ذهن آگاهی مانند عدم واکنش‌پذیری، اثرات تروما بر تاب‌آوری را تعدیل کرده و ذهن‌آگاهی تأثیر تجارب آسیب‌زای دروان کودکی بر سلامت روان را میانجی‌گری می‌کند.

با توجه به نتایج مطالعات پیشین که تجارب آسیب‌زای دوران کودکی بر تجارب تجزیه‌ای و رفتار فابینگ تاثیرگذار است؛ در مطالعات قبلی نقش میانجی تجارب تجزیه‌ای بین تجارب آسیب‌زای دوران کودکی و رفتار فابینگ مورد توجه پژوهشگران نبوده است؛ اما بر اساس مبانی نظری تجربیات تجزیه‌ای می‌توانند واسطه‌ی رابطه‌ی بین تجارب آسیب‌زای دوران کودکی و رفتار فابینگ باشند، زیرا آسیب در اوایل زندگی اغلب منجر به تغییراتی در فرآیندهای ذهنی مانند حافظه، ادراک و هویت می‌شود و آسیب‌های دوران کودکی خطر تجزیه را افزایش می‌دهد (شیم و همکاران، ۲۰۲۴)، این تجزیه می‌تواند تنظیم هیجان و ارتباط بین فردی را مختل کند و افراد را بیشتر مستعد کناره‌گیری و روی آوردن به رفتارهایی کند که از تعامل اجتماعی مستقیم اجتناب می‌کنند (ژانگ و همکاران، ۲۰۲۵). افرادی که دچار آسیب‌های دوران کودکی هستند ممکن است برای مدیریت احساسات طاقت‌فرسا تجزیه را تجربه کنند و فابینگ، راهی قابل‌قبول از نظر اجتماعی برای فاصله گرفتن از محیط‌های اجتماعی بالقوه ناراحت‌کننده فراهم می‌کند. بنابراین، تجزیه به‌مثالهٔ یک واسطه روان‌شناختی عمل می‌کند که از طریق آن، تأثیر آسیب‌های اولیه به جدایی عاطفی و رفتارهای اجتنابی مانند فابینگ تبدیل می‌شود (تانگ و همکاران، ۲۰۲۴؛ اورال و همکاران، ۲۰۱۵).

همچنین ذهن‌آگاهی می‌تواند با افزایش تنظیم هیجانی و کاهش مقابلهٔ اجتنابی، بین تجربیات آسیب‌زای دوران کودکی و رفتار فابینگ میانجی‌گری کند. آسیب‌های دوران کودکی اغلب توانایی ماندن در زمان حال و مقابلهٔ با احساسات ناراحت‌کننده را مختل می‌کند و منجر به رفتارهای ناسازگارانه‌ای مانند فابینگ به‌مثابهٔ وسیله‌ای برای اجتناب می‌شود (روچ[8] و همکاران، ۲۰۱۹؛ اورتیز و سیبینگا[9]، ۲۰۱۷). تمرین‌های ذهن‌آگاهی، آگاهی از لحظهٔ حال و پذیرش تجربیات درونی را پرورش می‌دهند که با بی‌حسی هیجانی و اجتناب ناشی از آسیب مقابله می‌کند. این افزایش خودآگاهی، به افراد کمک می‌کند تا به‌جای کناره‌گیری در دنیای دیجیتال، به‌طور واقعی‌تری در تعاملات اجتماعی مشارکت کنند. علاوه بر این، ذهن‌آگاهی، استرس و اضطرابی را که اغلب با آسیب مرتبط است، کاهش می‌دهد (مک‌کین[10] و همکاران، ۲۰۲۳)، که در غیراین‌صورت، ممکن است باعث استفاده اجباری از تلفن شود که مشخصهٔ فابینگ است. با توجه به مباحث مطرح

1 Shim
2 Ural
3 Von Schröder
4 Rafiq
5 Canby
6 Sezgin
7 Huang
8 Roche
9 Ortiz & Sibinga
10 McKeen

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]

شده می‌توان اینگونه فرضیه‌سازی کرد که تجارب تجزیه‌ای به‌منزلهٔ یک عامل خطر و ذهن‌آگاهی به‌مثابهٔ یک عامل محافظت‌کننده، نقش مهمی در میانجی‌گری رابطهٔ بین تجارب آسیب‌زای دوران کودکی و رفتار فابینگ ایفا می‌کنند؛ که در این پژوهش به بررسی آن پرداخته شده است.

اگر چه در مطالعات قبلی نقش تجارب آسیب‌زای دوران کودکی بر رفتار فابینگ مورد توجه پژوهشگران بوده است؛ اما در هیچ‌یک از آن‌ها به‌طور مستقیم نقش میانجی تجارب تجزیه‌ای و ذهن‌آگاهی مورد توجه نبوده است؛ بر این اساس انجام این پژوهش از جنبهٔ نوآورانه برخوردار است. همچنین امروزه استفاده افراطی از تلفن‌های هوشمند و رفتار فابینگ موجب افزایش نارضایتی زناشویی و تعارض‌ها شده است؛ بنابراین شناسایی ابعاد رفتار فابینگ و عوامل مؤثر بر آن در این گروه از ضرورت برخوردار است. همچنین انجام این پژوهش از نظر کاربردی نقش مهمی در توسعه مداخلات بالینی در کاهش رفتار فابینگ در افراد متأهل دارد و می‌توان از یافته‌های این پژوهش در تدوین محتوای مداخلات بهره برد. بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطهٔ تجارب آسیب‌زای دوران کودکی و رفتار فابینگ با نقش میانجی تجارب تجزیه‌ای و ذهن‌آگاهی در افراد متأهل انجام شد.

روش

روش پژوهش حاضر، توصیفی-همبستگی از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعهٔ آماری این پژوهش متشکل از مردان و زنان متأهل شهر اردبیل در سال ۱۴۰۴ بود که به مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی مراجعه کرده بودند. حجم نمونه در این مطالعه با بهره‌گیری از نرم‌افزار G*Power با توجه به مقادیر پیش‌فرض (۰/۰۵=آلفا، ۰/۸۰=توان آزمون و ۰/۵۰=اندازه اثر بالا) ۲۲۰ نفر پیشنهاد شد؛ جهت پیشگیری از ریزش احتمالی و پرسشنامه‌های مخدوش ۲۵۰ نفر به‌روش دردسترس از این مراکز انتخاب شدند و نمونه‌گیری به‌صورت حضوری انجام شد. تحلیل نهایی در ۲۳۸ نمونه انجام شد؛ سایر موارد به دلیل ناقص بودن از تحلیل خارج شدند. معیار ورود در این پژوهش، رضایت، علاقه، عدم تجربه رویدادهای آسیب‌زا در شش ماه اخیر (همچون: سوگ، تجاوز، ضرب و شتم، شاهد رویدادهای آسیب‌زا و بستری در بیمارستان) و سابقه طلاق بوده است؛ همچنین دامنهٔ سنی ۱۸ الی ۵۰ سال، طول مدت ازدواج بیشتر از ۱سال و عدم مصرف داروهای روان‌پزشکی به‌منزلهٔ معیارهای ورود لحاظ شد. معیارهای ورود با بهره‌گیری از یک چک‌لیست ساختاریافته پیش از اجرای پرسشنامه‌ها توسط پرسشگر ارزیابی شد. معیار خروج در این پژوهش عدم پاسخ‌دهی به همه سوالات پرسشنامه بود. همچنین ملاحظات اخلاقی به شرح ذیل رعایت شد: پیش از شروع پژوهش شرکت کنندگان از موضوع و روش اجرای پژوهش مطلع شدند. پژوهشگر متعهد شد تا از اطلاعات شخصی و حریم خصوصی شرکت کنندگان حفاظت نماید. شرکت در این آزمون هیچ هزینه مالی برای شرکت کنندگان نداشت. این تحقیق با موازین فرهنگی شرکت کنندگان و جامعه هیچ مغایرتی نداشت. پیش از اجرای پرسشنامه‌ها رضایت آگاهانه به‌صورت شفاهی از همه افراد دریافت شد. در نهایت برای تجزیه و تحلیل داده‌ها به روش مدل‌یابی معادلات ساختاری با استفاده از نرم افزارهای SPSS و AMOS نسخه ۲۴ استفاده شد.

ابزار سنجش

پرسشنامه ترومای کودکی (CTQ)[1]: این پرسشنامه توسط برنستاین[2] و همکاران (۲۰۰۳) به منظور سنجش تجارب آسیب‌زای دوران کودکی طراحی شد. پرسشنامهٔ فوق دارای ۲۸ سوال است و تجارب تروماتیک دوران کودکی را در پنج زیرمقیاس سوءاستفاده‌ی جسمانی، سوءاستفاده‌ی هیجانی، سوءاستفاده جنسی، غفلت جسمانی و غفلت هیجانی مورد سنجش و ارزیابی قرار می‌دهد. نمره‌گذاری این پرسشنامه به روش طیف لیکرت پنج درجه‌ای از ۱ تا ۵ می‌باشد که در مجموع، نمره نهایی فرد در دامنه‌ی بین ۲۵ تا ۱۲۵ است. در این مقیاس کسب نمرات بالاتر نشان‌دهنده‌ی ترومای بیشتر و شدیدتر است و نمرات پایین‌تر آسیب تروماتیک کمتری را نشان می‌دهد. برنستاین و همکاران (۲۰۰۳) در پژوهشی بر روی نوجوانان پایایی این پرسشنامه را به روش آلفای کرونباخ بدست آوردند که برای زیرمقیاس‌های سوء استفاده جسمانی برابر با ۰/۸۶، سوءاستفاده عاطفی ۰/۸۷، سوءاستفاده جنسی ۰/۹۵، غفلت جسمانی ۰/۸۹ و غفلت عاطفی ۰/۷۸ ارائه شد. روایی هم‌زمان این مقیاس نیز با مقیاس بدرفتاری با کودک محاسبه شد که بین ۰/۵۹ تا ۰/۷۸ گزارش شده است (برنستاین و همکاران، ۲۰۰۳). در ایران نیز پایایی این مقیاس توسط ابراهیمی و همکاران (۱۳۹۲) به روش آلفای کرونباخ از ۰/۸۱ تا ۰/۹۸ گزارش شد. روایی

1. Childhood Trauma Questionnaire (CTQ)
2 Bernstein

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]

همزمان این ابزار نیز با پرسشنامه سلامت عمومی ۰/۳۹ بدست آمد. در این مطالعه میزان آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۷۳ محاسبه شد؛ همچنین برای زیرمقیاس‌های سوء استفاده جسمانی برابر با ۰/۷۰، سوءاستفاده عاطفی ۰/۷۲، سوءاستفاده جنسی ۰/۷۰، غفلت جسمانی ۰/۸۲ و غفلت عاطفی ۰/۷۲ محاسبه شد.

مقیاس عمومی فابینگ (GSP)[1]: این مقیاس دارای ۱۵ سوال است که توسط چوتپیتایاسونوند و داگلاس[2] (۲۰۱۸) طراحی و اعتباریابی شده است. مقیاس فوق بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از کاملا مخالفم (نمره ۱) الی کاملا موافقم (نمره ۵) پاسخ داده می‌شود. دامنه نمرات در این مقیاس بین ۱۵ الی ۷۵ است و نمرات بیشتر نشان دهنده مشکلات بیشتر در فابینگ است. چوتپیتایاسونوند و داگلاس (۲۰۱۸) روایی همگرای این مقیاس را با آزمون اعتیاد به اینترنت ۰/۷۵ و همسانی درونی به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۳ گزارش کردند. در نمونه ایرانی روایی به روش تحلیل عاملی تایید بررسی و مدل تک عاملی و چهار عاملی برازش مطلوب داشت و در مجموع ۶۵/۱۹ درصد واریانس را تبیین کردند و پایایی به روش همسانی درونی ۰/۸۷ آلفای کرونباخ محاسبه شده است (اصفهانی و همکاران، ۱۴۰۰). همسانی درونی در پژوهش حاضر به روش آلفای کرونباخ، ۰/۷۷ محاسبه شد.

سیاهه ذهن آگاهی فرایبورگ (FMI-SF) [3]: سیاهه ذهن آگاهی فرایبورگ- فرم کوتاه، توسط والش[4] و همکاران (۲۰۰۶) ساخته شده است. این سیاهه دارای ۱۴ آیتم است و برای افرادی که هیچ دانش پیش‌زمینه‌ای در زمینه ذهن‌آگاهی ندارند، تهیه شده است. نمره‌گذاری این مقیاس به صورت طیف لیکرت چهاردرجه‌ای از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۴ (کاملاً موافقم) می‌باشد. شایان‌ذکر است که عبارت شماره ۱۳، به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. حداقل نمره در این سیاهه ۱۴ و حداکثر ۵۶ است. نمره بیشتر نشان‌دهنده دانش ذهن آگاهی بیشتر است (والش و همکاران، ۲۰۰۶). والش و همکاران (۲۰۲۵) در یک نمونه آلمانی پایایی به روش همسانی درونی را ۰/۸۳ گزارش کردند و روایی واگرا با اجرای همزمان پرسشنامه سلامت بیمار (PHQ-4)[5] برابر با r=-۰/۲۵ محاسبه شد. روایی این سیاهه توسط قاسمی جوبنه و همکاران (۱۳۹۴) به روش مدل عاملی تأییدی در ۴۰۰ دانشجو به شیوه نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای اجرا شد. همبستگی بین فرم کوتاه سیاهه ذهن آگاهی فرایبورگ با مقیاس‌های خودکنترلی (۰/۶۹) و تنظیم هیجانی (۰/۶۸) در سطح معناداری ۰/۰۱ مناسب ارزیابی شد که نشان از روایی عاملی مطلوب است. نتایج ضریب پایایی نیز نشان داد که فرم کوتاه سیاهه ذهن آگاهی فرایبورگ از پایایی قابل‌قبول و کافی برخوردار است و ضرایب به‌دست‌آمده برای ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۲، تتای ترتیبی ۰/۹۳ و ضریب پایایی بازآزمایی به فاصله چهار هفته ۰/۸۳ محاسبه شده است. همسانی درونی در پژوهش حاضر به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۰ محاسبه شد.

مقیاس تجارب تجزیه‌ای (BES-II)[6]: این مقیاس توسط برنستاین و پاتنم[7] (۱۹۸۶) جهت سنجش نشانه‌های تجزیه‌ای با ۲۸ سوال طراحی شده است. نمره‌گذاری بر اساس طیف لیکرت ده درجه‌ای از هرگز (نمره ۰) الی همیشه (نمره ۹) انجام می‌شود و دامنه نمرات بین صفر الی ۲۵۲ است و نمرات بیشتر نشان دهنده تجارب تجزیه‌ای بیشتر است؛ این مقیاس دارای سه عامل گسست از خویشتن، فراموشی تجزیه‌ای و تخیل/جذب است (برنستاین و پاتنم، ۱۹۸۶). برنستاین و پاتنم (۱۹۸۶) روایی همگرای این مقیاس را با نمره فرد در پرسشنامه افسردگی ۰/۴۷ و همسانی درونی را ۰/۷۷ آلفای کرونباخ گزارش کرده است. در نمونه ایرانی ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۲ و روایی همگرا با پرسشنامه افکار خودکشی بک ۰/۵۴ محاسبه شده است (کارگربرزی و همکاران، ۱۳۹۷). همسانی درونی در پژوهش حاضر به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۶ محاسبه شد.

یافته ها

در مطالعه حاضر ۲۵۰ نفر شرکت داشتند؛ اما تحلیل نهایی بر روی ۲۳۸ نفر انجام شد. شرکت‌کنندگان در میانگین و انحراف معیار سنی ۹/۰۶±۳۶/۹۰ سال بودند. ۱۵۰ نفر (۶۳/۰۳ درصد) زن و ۸۸ نفر (۳۶/۹۷ درصد) مرد بودند. ۴۲ نفر (۱۷/۶۰ درصد) دارای تحصیلات

1 General scale of phabbing
2 Chotpitayasunondh and Douglas
3 Freiburg Mindfulness Inventory
4 Walach
5 Patient Health Questionnaire (PHQ-4)
6 Dissociative Experiences Scale-II
7 Bernstein & Putnam

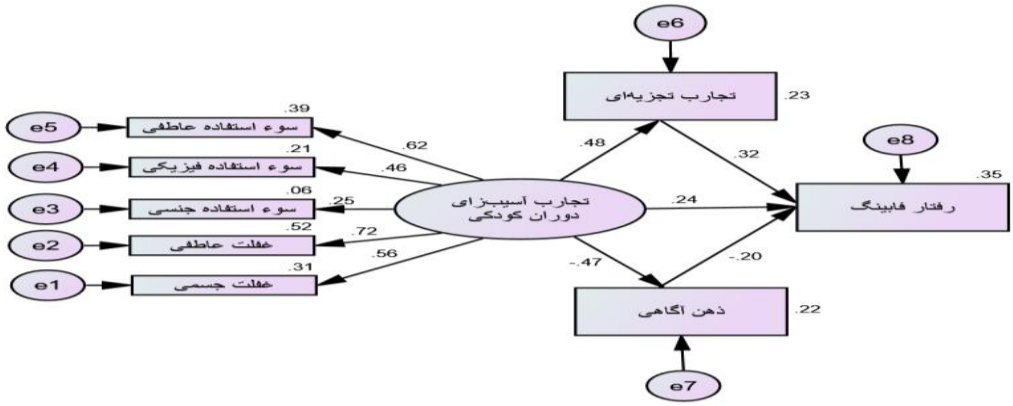
[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]

دیپلم، ۱۴۱ نفر (۵۹/۲۰ درصد) در مقاطع کاردانی و کارشناسی بودند و ۵۵ نفر (۲۳/۱۰ درصد) در مقاطع کارشناسی ارشد و دکتری بودند. در جدول ۱ یافته‌های توصیفی و ضرایب همبستگی پیرسون متغیرهای اصلی پژوهش ارائه شده است.

جدول ۱: یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش و ضرایب همبستگی پیرسون

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی	۱	۲	۳
۱- رفتار فابینگ	۳۵/۴۷	۱۱/۷۰	۰/۸۸	۰/۵۹	۱		
۲- تجارب آسیب‌زای دوران کودکی	۳۸/۶۴	۹/۰۸	۰/۷۱	۰/۰۶	۰/۳۹ **	۱	
۳- تجارب تجزیه‌ای	۴۰/۰۱	۲/۰۱	۰/۸۳	-۰/۱۹	۰/۴۸ **	۰/۳۸ **	۱
۴- ذهن آگاهی	۳۸/۹۲	۹/۷۱	-۰/۲۷	-۰/۷۱	-۰/۳۹ **	-۰/۳۶ **	-۰/۲۶ **

همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، آماره شاخص‌های کجی و کشیدگی در محدوده ۲ الی ۲- قرار داشت که نشان دهنده نرمال بودن توزیع داده‌ها در متغیرهای پژوهش است؛ همچنین ضریب مردیا در این مطالعه ۵/۰۱ محاسبه شد، به عبارت دیگر نرمال بودن چند متغیری نیز برقرار است، زیرا مقدار این آماره کمتر از ۸ می‌باشد. با توجه به نرمال بودن توزیع داده‌ها جهت بررسی رابطه خطی بین متغیرها از آزمون پارامتری ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد؛ نتایج ضرایب همبستگی در جدول ۲ نشان داد که رفتار فابینگ با تجارب آسیب‌زای دوران کودکی (r=۰/۳۹) و تجارب تجزیه‌ای (r=۰/۴۸) همبستگی مثبت و معنادار داشت؛ اما در مقابل با ذهن‌آگاهی (r=-۰/۳۹) همبستگی منفی و معنادار داشت (P<۰/۰۵). به منظور اجرای آزمون مدل‌یابی معادلات ساختاری و بررسی برازش مدل پیشنهادی، ابتدا پیش‌فرض‌های استقلال خطاها و عدم هم‌خطی چندگانه بررسی شد، نتایج نشان داد که آماره دوربین واتسون[1] برابر با ۱/۷۶ و در دامنه مطلوبیت ۱/۵۰ تا ۲/۵۰ قرار دارد و بیانگر استقلال باقی‌مانده‌ها است. همچنین هرچه مقدار تولرانس بیش‌تر (نزدیک به ۱) باشد، میزان هم‌خطی کمتر است؛ در این مطالعه میزان تولرانس برای متغیرهای پیش‌بین و میانجی بین ۰/۷۸ الی ۰/۸۵ محاسبه شد که نشانگر هم‌خطی مطلوب است. به‌منظور آزمون مدل مفهومی پژوهش از مدل معادلات ساختاری با حداکثر درست‌نمایی استفاده شد، ضرایب مسیر در شکل ۱ ارائه شده است.



شکل ۱: مدل برازش شده پژوهش در حالت استاندارد

با توجه به نتایج شکل ۱ بر اساس ضرایب استاندارد مدل پیشنهادی نقش میانجی تجارب تجزیه‌ای و ذهن‌آگاهی در رابطه بین تجارب آسیب‌زای دوران کودکی و رفتار فابینگ در مجموع ۳۵ درصد از واریانس را پیش‌بینی کرد؛ در ادامه ضرایب مسیرهای مستقیم در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲: ضرایب اثرات مستقیم متغیرهای مدل معادلات ساختاری

مسیرها	ضریب مسیر	خطا استاندارد	مقدار t	حد پایین	حد بالا	مقدار P
تجارب آسیب‌زای کودکی --- فابینگ	۰/۲۴	۰/۱۰	۲/۶۹	۰/۰۶	۰/۴۰	۰/۰۱
ذهن‌آگاهی --- فابینگ	-۰/۲۰	۰/۰۷	۳۰/۱۶	-۰/۳۱	-۰/۰۸	۰/۰۱
تجارب تجزیه‌ای --- فابینگ	۰/۳۲	۰/۰۷	۳/۹۳	۰/۲۰	۰/۴۳	۰/۰۱

1 Durbin-Watson

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]

تجارب آسیب‌زای کودکی --- ذهن‌آگاهی	-۰/۴۷	۰/۰۶	-۵/۱۶	-۰/۵۷	-۰/۳۷	۰/۰۱
تجارب آسیب‌زای کودکی --- تجارب تجزیه‌ای	۰/۴۸	۰/۰۷	۵/۶۶	۰/۳۵	۰/۵۹	۰/۰۱

نتایج در جدول ۲ نشان داد که تجارب آسیب‌زای دوران کودکی به‌طور مثبت (β=۰/۲۴)، ذهن‌آگاهی به‌طور منفی (β=-۰/۲۰) و تجارب تجزیه‌ای به‌طور مثبت (β=-۰/۳۲) بر رفتار فابینگ به‌طور معنادار اثر مستقیم داشت (P<۰/۰۵). تجارب آسیب‌زای دوران کودکی بر تجارب تجزیه‌ای به طور مثبت (β=۰/۴۸) و بر ذهن‌آگاهی به‌طور منفی (β=-۰/۴۷) اثر مستقیم و معنادار داشت (P<۰/۰۵)؛ در واقع می‌توان گفت اثرات مستقیم در متغیرهای مدل معنادار است در ادامه، نتایج تحلیل میانجی در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳: اثرات میانجی مدل معادلات ساختاری

مسیرها	ضریب مسیر	خطا استاندارد	حد پایین	حد بالا	مقدار P
تجارب آسیب‌زای دوران کودکی -- تجارب تجزیه‌ای – فابینگ	۰/۱۶	۰/۰۴	۰/۱۰	۰/۲۳	۰/۰۱
تجارب آسیب‌زای دوران کودکی -- ذهن‌آگاهی – فابینگ	۰/۱۰	۰/۰۴	۰/۰۵	۰/۱۶	۰/۰۱

به‌منظور بررسی نقش میانجی از روش بوت استرپ استفاده شد، نتیجه در جدول ۳ نشان داد که تجارب تجزیه‌ای (β=۰/۱۶) و همچنین ذهن‌آگاهی (β=۰/۱۰) در رابطه بین تجارب آسیب‌زای دوران کودکی و فابینگ نقش میانجی داشتند (P<۰/۰۵). در ادامه شاخص‌های برازش حاصل از مدل پیشنهادی ارائه شده است.

جدول ۴: شاخص‌های برازش مدل مفهومی پژوهش

شاخص‌های برازش	CMIN	P	df	CMIN/DF	CFI	GFI	AGFA	IFI	NFI	RMSEA
مدل پژوهش	۳۷/۵۴	۰/۰۱	۱۸	۲/۰۹	۰/۹۴	۰/۹۶	۰/۹۲	۰/۹۴	۰/۹۰	۰/۰۷
معیار تصمیم	-	P>۰/۰۵	-	<۵	>۰/۹۰	>۰/۹۰	>۰/۹۰	>۰/۹۰	>۰/۹۰	<۰/۰۸

نتایج جدول ۴ نشان داد که شاخص‌های برازندگی حاصل از مدل معادلات ساختاری مدل‌یابی نقش میانجی تجارب تجزیه‌ای و ذهن‌آگاهی در رابطه بین تجارب آسیب‌زای دوران کودکی و رفتار فابینگ از برازش مطلوب برخوردار بود، چرا که مقدار ریشه میانگین مربعات خطای برآورد (RMSEA=۰/۰۷) مطلوب گزارش شد؛ همچنین شاخص نیکویی برازش (GFI=۰/۹۶)، شاخص نیکویی برازش اصلاح شده (AGFI=۰/۹۲)، شاخص تناسب هنجار (NFI=۰/۹۰)، شاخص تناسب افزایشی (IFI=۰/۹۴) و شاخص برازش مقایسه‌ای (CFI=۰/۹۴) بیشتر از ۰/۹۰ می‌باشند. همچنین شاخص مجذور خی دو/درجه آزادی (X2/df=۲/۰۹) کمتر از ۵ محاسبه شد که نشان دهنده برازش مطلوب مدل پیشنهادی است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه تجارب آسیب‌زای دوران کودکی و رفتار فابینگ با نقش میانجی تجارب تجزیه‌ای و ذهن آگاهی در افراد متاهل انجام شد. یافته اول نشان داد که تجارب آسیب‌زای دوران کودکی بر رفتار فابینگ اثر مستقیم داشت؛ این یافته با پژوهش‌های تانگ و همکاران (۲۰۲۴)، ژانگ و همکاران (۲۰۲۵) و گا و همکاران (۲۰۲۲). همسو است. در تبیین این یافته می‌توان مطرح کرد که تجربیات آسیب‌زای دوران کودکی می‌توانند از طریق چندین مکانیسم نظری به‌هم پیوسته، بر رفتار فابینگ در بزرگسالی تأثیر بگذارند. طبق نظریهٔ دلبستگی، ترومای اولیه اغلب رشد دلبستگی ایمن را مختل می‌کند و افراد را به سمت تکیه بر الگوهای اجتنابی یا اضطرابی ارتباط سوق می‌دهد که ممکن است به‌صورت جستجوی امنیت و تنظیم هیجان از طریق تلفن‌های هوشمند به‌جای ارتباط مستقیم بین فردی، آشکار شود (ژانگ و همکاران، ۲۰۲۵). از منظر نظریه خودتنظیمی و مقابله، افرادی که ترومای حل نشده دوران کودکی دارند، ممکن است از تعامل دیجیتال به‌منزلهٔ یک استراتژی تنظیم هیجان برای جلوگیری از افکار، خاطرات یا ناراحتی‌های ارتباطی ناراحت‌کننده استفاده کنند و فابینگ و استفاده افراطی از دنیای مجازی را به نوعی اجتناب تجربی تبدیل کنند و از موقعیت‌های واقعی دوری کنند (گا و همکاران، ۲۰۲۲).

یافته دوم نشان داد که تجارب تجزیه‌ای بر رفتار فابینگ اثر مستقیم داشت؛ این یافته با پژوهش‌های فاوینی و همکاران (۲۰۲۴) و اسکیسو و همکاران (۲۰۲۴) همسو است. در تبیین این یافته بر اساس نظریه شناختی-رفتاری می‌توان بیان کرد که تجزیه، کنترل توجه را تضعیف می‌کند و توانایی متمرکز ماندن بر تعاملات واقعی را مختل می‌کند و باعث می‌شود افراد توجه خود را به سمت تلفن‌های خود به عنوان یک محرک

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]

خودکار و کم‌زحمت‌تر معطوف کنند؛ علاوه بر این، تجزیه، آگاهی و مقابله هیجانی را مختل می‌کند و افراد را وادار می‌کند تا به عنوان نوعی اجتناب یا تسکین سریع هیجانی به دنبال تعامل دیجیتال باشند؛ در واقع تمایلات تجزیه‌ای، ظرفیت فرد را برای حضور اجتماعی و پاسخگویی کاهش می‌دهد که می‌تواند انگیزه ارتباط مستقیم را تضعیف کند و در مقابل تعاملات مجازی را ایمن‌تر کند (دیباج‌نیا و همکاران، ۲۰۲۵). به‌طور کلی، این توصیفات نشان می‌دهند که تجربیات تجزیه‌ای، عملکرد توجهی، هیجانی و ارتباطی را تضعیف می‌کنند و در نتیجه، احتمال درگیر شدن در فابینگ را به‌منزلهٔ یک رفتار مقابله‌ای ناسازگار افزایش می‌دهند.

یافته سوم نشان داد که ذهن آگاهی بر رفتار فابینگ اثر مستقیم داشت؛ این یافته با پژوهش‌های سامانتا و همکاران (۲۰۲۴) و ژانگ و همکاران (۲۰۲۵) همسو است. در تبیین این یافته طبق نظریه ذهن‌آگاهی می‌توان بیان کرد که حضور و آگاهی، واکنش‌های خودکار و تکانشی را کاهش می‌دهد و باعث می‌شود افراد در طول تعاملات بین فردی، کمتر بدون فکر، تلفن‌های خود را بررسی کنند؛ در واقع ذهن‌آگاهی، آگاهی هیجانی و مهارت‌های مقابله‌ای را افزایش می‌دهد و تمایل به استفاده از تلفن‌های هوشمند را به‌مثابهٔ یک استراتژی اجتناب در هنگام تجربه استرس یا ناراحتی کاهش می‌دهد (احمد و همکاران، ۲۰۲۳). مدل‌های ذهن‌آگاهی بین‌فردی همچنین پیشنهاد می‌کنند که افراد ذهن‌آگاه بیشتر با احساسات و نیازهای دیگران هماهنگ هستند که این امر همدلی را تقویت می‌کند و رفتارهایی مانند فابینگ را که کیفیت رابطه را تضعیف می‌کنند، کاهش می‌دهد (سامانتا و همکاران، ۲۰۲۴). به‌طور کلی، این نظریه‌ها نشان می‌دهند که ذهن‌آگاهی، تصمیم‌گیری آگاهانه، تعادل عاطفی و حساسیت بین فردی را ارتقا می‌دهد که همگی در کاهش فابینگ به‌مثابهٔ رفتاری ناسازگار نقش دارند.

یافته چهارم نشان داد که تجارب آسیب‌زای دوران کودکی بر تجارب تجزیه‌ای اثر مستقیم داشت؛ این یافته با پژوهش‌های شیم و همکاران (۲۰۲۴) و اورال و همکاران (۲۰۱۵) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد که استرس شدید یا اجتناب‌ناپذیر دوران کودکی از ظرفیت کودک برای مقابله فراتر می‌رود و ذهن را به استفاده از تجزیه به‌مثابهٔ یک مکانیسم محافظتی برای کاهش شدت درد عاطفی سوق می‌دهد؛ مدل‌های آسیب‌شناسی روانی رشدی همچنین نشان می‌دهند که ترومای اولیه، رشد طبیعی مغز را مختل می‌کند، به‌ویژه در سیستم‌هایی که در تنظیم هیجانات و ادغام حافظه دخیل هستند و باعث می‌شوند تجزیه تا بزرگسالی ادامه یابد (رفیق و همکاران، ۲۰۱۸). نظریه دلبستگی همچنین توضیح می‌دهد که کودکانی که در معرض غفلت، سوءاستفاده یا مراقبت‌های نامنظم قرار می‌گیرند، اغلب الگوهای دلبستگی آشفته‌ای ایجاد می‌کنند که به‌شدت با تمایلات تجزیه‌ای مرتبط هستند، زیرا کودک یاد می‌گیرد که از نظر ذهنی از تجربیات رابطه‌ای ناراحت‌کننده فاصله بگیرد (اورال و همکاران، ۲۰۱۵). نظریه شناختی پیشنهاد می‌کنند که ترومای منجر به رمزگذاری تکه‌تکه خاطرات می‌شود و در نتیجه تجربیات بخش‌بندی‌شده و علائم تجزیه‌ای بعدی ایجاد می‌شود (اسکوردر و همکاران، ۲۰۲۵). به طور کلی، این دیدگاه‌ها بر این ایده همگرا هستند که ترومای دوران کودکی، ذهن در حال رشد را به روش‌هایی شکل می‌دهد که تجزیه را به عنوان یک پاسخ سازگار در دوران کودکی تشویق می‌کند که می‌تواند در مراحل بعدی زندگی به یک الگوی روانشناختی ناسازگار تبدیل شود.

یافته پنجم نشان داد که تجارب آسیب‌زای دوران کودکی بر ذهن آگاهی اثر مستقیم داشت؛ این یافته با پژوهش‌های کانبی و همکاران (۲۰۲۵) و هوانگ و همکاران (۲۰۲۱) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان مطرح کرد که مدل‌های رشدی نشان می‌دهند که ترومای مزمن دوران کودکی، شبکه‌های عصبی مسئول توجه، عملکرد اجرایی و خودآگاهی را تغییر می‌دهد که همگی از اجزای اساسی ذهن‌آگاهی هستند. نظریه دلبستگی همچنین پیشنهاد می‌کند که دلبستگی ناامن یا آشفته ناشی از ترومای اولیه، حس امنیت کودک را کاهش می‌دهد و منجر به هوشیاری بیش از حد و دشواری در حفظ آرامش و آگاهی بدون قضاوت در بزرگسالی می‌شود (سزگین، ۲۰۲۵). نظریه‌های شناختی همچنین نشان می‌دهند که تجربیات آسیب‌زا، خاطرات مزاحم، الگوهای اجتنابی و باورهای اصلی منفی ایجاد می‌کنند که در توانایی مشارکت کامل در لحظه حال اختلال ایجاد می‌کنند (اسکوردر و همکاران، ۲۰۲۵).

یافته ششم نشان داد که تجارب تجزیه‌ای بین تجارب آسیب‌زای دوران کودکی و رفتار فابینگ نقش میانجی داشت؛ در بررسی پیشینه پژوهشی موجود نبود که با یافته حاضر همسو باشد؛ اما بر اساس مبانی نظری موجود می‌توان در تبیین بیان کرد که تجربیات تجزیه‌ای می‌توانند از طریق چندین مکانیسم نظری، رابطه بین تجربیات آسیب‌زای دوران کودکی و رفتار بی‌تفاوتی را میانجی‌گری کنند. نظریه تروما نشان می‌دهد که وقایع آسیب‌زای اولیه، ظرفیت مقابله کودک را تحت الشعاع قرار می‌دهند و منجر به تجزیه به عنوان یک مکانیسم محافظتی می‌شوند که ممکن است تا بزرگسالی ادامه یابد (رفیق و همکاران، ۲۰۱۸). همانطور که مدل‌های رشدی و شناختی اشاره می‌کنند، این تجزیه مزمن، کنترل توجه، آگاهی عاطفی و توانایی درگیر ماندن در تعاملات لحظه حال را تضعیف می‌کند؛ همچنین طبق نظریه خودتنظیمی، افرادی که تجربیات تجزیه‌ای دارند اغلب برای مدیریت پریشانی تلاش می‌کنند و ممکن است برای اجتناب از حالت‌های درونی ناراحت‌کننده به رفتارهایی که به سهولت در دسترس هستند، مانند چک کردن تلفن‌هایشان، روی آورند (شیم و همکاران، ۲۰۲۴). نظریه‌های بین فردی همچنین پیشنهاد می‌کنند که تجزیه، حضور اجتماعی و پاسخگویی عاطفی را کاهش می‌دهد و باعث می‌شود تعامل دیجیتال نسبت به ارتباط مستقیم، ایمن‌تر و قابل

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]

کنترل‌تر به نظر برسد (ژانگ و همکاران، ۲۰۲۵). بنابراین، تجربیات تجزیه‌ای به‌مثابهٔ پلی روان‌شناختی عمل می‌کنند: ترومای اولیه، تجزیه را تقویت می‌کند و تجزیه، به نوبه خود، اتکا به بی‌تفاوتی را به عنوان یک استراتژی مقابله‌ای مبتنی بر اجتناب و عادت افزایش می‌دهد.

یافته هفتم نشان داد که ذهن‌آگاهی بین تجارب آسیب‌زای دوران کودکی و رفتار فابینگ نقش میانجی داشت؛ در بررسی پیشینه پژوهشی موجود نبود که با یافتهٔ حاضر همسو یا ناهمسو باشد؛ اما بر اساس مبانی نظری موجود می‌توان در تبیین بیان کرد که ذهن‌آگاهی می‌تواند از طریق چندین مکانیسم نظری، رابطه بین تجربیات آسیب‌زای دوران کودکی و رفتار فابینگ را میانجی‌گری کند. مدل‌های رشدی و عصبی-شناختی استدلال می‌کنند که چنین ترومایی، سیستم‌های مغزی مسئول عملکرد اجرایی و خودآگاهی را تغییر می‌دهد و ظرفیت فرد را برای تعامل آگاهانه کاهش می‌دهد. در نتیجه، افرادی که ذهن آگاهی کمتری دارند ممکن است بیشتر مستعد اجتناب و رفتارهای تکانشی باشند (اورتیز و سیبینگا، ۲۰۱۷). طبق نظریه خودتنظیمی، کاهش ذهن‌آگاهی، توانایی فرد را برای مقابله سازگارانه با استرس و هیجانات منفی تضعیف می‌کند و وابستگی به تلفن‌های هوشمند را به اجتناب راحت از ناراحتی تبدیل می‌کند (روچ و همکاران، ۲۰۱۹).

در مجموع، این یافته‌ها نشان داد که تجربیات آسیب‌زای دوران کودکی، هم به‌طور مستقل و هم از طریق تأثیر آنها بر تجربیات تجزیه‌ای و ذهن‌آگاهی، نقش معناداری در شکل‌گیری رفتار فابینگ در بین افراد متأهل دارند. این الگو، اهمیت در نظر گرفتن تجربیات نامطلوب اولیه و فرآیندهای روانشناختی مرتبط را هنگام پرداختن به مشکلات بین فردی مرتبط با استفاده آسیب‌زا از تلفن‌های هوشمند در روابط زناشویی برجسته می‌کند.

یکی از محدودیت‌های این مطالعه، استفاده از نمونه‌گیری دردسترس از مراکز مشاوره و خدمات روانشناختی در شهر اردبیل است که تعمیم‌پذیری یافته‌ها را به جمعیت وسیع‌تر افراد متأهل محدود می‌کند. علاوه بر این، تکیه بر پرسشنامه‌های خودگزارشی ممکن است باعث ایجاد سوگیری‌های پاسخ، مانند مطلوبیت اجتماعی یا یادآوری نادرست، به ویژه در مورد مسائل حساسی مانند تجربیات آسیب‌زای کودکی شده باشد. در نهایت، طراحی مقطعی مطالعه مانع از هرگونه استنتاج علّی می‌شود و تعیین جهت روابط مشاهده شده در مدل معادلات ساختاری را دشوار می‌سازد. پیشنهاد می‌شود که در مطالعات آینده این محدودیت‌ها مرتفع گردد. عدم وجود پیشینه پژوهش در بررسی نقش میانجی ذهن‌آگاهی و تجارب تجزیه‌ای، امکان مقایسه یافته‌های پژوهش حاضر با مطالعات قبلی را محدود می‌سازد؛ پیشنهاد می‌شود که این عنوان در سایر گروه‌ها و شهرها مورد بررسی قرار گیرد. در زمینه کاربردی پیشنهاد می‌شود که جهت کاهش رفتار فابینگ در افراد متاهل برنامه‌های آموزشی و درمانی به شیوه‌های فردی و گروهی بر اساس بهبود تجارب آسیب‌زای دوران کودکی، تجارب تجزیه‌ای و ارتقاء ذهن‌آگاهی پیشنهاد می‌شود.

منابع

ابراهیمی، ح.، دژکام، م.، و ثقه‌السلام، ط. (۱۳۹۲). ترومای‌های دوران کودکی و اقدام به خودکشی در بزرگسالی. *مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، *۱۹*(۴)، ۲۷۵-۲۸۲. https://ijpcp.iums.ac.ir/article-1-2090-fa.html

اصفهانی، م. ح.، خانجانی، م.، و بذرام، ع. (۱۴۰۰). ساختار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس عمومی فابینگ. *نشریه اندازه گیری تربیتی*، *۱۲* (۴۶)، ۷-۲۶. https://jem.atu.ac.ir/article_14183.html

قاسمی جوبنه، ر.، عرب زاده، م.، جلیلی نیکو، س.، محمدعلی پور، ز.، و محسن زاده، ف. (۱۳۹۴). بررسی روایی و پایایی نسخه فارسی فرم کوتاه پرسشنامه ذهن آگاهی فرایبورگ. *مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان*، *۱۴* (۲)، ۱۵۰-۱۳۷. http://journal.rums.ac.ir/browse.php?a_id=2293&sid=1&slc_lang=fa&html=1

کارگر برزی، ح.، کربلایی، الف.، میگونی، م.، برماس، ح.، و تقی لو، ص. (۱۳۹۷). ویژگی‌های روان سنجی مقیاس تجارب تجزیه ای و همبستگی آن با افکار خودکشی و صفات بیمارگون شخصیت در بیماران افسرده. *فصلنامه اندازه گیری تربیتی*، ۹ (۳۴)، ۱۱۵-۱۳۱. https://journals.atu.ac.ir/article_9755.html

Ahmed, A. H., Elemo, A. S., & Hamed, O. A. O. (2023). Smartphone addiction and phubbing in international students in Turkey: the moderating role of mindfulness. *Journal of College Student Development*, *64*(1), 64-78. https://muse.jhu.edu/pub/1/article/884289/summary

Aljasir, S. (2022). Present but absent in the digital age: testing a conceptual model of phubbing and relationship satisfaction among married couples. *Human Behavior and Emerging Technologies*, *2022*(1), 1402751. https://doi.org/10.1155/2022/1402751

Ansari, S., Azeem, A., Khan, I., & Iqbal, N. (2024). Association of phubbing behavior and fear of missing out: A systematic review and meta-analysis. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *27*(7), 467-481. https://doi.org/10.1089/cyber.2023.0761

Bernstein, D. P., Stein, J. A., Newcomb, M. D., Walker, E., Pogge, D., Ahluvalia, T., ... & Zule, W. (2003). Development and validation of a brief screening version of the Childhood Trauma Questionnaire. *Child abuse & neglect*, *27*(2), 169-190. https://doi.org/10.1016/s0145-2134(02)00541-0

Bernstein, E. M., & Putnam, F. W. (1986). Development, reliability, and validity of a dissociation scale. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, *174*(12), 727-35. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3783140/

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]

Canby, N. K., Cosby, E. A., Palitsky, R., Kaplan, D. M., Lee, J., Mahdavi, G., ... & Britton, W. B. (2025). Childhood trauma and subclinical PTSD symptoms predict adverse effects and worse outcomes across two mindfulness-based programs for active depression. *PLoS One*, *20*(1), e0318499. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0318499

Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). Measuring phone snubbing behavior: Development and validation of the Generic Scale of Phubbing (GSP) and the Generic Scale of Being Phubbed (GSBP). *Computers in human behavior*, *88*, 5-17. https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.06.020

Dibajnia, P., Azizi, M., Fathollahzadeh, F., & Rezaei, M. (2025). Phubbing Behavior and its Association With Depression, Anxiety, and Stress in Rehabilitation Students in Iran: A Cross-Sectional Study. *Health Science Reports*, *8*(3), e70416. https://doi.org/10.1002/hsr2.70416

Eşkisu, M., Boysan, M., & Çam, Z. (2024). A mixture modeling of the predictors of internet addiction: Cognition and dissociation. *Psychological Reports*, *127*(5), 2262-2286. https://doi.org/10.1177/00332941221149180

Favini, A., Culcasi, F., Cirimele, F., Remondi, C., Plata, M. G., Caldaroni, S., ... & Luengo Kanacri, B. P. (2024). Smartphone and social network addiction in early adolescents: The role of self-regulatory self-efficacy in a pilot school-based intervention. *Journal of Adolescence*, *96*(3), 551-565. https://doi.org/10.1002/jad.12263

Forster, M., Rogers, C. J., Sussman, S., Watts, J., Rahman, T., Yu, S., & Benjamin, S. M. (2021). Can adverse childhood experiences heighten risk for problematic internet and smartphone use? Findings from a college sample. *International journal of environmental research and public health*, *18*(11), 5978. https://doi.org/10.3390/ijerph18115978

Gao, T., Mei, S., Cao, H., Liang, L., Zhou, C., & Meng, X. (2022). Parental psychological aggression and phubbing in adolescents: A moderated mediation model. *Psychiatry investigation*, *19*(12), 1012. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9806507/

Huang, C. C., Tan, Y., Cheung, S. P., & Hu, H. (2021). Adverse childhood experiences and psychological well-being in Chinese college students: mediation effect of mindfulness. *International journal of environmental research and public health*, *18*(4), 1636. https://doi.org/10.3390/ijerph18041636

Lakshmi, R. R. R. (2021). Understanding smartphone addiction and the role of Meditation in its management-a review. *Journal of Research in Traditional Medicine*, *7*(1), 27-27. https://www.tmjournal.org/index.php?mno=77885

McKeen, H., Hook, M., Podduturi, P., Beitzell, E., Jones, A., & Liss, M. (2023). Mindfulness as a mediator and moderator in the relationship between adverse childhood experiences and depression. *Current Psychology*, *42*(8), 6576-6586. https://doi.org/10.1007/s12144-021-02003-z

Ni, N., Ahrari, S., Zaremohzzabieh, Z., Zarean, M., & Roslan, S. (2025). A meta-analytic study of partner phubbing and its antecedents and consequences. *Frontiers in Psychology*, *16*, 1561159. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1561159

Ortiz, R., & Sibinga, E. M. (2017). The role of mindfulness in reducing the adverse effects of childhood stress and trauma. *Children*, *4*(3), 16. https://doi.org/10.3390/children4030016

Rafiq, S., Campodonico, C., & Varese, F. (2018). The relationship between childhood adversities and dissociation in severe mental illness: A meta-analytic review. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, *138*(6), 509-525. https://doi.org/10.1111/acps.12969

Ríos, R. C. M., Rentería, G. E. H., Salas, Y. E. A., & de Urdaneta, M. M. H. (2025). Impacto del partner phubbing en la comunicación marital: Un caso peruano. *Familia. Revista de Ciencia y Orientación familiar*, *12*(63), 31-60. https://doi.org/10.36576/2660-9525.63.31

Roche, A. I., Kroska, E. B., Miller, M. L., Kroska, S. K., & O'Hara, M. W. (2019). Childhood trauma and problem behavior: Examining the mediating roles of experiential avoidance and mindfulness processes. *Journal of American college health*, *67*(1), 17-26. https://doi.org/10.1080/07448481.2018.1455689

Samanta, P., Mohapatra, I., Mitra, R., Mishra, J., Mahapatra, P., Mohakud, N. K., ... & Bahera, M. R. (2024). Mindfulness as a Path to Freedom from Internet Addiction in Adolescents: A Narrative Review. *Cureus*, *16*(10), e72544. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39606537/

Sezgin, E. (2025). The mediating effect of mindfulness on adverse childhood experiences and psychological resilience in Turkish female university students. *Frontiers in Psychology*, *16*, 1528159. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1528159

Shim, S., Kim, D., & Kim, E. (2024). Dissociation as a mediator of interpersonal trauma and depression: adulthood versus childhood interpersonal traumas3. *BMC psychiatry*, *24*(1), 764. https://doi.org/10.1186/s12888-024-06095-2

Tang, Q., Zou, X., Gui, J., Wang, S., Liu, X., Liu, G., & Tao, Y. (2024). Effects of childhood trauma on the symptom-level relation between depression, anxiety, stress, and problematic smartphone use: A network analysis. *Journal of Affective Disorders*, *358*, 1-11. https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165032724007365

Ural, C., Belli, H., Akbudak, M., & Tabo, A. (2015). Childhood traumatic experiences, dissociative symptoms, and dissociative disorder comorbidity among patients with panic disorder: A preliminary study. *Journal of Trauma & Dissociation*, *16*(4), 463-475. https://doi.org/10.1080/15299732.2015.1019175

Von Schröder, C., Nkrumah, R. O., Demirakca, T., Ende, G., & Schmahl, C. (2025). Dissociative experiences alter resting state functional connectivity after childhood abuse. *Scientific Reports*, *15*(1), 4095. https://doi.org/10.1038/s41598-024-79023-9

Walach, H., Buchheld, N., Buttenmüller, V., Kleinknecht, N., & Schmidt, S. (2006). Measuring mindfulness—the Freiburg mindfulness inventory (FMI). *Personality and individual differences*, *40*(8), 1543-1555. https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.11.025

Walach, H., Sauer, S., Kohls, N., Rose, N., & Schmidt, S. (2025). Freiburg mindfulness inventory (FMI) short form and revised form (FMI-13R)—norm scores and psychometrics in a representative German sample. *BMC psychology*, *13*, 1328. https://doi.org/10.1186/s40359-025-03671-3

Zhang, M. X., Zhang, H., & Wu, A. M. (2025). Disentangling the impacts of childhood environment on problematic smartphone use from the life history perspective. *Journal of the Korean Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, *36*(3), 152. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12223667/

Zhang, Z., Wu, L., Lu, C., & Guan, T. (2025). Effectiveness of brief online mindfulness-based intervention on different types of mobile phone addiction: mechanisms of influence of trait mindfulness. *Frontiers in Psychology*, *16*, 1400327. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1400327

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]