

نقش میانجی ذهنی سازی در رابطه مکانیزم‌های دفاعی و گرایش به رفتارهای پرخطر در دانشجویان

The mediating role of mentalization in the relationship between defense mechanisms and tendency towards risky behaviors in university students

Mansoureh Behzadi Nejad

Department of Psychology, Saveh Branch, Islamic Azad University, Saveh, Iran.

Somayeh Robat Mili *

Department of Health and Welfare Governance, University of Tehran, Tehran, Iran.

robatmili.s@ut.ac.ir

Hamid Khanipour

Department of Psychology, University of Kharazmi, Tehran, Iran.

منصوره بهزادی نژاد

گروه روانشناسی، واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه، ایران.

سمیه رباط میلی (نویسنده مسئول)

گروه حکمرانی سلامت و رفاه، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

حمید خانیپور

گروه روانشناسی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران.

Abstract

The present study aimed to investigate the mediating role of mentalization in the relationship between defense mechanisms and the tendency to risky behaviors in students. The research method was descriptive-correlational structural modeling. The statistical population included undergraduate students aged 18 to 24 years at Tehran's Azad University in the academic year 2023-2024. From this population, 410 people were selected as samples using the available sampling method. The research instruments included the Defense Styles Questionnaire (DSQ) by Andrews et al. (1993), the Risk-taking Scale (RS) by Zadeh Mohammadi and Ahmadabadi (2008), and the Mentalization Questionnaire (MQ) by Fonagy et al. (1998). Structural equation analysis was used to analyze the data. The results indicated a favorable fit of the research model. The results indicated a significant direct effect of defense mechanisms and mentalization on the tendency to risky behaviors ($P<0.01$). The results also indicated a significant indirect effect of mature and immature defense mechanisms ($P<0.05$) and a non-significant effect of neurotic defense mechanisms ($P>0.05$) on the tendency to risky behaviors mediated by mentalization ($P=0.001$). These results indicate that mentalization, considering the role of defense mechanisms, can explain the tendency to risky behaviors of students.

Keywords: Mentalization, Defense Mechanisms, Tendency to Risky Behaviors.

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی ذهنی‌سازی در رابطه مکانیزم‌های دفاعی و گرایش به رفتارهای پرخطر در دانشجویان بود. روش پژوهش توصیفی-همبستگی از نوع مدل‌یابی ساختاری بود. جامعه آماری شامل دانشجویان کارشناسی ۱۸ تا ۲۴ سال دانشگاه‌های آزاد سطح شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ بود. از این جامعه تعداد ۴۱۰ نفر به روش نمونه‌گیری دردسترس به عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه سبک‌های دفاعی (DSQ) اندروز و همکاران (۱۹۹۳)، مقیاس خطرپذیری (RS) زاده محمدی و احمدآبادی (۱۳۸۷) و پرسشنامه ذهنی‌سازی (MQ) فونایگ و همکاران (۱۹۹۸) بود. از تحلیل معادلات ساختاری برای تحلیل داده‌ها استفاده شد. نتایج بیانگر برازش مطلوب مدل پژوهش بود. نتایج نشا دهنده معناداری اثر مستقیم مکانیزم‌های دفاعی و ذهنی‌سازی بر گرایش به رفتارهای پرخطر بود ($P<0.01$). همچنین نتایج بیانگر معناداری اثر غیرمستقیم مکانیزم‌های دفاعی رشدیافته و رشدنیافته ($P>0.05$) و عدم معناداری مکانیزم‌های دفاعی روان‌آزرده ($P>0.05$) بر گرایش به رفتارهای پرخطر با میانجی‌گری ذهنی‌سازی بود. این نتایج نشان می‌دهد که ذهنی‌سازی با توجه به نقش مکانیزم‌های دفاعی می‌تواند تبیین‌کننده گرایش به رفتارهای پرخطر دانشجویان باشد.

واژه‌های کلیدی: ذهنی‌سازی، مکانیزم‌های دفاعی، گرایش به رفتارهای پرخطر.

مقدمه

یکی از مسائل شایع در دوران دانشجویانی که می‌تواند مخل بهزیستی روان‌شناختی باشد، رفتارهای پرخطر^۱ در دانشجویان است (هناوی^۲ و همکاران، ۲۰۲۰). در دوران دانشجویی به دلیل تغییرات عاطفی، روانی و اجتماعی که رخ می‌دهد و همچنین دنیای جدید و متنوعی که دانشجویان در آن قرار دارند، احتمال گرایش به رفتارهای پرخطر افزایش می‌یابد (لانگو^۳، ۲۰۲۴). رفتارهای پرخطر به عنوان سندروم رفتارهای مشکل‌ساز مفهوم‌بندی می‌شود و رفتارهایی مانند سیگار کشیدن، مصرف مواد مخدر و الکل، رانندگی خطرناک و رابطه جنسی زود هنگام را شامل می‌شود (قضایی و همکاران، ۲۰۲۲). این رفتارهای پرخطر همگی می‌توانند به سبک زندگی ناسالم منجر شود (الانصاری^۴ و همکاران، ۲۰۲۴). تغییرات روانی اجتماعی در کنار تمایلات هیجان‌طلبی می‌تواند منجر به افزایش تصمیم‌گیری ضعیف و تمایل دانشجویان به رفتارهای پرخطر گردد (هندرمین^۵ و همکاران، ۲۰۲۳). به نظر می‌رسد که مکانیزم‌های دفاعی به عنوان واکنش‌های ناخودآگاه روان‌شناختی با توجه به اینکه با تحریف و تغییر جهت در درک واقعیت درونی و بیرونی همراه است، می‌تواند با رفتارهای پرخطر همراه گردد (بولدرینی^۶ و همکاران، ۲۰۲۰؛ خطیب و همکاران، ۱۴۰۰).

مکانیسم‌های دفاعی با توجه به عملکردشان در زنجیره‌ای از مکانیزم‌های رشدیافته، روان‌رنجور، تا رشدنیافته طبقه‌بندی می‌شوند (شاپیرو^۷، ۲۰۲۴). مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته مانند شوخ طبعی به فرد کمک می‌کند تا با تجارب ناخوشایند مانند دوسوگرایی‌ها یا واقعیت‌های ناراحت‌کننده مقابله کند. مکانیزم‌های روان‌رنجور نیز به طور ناخودآگاه برای تنظیم پریشرانی عاطفی به کار می‌رود و هدف آنها اجتناب از تجربه هیجان‌های ناراحت‌کننده است. زمانی که با انعطاف به کار می‌روند می‌توانند مفید باشند، اما به طور معمول با تجربه درونی پریشرانی روانی مرتبط هستند. دفاع‌های رشد نیافته برای حذف تأثیرات عاطفی تهدیدکننده بالقوه از طریق دفاع‌هایی مانند فرافکنی عمل می‌کنند و عمدتاً به صورت بین‌فردی به کار می‌روند (کامپ^۸ و همکاران، ۲۰۲۱). انتخاب مکانیسم دفاع غیرارادی است، اما چنین انتخابی می‌تواند به تفاوت‌های زیادی در سلامت روان منجر شود (شاپیرو، ۲۰۲۴). مکانیسم‌های دفاعی عصبی، نابالغ و آسیب‌شناختی در جمعیت عمومی شایع هستند و با اختلالات روانی اجتماعی مرتبط هستند (بلانکو^۹ و همکاران، ۲۰۲۳). در یکی از محدود پژوهش‌های صورت گرفته بر روی دانش‌آموزان نشان داده شده که مکانیزم‌های دفاعی رشد نیافته باعث افزایش گرایش به رفتارهای پرخطر می‌شود (خطیب و همکاران، ۱۴۰۰).

اگرچه مطالعات به راهبردهای اثرگذاری مکانیزم‌های دفاعی بر گرایش به رفتارهای پرخطر توجه نکرده‌اند، با این حال به نظر می‌رسد که افزایش ظرفیت ذهنی بیماران ممکن است یک رویکرد عملی برای کاهش مکانیسم‌های دفاعی ناسازگار باشد (هایدن^{۱۰} و همکاران، ۲۰۲۳). از ذهنی‌سازی نیز به عنوان یکی از عوامل دخیل در گرایش به رفتارهای پرخطر نیز نام برده شده است (هرو - فرناندز^{۱۱} و همکاران، ۲۰۲۲). ذهنی‌سازی به عنوان یک ظرفیت شناختی-اجتماعی برای اندیشیدن به خود و دیگران به عنوان موجودات روان‌شناختی و در نظر گرفتن حالات و انگیزه‌های ذهنی زیربنایی هنگام تفسیر رفتارها است (شولتز - ونرات^{۱۲}، ۲۰۲۱). ذهنی‌سازی بیانگر این مورد است که فرد به‌طور ضمنی و صریح اعمال خود و دیگران را بر اساس حالات ذهنی عمدی مانند خواسته‌ها، نیازها، باورها و دلایل فردی معنادار تفسیر می‌کند (مک‌بت^{۱۳} و همکاران، ۲۰۲۴). برای نوجوانان و جوانان نشان داده شده که ذهنی‌سازی یک عامل محافظت در برابر تجربیات ناخوشایند کودکی و متعاقباً رفتارهای پرخطر است (سیرنل و دیرهال^{۱۴}، ۲۰۲۴). به طور خاص برای دانشجویان نشان داده شده که ضعف در جنبه عملیاتی ذهنی‌سازی، به ویژه ظرفیت تاملی، با افزایش گرایش به رفتارهای پرخطر در دانشجویان همراه است (کتانی و همکاران، ۱۴۰۱). اگرچه افراد با گرایش به رفتارهای پرخطر و قانون‌شکنانه نقص ذهنی را نشان می‌دهند و ذهنی‌سازی ممکن است عامل

1 High-risk behaviors

2 Hanawi

3 Lungu

4 El Ansari

5 Hendammin

6 Boldrini

7 Shapiro

8 Kampe

9 Blanco

10 Hayden

11 Herrero-Fernández

12 Schultz-Venrath

13 MacBeth

14 Svernell & Dwyer Hall

محافظتی در برابر توسعه این اختلال باشد، اما هنوز بنیادهای اثرگذاری ذهنی سازی بر این رفتارها مورد بررسی قرار نگرفته است و خلاء پژوهشی در این حوزه به چشم می خورد (تثوینر^۱ و همکاران، ۲۰۲۱).

در باب ضرورت پژوهش می توان گفت که رفتارهای پرخطر در بین اقشار مختلف یکی از جدی ترین تهدیدات سلامت در سال های اخیر بوده است. به عنوان مثال، تخمین زده می شود که تا سال ۲۰۳۰، بیماری ها و مرگ و میر ناشی از دخانیات به عنوان یکی از بارزترین و شایع ترین رفتارهای پرخطر به ۱۰ میلیون نفر در سال خواهد رسید (اسلوسکی^۲، ۲۰۲۲). با این شرایط به نظر می رسد که بررسی عوامل و متغیرهای مرتبط و تبیین کننده رفتارهای پرخطر در دانشجویان ضروری باشد، چرا که اکثریت دانشجویان ایرانی حداقل یک رفتار پرخطر دارند و درگیر شدن در یک رفتار پرخطر، خطر درگیر شدن در سایر رفتارهای مخاطره آمیز را افزایش می دهد (پورالعجل و همکاران، ۲۰۱۹). در همین رابطه مکانیزم های دفاعی از درونی ترین عوامل اثرگذار بر رفتار هستند که به صورت ناخودآگاه در جهت کنترل و مدیریت استرس و اضطراب عمل می کنند و در برخی از موارد با تحریف و یا انکار واقعیت منجر به رفتارهای اشتباه و پرخطر می گردند (کامپ و همکاران، ۲۰۲۱). همچنین ذهنی سازی به واسطه افزایش آگاهی از حالت ذهنی و عاطفی خود و همچنین دیگران می تواند به تنظیم هیجان ها و حالت های عاطفی در دانشجویان کمک کند و مانع از اقدامات احساسی و تکانه ای مانند گرایش به رفتارهای پرخطر گردد (مکبت و همکاران، ۲۰۲۴).

در مجموع و با توجه به آنچه که گفته شد، شیوع روزافزون و نگران کننده رفتارهای پرخطر در دانشجویان ایرانی، بررسی عوامل مرتبط و تبیین کننده آن که از لحاظ روان شناختی قابل مداخله باشند را با اهمیت کرده است. بر همین اساس انجام پژوهش حاضر از آن جهت ضرورت دارد که می تواند متغیرهای مرتبط و تبیین کننده روان شناختی گرایش به رفتارهای پرخطر را در دانشجویان تا حدودی بررسی کند و بر پایه آن به تهیه مداخله ها و آموزش های روان شناختی توسط روان شناسان و متخصصان این حوزه جهت کاهش و یا کنترل گرایش به رفتارهای پرخطر کمک نماید. بر همین اساس هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی ذهنی سازی در رابطه بین مکانیزم های دفاعی و گرایش به رفتارهای پرخطر در دانشجویان بود.

روش

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع توصیفی - همبستگی بود. جامعه آماری شامل دانشجویان کارشناسی ۱۸ تا ۲۴ سال دانشگاه های آزاد سطح شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ بود. برای محاسبه حجم نمونه از فرمول پیشنهادی تعیین حجم نمونه در تحقیق های معادلات ساختاری استفاده شد. مطابق با تقسیم بندی کوهن^۳ حداقل اندازه اثر ۰/۱۹، حداقل توان آزمون ۰/۸۰ انتخاب شد (گیگنک و اسزودورای^۴، ۲۰۱۶) و مقدار حجم نمونه برای پژوهش ۳۸۲ نفر در سطح خطای ۰/۰۵ برآورد گردید. با در نظر گرفتن احتمال ریزش در داده ها حجم نمونه نهایی ۴۱۰ نفر در نظر گرفته شد. با توجه به عدم دسترسی به لیست کامل جامعه مورد مطالعه نمونه گیری به صورت در دسترس صورت گرفت. ملاک های ورود به پژوهش شامل عدم ابتلا به اختلال های روانی تشخیص داده شده توسط روان پزشک (طبق اظهار نظر شرکت کنندگان در پژوهش)، عدم معلولیت جسمی (طبق اظهار نظر شرکت کنندگان در پژوهش) و رضایت از شرکت در پژوهش بود. ملاک های خروج از پژوهش نیز شامل عدم پاسخگویی به حداقل ۵ درصد از سوالات پرسشنامه ها، درخواست خروج از پژوهش حین پاسخگویی به پرسشنامه ها و شناسایی به عنوان داده پرت در تحلیل داده ها بود. فرآیند نمونه گیری تا رسیدن به تعداد نمونه لازم و معرفی شده برای انجام پژوهش ادامه یافت. لازم به ذکر است که از جمله ملاحظات اخلاقی مورد توجه شامل اختیاری بودن شرکت در پژوهش و محرمانه نگه داشتن اطلاعات شرکت کنندگان بود. تحلیل داده ها با استفاده از تحلیل معادلات ساختاری و دو نرم افزار تحلیل آماری SPSS نسخه ۲۵ و AMOS نسخه ۲۵ صورت گرفت.

1 Taubner
 2 Slusky
 3 Cohen
 4 Gignac & Szodorai

ابزار سنجش

پرسشنامه سبک‌های دفاعی (DSQ):^۱ پرسشنامه سبک‌های دفاعی توسط اندروز^۲ و همکاران (۱۹۹۳) به منظور سنجش سبک‌های دفاعی در افراد طراحی و تدوین شده است. این پرسشنامه دارای ۴۰ سوال و سه بعد رشد یافته، روان‌رنجور و رشد نایافته مکانیزم‌های دفاعی را براساس طیف ۹ گزینه‌ای لیکرت (کاملاً مخالفم = ۱ تا کاملاً موافقم = ۹) ارزیابی می‌کند. سازندگان میزان آلفای کرونباخ ۰/۷۵ الی ۰/۸۵ و ضریب بازآزمایی ۰/۵۶ تا ۰/۷۱ را برای هر سه عامل با بازه زمانی ۱۸ روز گزارش کرده‌اند. همچنین سازندگان روایی همگرایی هر سه عامل را با رفتارهای ضد اجتماعی با مقدار همبستگی بالاتر از ۰/۳۲ معنادار گزارش کرده‌اند ($p < ۰/۰۵$). در ایران حیدری‌نسب و شعیری (۱۳۹۰) روایی همگرایی میان پرسشنامه پنج عاملی شخصیت و پرسشنامه سبک‌های دفاعی را بین ۰/۲۱ تا ۰/۴۰ ($P < ۰/۰۱$) گزارش دادند و پایایی پرسشنامه را به روش آلفای کرونباخ بین ۰/۸۹ تا ۰/۶۹ و ضریب آزمون - بازآزمون را به فاصله دو هفته ۰/۷۵ تا ۰/۷۹ گزارش کردند. در پژوهش حاضر مقدار آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌های پرسشنامه بالاتر از ۰/۷۱ بدست آمد.

پرسشنامه ذهنی‌سازی (MQ):^۳ پرسشنامه ذهنی‌سازی توسط فوناگی و همکاران (۱۹۹۸) در قالب دو فرم ۴۶ سوالی و ۲۶ سوالی ساخته شده است که فرم ۲۶ سوالی آن در ایران توسط دروگر و همکاران (۲۰۲۰) اعتباریابی شده است که ۱۲ سوال آن به دلیل ضریب همسانی دورنی پایین از نسخه فارسی حذف و ۱۴ سوال آن حفظ شده است. نمره‌گذاری پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای صرت می‌گیرد (کاملاً غلط است = ۰ تا کاملاً درست است = ۴). در نسخه ۱۴ سوالی فارسی گویه‌های ۱ تا ۹ عامل اطمینان و گویه‌های ۱۰ تا ۱۴ عامل عدم اطمینان را می‌سنجند. در نسخه خارجی روایی همگرا پرسشنامه با پرسشنامه دلبستگی با مقدار همبستگی بالاتر از ۰/۳۸ معنادار گزارش شده ($P < ۰/۰۱$) و ضریب همسانی دورنی برای عامل اطمینان و عدم اطمینان به ترتیب ۰/۶۳ و ۰/۶۷ گزارش شده است. همچنین پایایی آزمون را به روش بازآزمایی با فاصله سه هفته برای مؤلفه عدم اطمینان، ۰/۸۵ و برای مؤلفه اطمینان، ۰/۷۴ گزارش شده است. (فوناگی و همکاران، ۲۰۱۶). دروگر و همکاران (۲۰۲۰) آلفای کرونباخ برای عامل اطمینان ۰/۸۸ و برای عامل عدم اطمینان ۰/۶۶ گزارش داده‌اند. همچنین آنها نشان دادند که هر دو عامل پرسشنامه روایی همگرا معناداری با ضریب همبستگی ۰/۱۷ تا ۰/۳۷ با پرسشنامه‌های اضطراب-افسردگی و دلبستگی دارند. در پژوهش حاضر مقدار آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌های پرسشنامه بالاتر از ۰/۷۰ بدست آمد.

مقیاس خطرپذیری (RS):^۴ مقیاس خطرپذیری توسط زاده محمدی و همکاران (۱۳۹۰) طراحی و اعتباریابی شده است. این پرسشنامه شامل ۳۸ گویه بسته پاسخ بر اساس طیف پنج درجه ای لیکرت می‌باشد (شامل: هرگز = ۱، به ندرت = ۲، گاهی اوقات = ۳، اغلب = ۴ و همیشه = ۵). پرسشنامه ابعاد رانندگی خطرناک، خشونت، سیگار کشیدن، مصرف مواد مخدر، مصرف الکل، دوستی با جنس مخالف، رابطه و رفتار جنسی را مورد سنجش قرار می‌دهد. سازندگان مقیاس ضمن تایید روایی صوری مقیاس توسط ۶ تن از روان‌شناسان با مقدار بالاتر از ۰/۷۱ برای گویه‌ها و مولفه‌های پرسشنامه، میزان آلفای کرونباخ کل مقیاس و خرده مقیاس‌ها را به ترتیب ۰/۹۴ و ۰/۷۴ تا ۰/۹۳ گزارش داده‌اند. در پژوهش حاضر مقدار آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌های پرسشنامه بالاتر از ۰/۶۸ بدست آمد.

یافته‌ها

شرکت‌کنندگان در محدوده سنی ۱۸ تا ۲۴ سال ۷۹ نفر (۱۹/۳ درصد) از شرکت‌کنندگان ۱۸ تا ۱۹ سال، ۱۸۲ نفر (۴۴/۴ درصد) ۲۰ تا ۲۱ سال و ۱۴۹ نفر (۳۶/۳ درصد) ۲۲ تا ۲۴ سال داشتند. گفتنی است که میانگین و انحراف استاندارد سن شرکت‌کنندگان به ترتیب ۲۱/۱۳ و ۴/۸۸ سال بود، که ۲۵۰ نفر (۶۱ درصد) از شرکت‌کنندگان زن و ۱۶۰ نفر (۳۹ درصد) مرد بودند. ۳۲۹ نفر (۸۰/۲ درصد) شرکت‌کنندگان مجرد و ۸۱ نفر (۱۹/۸ درصد) متاهل بودند. جدول ۱ میانگین، انحراف استاندارد و ضرایب همبستگی بین مکانیزم‌های دفاعی (رشد نایافته، رشد یافته و روان‌آزده)، ذهنی‌سازی (اطمینان، عدم اطمینان)^۵ و گرایش به رفتارهای پرخطر (رانندگی خطرناک، خشونت، سیگار کشیدن، مصرف مواد مخدر، مصرف الکل، دوستی با جنس مخالف و رابطه/رفتار جنسی) را نشان می‌دهد.

1 defense style questionnaire (DSQ)

2 Andrews

3 Mentalization Questionnaire (MQ)

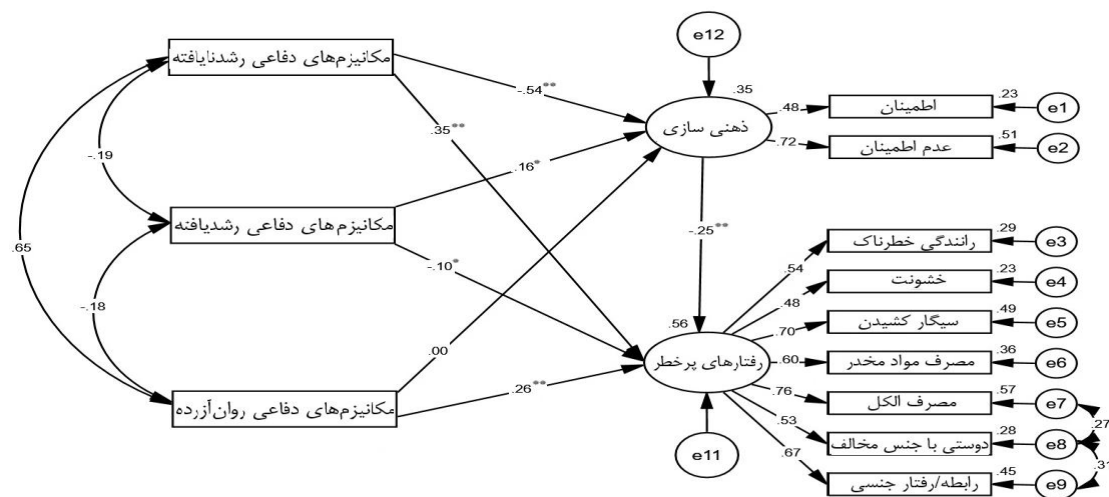
4 Risk scale (RS)

۵ - گویه‌های مؤلفه عدم اطمینان به صورت معکوس نمره گذاری شده است.

جدول ۱. شاخص های توصیفی و ضرایب همبستگی پیرسون متغیرهای پژوهش

متغیرهای تحقیق	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱. رشد نیافته	-											
۲. رشد یافته	-.۰۱۹**	-										
۳. روان آزرد	۰/۶۵**	-.۰۱۸**	-									
۴. اطمینان	-.۰۳۱**	-.۰۰۱	-.۰۱۹**	-								
۵. عدم اطمینان	-.۰۴۰**	۰/۲۴**	-.۰۲۶**	۰/۳۵**	-							
۶. رانندگی خطرناک	۰/۴۸**	-.۰۰۹	۰/۳۸**	-.۰۲۱**	-.۰۲۴**	-						
۷. خشونت	۰/۴۳**	-.۰۲۳**	۰/۳۱**	-.۰۱۲*	-.۰۲۶**	۰/۳۴**	-					
۸. سیگار کشیدن	۰/۴۶**	-.۰۱۴**	۰/۴۰**	-.۰۱۹**	-.۰۲۵**	۰/۳۱**	۰/۲۸**	-				
۹. مصرف مواد مخدر	۰/۳۸**	-.۰۲۵**	۰/۳۵**	-.۰۱۶**	-.۰۳۲**	۰/۳۲**	۰/۲۴**	۰/۴۴**	-			
۱۰. مصرف الکل	۰/۴۶**	-.۰۱۸**	۰/۴۳**	-.۰۲۵**	-.۰۲۸**	۰/۳۸**	۰/۳۲**	۰/۵۷**	۰/۴۸**	-		
۱۱. دوستی با جنس مخالف	۰/۳۹**	-.۰۱۵**	۰/۳۹**	-.۰۱۵**	-.۰۰۶	۰/۲۶**	۰/۲۰**	۰/۳۹**	۰/۲۴**	۰/۵۶**	-	
۱۲. رابطه/فشار جنسی	۰/۴۴**	-.۰۲۰**	۰/۴۱**	-.۰۱۹**	-.۰۲۳**	۰/۳۵**	۰/۲۴**	۰/۵۰**	۰/۳۷**	۰/۴۹**	۰/۵۳**	-
میانگین	۱۰۸/۰۸	۴۰/۵۳	۳۵/۱۹	۲۵/۹۷	۱۳/۲۳	۱۵/۲۷	۹/۳۰	۹/۳۳	۱۰/۷۱	۱۱/۳۷	۱۱/۹۸	۹/۴۱
بحراف استاندارد	۱۶/۳۲	۹/۶۰	۸/۲۱	۵/۷۴	۳/۷۸	۳/۹۹	۲/۲۸	۲/۴۰	۳/۶۱	۳/۸۲	۳/۳۲	۲/۵۹
کجی	-.۰/۰۸	-.۰/۲۰	۰/۱۶	۰/۲۶	۰/۱۱	۰/۳۳	۰/۷۸	۰/۶۵	۱/۳۴	۰/۵۳	۰/۱۷	-.۰/۵۹
شدیدی	-۱/۳۵	-.۰/۸۴	-۱/۱۲	-.۰/۸۷	-۱/۰۴	-.۰/۷۶	-.۰/۳۵	-.۰/۹۳	۰/۶۵	-.۰/۹۸	-.۰/۸۲	-.۰/۶۵

نتایج بدست آمده از آزمون همبستگی پیرسون در جدول ۱ نشان داد که هر هفت خرده مقیاس رفتارهای پرخطر با مکانیزم های دفاعی رشد یافته (به غیر از خرده مقیاس رانندگی خطرناک) و مولفه های ذهنی سازی (به جز رابطه دوستی با جنس مخالف و مولفه اطمینان) رابطه منفی ($P < 0/01$) و با مکانیزم های دفاعی رشد نیافته و روان آزرد رابطه مثبت دارد ($P < 0/01$). همچنین نتایج نشان داد که مکانیزم های دفاعی رشد نیافته و روان آزرد با مولفه های ذهنی سازی رابطه منفی و معناداری دارند ($P < 0/01$) و مکانیزم های دفاعی رشد یافته و مولفه عدم اطمینان رابطه منفی و معناداری نشان داد ($P < 0/01$). با توجه به اینکه شاخص کجی و کشیدگی بدست آمده برای متغیرهای پژوهش در جدول ۱ همگی در محدوده +۲ تا -۲ قرار دارند، بنابراین شکل توزیع متغیرها در شرایط تقریباً نرمالی قرار دارند. علاوه بر مقادیر گزارش شده در جدول ۱، مقادیر آماره تحمل برای متغیرها بیشتر از ۰/۴۰ و همچنین مقادیر آماره VIF کمتر از ۱۰ بود، بنابراین هم خطی میان متغیرهای پیش بین پژوهش نگران کننده نبود. همچنین مقدار بدست آمده برای آزمون دوربین واتسون برابر با ۱/۶۹ بود و بین مقدار مناسب ۱/۵ الی ۲/۵ قرار داشت، بنابراین می توان گفت که فرض استقلال مقادیر خطا نیز از یکدیگر رعایت شده است. در شکل ۱ مدل برازش شده پژوهش ارائه شده است.



شکل ۱. نگاره مدل برازش شده پژوهش در حالت استاندارد

در شکل ۱ مدل ساختاری پژوهش به صورت بررسی نقش میانجی ذهنی سازی در رابطه میان مکانیزم‌های دفاعی و رفتارهای پرخطر در محیط نرم افزار AMOS به همراه ضرایب مسیر آن ارائه شده است. در این مدل، متغیر ذهنی سازی که با دوم مولفه آن مشخص شده (اطمینان و عدم اطمینان) نقش متغیر میانجی، مکانیزم‌های دفاعی رشدیافته، رشد نیافته و روان آزرده نقش متغیر برونزا (مستقل) و متغیر رفتارهای پرخطر که با هفت خرده مقیاس آن مشخص شده (رانندگی خطرناک، خشونت، سیگار کشیدن، مصرف مواد مخدر، مصرف الکل، دوستی با جنس مخالف و رابطه/ رفتار جنسی) نقش متغیر درونزا (وابسته) را دارد. در جدول ۲ نتایج اثرات مستقیم ارائه شده است.

جدول ۲. نتایج اثرات مستقیم مدل پژوهش

مسیر	اندازه اثر غیر استاندارد	اندازه اثر استاندارد	اثر حد پایین	حد بالا	مقدار تی	P
مکانیزم های دفاعی رشد یافته بر ذهنی سازی	۰/۰۸	۰/۱۶	۰/۰۴	۰/۲۷	۲/۵۲	۰/۰۴
مکانیزم های دفاعی رشد نیافته بر ذهنی سازی	۰/۱۱	-۰/۵۴	-۰/۶۹	-۰/۴۰	-۵/۲۶	۰/۰۰۱
مکانیزم های دفاعی روان آزرده بر ذهنی سازی	۰/۰۱	۰/۰۱	-۰/۱۲	۰/۱۳	۰/۰۶	۰/۹۵
ذهنی سازی بر رفتارهای پرخطر	-۰/۱۳	-۰/۲۴	-۰/۴۰	۰/۱۲	-۲/۸۶	۰/۰۰۲
مکانیزم های دفاعی رشد یافته بر رفتارهای پرخطر	-۰/۰۳	-۰/۱۰	-۰/۱۷	-۰/۰۲	-۲/۱۳	۰/۰۵
مکانیزم های دفاعی رشد نیافته بر رفتارهای پرخطر	۰/۰۴	۰/۳۵	۰/۲۱	۰/۴۷	۴/۵۳	۰/۰۰۲
مکانیزم های دفاعی روان آزرده بر رفتارهای پرخطر	۰/۰۶	۰/۲۶	۰/۱۷	۰/۳۶	۴/۴۸	۰/۰۰۱

نتایج بدست آمده از جدول ۲ نشان داد که اثر مستقیم مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته و رشد نیافته به ترتیب با اندازه اثرهای استاندارد ۰/۱۶ ($P=۰/۰۴$) و ۰/۵۴ ($P=۰/۰۰۱$) بر ذهنی سازی معنادار است ولی اثر مکانیزم‌های دفاعی روان آزرده معنادار نبود ($P>۰/۰۵$). همچنین طبق نتایج اثر مستقیم ذهنی سازی، مکانیزم‌های دفاعی رشدیافته، رشد نیافته و روان آزرده بر رفتارهای پرخطر به ترتیب با اندازه اثر استاندارد ۰/۲۴ ($P=۰/۰۰۲$)، ۰/۱۰ ($P=۰/۰۵$)، ۰/۲۱ ($P=۰/۰۰۲$) و ۰/۲۶ ($P=۰/۰۰۱$) معنادار بود. در جدول ۳ نتایج اثرات میانجی ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج آزمون بوت استرپ جهت بررسی نقش میانجی ذهنی سازی در رابطه مکانیزم‌های دفاعی و رفتارهای پرخطر

مسیر	اندازه اثر غیر استاندارد	اندازه اثر استاندارد	اثر حد پایین	حد بالا	P
مکانیزم های دفاعی رشد یافته _ ذهنی سازی _ رفتارهای پرخطر	-۰/۰۱	-۰/۰۴	-۰/۰۹	-۰/۰۱	۰/۰۲
مکانیزم های دفاعی رشد نیافته _ ذهنی سازی _ رفتارهای پرخطر	۰/۰۱	۰/۱۳	۰/۰۶	۰/۲۵	۰/۰۰۲
مکانیزم های دفاعی روان آزرده _ ذهنی سازی _ رفتارهای پرخطر	-۰/۰۰۱	-۰/۰۰۱	-۰/۰۴	۰/۰۳	۰/۹۳

نتایج بدست آمده از آزمون بوت استرپ در جدول ۳ نشان داد که مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته و رشد نیافته به ترتیب با اندازه اثر استاندارد شده ۰/۰۴ ($P=۰/۰۰۲$) و ۰/۱۳ ($P=۰/۰۰۲$) اثر غیر مستقیم معناداری بر رفتارهای پرخطر با میانجی گری ذهنی سازی دارند ولی چنین اثر معناداری برای مکانیزم‌های دفاعی روان آزرده مشاهده نگردید ($P>۰/۰۵$). در جدول ۴ شاخص‌های برازش مدل اصلاح شده پژوهش ارائه شده است.

جدول ۴. شاخص های برازش مدل پژوهش

شاخص	مجذور کای	df	$2\chi^2/df$	P	RMSEA	NFI	IFI	CFI	GFI	AGFI
ملاک برازش	-	-	≤ 3	-	≤ 0.10	≥ 0.90	≥ 0.90	≥ 0.90	≥ 0.90	≥ 0.90

آماره پژوهش	۱۳۴/۳۶	۴۵	۲/۹۹	۰/۰۰۱	۰/۰۰۷	۰/۹۲	۰/۹۴	۰/۹۴	۰/۹۵	۰/۹۱
حاضر										

برای برازندگی مدل هر مقدار شاخص برازندگی تقسیم x^2 بر درجه آزادی کوچکتر از ۳ باشد، برازندگی مدل بهتر است. مقدار بدست آمده در پژوهش حاضر ۲/۹۹ بود که حاکی از برازش مدل بود. همچنین به طور کلی هرچه مقدار CFI، IFI، GFI و AGFI به یک نزدیکتر باشد و برابر و یا بالاتر از ۰/۹۰ باشد، حاکی از برازش مطلوب مدل دارد. با توجه به اینکه مقادیر بدست آمده برای چهار شاخص ذکر شده در پژوهش حاضر بالاتر از ۰/۹۰ بوده، بنابراین بر اساس این شاخص‌ها مدل پژوهش برازش مطلوبی دارد. برای شاخص RAMSEA نیز مقدار ۰/۰۸ و کمتر از آن بیانگر برازش مطلوب است که برای مدل پژوهش حاضر برابر با ۰/۰۷ بود. به طور کلی نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که مقدار بدست آمده برای شاخص‌های برازش در سطح بسیار مطلوبی قرار دارند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی ذهنی‌سازی در رابطه بین مکانیزم‌های دفاعی و گرایش به رفتارهای پرخطر در دانشجویان بود. نتایج بدست آمده بیانگر معناداری اثر مستقیم مکانیزم‌های دفاعی رشدیافته، رشدنیافته و روان‌آزوده بر رفتارهای پرخطر بود. این یافته با نتایج بدست آمده از پژوهش‌های بولدینی و همکاران (۲۰۲۰)، خطیب و همکاران (۱۴۰۰) و بلانکو و همکاران (۲۰۲۳) همسو بود. در تبیین یافته بدست آمده می‌توان گفت که مکانیزم‌های دفاعی واکنش افراد به تعارض‌های هیجانی ناشی از عوامل درونی و بیرونی را تعدیل می‌نماید. بر همین اساس می‌توان انتظار داشت که بر رفتارهای پرخطر اثرگذار باشد. زمانی که نیازها و امیال با محیط بیرونی و قوانین آن ناسازگار باشد و افراد شکست و اضطراب را تجربه نمایند، افراد از مکانیزم‌های دفاعی به عنوان راهی برای حفظ تمامیت شخصیت خود استفاده می‌کنند. به عبارتی مکانیزم‌های دفاعی سازوکارهای ناهشیار و غیرارادی هستند که برای کاهش اضطراب عمل می‌کنند (بولدینی و همکاران، ۲۰۲۰). با توجه به اینکه رفتارهای پرخطر اغلب مواقع به عنوان پاسخ‌های هیجانی و برای اجتناب از تجربه استرس و نقش‌های اضطراب‌انگیز تحصیلی و اجتماعی در دانشجویان است، بر همین اساس می‌توان انتظار داشت که مکانیزم‌های دفاعی رشد نیافته و روان‌رنجور که همراه با انحراف از واقعیت و دیدگاه غیر واقع‌بینانه است، برای اجتناب از استرس و اضطراب گرایش به رفتارهای پرخطر را در دانشجویان افزایش دهد. این دیدگاه وجود دارد که در مکانیزم‌های رشد نیافته و روان‌رنجور مقداری تحریف و ادراک غیرواقع‌بینانه وجود دارد که می‌تواند منجر به ناتوانی در مهار رفتارهای پرخطر و یا تمایل به رفتارهای پرخطری مانند پرخاشگری و مصرف مواد جهت جلوگیری از افزایش اضطراب شود (خطیب و همکاران، ۱۴۰۰). بر همین اساس می‌توان این استدلال را مطرح کرد که مکانیزم‌های دفاعی رشد نیافته و روان‌آزوده با توجه به اینکه مبتنی بر تحریف و دیدگاه غیرواقع‌بینانه است، احتمال بروز رفتارهای پرخطری مانند مصرف الکل و یا سیگار را جهت تنظیم هیجان‌های ناخوشایند و اضطراب تسهیل نماید. علاوه بر این باید توجه داشت که عملکرد روانشناختی نوجوانان و استفاده از راهبردهای دفاعی رشد نیافته و روان‌آزوده ناشی از مشکلات در تنظیم هیجانی قبل از رفتارهای مخاطره‌آمیز است که احتمال رفتار پرخطر را افزایش دهد. شاید به همین دلیل باشد که رفتارهای پرخطر در نوجوانان و جوانان به عنوان رفتاری در جهت کمک‌خواهی در نظر گرفته شده است.

همچنین نتایج بیانگر معناداری اثر مستقیم ذهنی‌سازی بر گرایش به رفتارهای پرخطر بود. این یافته با نتایج بدست آمده از پژوهش‌های کیانی مروج و همکاران (۱۴۰۳)، فرجامی و همکاران (۱۴۰۳)، کتانی و همکاران (۱۴۰۱) و پرادا - فرناندز^۱ و همکاران (۲۰۲۳) همسو بود. در تبیین یافته بدست آمده می‌توان گفت که ذهن‌سازی به عنوان ظرفیت درک و فهم رفتار خود و سایر افراد بر حسب حالات ذهنی با انگیزه عمدی مانند هیجان‌ها، آرزوها یا خواسته‌ها شناخته می‌شود. بر همین اساس ذهنی‌سازی به افراد این اجازه را می‌دهد که رفتار و احساس‌ها در فرد و افراد دیگر قابل پیش‌بینی شود (سیرنل و دیرهال، ۲۰۲۴). با توجه به اینکه ذهنی‌سازی همراه با افزایش درک و آگاهی از رفتارها و هیجان‌های خود و دیگران است، بنابراین می‌توان این احتمال را داد که با کاهش گرایش به رفتارهای پرخطر همراه شود که فاقد درک درست از این رفتارها و پیامدهای احتمالی آن است. در مقابل عدم قطعیت و ناتوانی در ذهنی‌سازی نشان‌دهنده نشانه‌ای از ناسازگاری روان‌شناختی و ذهنی‌سازی مختل است که احتمال رفتارهای غیر قابل پیش‌بینی و ناسازگارانه را افزایش می‌دهد (مک‌بت و

همکاران، ۲۰۲۴). با افزایش ذهنی سازی توانایی دانشجویان احتمالاً در پیش بینی رفتارها و پیامدها در محیط‌های مختلف و همچنین خودکنترلی ارتقاء می‌یابد که می‌تواند مانع از رفتارهای تکانشی مانند رفتارهای پرخطر شود. این امر از آن جهت مهم است که در دانشجویان نشان داده شده که نارسایی در فهم، وصف و پردازش هیجان و رفتارها سبب گرایش به رفتارهای پرخطر (مصرف مواد، سیگار، و مصرف الکل و ...) می‌شود (گراوند، ۱۴۰۱). بنابراین ظرفیت ذهنی سازی با تسهیل فهم و پردازش هیجان‌ها و رفتارهای خود و محیط در دانشجویان از سردرگمی و رفتارهای مخرب آنها نظیر رفتارهای پرخطر احتمالاً می‌کاهد.

همچنین نتایج بدست آمده بیانگر معناداری اثر غیرمستقیم مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته و رشدنیافته بر گرایش به رفتارهای پرخطر با میانجی گری ذهنی سازی بود. این یافته با نتایج بدست آمده از پژوهش‌های کیانی مروج و همکاران (۱۴۰۳)، فرجامی و همکاران (۱۴۰۳)، و پرادا - فرناندز و همکاران (۲۰۲۳) و هایدن و همکاران (۲۰۲۳) همسو بود. در تبیین یافته بدست آمده می‌توان گفت که از آنجایی که ذهنی سازی انسان را قادر می‌سازد تا در مورد اعمال خود و به‌ویژه در مورد فرآیندهای ذهنی که باعث اعمال خود می‌شود تأمل کند، ارتباط ذهنی سازی با استفاده از انواع مکانیسم‌های دفاعی محتمل به نظر می‌رسد. همچنین نشانه‌هایی وجود دارد که افزایش ذهنیت، ممکن است افراد را قادر سازد تا مکانیسم‌های دفاعی خود را دقیق بررسی کنند، که به نوبه خود می‌تواند توانایی کلی آنها را برای ذهنی سازی افزایش دهد (اسپوسیتو^۱ و همکاران، ۲۰۲۱). بر همین اساس می‌توان این احتمال را داد که مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته و رشدنیافته با توجه به ارتباطی که با ذهنی سازی دارند، می‌توانند بر رفتارهای پرخطر دانشجویان اثرگذار باشند. چرا که ذهنی سازی با افزایش درک و آگاهی از هیجان‌ها، رفتارها و نیازهای فرد همراه است که می‌تواند منجر به افزایش انسجام و هدفمندی ساختار خود در دانشجویان گردد. افرادی که نمرات ذهنی سازی پایین‌تری دارند، در استفاده از مکانیسم‌های دفاعی محدود هستند، زیرا برای شناسایی حالات روانی خود و دیگران دچار مشکل بودند (هایدن و همکاران، ۲۰۲۳). بنابراین می‌توان این استدلال را مطرح کرد که مکانیزم‌های دفاعی رشد نیافته با افزایش محدودیت در انتخاب مکانیزم‌ها و همچنین انحراف و تحریف واقعیت، ظرفیت ذهنی سازی را کاهش می‌دهند و این کاهش ظرفیت ذهنی سازی منجر به گرایش به رفتارهای پرخطر می‌گردد و در مقابل مکانیزم‌های رشد یافته با بهبود واقعیت‌نگری و درک دیدگاه خود و دیگران با تقویت ذهنی سازی همراه است و اگر ذهنی سازی هیجان‌ها و رفتارها به صورت همدلانه باشد، با احترام به خود و دیگران با کاهش رفتارهای پرخطر آسیب زنده به خود و دیگران همراه می‌شود.

درمجموع نتایج بدست آمده نشان داد که ذهنی سازی علاوه بر اثر مستقیمی که بر گرایش به رفتارهای پرخطر دانشجویان دارد، همچنین در رابطه میان مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته و رشدنیافته با گرایش به رفتارهای پرخطر نقش میانجی معناداری دارد. این نتایج بیانگر این است که روان‌شناسان و مشاوران در تلاش برای درک متغیرهای اثرگذار بر گرایش به رفتارهای پرخطر دانشجویان در مراکز آموزشی و درمانی روان‌شناختی دانشجویان می‌توانند به نقش ذهنی سازی با توجه به نقش متغیر مکانیزم‌های دفاعی توجه نمایند. با توجه به اینکه اکثریت نمونه مورد مطالعه در پژوهش حاضر در بازه سنی ۱۸ تا ۲۵ سال بود، بنابراین نتایج آن نمی‌تواند به همه دانشجویان، به ویژه دانشجویان خارج از این بازه سنی قابل تعمیم باشد. همچنین باید توجه کرد که بالغ بر ۸۰ درصد از نمونه مورد مطالعه از جمعیت مجردها بود، بنابراین نتایج بدست آمده چندان قابل تعمیم به جمعیت دانشجویان متأهل نمی‌باشد. همچنین باید توجه کرد که اکثریت شرکت‌کنندگان در پژوهش از جنسیت مونث بود، بنابراین در تعمیم نتایج آن به مذکرها باید احتیاط کرد. در نهایت عدم نمونه‌گیری تصادفی محدودیت دیگر پژوهش بود که تعمیم‌پذیری نتایج را با محدودیت روبرو می‌کند. بر همین اساس پیشنهاد می‌شود ضمن بررسی نقش و اثر متغیرهای جمعیت‌شناختی، پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های مشابه در دیگر گروه‌های سنی دیگر مانند دانش‌آموزان و یا افراد میانسال، جهت بررسی تعمیم‌پذیری نتایج نیز اجرا گردد.

منابع

حیدری نسب، ل. و شعبری، م. (۱۳۹۰). ساخت عاملی پرسشنامه سبک‌های دفاعی (DSQ-40) در نمونه‌های غیربالینی ایرانی. پژوهش‌های نوین روانشناختی (روانشناسی دانشگاه تبریز)، ۶(۲۱)، ۷۷-۹۷. https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_4170.html

خطیب، ع؛ پیرانی، ذ. و تقوایی، د. (۱۴۰۰). بررسی الگوی ساختاری رابطه بین رفتارهای پرخطر و مکانیزم‌های دفاعی با میانجی‌گری دشواری در تنظیم شناختی هیجان در دانش آموزان دوره متوسطه دوم. *سبک زندگی اسلامی با محوریت سلامت*، ۵ (۱)، ۴۶۸-۴۷۸.

[e368993cc550ffa39a4276b3a6b6cf](https://doi.org/10.368993cc550ffa39a4276b3a6b6cf)

زاده محمدی، ع؛ احمدآبادی، ز. و حیدری، م. (۱۳۹۰). تدوین و بررسی ویژگی‌های روان سنجی مقیاس خطرپذیری نوجوانان ایرانی. *مجله روان‌پزشکی و روانشناسی بالینی ایران (اندیشه و رفتار)*، ۱۷ (۳ پیاپی ۶۶)، ۲۱۸-۲۲۵. <http://ijpcp.iums.ac.ir/article-1-1417-fa.html>

فرجامی، م؛ فرجامی، ز؛ شکیبایی نژاد، آ. و پاییزی، ل. (۱۴۰۳). تدوین مدل رفتارهای خودآسیبی براساس تجربه ترومای کودکی و ناگویی هیجانی با میانجی‌گری ذهنی سازی در نوجوانان. *روان پرستاری*، ۱۲ (۱)، ۶۳-۵۰. [10.22034/IJPN.12.1.50](https://doi.org/10.22034/IJPN.12.1.50)

کتنانی، ا؛ علی نیا، م؛ رجبی، ف؛ معتمد منفرد، س؛ آقاخانی، ل. و مسجدی آرانی، ع. (۱۴۰۱). پیش‌بینی رفتارهای پرخطر براساس سبک‌های دلبستگی ناایمن: بررسی نقش میانجی ظرفیت تاملی. *شناخت اجتماعی*، ۱۱ (۲۱)، ۹-۱۶. <https://doi.org/10.30473/sc.2022.65905.2816>

کیانی مروج، م؛ سید موسوی، پ. و ولیزاده، پ. (۱۴۰۳). نقش تعدیل‌کنندگی ذهنی‌سازی در رابطه پذیرش - طرد والدین با گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان. *خانواده پژوهی*، ۲۰ (۱)، ۱۰۶-۱۲۴. [10.48308/jfr.2024.20.1.106](https://doi.org/10.48308/jfr.2024.20.1.106)

گراوند، ه. (۱۴۰۱). مدل‌یابی ساختاری سبک‌های هویت با گرایش به رفتارهای پرخطر در دانشجویان: نقش واسطه‌ای ناگویی هیجانی. *فصلنامه علمی اعتیادپژوهی*، ۱۶ (۶۶)، ۱۱۳-۱۴۴. [10.52547/etiadpajohi.16.66.113](https://doi.org/10.52547/etiadpajohi.16.66.113)

Andrews, G., Singh, M., & Bond, M. (1993). The Defense Style Questionnaire. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 181(4), 246-256. [DOI: 10.1097/NMD.0000000000000984](https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000984).

Blanco, C., Kampe, L., Wall, M. M., Liu, S. M., Wang, S., Caligor, E., & Olfson, M. (2023). Approximating defense mechanisms in a national study of adults: prevalence and correlates with functioning. *Translational Psychiatry*, 13(1), 21. <https://doi.org/10.1038/s41398-022-02303-3>.

Boldrini, T., Lo Buglio, G., Giovanardi, G., Lingiardi, V., & Salcuni, S. (2020). Defense mechanisms in adolescents at high risk of developing psychosis: An empirical investigation. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, 23(1), 4-15. [10.4081/ripppo.2020.456](https://doi.org/10.4081/ripppo.2020.456)

El Ansari, W., Sebena, R., El-Ansari, K., & Suominen, S. (2024). Clusters of lifestyle behavioral risk factors and their associations with depressive symptoms and stress: evidence from students at a university in Finland. *BMC Public Health*, 24(1), 1103. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18421-0>.

Esposito, G., Karterud, S., & Freda, M. F. (2021). Mentalizing underachievement in group counseling: Analyzing the relationship between members' reflective functioning and counselors' interventions. *Psychological Services*, 18(1), 73-83. <https://doi.org/10.1037/ser0000350>

Esposito, G., Passeggia, R., Pepicelli, G., Cannata, A., Parlato, F., & Freda, M. F. (2020). Mentalizing the University experience: an exploratory study on the relationship between university students' reflective functioning, psychological well-being and academic performance. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 8(2), 34-45. <https://doi.org/10.6092/2282-1619/mjcp-2415>

Fonagy, P., Target, M., & Bateman, A. (1998). The mentalization based approach to psychotherapy for borderline personality disorder. In *The psychoanalytic therapy of severe disturbance* (pp. 35-80). Routledge.

Ghazaei, M., Foroughi, M., & Saatchi, L. R. (2022). Testing the high-risk behavior model among the students based on religious orientation with the mediation of fear of death. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 85(1), 114-125. <https://doi.org/10.1177/0030222820941277>

Gignac, G. E., & Szodorai, E. T. (2016). Effect size guidelines for individual differences researchers. *Personality and individual differences*, 102, 74-78. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.069>.

Hanawi, S. A., Saat, N. Z. M., Zulkafly, M., Hazlenah, H., Taibukahn, N. H., Yoganathan, D. & Low, F. J. (2020). Impact of a Healthy Lifestyle on the Psychological Well-being of University Students. *International Journal of Pharmaceutical Research & Allied Sciences*, 9(2), 1-7. doi: [10.7759/cureus.50189](https://doi.org/10.7759/cureus.50189)

Hayden, M. C., Müllauer, P. K., Beyer, K. J., Gaugeler, R., Senft, B., Dehoust, M. C., & Andreas, S. (2023). Increasing mentalization to reduce maladaptive defense in patients with mental disorders. *Frontiers in psychiatry*, 12, 637915. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.637915>

Hendarmin, L. A., Risahmawati, R., Arsyad, A. P., Mardjikoeno, B., Fadhilah, M., Ekayanti, F., & Fitriyah, N. N. (2023). Smoking, Vaping Behavior, and the Experience of Depressive Symptoms Among High School Students in Jakarta, Indonesia. *International Journal of High Risk Behaviors and Addiction*, 12(1), 36-43. <https://doi.org/10.5812/ijhrba-133660>.

Herrero-Fernández, D., Parada-Fernández, P., Rodríguez-Arcos, I., Amaya-Carrillo, L., González-Sáez, M. E., & Rubio-González, M. (2022). The mediation effect of mentalization in the relationship between attachment and aggression on the road. *Transportation research part F: traffic psychology and behaviour*, 86, 345-355. <https://doi.org/10.1016/j.trf.2022.03.009>.

Kampe, L., Bohn, J., Remmers, C., & Hörz-Sagstetter, S. (2021). It's Not That Great Anymore: The Central Role of Defense Mechanisms in Grandiose and Vulnerable Narcissism. *Frontiers in psychiatry*, 12, 661948. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.661948>

- Lungu, T. (2024). Psychosocial characteristics of students' willpower in relation to gender, age, and background. *Acta et Commentationes Sciences of Education*, 37(3), 194-204. <https://doi.org/10.36120/2587-3636.v37i3.194-204>
- MacBeth, A., Christie, H., Golds, L., Morales, F., Raouna, A., Sawrikar, V., & Gillespie-Smith, K. (2024). Thinking about the next generation: The case for a mentalization-informed approach to perinatal and intergenerational mental health. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 97, 1-15. <https://doi.org/10.1111/papt.12483>
- Parada-Fernández, P., Herrero-Fernández, D., & Rodríguez-Arcos, I. (2023). The moderation effect of mentalization in the relationship between impulsiveness and aggressive behavior. *Scandinavian journal of psychology*, 64(6), 794–801. <https://doi.org/10.1111/sjop.12944>.
- Poorolajal, J., Mohammadi, Y., Soltanian, A. R., & Ahmadpoor, J. (2019). The top six risky behaviors among Iranian university students: a national survey. *Journal of Public Health*, 41(4), 788-797. <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdy204>
- Schultz-Venrath, U. (2021). Mentalizing shame, shamelessness and Fremdscham (shame by proxy) in groups. In *Shame Matters* (pp. 90-113). Routledge.
- Shapiro, D. (2024). On psychodynamic defense. *Psychiatry*, 87(3), 203-210. <https://doi.org/10.1080/00332747.2024.2381256>
- Slusky, R. I. (2022). Decreasing high-risk behavior in teens. *Healthcare executive*, 19(1), 48-48. <https://doi.org/10.1080/00140139.2022.2087276>
- Svernell, M., & Dwyer Hall, H. (2024). Co-Constructing Mentalizing Contexts in Therapeutic Work with Adolescents- Exploring Resilience in Social Support Networks. *Journal of Infant, Child, and Adolescent Psychotherapy*, 23(1), 96-107. <https://doi.org/10.1080/15289168.2024.2307276>
- Taubner, S., Hauschild, S., Kasper, L., Kaess, M., Sobanski, E., Gablonski, T. C., Schröder-Pfeifer, P., & Volkert, J. (2021). Mentalization-based treatment for adolescents with conduct disorder (MBT-CD): protocol of a feasibility and pilot study. *Pilot and feasibility studies*, 7(1), 139. <https://doi.org/10.1186/s40814-021-00876-2>.