رویش روان شناسی، سال۱۳، شماره ۲، شماره پیاپی۹۵، اردیبهشت ۱۴۰۳
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),13(2), 2024

اثربخشی آموزش همدلی بر احساس شرم و گناه و ترس از صمیمیت زنان دارای دلبستگی ناایمن

The effectiveness of empathy training on feelings of shame and guilt and fear of intimacy women with insecure attachment

دکتر حسن غریبی (نویسنده مسئول)
استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه کردستان، سنندج، ایران.
ناهید امامی
کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، نخجوان، آذربایجان.
صابر نبئی
کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

Dr. Hassan Gharibi *
Assistant Professor, Department Of Psychology, University Of Kurdistan, Sanandaj, Iran.
H.gharibi@uok.ac.ir
Nahid Emami
M.A in Clinical Psychology, Department of Psychology, Payame Noor University, Nakhjavan, Azarbayjan.
Saber Nabaei
M.A. in Educational Psychology. Department Of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran.

چکیده

هدف پژوهش حاضر تعیین اثر بخشی آموزش همدلی بر احساس شرم و گناه و ترس از صمیمیت زنان دارای دلبستگی ناایمن بود. روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون-پس آزمون و گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل کلیه مراجعان زن متأهل مراکز مراقبت از خانواده (طلیعه و ایرانی) وابسته به بهزیستی شهر تهران در سال ۱۴۰۲-۱۴۰۱ بود. حجم نمونه پژوهش شامل ۴۰ زن بود که به روش نمونه گیری هدفمند انتخاب شدند و به شیوه تصادفی در دو گروه گمارده شدند (هر گروه ۲۰ نفر). ابزار پژوهش شامل پرسشنامه آمادگی شرم و گناه (GASP) کوهن و همکاران (۲۰۱۱) و ترس از صمیمیت (FIS) دسکاتنر و سلن (۱۹۹۱) بود. گروه گواه مداخله ای دریافت نکرد، اما گروه آزمایش پژوهش، مداخله همدلی را در طول ۸ جلسه ۱۲۰ دقیقه ای در ۸ هفته دریافت کرد. برای تحلیل داده‌ها از تحلیل کوواریانس چندمتغیری استفاده شد. یافته‌ها نشان داد که با کنترل پیش آزمون بین میانگین پس آزمون احساس شرم، گناه و ترس از صمیمیت در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری در سطح ۰/۰۱ وجود داشت. نتایج نشان داد که آموزش همدلی، احتمالاً درمان کارآمدی برای درمان احساس شرم و گناه و ترس از صمیمیت در زنان دارای دلبستگی ناایمن است.

واژه‌های کلیدی: *احساس شرم و گناه، ترس از صمیمیت، دلبستگی ناایمن، همدلی.*

Abstract

The purpose of this study was to determine the effectiveness of empathy training on feelings of shame guilt and fear of intimacy in women with insecure attachment. The research method was semi-experimental with a pre-test-post-test design and a control group. The statistical population included all married female clients of family care centers (Talia and Irani) related to the welfare of Tehran city in 1401-1402. The sample size of the research included 40 women who were selected by purposive sampling method and randomly assigned to two groups (20 people in each group). The research tool included the guilt and shame proneness scale (GASP) of Cohen et al. (2011) and the fear of intimacy (FIS) Descatner and Thelan (1991). The control group did not receive any intervention, but the research experimental group received empathy intervention during 8 sessions of 120 minutes in 8 weeks Multivariate covariance analysis was used to analyze the data. The findings showed that with pre-test control, there was a significant difference between the post-test average of feelings of shame and guilt and fear of intimacy in the two experimental and control groups at the level of 0.01. The results showed empathy training is probably an effective treatment for feelings of shame guilt and fear of intimacy in women with insecure attachment.

Keywords: *feelings of shame and guilt, fear of intimacy, insecure attachment, empathy.*

نوع مقاله : پژوهشی **دریافت : آبان ۱۴۰۲** **پذیرش: بهمن ۱۴۰۲** **ویرایش نهایی: اردیبهشت ۱۴۰۳**

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-18]

مقدمه

دلبستگی و روابط مناسب با والدین از مهم ترین عوامل اجتماعی-عاطفی مرتبط با زندگی دارای کیفیت است. دلبستگی را می توان یک پیوند احساسی بین کودک و والدینش تعریف کرد که کودک از آن به عنوان مکان امن و منبع آرامش استفاده می کند و بر روابط بین فردی او در آینده بسیار اثرگذار است (بروس[1] و همکاران، ۲۰۲۲). از نظر بالبی سبک های ارتباطی ناکارآمد با فرزندان، دلبستگی ناایمن دوسوگرا یا دلبستگی ناایمن اجتنابی را ایجاد می کند (گاسیروسکا[2] و همکاران، ۲۰۲۲). این طبقه بندی بالبی نشان می دهد که بازنمایی شناختی خود و انتظارات از نحوه رفتار دیگران در روابط اجتماعی، فرآیندهای کلیدی در تعاملات بین فردی هستند (آلموندنا[3] و همکاران، ۲۰۲۲). دلبستگی ایمن که بر پایه پیوندهای عاطفی بین نوزاد و مراقبان اصلی در دوران کودکی بنا شده، قادر است بر ذهنیت آتی افراد درباره خود و تعامل با محیط پیرامون آنها تأثیر بگذارد (یان[4] و همکاران، ۲۰۱۹). سبک دلبستگی ناایمن نسبت به خود یا دیگران، باعث به وجود آمدن حس امنیت بسیار پایین در درون می شود و این افراد در زمان مواجه شدن با تنشها و آشفتگی های روزمره مستعد خلق افسرده هستند (ماسایو[5]، ۲۰۲۲). مطابق نظریه بالبی (۱۹۷۳)، رفتارهای والدین برای ترک یا کنار گذاشتن محبت، یا ترک واقعی باعث ایجاد اضطراب در مورد دسترسی و پاسخگویی به چهره های دلبستگی می شود و در نتیجه دلبستگی ناایمن ایجاد می کند. حتی غفلت های عاطفی توسط افرادی غیر از مادر باعث عدم تثبیت سبک دلبستگی می شود (ماسایو، ۲۰۲۲). پاسخگویی یا عدم پاسخگویی متناقض به نیازهای نوزاد برای در بر گرفتن سبک های دلبستگی ناایمن نه تنها بر شناخت و رفتار تأثیر می‌گذارد، بلکه تغییراتی را در مدارهای دوپامینرژیک و محور HPA ایجاد می‌کند که به ترتیب مرکز لذت و مرکز پاسخگویی به استرس هستند (مامو و لوکا[6]، ۲۰۲۲). از این رو این دسته از افراد بیشتر مشکلات رفتاری خود را نشان می‌دهند و با تنظیم هیجانی مانند تکانشگری دچار مشکل می‌شوند. (کرستس[7] و همکاران، ۲۰۱۹). بنابراین توانایی‌های ایشان در مدیریت احساسات ناراحت کننده و ایجاد ارتباط معنادار با دیگران خدشه دار می گردد (تولیا و سوری[8]، ۲۰۲۰).

احساسات مهم ترین وسیله پیوند افراد با یکدیگر هستند (سولومون و الستر[9]، ۲۰۰۱). جنبه هایی از احساسات وجود دارد که در نتیجه نقش قوانین رفتاری، تحریک می شود. این نوع از احساسات در هدایت رفتار افراد نقش تعیین کننده ای ایفا می کنند. از مهم ترین این احساسات می توان به احساس شرم و گناه اشاره کرد (تانگنی[10] و همکاران، ۲۰۰۷). احساس شرم و گناه با ارزیابی فرد از خود نسبت به مسئولیت های فردی به منظور دستیابی به هنجارهای اجتماعی مرتبط است. احساس شرم به عنوان ارزیابی منفی و کلی از خود و احساس گناه به عنوان ارزیابی منفی و جزئی از خود تعریف می شود. به بیان دیگر احساس شرم ارزیابی پایدار و احساس گناه ارزیابی گذرا است (بروفی[11] و همکاران، ۲۰۲۰). احساس شرم زمانی پدیدار می شود که فرد مرتکب عملی شود که هنجارهایی را نقض کند و احساس کند که عملی مخالف با هنجارهای گروه انجام داده است (هیلبرانت و بارکلی[12]، ۲۰۲۰). باتوجه به اینکه افراد اغلب در جستجوی انجام اموری هستند که از ایجاد احساس شرم در آنها جلوگیری کند، بنابراین شرم به عنوان یک تنظیم کننده قدرتمند رفتار، عمل می کند (دنیل و رابینسون[13]، ۲۰۱۹). از سوی دیگر احساس گناه زمانی پدیدار می شود که فرد مرتکب عمل خاصی شود که هنجارها و ارزش های حاکم را نقض کند درحالی که آن عمل را در درون خویش به عنوان یک عمل نادرست ارزیابی کرده است (بلمر[14] و همکاران، ۲۰۱۹). اگرچه احساس گناه و شرم، احساسات منفی خودآگاهی هستند که معمولاً در کنار هم وجود دارند، اما از جنبه های مهمی با یکدیگر متفاوت هستند (بار[15]، ۲۰۲۰). احساس گناه با تمایل به تقصیر در اعمال فرد مشخص می شود که می تواند منجر به پشیمانی و نزدیک

1. Bruce
2. Gasiorowska
3. Almundena
4. Yan
5. Masayo
6. Mamo & Louka
7. Kerestes
8. Tholia & Suri
9. Solomon & Elster
10. Tangeny
11. Brophy
12. Hillebrandt & Barclay
13. Daniels & Robinson
14. Bellemare
15. Barr

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-18]

شدن-ترمیم انگیزه ها شود. در نتیجه، مستعد بودن به گناه به عنوان یک سبک انطباقی مشخص می شود که در آن افراد به جای اینکه اجازه دهند اشتباهات را تسخیر کنند، آن ها را اصلاح می کنند (کارپنتر[1] و همکاران، ۲۰۱۹). از سوی دیگر، شرم بر خود جسمانی تمرکز می‌کند و زمانی احساس می‌شود که فرد نتواند به مفهوم خود ایده‌آل یا تصور از خود عمل کند و از نظر خود و دیگران احساس شکست یا حقارت یا ناکافی بودن کند (ون اسچی[2] و همکاران، ۲۰۲۱). در نظریه دلبستگی، ترس از صمیمیت به عنوان نوعی مدل کارکرد درونی است که به عنوان اجتناب از صمیمت مشخص می شود (دمیچیولوزی و گونچیو[3]، ۲۰۲۱). ترس از صمیمت را به عنوان یکی از متغیرهای مهم در افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن به منزله ظرفیت محدود فرد برای به اشتراک گذاشتن افکار و احساسات شخص با فردی مهم مثل پدر و مادر، دوست و جزء آن معرفی می کنند. بر طبق مطالعه عبید[4] و همکاران (۲۰۲۰) ترس از صمیمیت در بین زنان می تواند از سبک دلبستگی ناایمن تأثیرپذیر باشد. به گفته (دارسونو[5]، ۲۰۱۸)، ترس از صمیمیت ریشه در نگرش های منفی نسبت به خود و دیگران دارد که در اوایل زندگی ایجاد می شود. فردی که از صمیمیت می ترسد، ظرفیت محدودی برای ایجاد و حفظ رابطه نزدیک با دیگران دارد. وقتی ظرفیت و توانمندی افراد برای ابراز صمیمیت تحلیل رود، ترس از صمیمیت شکل می گیرد (پناهی و همکاران، ۱۳۹۶). ترس از صمیمیت موجب اضطراب اجتماعی، هراس اجتماعی، عدم اعتماد به نفس، نداشتن مهارت های اجتماعی و عدم سازگاری با جمع می شود (لو و چان[6]، ۲۰۱۸) و زمانی مشاهده می شود که افراد از تجربه ای مانند سهیم کردن دیگران در عمیق ترین افکار و احساسات خود می ترسند، این افراد از این که عمیقاً دیده شوند، هراسان اند و از تقسیم عشق، احساسات، لبخند و شادی و حتی تقسیم خلاقیت با دیگران واهمه دارند (منبک[7]، ۲۰۱۹). ریشه آسیب شناختی احساس شرم و گناه می تواند با تجربه دلبستگی افراد در کودکی مرتبط باشد و از تجربه اولین مرحله از زندگی در پاسخ به طرد یا جدایی از والدین یا مراقبت کنندگان خود به وجود آمده باشد (پاسانیسی[8] و همکاران، ۲۰۱۵). همدلی یک سازه چند بعدی است و شامل توانایی شناختی برای درک احساسات شخص دیگر، طنین عاطفی با آن احساسات و تمایل به پاسخ مناسب به نیازهای فرد است (لوت-جونز و همکاران[9]، ۲۰۱۹). توانایی همدلی به عنوان یک عامل محافظتی در برابر پاسخ های غیر انطباقی از سال های اولیه تا دوران کودکی و نوجوانی عمل می کند. این مستلزم تغییر از توجه به خود به نگرانی برای دیگران است و در کنار دستاوردهایی در تمایز خود از دیگران، دیدگاه‌گیری و تنظیم هیجانات توسعه می‌یابد (کانته[10] و همکاران، ۲۰۱۹). در همین رابطه آموزش همدلی از طریق افزایش درک فرد با ارتقای آگاهی وی از خود و دیگران، افزایش پاسخ های همدلانه با استفاده از تنظیم هیجان و گرفتن چشم انداز که منجر به افزایش دقت در همدلی می شود، بازخورد مثبتی را برای فرد فراهم می آورد (ریس[11]، ۲۰۱۵) و احتمالاً بتواند منجر به بهبود احساس شرم و گناه در زنان دارای دلبستگی ناایمن گردد.

نظر به وجود ترس از صمیمت در افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن و تجربه احساس شرم وگناه در این افراد و همچنین به واسطه خصوصیاتی که به علت مشکلات ناشی از روابط بین فردی و خانوادگی به تجربه احساس شرم و گناه در آن ها دامن می زند، پژوهش در این زمینه حائز اهمیت است. به نظر می رسد آموزش همدلی پیش زمینه ای برای به کارگیری مهارت های همدلی در احساس شرم و گناه و ترس از صمیمیت را فراهم می نماید، علاوه بر این از جنبه نظری به روشن شدن نقش آموزشی و یادگیری مهارت مهم همدلی در کاهش احساس شرم و گناه و ترس از صمیمیت در زنان دارای سبک دلبستگی ناایمن کمک می کند. مروری بر پژوهش های صورت گرفته نشان می دهد که مداخلات چندانی در مورد تعیین اثربخشی آموزش همدلی بر احساس شرم و گناه و ترس از صمیمیت در زنان دارای دلبستگی ناایمن صورت نگرفته است. بر این اساس هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش همدلی بر احساس گناه و شرم و ترس از صمیمیت در زنان دارای دلبستگی ناایمن بود.

1. Carpenter, Isenberg & McDonald
2. Van Schie
3 .Demircioğlu & Göncü
4. Obeid
5. Darsono
6.Lau & Chan
7.Manbeck
8. Passanisi
9. Levett-Jones
10. Conte
11. Riess

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-18]

روش

پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون-پس آزمون و گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل کلیه زنان متأهل مراجعه کننده به مراکز مراقبت از خانواده (طلیعه و ایرانی) وابسته به بهزیستی شهر تهران در سال ۱۴۰۲-۱۴۰۱ بود. تعداد ۴۰ نفر دارای دلبستگی ناایمن با روش نمونه گیری هدفمند انتخاب شدند. این افراد با گمارش تصادفی در دو گروه، یک گروه مداخله و یک گروه گواه (هر گروه ۲۰ نفر) قرار گرفتند. با توجه به اینکه حداقل حجم نمونه مورد نیاز برای هر گروه در طرح‌های آزمایشی ۱۵ نفر است (دلاور، ۱۳۹۸)، بنابراین حجم نمونه انتخاب شده کفایت می‌کند. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بودند از داشتن تحصیلات حداقل دیپلم، دارا بودن سن ۲۰ تا ۴۵ سال، داشتن سبک دلبستگی ناایمن بر اساس ارزیابی و تشخیص بالینی روانشناس و قرار نداشتن تحت سایر درمان‌ها. ملاک های خروج از پژوهش نیز شامل عدم مشارکت در فعالیت‌های گروه، عدم شرکت در حداقل دو جلسه از مداخله پژوهش، انصراف از ادامه پژوهش و عدم تعهد نسبت به تمرینات بود. ملاحظات اخلاقی پژوهش مشتمل بر رضایت آگاهانه، اصل رازداری و همچنین امکان خروج از هر مرحله ی پژوهش بود. برای تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش از روش تحلیل کوواریانس چندمتغیری و نرم افزار SPSS نسخه ۲۶ استفاده شد.

ابزار سنجش

پرسشنامه احساس شرم و گناه (GASP)[1]: پرسشنامه احساس شرم و گناه کوهن[2] و همکاران (۱۹۹۵) شامل ۱۶ سؤال است. سؤالات این پرسشنامه در مقیاس لیکرت بوده و دو عامل شرم و گناه را می‌سنجد. شیوه نمره گذاری با استفاده از مقیاس طیف لیکرت از گزینه خیلی زیاد، زیاد، نظری ندارم، مخالفم، و کاملاً مخالفم، می‌باشد که به ترتیب نمرات ۵ تا ۱ داده می‌شود. مجموع نمرات هر فرد می‌تواند ۱۶ الی ۸۰ باشد. در این مقیاس عباراتی در مورد موقعیت‌هایی که افراد در زندگی روزمره با آن‌ها مواجه می‌شوند و واکنش به این موقعیت‌ها ارائه و از ایشان خواسته می‌شود احتمال واکنش خود را در این شرایط روی مقیاسی پنج درجه‌ای مشخص کنند. احساس گناه دارای دو زیرمقیاس ارزیابی منفی[3] شامل ماده‌های ۱، ۹، ۱۴ و ۱۶ و انجام اعمال جبرانی[4] به دنبال تخلف فرد شامل ماده‌های ۲، ۵، ۱۱ و ۱۵ است؛ و احساس شرم متشکل از زیر مقیاس‌های خود ارزیابی منفی[5] شامل ماده‌های ۳، ۶، ۱۰ و ۱۳ و رفتار کناره‌جویانه[6] به دنبال افشای عمومی تخلف شامل ماده‌های ۴، ۷، ۸ و ۱۲ است. سازندگان در دو بررسی جداگانه ضرایب آلفای مطلوبی بین ۰/۶۱ تا ۰/۷۱ را برای زیرمقیاس‌های این مقیاس به‌دست آوردند. همچنین مقدار روایی را با روش تحلیل عاملی ۰/۶۰ گزارش کردند (کوهن و همکاران، ۱۹۹۵). در پژوهش هاشمی و همکاران (۱۳۹۶) ضریب آلفای کرونباخ برای احساس گناه، احساس شرم و کل مقیاس به ترتیب ۰/۸۲، ۰/۷۹ و ۰/۸۶است که نشان دهنده پایایی مطلوب برای خرده مقیاس‌ها و کل مقیاس احساسات شرم و گناه است. قنبری طلب و خرمایی (۱۳۹۵) روایی پرسشنامه را با روش تحلیل عاملی ۰/۸۱به دست آوردند. در پژوهش حاضر مقدار آلفای کرونباخ ۰/۶۵ بود.

پرسشنامه ترس از صمیمیت (FIS)[7]: پرسشنامه ترس از صمیمیت شامل ۳۵ سؤال است که توسط دسکاتنر و سلن[8] در سال (۱۹۹۱) به منظور سنجش اضطراب‌های مربوط به روابط نزدیک طراحی شده است و طیف وسیعی از موقعیت‌ها و روابط بین شخصی را آشکار می‌کند. ماده‌های ۳، ۶، ۷، ۸، ۱۰، ۱۴، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۱، ۲۲، ۲۵، ۲۷، ۲۹ و ۳۰به صورت معکوس نمره گذاری می‌شوند. دسکاتنر و سلن در سال (۱۹۹۱) مقدار آلفای کرونباخ را ۰/۹۳ و پایایی بازآزمایی را در فاصله زمانی چهار هفته ۰/۸۹ گزارش کرده اند. همچنین روایی را با روش تحلیل عاملی ۰/۷۴ محاسبه کردند. در جامعه ایرانی، این پرسشنامه توسط بشارت (۱۳۹۰) هنجار یابی شده است و همسانی درونی کل مقیاس ۰/۹۱ و ضریب بازآزمایی را در فاصله زمانی دو تا چهار هفته ۰/۷۴ به دست آورده اند. بشارت (۱۳۹۰) روایی این پرسشنامه را با روش تحلیل عاملی ۰/۵۱ به دست آورد. در پژوهش حاضر مقدار آلفای کرونباخ ۰/۵۸ بود.

1. Guilt and Shame Proneness scale
2. Cohen
3. Negative behavior evaluation
4. Repair
5 . Negative self-evaluation
6. Withdrawal
7. Fear of Intimacy Scale
8. Descunter and Thelen

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-18]

برنامه آموزش همدلی بر اساس کتاب آموزش همدلی فلاح و همکاران (۱۳۹۳) طی ۸ جلسه ۱۲۰ دقیقه ای در ۸ هفته متوالی اجرا گردید. خلاصه برنامه آموزش همدلی در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. برنامه آموزش همدلی

جلسه	مباحث هر جلسه
اول	بی تفاوتی چیست؟ وقتی بی تفاوت هستیم چه می کنیم؟ وقتی بی تفاوت هستیم چه احساسی داریم؟ آیا لازم است بی تفاوت باشیم؟ کجا باید بی تفاوت باشیم؟
دوم	همدردی چیست؟ وقتی همدردی میکنیم چه می کنیم؟ وقتی همدردی می کنیم چه احساسی داریم؟ آیا لازم است که همدردی کنیم؟ کجا باید همدردی کنیم؟
سوم	همدلی چیست؟ وقتی همدلی میکنیم چه می کنیم؟ وقتی همدلی می کنیم چه احساسی داریم؟ آیا لازم است که همدلی کنیم؟ کجا؟ فرق بی تفاوتی، همدردی و همدلی کدام است؟
چهارم	موانع همدلی کدام است؟ با گفتههای دوستانتان همدلی کنید. همدلی دوستانتان را ارزشیابی کنید. چه مهارت‌هایی به همدلی کمک می کنند؟ برای همدلی چه مهارت‌هایی نیاز داریم؟
پنجم	برای همدلی چه مهارت‌هایی نیاز داریم؟ دو تا از خطاهای تفسیری تان را نام ببرید. چرا باید همدلی را یاد بگیریم. آیا تفسیر ناروا در روابط تاثیر دارند؟ جهت جلوگیری از تفسیر ناروا چه کنیم؟
ششم	خطاهای تفسیری کدام اند؟ خطاهای تفسیری خودتان را نام ببرید. این خطاها چه نقشی در روابط ما دارند؟ راه جلوگیری از خطاهای تفسیری چیست؟ نتیجه خطاهای تفسیری در روابط چیست؟
هفتم	همدلی به چه فنونی نیاز دارد؟ فنون گوش دادن، انعکاس، ابراز وجود فنون را در رفتار خود دنبال کنید. نتیجه کاربرد فنون در رفتارتان چیست؟ ترکیب فنون در همدلی چگونه است؟
هشتم	همدلی چگونه تقویت می شود؟ به همدلی خودتان و گروه بازخورد دهید. احساستان در قبال همدلی تان چیست؟ برای ادامه همدلی باید چگونه عمل کنید مهارت‌های همدلی خود را توصیف کنید.

یافته‌ها

زنان شرکت کننده در گروه‌های پژوهش دارای مدرک دیپلم و فوق دیپلم ۱۴ نفر، لیسانس ۱۸ نفر، فوق لیسانس ۴ نفر و دکتری ۴ نفر بودند. میانگین و انحراف استاندارد سن شرکت‌کنندگان به ترتیب ۲۶/۸۵ و ۳۸/۴۲ بود. بازه‌ی سنی شرکت کنندگان ۱۸ تا ۴۰ سال و بالاتر بود که در گروه آزمایش و گواه ۶ نفر در بازه سنی ۱۸ تا ۲۸ سال، ۸ نفر در بازه ۲۹ تا ۳۹ سال و ۶ نفر در بازه ۴۰ سال و بالاتر حضور داشتند. در جدول ۲ شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

جدول ۲. اطلاعات متغیرهای پژوهش در پیش آزمون و پس آزمون به تفکیک گروه آزمایش و کنترل

متغیر	گروه	پیش آزمون		پس آزمون		کلموگروف-اسمیرنوف	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	آماره	Sig
احساس شرم	آزمایش	۲۷/۰۵	۴/۵۲	۱۹/۵۰	۴/۸۹	۰/۱۴	۰/۲۰
	گواه	۲۲/۴۵	۷/۳۴	۲۴/۹۰	۶/۲۴	۰/۱۷	۰/۱۱
احساس گناه	آزمایش	۱۶/۷۵	۲/۵۱	۲۳/۷۰	۳/۷۰	۰/۱۲	۰/۲۰
	گواه	۱۸/۷۰	۴/۶۱	۱۶/۷۵	۳/۴۳	۰/۱۵	۰/۲۰
ترس از صمیمیت	آزمایش	۱۲۸/۹۰	۱۴/۶۴	۸۲/۸۰	۱۳/۲۴	۰/۱۸	۰/۰۹
	گواه	۱۲۳/۸۰	۱۳/۴۸	۱۲۰/۹۰	۱۴/۳۹	۰/۲۱	۰/۲۱

بر اساس نتایج بدست آمده از جدول ۲ در گروه کنترل و در مرحله پیش آزمون میانگین نمرات احساس شرم، احساس گناه و ترس از صمیمیت به ترتیب برابر با ۲۲/۴۵، ۱۸/۷۰، ۱۲۳/۸۰ و در مرحله پس آزمون به ترتیب برابر با ۲۴/۹۰، ۱۶/۷۵ و ۱۲۰/۹۰ محاسبه شده است. همچنین در گروه آزمایش و در مرحله پیش آزمون میانگین نمرات احساس شرم، احساس گناه و ترس از صمیمیت به ترتیب برابر

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-18]

با ۲۷/۰۵، ۱۶/۷۵ و ۱۲۸/۹۰ و در مرحله پس آزمون به ترتیب برابر با ۱۹/۵۰، ۲۳/۷۰ و ۸۲/۸۰ محاسبه شده است. در جدول ۲ علاوه بر شاخص‌های توصیفی، مقادیر بدست آمده برای آزمون کلموگروف-اسمینوف نشان می‌دهد که داده‌ها در متغیرهای پژوهش در هر دو گروه و در هر دو مرحله آزمون در وضعیت نرمالی قرار دارند (P>۰/۰۵). علاوه بر نتایج جدول، همچنین نتایج آزمون لوین نیز نشان داد که پیش فرض همگنی واریانس متغیر پژوهش بین گروه‌ها در دو مرحله آزمون نیز رعایت شده است (P>۰/۰۵). علاوه بر این در آزمون ام باکس سطوح معناداری بدست آمده بیشتر از ۰/۰۵ بود که حاکی از همگنی ماتریس‌های واریانس-کوواریانس بود. همچنین بررسی همگنی شیب رگرسیون نشان داد که تعامل پیش آزمون با گروه معنادار نیست (P>۰/۰۵). در جدول ۳ نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری برای سه متغیر احساس شرم و گناه و ترس از صمیمیت ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج تحلیل کوریانس چند متغیری

آزمون	ارزش	F	درجه آزادی اثر	درجه آزادی خطا	سطح معناداری	اندازه اثر
اثر پیلای	۰/۸۰	۴۵/۴۶	۳/۰۰	۳۳/۰۰	۰/۰۰۱	۰/۸۰
لامبدای ویلکز	۰/۱۹	۴۵/۴۶	۳/۰۰	۳۳/۰۰	۰/۰۰۱	۰/۸۰
اثر هتلینگ	۴/۱۳	۴۵/۴۶	۳/۰۰	۳۳/۰۰	۰/۰۰۱	۰/۸۰
بزرگ ترین ریشه روی	۴/۱۳	۴۵/۴۶	۳/۰۰	۳۳/۰۰	۰/۰۰۱	۰/۸۰

همانطور که در جدول ۳ مشاهده می شود هر چهار آماره چند متغیری مربوطه (اثر پیلای، لامبدای ویلکز، اثر هلتینگ و بزرگترین ریشه روی) معنادار هستند (P<۰/۰۱). در ادامه با استفاده از آزمون تک متغیری تحلیل کوواریانس یک راهه (آنکوا) به بررسی اثر متغیر مستقل بر هر یک از متغیرهای وابسته پرداخته شده است.

جدول آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره

منبع	متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مربعات	مقدار F	مقدار P	ضرایب ایتا	توان آزمون
پیش آزمون	احساس شرم	۵۹/۴۸	۱	۵۹/۴۸	۷/۴۷	۰/۰۱۰	۰/۱۶	۰/۷۵
	احساس گناه	۳۵/۱۵	۱	۳۵/۱۵	۶/۲۷	۰/۰۱۷	۰/۱۴	۰/۶۸
	ترس از صمیمیت	۱۶۸۳/۴۹	۱	۱۶۸۳/۴۹	۱۱/۱۴	۰/۰۰۲	۰/۲۳	۰/۹۰
گروه	احساس شرم	۴۴۲/۴۰	۱	۴۴۲/۴۰	۱۷/۰۷	۰/۰۰۱	۰/۳۲	۰/۹۸
	احساس گناه	۵۱۰/۵۳	۱	۵۱۰/۵۳	۴۳/۵۲	۰/۰۰۱	۰/۵۵	۱/۰۰
	ترس از صمیمیت	۱۵۵۲۴/۵۲	۱	۱۵۵۲۴/۵۲	۱۰۵/۹۱	۰/۰۰۱	۰/۷۵	۱/۰۰
خطا	احساس شرم	۲۹۴/۲۶	۳۷	۷/۹۵				
	احساس گناه	۲۰۷/۳۹	۳۷	۵/۶۰				
	ترس از صمیمیت	۵۵۸۷/۵۰	۳۷	۱۵۱/۰۱				

نتایج بدست آمده از آزمون یک متغیری در جدول ۴ نشان می دهد که اثربخشی آموزش همدلی بر متغیر احساس احساس شرم (P=۰/۰۰۱ F=۱۷/۰۷) و احساس گناه (P=۰/۰۰۱ F=۴۳/۵۲) و همینطور متغیر ترس از صمیمیت (P=۰/۰۰۱ F=۱۰۵/۹۱) معنادار است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش همدلی بر احساس شرم و گناه و ترس از صمیمیت در زنان دارای دلبستگی ناایمن بود. نتایج نشان داد که آموزش همدلی بر ارزیابی منفی از مولفه‌های احساس گناه در زنان دارای دلبستگی ناایمن اثربخش بوده است. براساس یافته‌های این پژوهش، میانگین نمرات ارزیابی منفی پس از اجرای مداخله آموزشی در گروه آزمایش کاهش معنادار داشت. این

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-18]

یافته با نتایج بدست آمده از پژوهش صادقی فیروزآبادی و رییسی (۱۴۰۰)، رستمی و خرمایی (۱۳۹۹)، احمدوند (۱۳۹۷) و ابافت شلمزاری و قربانی (۱۳۹۷) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت، احساس گناه، احساسی منفی است که نسبت به رفتار اشتباه است نه نسبت به خود شخص (خزاعی و همکاران، ۱۴۰۰). تجربیات اولیه نه تنها کیفیت روابط بین شخصی را شکل می‌دهد بلکه زمینه ای را برای گسترش پاسخ‌های همدلانه فراهم می‌سازد. زنان دارای دلبستگی ناایمن انتقال از پاسخ‌های ویرانگر به رفتار مثبت را بازداری می کنند. این فرایند موجب کاهش توانایی همدلی و عفو می‌شود (خدابخش، ۱۳۹۱). به نظر می‌رسد آموزش همدلی در زنان دارای دلبستگی نا ایمن اجتنابی کمک نماید که به جای انکار نیاز خود به دلبستگی و بازداری از روابط مثبت و همدلانه با دیگران از طریق ارزیابی عملکرد خود در این رابطه و پذیرش مسئولیت خود در موقعیت‌های عاطفی اقدام ورزند. به عبارتی این دسته از زنان با ایجاد تفکیک بین اشتباهات و ضعف عملکردی خود در روابط از شخصیت خود قادر به پذیرش مسئولیت و سهم خود در ترمیم روابط میان فردی خواهند بود.

همچنین مداخله آموزش همدلی بر اعمال جبرانی از مؤلفه‌های احساس گناه در زنان دارای دلبستگی ناایمن اثربخش است و طبق نتایج میانگین نمرات اعمال جبرانی پس از مداخله آموزشی در گروه آزمایش افزایش معنادار داشته است. این یافته با نتایج بدست آمده از پژوهش صادقی فیروزآبادی و رییسی (۱۴۰۰)، رستمی و خرمایی (۱۳۹۹)، احمدوند (۱۳۹۷) همسو بود. نظر به اینکه زنان برخوردار از سبک دلبستگی ناایمن همواره نگران طرد شدن در روابط خود هستند و حتی به واسطه این نگرانی بعضاً به اجتناب از روابط تعاملی به دیگران پناه می‌برند. آموزش همدلی با ایجاد فرصت برای بهره برداری از اعمال جبرانی به منظور اصلاح تجربیات منفی درگذشته در خصوص بر قراری روابط درست با سایرین به جای نقد و سرزنش خود و دیگران به ترمیم روابط زنان دارای دلبستگی ناایمن کمک می‌کند (باس سارمینتو[1] و همکاران، ۲۰۲۰). همدلی باعث می شود که افراد دیدگاه منفی نسبت به خود و زندگیشان نداشته باشند و در میان این سختی‌ها در جست وجوی معنای وجودی-معنوی باشند و بهتر بتوانند با شرایط استرس‌زای زندگی که گاهی با دلسردی و ناامیدی همراه است، کنار بیایند.

مداخله آموزش همدلی بر خود ارزیابی منفی از مؤلفه‌های شرم در زنان دارای دلبستگی ناایمن نیز اثربخش است. طبق یافته‌های تحقیق، میانگین نمرات خود ارزیابی منفی پس از اجرای مداخله آموزشی در گروه آزمایش کاهش داشت. این یافته با نتایج بدست آمده از پژوهش امینیان دهکردی، رمضانی و مرادپور (۱۴۰۰) همسو بود. از آنجا که شرم از احساسات منفی و افسرده کننده مانند ناامیدی و اجتناب از بودن در کنار دیگران به دلیل ترس از طرد شدن ناشی شده است (خزاعی و همکاران، ۱۴۰۰)، در زنان دارای دلبستگی ناایمن به ویژه از نوع نا ایمن دوسوگرا که مدل عملی منفی از خود دارند این مسئله تشدید شده است؛ آموزش همدلی با شناخت موانع همدلی و بهبود مهارت‌های ارتباطی قادر است اعتماد به نفس این گروه از زنان را ارتقاء داده و ارزیابی منفی از خود را در ایشان ترمیم نماید. به عبارتی این زنان به واسطه آموزش همدلی قادر خواهند بود در سایه اعتماد به نفس حاصله قادر به ارتباط توام با همدلی با دیگران شده و به واسطه این توانمندی بدون قضاوت خویش و ترس از طرد شدن بر احساس شرم خود فائق آمده و با سایرین ارتباط بر قرار نمایند.

آموزش همدلی بر رفتار کناره جویانه از مؤلفه‌های شرم در زنان دارای دلبستگی ناایمن نیز اثربخش است. این یافته با نتایج پژوهش امینیان دهکردی، رمضانی و مرادپور (۱۴۰۰) همسو بود. نظر به اینکه زنان دارای سبک دلبستگی ناایمن اجتنابی به دیگران نگرش غیر قابل اعتماد را داشته و همچنین گروه دوسوگرا از زنان دلبسته ناایمن نیز به واسطه احساس کفایت خود و ترس از طرد گرایش به اجتناب از روابط دارند، آموزش همدلی با ترمیم خطاهای تفسیری و آموزش فنونی از قبیل گوش دادن فعالانه و ابراز وجود به این گروه کمک می کند تا به جای استفاده از رفتار کناره جویانه به اقدامات فعال و مثبت تری برای بهبود روابط خود بهره ببرند.

در نهایت آموزش همدلی بر ترس از صمیمیت در زنان دارای دلبستگی ناایمن اثربخش است. این یافته با نتایج پژوهش لطیفی و همکاران (۱۳۹۸) همسو بود. در تبیین این نتیجه می توان چنین بیان نمود که؛ زنان برخوردار از دلبستگی ناایمن در صورت دوسوگرایی به واسطه نگرش بی ارزش دانستن خود در حیطه تعاملات از ورود به روابط همدلانه احتراز جسته و یا درصورت اجتنابی بودن به دلیل عدم اعتماد به دیگران از ابراز نیاز خود به دلبستگی کناره گیری می‌کنند. این دو الگوی دلبستگی که همواره به خودداری و ترس از صمیمیت منجر می‌شود به کمک آموزش همدلی و شناخت تفسیرهای ناروا، پیامدهای خطای تفسیری در روابط و تقویت مهارت‌های همدلی به ایجاد صمیمیت کمک می‌نماید (طاهر و حاجلو، ۲۰۱۶).

به مثابه محدودیت پژوهش، انتخاب نمونه در این مطالعه بر اساس نمونه گیری هدفمند انجام شد و فاقد آزمون پیگیری بود. علاوه بر این فقط محدود به زنان بود که این کار مقایسه جنسیتی را غیرممکن می‌سازد. دیگر اینکه، هنوز چنین تحقیقی که بخواهد به نقش

1.Bas-Sarmaiento

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-18]

واسطه‌گیری شرم و گناه در رابطه بین معلم -دانش‌آموز و اختلالات روانی بپردازد، یافت نشد. بنابراین، بر اساس این محدودیت‌ها پیشنهاد می‌شود که محققان، مشابه همین مطالعه را با روش‌های دیگر نمونه‌گیری، انجام آزمون پیگیری و در نظر گرفتن سایر جنسیت‌ها انجام دهند. با توجه به یافته‌های پژوهش پیشنهاد می‌شود معلمان توجه بسیار دقیقی بر نوع رابطه خود با دانش‌آموزان داشته باشند. چون این رابطه می‌تواند شدیداً سازنده باشد. رابطه‌ی سازنده و پویا لازم است مبتنی بر احترام، مراقبت، توجه، همدلی و ... باشد. علاوه بر این جو حاکم بر مدرسه نیز همکارانه و همدلانه باشد، حتی نوع ارتباط بین معلمان با مدیر و با معلمان دیگر، در کنار نوع رابطه معلم با دانش‌آموز از اهمیت بسیاری برخوردار است. از آنجا که آموزش همدلی به طور گام به گام با پرداختن به احساسات، موقعیت‌های بروز احساس، موانع ابراز احساس، تفسیر و خطاهای تفسیری و پیامدهای این خطا بر ایجاد همدلی و بهبود تعاملات، ضرورت ابراز احساسات را در زنان دلبستگی ناایمن مورد توجه قرار داده است و به این گروه کمک نموده تا به نحو مطلوب‌تری با احساس گناه و شرم و ترس از صمیمیت خود مواجه شوند، پیشنهاد می‌شود از این مداخله آموزشی در مراکز مشاوره و روانشناسی برای مراجعین استفاده شود.

منابع

ابافت شلمزاری، م و قربانی، م. (۱۳۹۷). بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های همدلی بر بهبود قضاوت اخلاقی دانش آموزان. *فصلنامه ایده‌های نوین روانشناسی*، ۲(۶)، ۱-۹. http://jnip.ir/article-1-238-fa.html

احمدوند، ا. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش همدلی در کاهش دل‌زدگی زناشویی و افزایش سازگاری در زنان متأهل در شهر تهران. *مطالعات روانشناختی*، ۳(۲۱)، ۴۰-۶۰. http://ijndibs.com/article-1-212-fa.html

امینیان دهکردی، ف، رمضانی، خ و مرادپور، ع. (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش مهارت‌های همدلی بر خودشیفتگی و زورگویی دانش‌آموزان زورگو. *دست آوردهای روان شناختی*، ۲۶(۲)، ۶۷-۹۲. https://doi.org/10.22055/psy.2021.34832.2595

بشارت، م. (۱۳۹۸). بررسی ویژگیهای روانسنجی مقیاس ترس از صمیمیت. *روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی*، ۶۱(۱۶)، ۱۱۲-۱۰۹. https://jip.stb.iau.ir/article_671019.html

پناهی، م، کاظمی جمارانی، ش، عنایت پور شهربابکی، م، و رستمی، م. (۱۳۹۶). اثربخشی زوج درمانی رفتاری-تلفیقی بر کاهش دلزدگی زناشویی و ترس از صمیمیت زوج ها. *روانشناسی کاربردی*، ۱۱(۳)، ۳۷۳-۳۹۲. https://20.1001.1.20084331.1396.11.4.4.7

جوکار، ب و کمالی، ف. (۱۳۹۴). بررسی رابطه معنویت و احساس شرم و گناه. *فصلنامه فرهنگ در دانشگاه آزاد اسلامی*، ۵(۱)، ۳-۲۱. https://sid.ir/paper/236912/fa

حیرت، ع و وطن خواه، م. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش تلفیقی مهارتهای ارتباطی و طرحواره درمانی بر ترس از صمیمت زنان مراجعه کننده به کلینیک‌های شهر اصفهان. *علوم روانشناختی*، ۱۹(۸۹)، ۵۵۳-۵۵۹. http://psychologicalscience.ir/article-1-594-fa.html

خدابخش، م. (۱۳۹۱). رابطه سبکهای دلبستگی با همدلی در دانشجویان پرستاری. *نشریه پرستاری ایران*، ۲۵(۷۷)، ۴۸-۴۰. http://ijn.iums.ac.ir/article-1-1296-fa.html

خزاعی، س، نوابی نژاد، ش، فرزاد، و و زهرا کار، ک. (۱۴۰۰). نقش میانجی احساس شرم و گناه در رابطه سبکهای دلبستگی با پرخاشگری ارتباطی پنهان زناشویی. *فصلنامه پژوهش در سلامت روانشناختی*، ۱۵(۱)، ۵۱-۳۵. http://rph.khu.ac.ir/article-1-3819-fa.html

دلاور، ع. (۱۳۸۵). *روش تحقیق در روان شناسی و علوم تربیتی*. تهران: انتشارات ویرایش.

رستمی، س و خرمایی، ف. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش همدلی بر بخشش: بررسی نقش باور به دنیای عادلانه. *دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، ۲۱(۴). ۷۲-۸۰. https://:10.30486/jsrp.2019.570483.1392

سلگی، ز. (۱۳۹۶). اثربخشی درمان پذیرش و تعهد بر دلبستگی ناایمن، ترس از صمیمیت و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی در نوجوانان دارای سابقه خودکشی. *روانشناسی کاربردی*، ۱۱(۱)، ۵۳۵-۵۵۵. https://20.1001.1.20084331.1396.11.1.4.1

صادقی فیروزآبادی، ا و رییسی، ز. (۱۴۰۰). تعیین اثربخشی آموزش همدلی بر سرسختی روانشناختی و بخشش نوجوانان ناسازگار. *مجله مطالعات ناتوانی*، ۱۶۰(۱۱)، ۱-۷. http://jdisabilstud.org/article-1-1649-fa.html

فلاح زاده، ه، فرزاد، و و فلاح زاده، م. (۱۳۹۰). بررسی ویژگیهای روان سنجی مقیاس ترس از صمیمت. *پژوهش در سلامت روانشناختی*، ۵(۱)، ۷۰-۷۹. http://rph.khu.ac.ir/article-1-7-fa.html

قنبری، م و خرمایی، ف. (۱۳۹۵). پیش‌بینی کمک‌طلبی تحصیلی توسط باورهای هوشی با واسطه‌گری احساسات شرم و گناه. *مطالعات آموزشی و آموزشگاهی*. ۵(۲)، ۱۰۵-۱۲۸. https://20.1001.1.2423494.1395.5.2.5.7

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-18]

لطیفی، ب، صادقی، م، کیادربندسری، ف، وکیلی، س وهاشمی زرینی، ه. (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش مهارت همدلی بر صمیمیت، سازگاری زناشویی و گرایش به معنویت درزنان دارای همسر معتاد. *سبک زندگی با محوریت سلامت*، ۳(۵)،۹۵-۱۰۳. http://islamiclifej.com/article-1-318-fa.html

مقدم، ن، ثناگوی محرر، غ و شیرازی، م. (۱۳۹۹). اثربخشی درمان پذیرش و تعهد بر احساس تنهایی، شرم و گناه زنان متقاضی طلاق. *روانشناسی کاربردی*، ۱۴(۱). ۳۵-۵۴. https://:10.52547/apsy.14.1.35

دهقانی، ن، فلاح، م، علی‌ماندگاری، ن و فلاح‌زاده، م. *همدلی. یزد: بهشت دارالعباده*

هاشمی، س، درتاج، ف، سعدی پور، ا واسدزاده، ح. (۱۳۹۶). الگوی ساختاری احساسات شرم و گناه بر اساس شیوههای فرزندپروری والدین: نقش واسطه‌ای سبکهای دلبستگی. *روانشناسی کاربردی*، (۴۴). ۴۹۳-۴۷۵. https://20.1001.1.20084331.1396.11.1.1.8

Barr, P. (2020). Burnout in neonatal intensive care unit nurses: relationships with moral distress, adult attachment insecurities, and proneness to guilt and shame. *Journal of Perinatal Medicine*, 48(4), 416-422. https://doi.org/10.1515/jpm-2019-0323

Bas-Sarmiento, P., Fernández-Gutiérrez, M., Baena-Baños, M., Correro-Bermejo, A., Soler-Martins, P. S., & Torre-Moyano, S. (2020). Empathy training in health sciences: A systematic review. *Nurse Education in Practice*, 44, 102-107. doi:10.1016/j.nepr.2020.102739

Bellemare, C., Sebald, A., & Suetens, S. (2019). Guilt aversion in economics and psychology. *Journal of Economic Psychology, 73, 52-59.* https://doi.org/10.1016/j.joep.2019.05.002

Brophy, K., Brahler, E., Hinz, A., Schmidt, S., & Korner, A. (2020). The role of self-compassion in the relationship between attachment, depression, and quality of life. *Journal of Affective Disorders*, 260, 45-52. https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.08.066

Bruce E, Ahnlund AE, Svennberg E. Swedish neonatal nurses' experiences of enhancing attachment to children born prematurely. *Journal of Neonatal Nursing*. 2022 Oct 1; 28(5):344-8. https://doi.org/10.1016/j.jnn.2021.09.006

Carpenter, T. P., Isenberg, N., & McDonald, J. (2019). The mediating roles of guilt-and shame-proneness in predicting self-forgiveness. *Personality and Individual Differences*, 145, 26-31. https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.03.013

Cohen, T. R., Wolf, S. T., Panter, A. T., & Insko, C. A. (2011). Introducing the GASP scale: A new measure of guilt and shame proneness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(5), 947-966. https://doi: 10.1037/a0022641

Conte, E., Ornaghi, V., Grazzani, I., Pepe, A., & Cavioni, V. (2019). Emotion knowledge, theory of mind, and language in young children: testing a comprehensive conceptual model. *Frontiers in psychology*, 10, 2144. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02144

Daniels, M. A., & Robinson, S. L. (2019). The shame of it all: A review of shame in organizational life. *Journal of Management, 45(6), 2448-2473.* https://doi.org/10.1177/01492063188176

Darsono, F. M. (2018). *A study on lisbeth salanders fear pf intimacy in steig the girl with th dregon tatoo* (Doctoral dissertation,sanata dharmauniversity). http://repository.usd.ac.id/id/eprint/29806

Descutner, C. J., & Thelen, M. H. (1991). Development and validation of a Fear-of-Intimacy Scale. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 3, 218-225. https://doi.org/10.1037/1040-3590.3.2.218

Demircioğlu ZI, Göncü Köse A. Effects of attachment styles, dark triad, rejection sensitivity, and relationship satisfaction on social media addiction: *A mediated model. Current Psychology.* 2021 Jan; 40(1):414-28. https://doi.org/10.1007/s12144-018-9956-x

Gasiorowska A, Folwarczny M, Otterbring T. Anxious and status signaling: Examining the link between attachment style and status consumption and the mediating role of materialistic values. *Personality and Individual Differences*. 2022 May 1; 190:111503. https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111503

Hillebrandt, A., & Barclay, L. J. (2020). How cheating undermines the perceived value of justice in the workplace: The mediating effect of shame. *Journal of Applied Psychology*, 105(10), 1164–1180. https://doi.org/10.1037/apl0000485

Keresteš,C., Rezo,I & Ajduković, M. (2019**)**. Links between attachment to parents and internalizing problems in adolescence: The mediating role of adolescents' personality. *Current Psychology*, 3(4). https://doi:10.1007/s12144-019-00210-3

Lau, Y., & Chan, K. S. (2018). Psychometric evaluation of the Chinese version of the fear of intimacy with helping professionals scale. PloS one, 13(5). https://10.1371/journal.pone.0204440

Mamo, H. I., & Louka, P. (2022). The experience of emotional eating in individuals with insecure attachment style: An Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) approach. *Dialogues in Clinical Neuroscience & Mental Health*, *5*(1), 35-49. https://doi.org/10.26386/obrela.v5i1.219

Manbeck, K. E. (2019). *Fear of Intimacy in the Interpersonal Process Model: A Multi-Modal Investigation* (Doctoral dissertation). https://:10.1177/0265407519898267

Morelli SA, Lieberman MD, Zaki J. The emerging study of positive empathy: positive empathy. Social and Personality Psychology Compass. 2015;9(2):57–68. doi: 10.1111/spc3.12157

Obeid, S., Sacre, H., Haddad, C., Akel, M., Fares, K., Zakhour, M., ... & Hallit, S. (2020). Factors associated with fear of intimacy among a representative sample of the Lebanese population: The role of depression, social phobia, self-esteem, intimate partner violence, attachment, and maladaptive schemas. *Perspectives in psychiatric care*, *56*(3), 486-494. https://doi.org/10.1111/ppc.12438

Passanisi, A., Sapienza, I., Budello, S., & Giaimo, F. (2015). The relationship between guilt, shame and self-efficacy beliefs in middle school students. *Social and Behavioral Sciences*, 197(1), 1013 – 1017. https://10.1016/j.sbspro.2015.07.295

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-18]

Riess H. The impact of clinical empathy on patients and clinicians: understanding empathy's side effects. AJOB Neuroscience. 2015;6(3):51–3. doi: 10.1080/21507740.2015.1052591

Solomon, R. C., & Elster, J. (2001). Alchemies of the Mind: Rationality and the Emotions. *In The Philosophical Review (Vol. 110, Issue 1).* Cambridge University Press. https://doi.org/10.2307/2693607

Taher M, Hajloo N. the comparison of efficacy of empathy and anger management trainings on social cognition in children with oppositional defiant disorder. Social Cognition. 2016;5(2):72–93. doi: 20.1001.1.23223782.1395.5.2.4.6

Tangney, J. P., Stuewig, J., & Mashek, D. J. (2007). Moral Emotions and Moral Behavior. *Annual Review of Psychology*, 58(1), 345–372. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.56.091103.0 70145

Tholia, G., & Suri, S. (2020). Attachment Styles and Emotion Regulation: Mediating Effect of Personality. Journal of the Indian Academy of Applied Psychology, 46(1), 57-65. https://www.researchgate.net/publication/342338632

Uji, M. (2022) Understanding Somatoform Disorder through Insecure Attachment Developed by Childhood Trauma. *Psychology*, 13, 1659-1669. https://10.4236/psych.2022.1312103.

Van Schie, C. C., Jarman, H. L., Reis, S., & Grenyer, B. F. (2021). Narcissistic traits in young people and how experiencing shame relates to current attachment challenges. *BMC psychiatry*, *21*(1), 1-10. 10.1186/s12888-021-03249-4

Yan, J., Schoppe-Sullivan, S.&Feng, X. (2019). Trajectories of mother-child and father-child relationships across middle childhood and associations with depressive symptoms.*Development and Psychopathology*, *31*(4), 1381-1393. https://10.1017/S0954579418000809

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-18]