



نقش میانجی سرمایه عاطفی در رابطه با امنیت دلبستگی با الکسی تایمیا در زنان

شهناز خالقی پور^۱، حوریه نجفی انفرادی^۲

^۱ دانشیار، گروه روانشناسی، واحد نایین، دانشگاه آزاد اسلامی، نایین، ایران

Shkhaleghipour@yahoo.com

^۲ دانش آموخته کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، واحد نایین، دانشگاه آزاد اسلامی، نایین، ایران

hoorinajafienferadi@gmail.com

۰۹۱۲۳۷۸۶۶۱۲

چکیده

الکسی تایمیا در برگرنده ویژگی هایی چون دشواری در شناسایی و تشخیص هیجانات و دشواری در بیان و توصیف احساسات می باشد که توجه به عوامل تسریع کننده و پیشگیرانه آن از اهمیت برخوردار است. بنابراین این پژوهش با هدف نقش میانجی سرمایه عاطفی در رابطه با امنیت دلبستگی با الکسی تایمیا در زنان شهر تهران انجام شد. پژوهش حاضر بر اساس روش، یک پژوهش توصیفی از نوع همبستگی و تحلیل مسیر است. جامعه آماری کلیه زنان ساکن در شهر تهران بودند که با روش نمونه گیری دردسترس ۳۰۰ نفر انتخاب شدند. جهت گردآوری داده ها از پرسشنامه الکسی تایمیا تیلور و همکاران (۱۹۸۵)، پرسشنامه تجارب روابط نزدیک - ساختار فریلی و همکاران (۲۰۰۰) و پرسشنامه سرمایه عاطفی گل پرور (۱۳۹۶) استفاده شد. داده ها با نرم افزار PLS^۴ و SPSS^{۲۴} مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته ها نشان داد مسیر مستقیم امنیت دلبستگی (اضطرابی - اجتنابی) بر الکسی تایمیا مثبت و معنی دار بود. مسیر مستقیم امنیت دلبستگی (اضطرابی - اجتنابی) بر سرمایه عاطفی منفی و معنی دار بود. مسیر مستقیم سرمایه عاطفی بر الکسی تایمیا منفی و معنی دار بود. و مدل ساختاری پژوهش نشان داد که سرمایه عاطفی در رابطه بین امنیت دلبستگی و الکسی تایمیا در زنان شهر تهران نقش میانجی دارد.

کلمات کلیدی: سرمایه عاطفی، امنیت دلبستگی، الکسی تایمیا، زنان



۱- مقدمه

نظریه دلبستگی توسط بالبی^۱ در یک مجموعه سه جلدی با عنوان دلبستگی و فقدان مطرح شد (اسفندیاری، ۱۳۹۲). آزمون های تجربی این نظریه ابتدا بوسیله اینزورث، بلهار، واترز، و وال^۲ (۱۹۷۸) در مطالعات دلبستگی مادر- نوزاد انجام شد. طبق نظریه تکامل، انسان به تعدادی سیستم رفتاری مجهز شده است که شانس بقا و تولید مثل وی را افزایش می دهند. از این سیستم ها می توان سیستم اکتشافی، سیستم مراقبتی، سیستم جفت گیری جنسی و سیستم دلبستگی را نام برد. در نوزادی دلبستگی عاطفی نسبت به یک یا چند نفر از مراقبان برای تأمین حمایت، حفاظت و امنیت شکل می گیرد. وقتی موضوع دلبستگی (مادر) به اندازه کافی پاسخگو و حمایت کننده باشد، آنچه که نظریه دلبستگی از آن تحت عنوان مدل های درون فکنی مثبت از خود و دیگران نام می برد در فرد شکل می گیرد. وقتی موضوع دلبستگی غیر پاسخگو و غیر حساس باشد مدل درون فکنی منفی از خود و دیگران در نوزاد تشکیل می شود (لیون و شری، ۲۰۰۱؛ به نقل از اسفندیاری، ۱۳۹۲). این مدل های درون فکنی شکل گیری و حفظ روابط نزدیک را در ادامه زندگی فرد تحت تأثیر قرار می دهند. طبق نظر بالبی (۱۹۷۹) دلبستگی بخشی جدایی ناپذیر رفتار انسان از تولد تا پایان زندگی است. هازن و شیور بر اساس طبقه بندی اینزورث و همکاران (۱۹۷۸) از سبک های دلبستگی که از مطالعات موقعیت نا آشنا در نوزادان یک ساله بدست آمده و همچنین بر اساس مشاهدات و تحقیقات متعدد، سه سبک دلبستگی بزرگسالی را که ادامه کیفیت روابط کودکی است شناسایی کردند: سبک دلبستگی ایمن^۳، سبک دلبستگی اجتنابی^۴ و سبک دلبستگی دوسوگرا^۵. اما چه متغیرهای با سبک دلبستگی رابطه دارند؟ شناسایی این متغیرها به درک بهتر دلبستگی کمک می کند و نظر به ماهیت دلبستگی، پژوهش هایی که تا به امروز در مورد سبک های دلبستگی انجام شده است روی متغیرهای رابطه ای مثل کیفیت روابط صمیمی و سبک دوست داشتن متمرکز بوده است و خصیصه های شناختی و انگیزشی به عنوان همبسته های سبک های دلبستگی بزرگسالی کمتر مورد توجه قرار گرفته اند. ناتوانی در پردازش شناختی^۶ اطلاعات هیجانی و تنظیم هیجان ها^۷ ناگویی هیجانی^۸ نامیده می شود (تیلور^۹، ۲۰۰۰؛ به نقل از بشارت، ۱۳۸۸). الکسی تایمیا (ناگویی هیجانی) سازه ای است چند وجهی متشکل از دشواری در شناسایی احساسات و تمایز بین احساسات و تهییج های بدنی مربوط به انگیزش هیجانی؛ دشواری در توصیف احساسات برای دیگران؛ قدرت تجسم محدود که بر حسب فقر خیالپردازی ها مشخص می شود. سبک شناختی عینی، عمل گرا و واقعیت مدار یا تفکر عینی (سینفوس^{۱۰}، ۲۰۰۰). افراد مبتلا به ناگویی هیجانی، تهییج های بدنی بهنجار را بزرگ می کنند، نشانه های بدنی انگیزش هیجانی را بد تفسیر می کنند، درماندگی هیجانی را از طریق شکایت های بدنی نشان می دهند و در اقدامات درمانی نیز به دنبال درمان نشانه های جسمانی هستند (ریچارد و همکاران^{۱۱}، ۲۰۰۵). متغیر دیگری که در این پژوهش بدان پرداخته شده است، سرمایه عاطفی می باشد، سرمایه عاطفی با تمرکز بر سه مولفه عاطفه مثبت حالت، احساس انرژی و شادمانی، حالتی از احساس جوشش، نشاط و انرژی عاطفی و درونی است که قابلیت جهت دهی انسان به سوی ایجاد مهارتها و ظرفیتهای جدید را دارد. سرمایه عاطفی در چهارچوب معرفی شده، ماهیت شخصی و فردی دارد، ولی وقتی افراد تلاش و کوشش خود را معطوف به ارتقاء سرمایه عاطفی دیگران در جمع و گروه می کنند، سرمایه گذاری جمعی عاطفی مطرح می شود (گل پرور، ۱۳۹۸). حضور احساس انرژی، شادمانی و عاطفه مثبت برای شکل دادن به سرمایه گذاری جمعی عاطفی و سرمایه عاطفی، این سازه ها را به یک سازه مرتبه دوم که نیرویی نهفته ولی تأثیرگذار دارند تبدیل می کند. سرمایه عاطفی و سرمایه گذاری جمعی عاطفی با متغیرهای مطرح در روابط بین فردی که زمره منابع سرمایه های فردی است. راجرز اعتقاد دارد که ما برای نگرستن به خود و دنیا، روش هایی با قالب های مرجع منحصر به فرد داریم، این ممکن است به این صورت باشد که ما هریک برداشت های متفاوتی از توصیف خویش بر طبق ارزش های مختلفی داشته باشیم. بر این اساس کلیه ادراکات ما مربوط به تجارب مختلفی است که

^۱. Bowlby

^۲. Ainsworth, Blehar, Waters, Wal

^۳. Secure

^۴. Avoidant

^۵. Ambivalent

^۶ cognitive processing

^۷ regulation of emotions

^۸ alexithymia

^۹ Taylor

^{۱۰} Sifneos

^{۱۱} Richards et al



در جریان رشد و حیات خود کسب کرده‌ایم. با توجه به این مباحث پژوهش فوق به بررسی نقش میانجی سرمایه‌های عاطفی در رابطه با امنیت دلبستگی با آلکسی تایمیا در زنان شهر تهران پرداخته است.

۲- بیان مسأله

زنان به دلیل نقش‌های متعدد خود در خانواده عناصری بسیار تأثیرگذار در خانواده و جامعه هستند، زنانی که بتوانند مسایل خانواده را به خوبی درک کرده و به شرایط مسلط باشند، معمولاً سازگاری زناشویی بالایی را نشان می‌دهند. امروزه نظام‌های سلامت، مهم‌ترین برنامه‌های خود را مبتنی بر سلامت خانواده ترسیم می‌کنند. زنان محور سلامت خانواده محسوب می‌گردند که علاوه بر مدیریت سلامت اعضای خانواده، الگوی اصلی آموزش و ترویج شیوه زندگی سالم به نسل بعدی نیز می‌باشند. به همین دلیل شناخت دقیق نیازهای آنان با توجه به وضعیت فردی، اجتماعی و جایگاه و منزلت آنان در جامعه ضروری است. زنان در همه گروه‌های سنی، جمعیت بیشتری را به خود اختصاص می‌دهند. عمر متوسط آن‌ها از مردان بیش‌تر است و بار معلولیت و ناتوانی آن‌ها بالاتر و با مسائل ویژه‌ای ناشی از شرایط طبیعی و فیزیولوژیک خود رو به رو هستند (نوروزی و همکاران، ۱۳۹۰).

تا نیم قرن پیش، مطالعه احساسات، بیرون از حوزه جامعه‌شناسی بود اما در چند دهه اخیر، این رویکرد مسلط که مطالعه احساسات و عواطف را بیرون از صلاحیت جامعه‌شناسان میدانست، به چالش کشیده شده است (ووتنی، ۱۹۸۱؛ هوشچیلد، ۱۹۸۳). یکی از اولین چالش‌ها توسط نووتنی (۱۹۸۱) ایجاد شد که با تکیه بر چارچوب مفهومی بورديو، مفهوم سرمایه عاطفی را توسعه داد. او سرمایه عاطفی را گونه‌ای از سرمایه اجتماعی می‌دانست که مشخصه حوزه خصوصی است تا حوزه عمومی. به زعم وی، سرمایه عاطفی عموماً در دایره روابط عاطفی خانواده و دوستان محدود می‌شود و شامل منابع عاطفی است که فرد در اختیار کسانی قرار می‌دهد که برای آنها اهمیت قائل است. در سالهای بعد، این مفهوم بیش از پیش توسعه یافت. امروزه سرمایه عاطفی به مثابه مجموعه «داراییها و مهارتهای عاطفی با ارزش، قدرت عشق و محبت، صرف وقت، توجه، مراقبت و نگرانی» در یک رابطه قلمداد میشود (شریفی ساعی و آزاد ارمکی، ۱۴۰۰).

آلکسی تایمیا، یک بعد صفت تحت بالینی است که با مشکلات در شناسایی و توصیف احساسات و یک سبک تفکر بیرونی تعریف می‌شود (بگی و همکاران، ۲۰۲۰). مطابق با این تصور که ارتباط ناگویی هیجانی با رفتارهای بیش از حد ممکن است منعکس کننده راهبردهای تنظیم خلق و خوی ناسازگار باشد. راهبردهای سازگاری سازگارتر، مانند جستجو و استفاده از حمایت اجتماعی در مواقع پریشانی، ممکن است به دلیل مشکلات بین فردی مرتبط با ناگویی هیجانی که منعکس کننده مسائل دلبستگی اساسی است، برای افراد دارای سطوح بالای ناگویی هیجانی در مقایسه با افراد دارای ناگویی هیجانی کم یا بدون ناگویی در دسترس نباشد. مانند آلکسی تایمیا، سبک‌های دلبستگی ناایمن (یعنی مضطرب و اجتنابی) با افسردگی، اضطراب و عاطفه منفی مرتبط هستند (لیورز و همکاران، ۲۰۲۲).

نظریه دلبستگی بالبی (۱۹۸۸) و تحقیق قبلی (توربرگ و همکاران، ۲۰۱۱؛ لیورز و همکاران، ۲۰۱۹) فرض کردند که پیوند ناکافی با والدین در دوران کودکی مانع از رشد طبیعی خودآگاهی عاطفی و خودتنظیمی می‌شود و منجر به مشکلاتی در شکل‌گیری و حفظ روابط با همسالان می‌شود که به نوبه خود فرصت‌های یادگیری و خودتنظیمی احساسات را کاهش می‌دهد. در بزرگسالی، این به صورت ناگویی هیجانی همراه با یک سبک دلبستگی ناایمن ظاهر می‌شود که از شکل‌گیری و حفظ روابط بین فردی نزدیک جلوگیری می‌کند. بنابراین، افرادی که دارای سطوح بالای ناگویی هیجانی هستند ممکن است به حمایت اجتماعی برای کمک به مقابله با پریشانی دسترسی نداشته باشند یا از آن استفاده نکنند، در عوض راهبردهای مقابله‌ای ناسازگار مانند مصرف الکل یا پرخوری را برای کاهش تأثیر منفی انتخاب می‌کنند (لیورز و همکاران، ۲۰۲۲).

با توجه به تحقیق میکولینسر و همکاران (۲۰۰۳) سبک‌های دلبستگی اضطرابی و اجتنابی بزرگسالان منعکس کننده دو نوع واکنش متفاوت به بی‌توجهی مراقب در دوران کودکی هستند. دلبستگی مضطرب از این نشأت می‌گیرد که کودک معمولاً برای جلب توجه مراقب بیش فعال می‌شود، در حالی که دلبستگی اجتنابی از واکنش غیرفعال کننده جدایی و سرکوب احساسات ناشی می‌شود. گزارش شده است که آلکسی تایمیا با هر دو نوع دلبستگی ناایمن همراه است (اسپاک و بیالکا-پیکول، ۲۰۱۵). به عنوان مثال، استیونز (۲۰۱۴) گزارش داد که دلبستگی مضطرب، با اضطراب بالاتر و اجتناب کمتر، و دلبستگی اجتنابی، که با اضطراب کمتر اما اجتناب بیشتر مشخص می‌شود، هر دو با کمبودهای آگاهی عاطفی مرتبط هستند. چنین یافته‌هایی با سایر کارها مطابقت دارد که نشان می‌دهد ناگویی هیجانی تمایل دارد با سبک دلبستگی اجتنابی، سبک دلبستگی مضطرب یا هر دو



مرتبط باشد (لیورز و همکاران، ۲۰۲۲). پس جای تعجب نیست که ناگویی هیجانی همچنین با تنهایی گزارش شده خود و مشکلات بین فردی مداوم همراه است (لیورز و همکاران، ۲۰۲۱). بنابراین، یک منبع اصلی برای مقابله با پریشانی - به عنوان مثال، حمایت اجتماعی - ممکن است در دسترس افراد بسیار ناگواری باشد، یا حتی اگر در دسترس باشد، ممکن است با توجه به احتیاط خود در مورد اعتماد و وابستگی به دیگران، و همچنین ترس از صمیمیت و طرد شدن، تمایلی به دسترسی به چنین حمایتی نداشته باشند.

نقش احساسات در به دست آوردن شاهکارهای بزرگ یا لحظات ناگوار برای همه ما قابل انکار نیست. رفتار انسان برای حرکت به جلو، نشان دادن عاملیت، شدت و انرژی بر احساسات متکی است (آکسفورد، ۲۰۱۵). بورديو علاوه بر ارتباط متقابل انواع سرمایه، فرآیندی را در نظر می‌گیرد که در آن یک شکل از سرمایه می‌تواند به شکل دیگری تبدیل شود. به عبارتی، در نگاه او سرمایه‌ها قابل تبدیل به یکدیگر هستند. برای مثال، سرمایه اقتصادی را می‌توان به سرمایه فرهنگی تبدیل کرد. سرمایه فرهنگی را نیز میتوان به سرمایه اجتماعی یا اقتصادی تبدیل کرد و بالعکس. در این راستا، زنی که تحصیلات بالایی دارد (سرمایه فرهنگی) می‌تواند از طریق آن به شغل مناسب و درآمد بالا دست یابد (سرمایه اقتصادی). به همین نسبت، زنی که سرمایه عاطفی دارد می‌تواند آن را به شیوه‌های مختلف و از طریق جلب محبت اطرافیان به سرمایه‌های اقتصادی، فرهنگی و یا اجتماعی مبدل سازد. بنابراین بازتولید قدرت در خانواده، صرفاً از خلال مدارهای خطی ساده انجام نمی‌گیرد بلکه بازتولید قدرت در مجموعه‌هایی ترکیبی از میدانهای گوناگون انجام می‌گیرند. با این همه بر اساس تحلیل بورديو، میزان قدرت یک زن در خانواده به حجم و ساختار سرمایه‌های او در میدانهای مختلف بستگی دارد. حجم سرمایه‌های یک زن در میدان‌های گوناگون می‌تواند متقارن یا نامتقارن باشد. در این راستا، زنانی که همزمان دارای شغل و درآمد بالا (سرمایه اقتصادی) و تحصیلات بالا (سرمایه فرهنگی) و همچنین شبکه روابط اجتماعی قدرتمند باشد (سرمایه اجتماعی)، از قدرت بیشتری برخوردارند. با این حال، این همه ماجرا نیست؛ چرا که زنانی که از «سرمایه عاطفی» بالاتری برخوردارند، صاحب نیرویی قدرتمند در خانه هستند که می‌تواند عشق و محبت را به داراییهای دیگر چون سرمایه‌های اقتصادی و فرهنگی تبدیل کند (بخشی پور و همکاران، ۱۳۹۶).

تنظیم احساسات واقعی فرد تحت تأثیر احساس غالب نهادی است که از تأثیر تاریخ فرهنگی ایجاد می‌شود و این احساسات را به جای چیزی محدود به تمایلات بدنی، پدیده‌ای اجتماعی می‌کند (اییل و دورماز، ۲۰۱۹). این احساس از موقعیت همان چیزی است که بورديو به عنوان عادت از آن یاد می‌کند که مجموعه‌ای از تمایلات شکل گرفته در جامعه است. هنجارهای عاطفی عادت جامعه را تشکیل می‌دهند و پذیرش عواطف را نه بر اساس قوانین بلکه بر اساس هنجارها تعیین می‌کنند. سرمایه عاطفی را می‌توان به عنوان ذخیره منابع عاطفی در نظر گرفت که در طول زمان در درون یک رابطه، تولید و انباشت می‌شود. پیامد سرمایه عاطفی، ایجاد همدلی و ابراز محبت و عشق به طرف مقابل است که خود را در انرژی عاطفی فرد نمایان می‌سازد (کوئینگهام، ۲۰۱۶). همدلی، مهارتی عاطفی است که به فرد کمک می‌کند تا دغدغه‌ها و نگرانیهای دیگران را درک نماید و با آنها خشونت آمیز رفتار نکند و در برخورد با آنها اصول مهربانی را در نظر داشته باشد. پیامد این همدلی و شفقت با دیگران، ایجاد صمیمیت و محبت متقابل است که منجر به تولید سرمایه عاطفی برای فرد می‌شود. سرمایه عاطفی، نه کاملاً جنسیتی است و نه الزاماً زنانه؛ چرا که مردان نیز می‌توانند این سرمایه را در خود تقویت کنند (کوئینگهام، ۲۰۱۶). با این حال، معمولاً منبع اصلی سرمایه عاطفی در خانواده، زنان هستند؛ عرصه‌ای که آنان را دارای قدرتی شگرف در میدان عاطفی خانواده کرده است. به همین دلیل، حتی بورديو معتقد بود که زنان در خانه، کارکردی شبه درمانی را انجام می‌دهند که زندگی عاطفی مردان را تنظیم، خشم آنها را آرام و به آنها کمک میکند تا بی‌عدالتی‌ها و مشکلات زندگی را بپذیرند (گیرمه و همکاران، ۲۰۱۴). چنین توانایی در زنان برای مدیریت عاطفی همسر، آنها را دارای نیرویی فوق العاده کرده است. زنان به دلیل ویژگیهای طبیعی و نوع خاص جامعه پذیری اولیه خود، معمولاً واجد چنین قدرت و سرمایه‌ای در سطح بالا هستند (والش و نف، ۲۰۱۹).

اگرچه سرمایه اقتصادی یا فرهنگی بالا، عمدتاً مخصوص زنان طبقات متوسط و بالای جامعه است ولی سرمایه عاطفی، حوزه‌ای فراطبقاتی است. زنان برای کسب سرمایه عاطفی، نیازی به تحصیلات و درآمد بالا ندارند. خاصیت سرمایه عاطفی، به گونه‌ای است که زنان با خاستگاه‌های فرهنگی و طبقاتی پایین نیز می‌توانند کانونهای عاطفی در خانواده باشند (فینی و لمی، ۲۰۱۲). لذا سرمایه عاطفی، گاه تنها دارایی زنانه‌ای است که از سرمایه‌های دیگر، بهره‌چندانی ندارند ولی همین سرمایه‌ای که به ظاهر کم اهمیت جلوه داده می‌شود، گاه به آنها نیرویی می‌بخشد که از آن طریق می‌توانند حتی ساختار قدرت در خانواده را به نفع خود تغییر دهند. سرمایه عاطفی در روابط مبتنی بر پیوندهای قوی نمود بیشتری دارد. پیوندهای قوی در روابطی ایجاد میشود که طرفین رابطه در آن مجموعه‌ای از عواطف و احساسات، صمیمیت و خدمات متقابل را در طول زمان به یکدیگر ارائه می-



دهند(مانیون، ۲۰۰۷). سرمایه عاطفی می تواند در هر عرصه ای تولید شود ولی مهمترین عرصه تجلی این پیوندهای قوی در خانواده و حوزه خصوصی است. به همین دلیل، خانواده کانون میدان عاطفی در جامعه است؛ میدانی که یکی از داراییهای اصلی در آن، سرمایه عاطفی است. ارتقای سرمایه عاطفی در یک رابطه، منجر به انسجام بین اعضای گروه می شود. تجربیات مثبت و مشترک در یک رابطه، قدرت و نیرویی عاطفی خلق می کنند که می توانند بسیاری از تنش های رابطه را مدیریت کنند. در این بین، افرادی که از نیروی عاطفی بالاتری در خانواده برخوردارند، بهتر می توانند از این منبع قدرت پنهان در راستای مدیریت رابطه بهره بگیرند. لیورز و همکاران(۲۰۲۲) تحقیقی در مورد آلکسی تایمیا، امنیت دلبستگی و خلق منفی انجام دادند. در مدل رگرسیون سلسله مراتبی با متغیرهای جمعیت شناختی و پاسخ های اجتماعی مطلوب در مرحله ۱، ناگویی هیجانی در مرحله ۲ و دلبستگی نایمن در مرحله ۳، مدل نهایی ۶۲٫۴ درصد از واریانس خلق های منفی را به خود اختصاص داد که ناگویی هیجانی و دلبستگی نایمن به عنوان پیش بینی کننده های معنادار بود. مدل سازی میانجی راه اندازی، کنترل متغیرهای جمعیت شناختی و پاسخ های اجتماعی مطلوب، نشان دهنده میانجی گری جزئی از ارتباط بین ناگویی هیجانی و خلق های منفی با دلبستگی نایمن است. بنابراین این پژوهش با هدف بررسی نقش میانجی سرمایه عاطفی در رابطه با امنیت دلبستگی با آلکسی تایمیا درصدد پاسخگویی به این سوال است که آیا سرمایه عاطفی در رابطه با امنیت دلبستگی با آلکسی تایمیا در زنان شهر تهران نقش میانجی دارد؟

۳- ادبیات تحقیق

۳-۱- ناگویی هیجانی

در حدود سال های ۱۹۴۸ روان پزشکی به نام یورگن روش مشاهده کرد تعدادی از بیماران او که دارای اختلال های روان تنی متعارف چون فشار خون اساسی، آسم، زخم اثنی عشر، زخم های کولیت معده، ورم مفاصل و امراض پوستی یا مبتلایان به سندرم پس از ضربه می- باشند، دچار فقدان تخیل و رویا پردازی بوده و دارای اشکال در بیان احساساتی که تجربه می- نمایند، هستند. چندین سال بعد کارن هورنای روانکاو معروف به توصیف علائمی شبیه به علائمی که روش گزارش داده بوده، در برخی از بیماران خود پرداخت. این بیماران چون نسبت به هیجانات خود آگاهی نداشتند و از تجارب درونی کمی برخوردار بودند، قادر نبودند تا به روشهای درمانی روانکاو پاسخ دهند، این بیماران اغلب دچار اختلالات روان تنی بودند و برای کاهش تنش و پریشانی خود به الکل یا مواد مخدر روی می آوردند، همچنین آنها دچار مشکلات مربوط به تغذیه و وسواس فکری- عملی نیز بودند و چون قادر به بیان آنچه که احساس می نمودند، نبودند، به همین دلیل آنها را بی سواد هیجانی نامید (تیلور و بگی، ۲۰۰۰). در اوایل دهه ۱۹۷۰ روانکاو به نام پیتر سینفنوس واژه آلکسی تیمیا را ابداع نمود. در زبان یونانی "a" به معنای نبودن، "lexi" به معنای لغات و "thymos" به معنای هیجان می باشد که مبتلایان به آن در تشخیص و توصیف احساسات درونی خود، دچار اشکال هستند و علائم برخی از اختلالات کلاسیک روان تنی را نشان می دهند (مهرابی- زاده- هنرمند و همکاران، ۱۳۸۹)؛ به همین دلیل تعریفی از این بیماری ارائه نمود که دارای چهار بعد اساسی است که عبارتند از:

۱- اشکال در تشخیص احساسات، عدم توانایی در جداسازی احساسات و تغییرات بدنی ناشی از تحریکات ذهنی؛

۲- فقدان توانایی در خیال پردازی و بهره وری از رویاها.

۳- اشکال در توصیف و بیان احساسات خود برای دیگران؛

در طول دهه ۱۹۸۰ سازه آلکسی تیمیا به شدت مورد توجه واقع شد، در اواسط دهه هشتاد طی یک دوره حدوداً ده ساله تیلور، بگی و پارکر(۱۹۹۷) یک آزمون ۲۶ بخشی به نام مقیاس خودسنجی هیجانی آلکسی تیمیا تورتو طراحی نمودند، از این آزمون به صورت گسترده ای برای تشخیص آلکسی تیمیا استفاده شده است. این آزمون دارای سه خرده مقیاس برای ارزیابی سه بعد اساسی و کلیدی از چهار بعد سازه آلکسی تیمیا می باشد که عبارتند از: - اشکال در تشخیص احساسات؛ - اشکال در توصیف احساسات؛ - تفکر معطوف به بیرون .

تیلور، بگی و پارکر(۱۹۹۷) از طریق مقیاس تفکر معطوف به بیرون به ارزشیابی بخشی از سازه آلکسی تیمیا که با ناتوانی در خیال پردازی و تخیل به صورت غیرمستقیم در ارتباط است، پرداختند و دریافتند که نمره های به دست آمده با نمره های حاصل از یک مقیاس ارزیابی تخیل رابطه منفی



دارند. همچنین شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهند نمره های آزمون الکسی تیمیا و سه خرده مقیاس آن از لحاظ نظری، شباهت و تفاوت معناداری با وسایل اندازه‌گیری دیگری که سازه‌های مرتبط یا نا مرتبط با سازه الکسی تیمیا را اندازه‌گیری می‌نماید، دارد (عیسی‌زادگان و فتح‌آبادی، ۱۳۹۱).

مطالعات نشان داده‌اند نمره‌هایی که آزمودنیها در آزمون الکسی تیمیا و مقیاس‌های آن به دست می‌آورند با نتایج به دست آمده از مصاحبه‌های بالینی که برای ارزیابی میزان آگاهی هیجانی و توانایی خیالپردازی و قوه تخیل آزمودنیها ترتیب داده می‌شوند، همبستگی متوسط با بالایی وجود دارد (تیلور، بگی و لومینت، ۲۰۰۰). علاوه بر این در جریان یک پژوهش آزمایشی لان سرچست، ریدل، ولدون، کازنیاک و شوارتز (۱۹۹۶) در دانشگاه آریزونا دریافتند که هنگامی که آزمودنیها خواسته می‌شوند تا محرک‌های کلامی و غیر کلامی را با پاسخ‌های هیجانی کلامی یا غیر کلامی همتاسازی نمایند، آزمودنی‌هایی که نمره‌های بالایی از آزمون الکسی تیمیا به دست می‌آورند، پاسخ‌های غلط بیشتری نسبت به آنانی که نمره‌های پایینی در آزمون به دست می‌آورند، می‌دهند و تفاوت بین آنان معنی‌دار است.

مفهوم ناگویی هیجانی از نظر لغوی ناگویی هیجانی به معنی فقدان واژگان برای بیان احساسات است. به عبارت دیگر این ناتوانی به شناخت محدود از حالات هیجانی خود و دیگران اشاره دارد (خداپناهی، ۱۳۹۰).

میزان توانمندی افراد در تمایز احساسات خود و توصیف آنها برای دیگران متفاوت است. شاخص این تفاوت، ناگویی هیجانی شده است. ناتوانی در پردازش شناختی اطلاعات هیجانی و تنظیم هیجان، ناگویی هیجانی نامیده می‌شود (تیلور و بگی، ۲۰۰۰).

نظریه دلبستگی

دلبستگی از یک مفهوم یونانی به نام استراگ که نوعی عشق بین والدین و کودک است گرفته شده است (اسپنسر، ۱۹۸۸ به نقل از مداحی، ۱۳۸۳). واترز بیان می‌کند که دلبستگی رفتارهایی را شامل می‌شود که سبب نزدیکی به نگاره دلبستگی است این رفتارها شامل توجه داشتن، لمس کردن، نگاه کردن، وابسته یا متکی بودن و اعتراض به طردشدگی است. از دیدگاه اینزورث دلبستگی یک رابطه عاطفی بین کودک با فردی خاص است. دلبستگی از نظر بالبی پیوند عاطفی پایداری است که ویژگی آن گرایش به جستجو و حفظ مجاورت به شخص خاص به ویژه در زمان استرس است. دلبستگی، نوعی پیوند عاطفی است نه رفتار، زیرا اغلب رفتارهایی از این نوع می‌توانند در خدمت سیستم‌های رفتاری دیگر مانند اکتشاف گری و پیوندجویی نیز باشند. لذا روی آوردن به مراقب یا گریه کردن موقع ترک یک همبازی جدید لزوماً نشان دهنده دلبستگی کودک به مراقب یا همبازی نیست (کولین، ۱۹۹۶). پیوند دلبستگی، نوعی خاص از پیوندهای متعددی است که بالبی و اینزورث به آن‌ها تحت عنوان پیوندهای عاطفی اشاره کرده‌اند. در طول زندگی افراد مجموعه‌ای از پیوندهای عاطفی مهم شکل می‌گیرند که دلبستگی محسوب نمی‌شوند. دلبستگی نوعی از پیوندهای عاطفی است که با وجود داشتن ویژگی‌های مشترک با سایر پیوندهای عاطفی، ویژگی‌های خاص خود را دارد که آن را از سایر پیوندهای عاطفی مشخص می‌کند. اینزورث (۱۹۸۹) ملاک‌های مشترک پیوندهای عاطفی و ملاک متمایز کننده دلبستگی از سایر پیوندهای عاطفی را این چنین ذکر می‌کند: ملاک‌های مشترک عبارتند از:

۱- پیوند عاطفی پایدار می‌باشد که از همراهی یا کمک خواستن از شخص دیگر حاصل می‌گردد؛

۲- پیوند عاطفی، فردی خاص را درگیر می‌کند (نگاره دلبستگی) که با هیچ کس دیگر قابل مقایسه نیست (بالبی، ۱۹۷۹؛ به نقل از جانسون، ۱۳۸۸).

۳- پیوند عاطفی دارای اهمیت هیجانی است؛

۴- فرد می‌خواهد مجاورت و تماس با آن شخص را حفظ کند؛

۵- فرد به هنگام جدایی عمدی از آن فرد رنجیده می‌گردد و متألم می‌شود.

ملاک متمایز کننده دلبستگی از سایر پیوندهای عاطفی این است که در دلبستگی فرد در رابطه و پیوند با نگاره دلبستگی به جستجوی امنیت و آرامش می‌پردازد. اگر نگاره دلبستگی در دسترس باشد، در صورت نیاز به امنیت و آرامش، نگاره دلبستگی در اولویت قرار دارد. فقدان نگاره دلبستگی برای



کودک احساس می‌شود و هیچ کس دیگری جای خالی او را پر نمی‌کند. اگر امنیت مورد نظر تأمین شود دلبستگی ایمن و اگر امنیت ایجاد نشود کودک ناایمن خواهد گشت. این جستجوی امنیت از مجاورت با نگاره دلبستگی ویژگی منحصر بفرد دلبستگی است. باید بین مفاهیم وابستگی و دلبستگی نیز تمایز قائل شد. اگر چه بین مفاهیم دلبستگی و وابستگی همپوشی‌هایی وجود دارد، اما پژوهش‌های اخیر روشن نموده‌اند که این سازه‌ها یکسان نیستند (لایوزلی و همکاران، به نقل از مداحی، ۱۳۸۳). در هفته‌های نخست زندگی، بدون تردید نوزاد به خدمات مادر وابسته است اما هنوز به مادر دلبسته نشده است؛ در حالی که یک کودک ۳-۲ ساله با ورود فرد ناآشنا رفتار دلبستگی به مادر را نشان می‌دهد و به مادر دلبسته است، نه وابسته. کلمه وابستگی به اندازه وحشی که فرد برای حیاتش به دیگری متکی است، اشاره دارد و بنابراین یک منشأ کنشی دارد، در حالی که دلبستگی به شکلی از رفتار اشاره دارد که کاملاً توصیفی می‌باشد (بالبی، ۱۹۶۹). همانگونه که لایوزلی و همکاران متذکر شده‌اند؛ رفتار دلبستگی به هر نوع رفتاری اشاره دارد که پیامد آن، دستیابی به فرد مورد علاقه یا حفظ مجاورت اوست. بالعکس رفتارهای وابستگی به طور مستقیم به سوی فردی خاص معطوف نیستند و با افزایش احساس ایمنی در نتیجه مجاورت با نگاره‌های دلبستگی مرتبط نمی‌باشند و رفتارهای تعمیم یافته‌تری می‌باشند که هدف آن‌ها جلب کمک، هدایت و تأیید دیگران است (مداحی، ۱۳۸۳). اگر چه بالبی نخستین کسی نبود که مفهوم دلبستگی را به ادبیات روانشناسی تحولی معرفی کرد، بدون شک نخستین روانشناسی بود که دلبستگی را به منزله یک نیاز نخستین با پایه زیستی مطرح کرد. از نظر او دلبستگی نتیجه ارضای سائق نخستین گرسنگی که براساس همخوانی حضور مادر با لذت حاصل از کاهش تنش به علت ارضا سائق گرسنگی توجیه می‌شود، نیست. در واقع دلبستگی خود نیاز اولیه ای است که تحت شرایط فشارزای تکاملی شکل می‌گیرد (کسیدی، ۱۹۹۹؛ به نقل از عارفی، ۱۳۸۳) و کنش اصلی آن محافظت از انسان است. بالبی در توضیح کنش محافظتی رفتار دلبستگی عنوان می‌کند که انسان در طول دوره تکامل همواره در معرض خطرات گوناگونی بوده است (بالبی، ۱۹۸۲). گرایش غریزی به حفظ تماس و نزدیکی با نگاره‌های دلبستگی شانس فرد را برای زنده ماندن و تولید مثل زیاد می‌کند (جانسون، ۱۳۸۸).

۳-۲- امنیت دلبستگی

دلبستگی فقط به دوره نوزادی محدود نمی‌شود و در مراحل بعدی زندگی تداوم دارد و زندگی فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد (عطاری و همکاران، ۱۳۸۳). دلبستگی به دوران بزرگسالی وقوع رابطه فرد با دیگران، مواجهه با تنیدگی‌ها و مشکلات زندگی، مدیریت عواطف و هیجان‌ها، سازگاری زناشویی و پاره‌ای از مسایل دیگر تعمیم می‌یابد (میکولنسر و فلورین، ۱۹۹۸). انتظار می‌رود کودکانی که دلبستگی شدید به مادرانشان دارند، در آینده از لحاظ اجتماعی برون‌گرا باشند، به محیط اطرافشان توجه نشان دهد و بخواهند که در اطرافشان کاوش کنند و بتوانند با ناراحتی مقابله کنند. (ماسن و همکاران، ترجمه یاسایی، ۱۳۸۰). کودکان دلبسته ایمن نقش رهبری اجتماعی داشته، در فعالیت‌ها پیش قدم هستند؛ برعکس کودکان دلبسته ناایمن از لحاظ اجتماعی گوشه‌گیر، کم فعالیت و در پی پیگیری هدف ضعیف هستند که این نوع تفاوت‌ها ارتباطی با هوش کودکان ندارد (واترز، ویپمن، اسروف، ۱۹۷۹؛ به نقل از احمدی، ۱۳۸۰). بالبی (۱۹۸۰) معتقد است که هیجان‌ها قویاً با دلبستگی در ارتباط هستند، و می‌گویند بسیاری از تنش‌های هیجانی طی شکل‌دهی، نگهداری، قطع و بازسازی ارتباطات دلبستگی نقش بازی می‌کنند (حکیم جوادی و اژه‌ای، ۱۳۸۳). بکندام (۲۰۰۱) بر طبق مطالعاتش عنوان نمود، کسانی که از دلبستگی ایمن برخوردار بودند، سبک‌های تنظیم هیجان‌های سازش یافته داشتند، در ارتباطات بین فردی از همدلی برخوردار بودند و آشفته‌گری فردی ناچیزی در آن‌ها دیده می‌شد. در مقابل کسانی که از دلبستگی ناایمن برخوردار بودند، از سبک‌های تنظیم هیجانی سازش نیافته بهره می‌جستند، دچار ذهنی آشفته، دچار ناتوانی هیجانی و کم‌بهره از همدلی بودند. افراد با دلبستگی ایمن در شمار متعددی از وظایف و ارتباطات شامل ارتباطات بین فردی، حل مشکلات اجتماعی، رویارویی با تنیدگی، سلامت جسمانی و روانی بسیار موفق می‌باشند. سبک دلبستگی ایمن موجب می‌شود تا افراد در مواجهه با رویدادهای تنیدگی‌زای زندگی، راهبردهای مقابله‌ای کارآمد اتخاذ کنند. واترز (۱۹۷۷) بیان داشته است که کودکان دلبسته ناایمن در مواجهه با مشکلات، سریعاً برانگیخته می‌شوند؛ یعنی هیجان-محور عمل می‌کنند، به راحتی ناامید می‌شوند و قادر به کمک گرفتن از مراقب خود نیستند. بولی (۱۹۷۳) معتقد است که سبک دلبستگی فرد، روش مواجهه‌سازی و همسازی وی را با تجربه‌های تنیدگی‌زا شکل می‌دهد (که نظام دلبستگی تحت شرایط تنیدگی‌زا فعال می‌شود).

۳-۳- سرمایه عاطفی



عاطفه عبارت است از حالت هیجانی شخص که اندیشه او را همراهی می کند. عاطفه و هیجان اغلب به طور متداخل به کار می روند. اما خلق حالتی نافذتر و پایدارتر از دو حالت قبلی است. بدین معنی که ممکن است خلق کسی در یک روز بخصوص بالا باشد، ولی حالاتی از افسوس، غم، خشم یا نگرانی را بطور گذرا در زمینه این خلق بالا مشاهده کند (پورافکاری، ۱۳۸۶). در اهمیت عواطف، یوگین بلولر بیش از پنجاه سال قبل عنوان کرده است «همانطوری که همه انواع اختلالاتی که ما سایکوپاتی می نامیم در واقع چیزی جز اختلالات خلقی نیستند، عوامل عاطفی نیز چنان نقش مهمی در سایکوپاتولوژی دارند که می توان گفت هر عامل دیگر در واقع جنبه اتفاقی دارد. فقط عقب ماندگی و حالات دلیریومی بطور عمده اختلال شعوری شمرده می شوند. لذا، حتی این اختلالات نیز رنگی از مکانیسم های عاطفی دارند و اغلب اهمیت عملی و نظری آنها به وسیله عوامل عاطفی تعیین می گردد» (پورافکاری، ۱۳۸۶). عاطفه را می توان پاسخ دهی هیجانی فعلی فرد تعریف کرد که از روی حالت چهره بیمار و از جمله میزان و حدود رفتار بیانی او استنباط می شود. عاطفه ممکن است با خلق هماهنگ باشد یا نباشد. عاطفه را می توان در حد طبیعی، محدود، کُند (کم روح) یا سطحی (بی روح) توصیف نمود. در محدوده بهنجار عاطفه دامنه متنوعی از حالت چهره، لحن صدا، استفاده از دستها و حرکات بدنی مشاهده می شود. وقتی عاطفه محدود است حدود و شدت ابراز هیجان کاهش می یابد. به همین ترتیب در عاطفه کند ابراز هیجان بیشتر کاهش می یابد. برای تشخیص عاطفه سطحی باید هیچ نشانی از بیان عاطفی وجود نداشته باشد، یعنی صدای فرد یکنواخت و چهره او بی حرکت باشد (کاپلان و سادوک، ۱۳۸۲).

مطالعاتی که در زمینه ساختار عاطفی انجام گرفته است به نحو ثابت به دو بعد مسلط دست یافته اند. این دو بعد در تحلیل های عاملی که روی ابزارهای خودسنجی خلق انجام می گیرند و در مقیاسهای چندبعدی تظاهرات چهره ای همچنین مقیاسهای مربوط به اصطلاحات خلقی، به عنوان دو بعد نخست ظاهر می شوند (واتسن، کلاک، و تلگن، ۱۹۸۸؛ به نقل از کرافورد و هنری، ۲۰۰۴). واتسن و تلگن (۱۹۸۵)؛ به نقل از دیو و فو، ۲۰۱۳)، شواهد مربوط به این زمینه را خلاصه کردند و الگوی دو عاملی عاطفه را ارائه دادند. برخی محققان ابعاد چرخش نداده را ترجیح می دهند. عامل هایی که به این ترتیب ظاهر می شوند (دلپذیر- نادلپذیری) و (برانگیختگی) نامیده می شوند اما در ادبیات پژوهشی این زمینه، ابعادی که از چرخش واریماکس به دست می آید و با نامهای (عاطفه مثبت) و (عاطفه منفی) خوانده می شوند، مقبولیت بیشتری یافته اند. هر چند اصطلاحات (عاطفه مثبت) و (عاطفه منفی) ممکن است چنین القا کند که این دو عامل خلقی متضاد و قویا به نحو منفی همبسته اند اما این دو عامل در واقع به عنوان ابعاد متمایز و متعامد در تحلیل عاملی ظاهر می گردند. به طور خلاصه، (عاطفه مثبت) نشان می دهد که یک شخص تا چه میزان شور و شوق به زندگی دارد و چه میزان احساس فاعلیت و هشیاری می کند. (عاطفه مثبت بالا) بر انرژی زیاد، تمرکز کامل و اشتغال لذت بخش دلالت دارد در حالیکه (عاطفه مثبت پایین) بر غمگینی و رخوت، (عاطفه منفی) یک بعد عام ناراحتی درونی و اشتغال ناخوشایند را نشان می دهد و حالات خلقی ناخوشایندی مانند خشم، نفرت، بیزاری، گناه، ترس و عصبیت را شامل می شود. (عاطفه منفی پایین) با آرامش و راحتی همراه است. این دو عامل ابعاد (حالتی) عاطفه را نشان می دهد (به نقل از بخشی پور و دژکام، ۱۳۸۴). اما واتسن و تلگن (۱۹۸۵)؛ به نقل از دیو و فو، ۲۰۱۳) معتقد هستند که این دو عامل با ابعاد (خصیصه ای) عاطفی یعنی (هیجانی بودن) مثبت و منفی نیز منطبق است. عاطفه مثبت و منفی خصیصه ای تقریباً با عامل های شخصیتی پایه یعنی (برون گرایی) و (روان رنجور خویی) منطبق می باشند. عاطفه مثبت خصیصه ای (هیجانی بودن مثبت)، تمایل به درگیری و رویارویی با محیط از جمله محیط اجتماعی را شامل می شود. افراد دارای (عاطفه مثبت بالا) فعالانه، توانمندانه، توأم با شور، نشاط و اعتماد، به زندگی می کنند، همراهی با دیگران را جستجو می کنند و از آن لذت می برند و کاملاً در تعاملات اجتماعی خود، از اعتماد و رضایت برخوردارند. این افراد تجارب مهیج را دوست دارند و از اینکه کانون توجه قرار گیرند، ابایی ندارند. از سوی دیگر افراد دارای (عاطفه مثبت پایین)، فاقد انرژی، اشتیاق و اعتماد هستند. آنها تودار و از لحاظ اجتماعی گوشه گیرند، از تجارب پرشور پرهیز می کنند و در کل نسبت به درگیر شدن فعالانه با محیط شان تردید دارند. اما افراد دارای (عاطفه منفی بالا) به سمت ناراحتی و ناخرسندی گرایش دارند، دید منفی نسبت به خود دارند و افرادی که در این بعد نمره پایین به دست می آورند نسبتاً آرام، ایمن و دارای رضایت خاطر از خویش هستند (به نقل از دیو و فو، ۲۰۱۳). تلگن (۱۹۸۵)؛ به نقل از بخشی پور و دژکام، ۱۳۸۴) معتقد است که این دو بعد عام عاطفی به نحو متمایز، با (افسردگی) و (اضطراب) مرتبطند. افسردگی و اضطراب هر دو قویاً با (عاطفه منفی) مرتبط هستند. به عبارت دیگر، عاطفه منفی، عامل مشترک افسردگی و اضطراب است و اگر شق خصیصه ای آن نگریسته شود عامل زمینه ساز این دو اختلال می باشد. در مقابل (عاطفه مثبت) به نحو پایدار با خلق و علایم افسردگی، همبستگی منفی دارد اما با خلق و علایم اضطراب بی ارتباط است. به عبارت دیگر، (عاطفه مثبت پایین)، عامل زمینه ساز و متمایز کننده افسردگی از اضطراب است. این رابطه از سوی محققان دیگر نیز مورد تأیید قرار گرفته است (به نقل از بخشی پور و دژکام، ۱۳۸۴). بنابراین مطابق الگوی دو عاملی، عاطفه منفی عامل غیر اختصاصی و مشترک افسردگی و اضطراب و عاطفه مثبت پایین، عامل اختصاصی افسردگی است.



۴-روش پژوهش

پژوهش حاضر از نظر هدف در حیطه تحقیقات کاربردی و براساس ماهیت و روش، یک پژوهش توصیفی - همبستگی است.

۴-۱-جامعه آماری، حجم نمونه و روش نمونه گیری پژوهش

جامعه آماری این پژوهش کلیه زنان ساکن در شهر تهران در سنین ۲۵ تا ۵۰ سال در سال ۱۴۰۲ بودند. با توجه به اینکه در تحقیقات توصیفی براساس مدل سازی ساختاری حداقل حجم نمونه تعداد ۲۰۰ نفر برای تحلیل داده ها کفایت می کند (هومن و همکاران، ۱۳۹۱). با در نظر گرفتن شرایط مطالعه و ریزش آزمودنی ها (تکمیل ناقص پرسشنامه ها، سوگیری در پاسخگویی به سوالات وعدم بازگشت پرسشنامه ها) با روش نمونه گیری دردسترس تعداد ۳۰۰ نفر انتخاب شدند.

۴-۲-ابزار پژوهش

پرسشنامه سرمایه عاطفی

پرسشنامه سرمایه عاطفی دارای ۲۰ گویه می باشد که توسط گل پرور و همکاران (۱۳۹۵) طراحی شده است. دارای سه خرده مقیاس عاطفه مثبت، انرژی مثبت و شادمانی می باشد. امتیاز دهی به سوالات بر اساس مقیاس ۵ تایی لیکرت و به این صورت بود که گزینه هرگز، یک امتیاز و گزینه همیشه، ۵ امتیاز داشت. این ابزار دارای پایایی مناسب بود و همچنین تحلیل عامل اکتشافی یا چرخش واریماکس همراه با بررسی همبستگی امتیازات حاصل از پرسشنامه سرمایه عاطفی نشان داد که این پرسشنامه از روایی قابل قبولی برخوردار است (گل پرور، ۱۳۹۵).

پرسشنامه تجارب روابط نزدیک - ساختار رابطه

برای سنجش امنیت دل بستگی از پرسشنامه تجارب روابط نزدیک - ساختار رابطه استفاده می شود. این پرسشنامه به وسیله فریلی، والر و برنان (۲۰۰۰) طراحی شده است. این پرسشنامه از ۳۶ سؤال تشکیل شده است که هر ۹ سؤال آن مربوط به یک حوزه از رابطه (پدر، مادر، شریک عاشقانه و بهترین دوست) است (فریلی و همکاران، ۲۰۰۰). در هر ۹ سؤال، ۶ سؤال اول برای سنجش بعد اجتنابی و ۳ سؤال آخر برای سنجش بعد اضطرابی تنظیم شده اند. هر حوزه رابطه در طیف لیکرت ۵ امتیازی از ۱ (مخالقم) تا ۵ (موافقم) نمره گذاری می شود. نمرات بالاتر نشان دهنده مقدار بیشتری از دل بستگی ناایمن در هر حوزه ی رابطه است. فریلی، والر و برنان (۲۰۰۰) پایایی این ابزار را به روش آلفای کرونباخ برای بعد اضطرابی ۰/۸۳ و برای بعد اجتنابی ۰/۹۲ به دست آوردند (پوراوری، قنبری، زاده محمدی و پناغی، ۱۳۹۳).

پرسشنامه ناگویی هیجانی (آلکسی تایمیا) تورنتو^{۱۲}

این پرسش نامه توسط باگی، تیلور و پارکر (۱۹۹۴) ساخته شده است. پرسشنامه ناگویی هیجانی تورنتو یک پرسشنامه خودسنجی با ۲۰ سؤال است که سه بعد دشواری در شناسایی احساس ها (۷ سؤال)، دشواری در توصیف احساس ها (۵ سؤال) و تفکر برون مدار (۸ سؤال) را در اندازه های ۵ درجه ای لیکرت از نمره ۱ (کاملاً مخالفم) تا نمره ۵ (کاملاً موافقم) می سنجد. در نمره گذاری این مقیاس، نمرات ۶۰ بالا را به عنوان ناگویی هیجانی بالا در نظر گرفته اند. تیلور، پارکر و باگی^{۱۳} (۱۹۹۷)، آلفای کرونباخ این پرسشنامه را ۰/۸۱ و اعتبار آزمون - باز آزمون آن را با فاصله ۳ هفته برابر با ۰/۷۷ گزارش کردند. در نسخه فارسی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو - ۲۰، ضریب آلفای کرونباخ برای ناگویی هیجانی کل و ۳ زیر مقیاس دشواری در شناسایی احساس ها، دشواری در توصیف احساس ها و تفکر عینی به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۸۲، ۰/۷۵ و ۰/۷۲ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی بالای این مقیاس است. پایایی بازآزمایی مقیاس تورنتو در یک نمونه ۶۷ نفری از دانشجویان مقطع کارشناسی در دو نوبت با فاصله ۴ هفته از ۰/۸۰ تا ۰/۸۷ برای ناگویی هیجانی و زیر مقیاس های مختلف آن بدست آمده است (تقوی، نجفی، کیان ارثی و آقایان، ۱۳۹۲).

۴-۴-روش اجرای پژوهش

^{۱۲}.Farsi version of the Toronto Alexithymia

^{۱۳}.Taylor, Parker & Bagby



برای انجام پژوهش ابتدا پرسشنامه ها به صورت پرسلاین در فضای مجازی و شبکه های اجتماعی در اختیار افراد قرار داده شد و با رعایت ملاحظات اخلاقی از آن ها خواسته شد در صورت تمایل به پرسشنامه ها پاسخ دهند. تعداد ۳۰۰ نفر پرسشنامه بدون هر گونه نقص دریافت شد و مورد تجزیه و تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

برای توصیف داده ها از جدول های توزیع فراوانی و درصد گروه نمونه، محاسبه و ارائه ی شاخص های گرایش مرکزی و پراکندگی داده ها و رسم نمودارهای مربوطه و سپس در بخش استنباطی از آزمون معادلات ساختاری که با استفاده از نرم افزار PLS , SPSS فرضیه های تحقیق مورد آزمون قرار خواهند گرفت.

۵- یافته ها

جدول ۱. آماره توصیفی متغیرهای تحقیق

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	بیشترین	کمترین	تعداد
امنیت دلبستگی	۲/۸۵۹۶	۰/۵۵۲	۴/۴۴	۱/۴۲	۳۰۰
سرمایه عاطفی	۲/۸۲۷۳	۰/۶۰۱	۴/۳۵	۱/۲۵	۳۰۰
الکسی تایمیا	۲/۸۷۰۳	۰/۵۶۵	۴/۶۵	۱/۴۶	۳۰۰

جدول ۲- جدول آزمون کولموگروف-اسمیرنوف متغیرهای تحقیق

متغیرها	سطح معنی داری	Z کولموگروف اسمیرنوف	نتیجه
امنیت دلبستگی	۰/۱۴۸	۰/۰۰۰	غیر نرمال
سرمایه عاطفی	۰/۰۸۱	۰/۰۳۴	غیر نرمال
الکسی تایمیا	۰/۱۴۰	۰/۰۰۰	غیر نرمال

با توجه به نتایج جدول ۳ مقدار سطح معنی داری متغیرها کوچکتر از ۰/۰۵ شده است که نشان از پذیرش فرضیه یک می باشد یعنی متغیرهای موردنظر از توزیع نرمال پیروی نمی کنند، لذا می توان از آزمون ناپارامتریک استفاده کرد. برای استفاده از آزمون ناپارامتریک از نرم افزار PLS استفاده می شود. مهمترین دلیل، داده های غیرنرمال است که محققین و پژوهشگران در برخی پژوهش ها با آن سر و کار دارند.

برای آزمون فرضیات قبل از هر چیز بایستی مدل بیرونی و درونی مورد ارزیابی قرار گیرد. برای ارزیابی **مدل بیرونی** فرضیات از دو معیار p دیلون-گلد اشتاین (پایایی مرکب) و میانگین واریانس استخراج شده (AVE) استفاده می گردد که در جدول زیر (۳) مطرح شده اند.

جدول ۴- ارزیابی مدل بیرونی پژوهش

متغیر	(AVE)	پایایی مرکب	آلفا کرونباخ
الکسی تایمیا	۰/۴۵۶	۰/۸۰۱	۰/۷۸۱
امنیت دلبستگی	۰/۵۱۲	۰/۸۱۵	۰/۷۳۴
سرمایه عاطفی	۰/۴۸۱	۰/۸۲۱	۰/۷۳۶



با توجه به جدول ۴ مقدار پایایی مرکب برای مدل های اندازه گیری بیشتر از ۰/۷ می باشد که نشان دهنده آنست که مدل از پایایی مرکب لازم برخوردار است. همچنین با توجه به مقدار میانگین واریانس استخراج شده که بالاتر از ۰/۴ می باشد می توان بیان نمود که گویه ها می توانند به اندازه کافی واریانس متغیر های مدل پژوهش را تشریح نمایند. بنابراین مدل پژوهش از کیفیت بیرونی خوبی برخوردار است. پس از آزمون مدل بیرونی لازم است تا مدل درونی که نشانگر ارتباط بین متغیر های مکنون پژوهش است، ارایه شود. کیفیت مدل درونی به معنای آنست که آیا متغیر های مستقل توانایی پیش بینی متغیر های وابسته را دارند یا خیر؟ که در این حالت از معیار واریانس اعتبار افزونگی^{۱۴} استفاده می گردد که به آن ضریب Q^2 نیز می گویند. چنانچه ضریب Q^2 مثبت باشد، می توان نتیجه گرفت که مدل ساختاری از کیفیت مناسب برخوردار می باشد.

جدول ۵. بررسی کیفیت مدل درونی یا ساختاری

متغیرها	Q^2
امنیت دلبستگی	۰/۳۸
سرمایه عاطفی	۰/۴۷

با توجه به جدول فوق، از آنجایی که ضریب Q^2 مثبت می باشد، می توان نتیجه گرفت که مدل ساختاری از کیفیت مناسب برخوردار می باشد و نشان از قدرت پیش بینی قوی مدل در خصوص سازه درون زا (وابسته) دارد و برازش مناسب مدل ساختاری پژوهش را تایید می سازد.

جدول ۶- بررسی ضریب تبیین و ضریب تبیین اصلاح شده

متغیر	ضریب تبیین	ضریب تبیین اصلاح شده
آلکسی تایمیا	۴۰۷/۰	۴۰۳/۰
سرمایه عاطفی	۱۸۵/۰	۱۸۲/۰

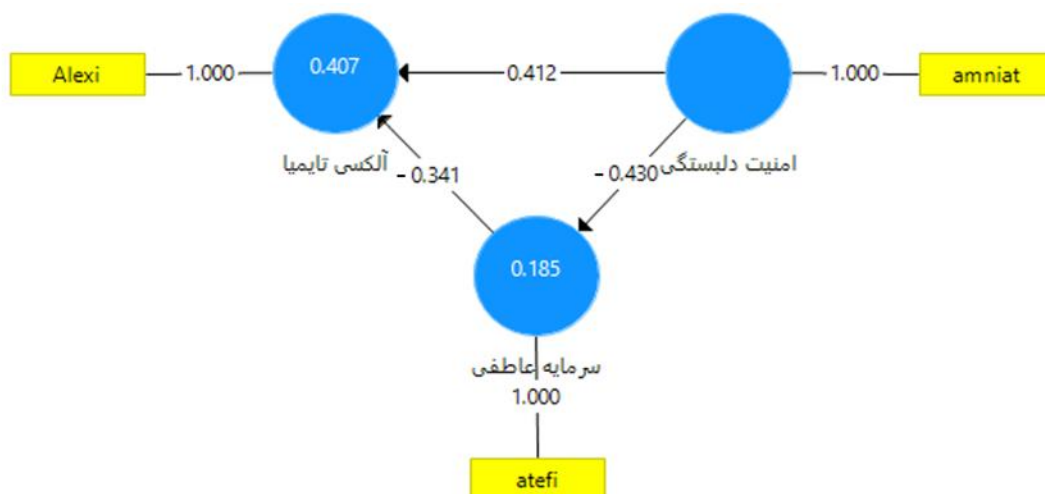
ضریب رگرسیونی استاندارد نشان دهنده میزان تاثیر متغیر مستقل بر متغیر وابسته می باشد و در بازه ۱- تا ۱+ قرار دارد. هرچه این عدد به یک نزدیک تر باشد نشان دهنده تاثیر قوی و مستقیم می باشد، با توجه به نتایج جدول فوق این ضریب در تحقیق حاضر تایید می گردد.

آزمون فرضیات حاصل از مدل ساختاری

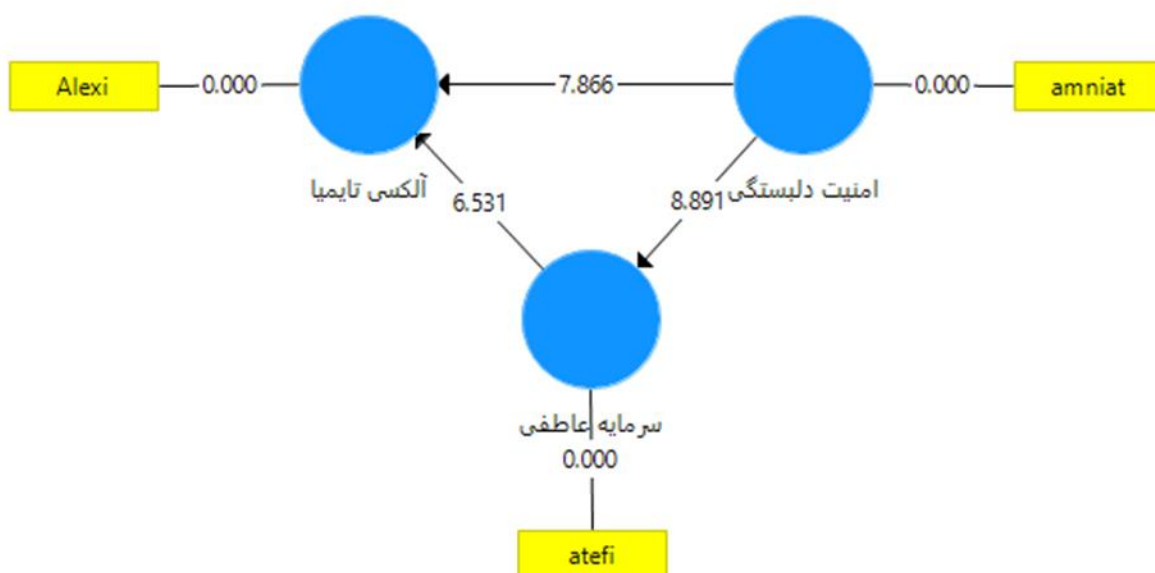
بعد از بررسی مدل بیرونی و درونی و رسیدن به نتایج مورد نظر، می توانیم به بررسی فرضیه های خود بپردازیم. در مدل های مسیری PLS، آزمون معناداری مسیرها از طریق روش خودگردان سازی یا بوت استرپ^{۱۵} که روش باز نمونه گیری است، آزمون می شوند. همانطور که در فصل سوم به تفصیل در این باره توضیح داده شده است، بر اساس بوت استرپ می توان آزمون فرضیات مربوطه را انجام داد. در خروجی های مربوطه، ضریب مسیر به همراه نمره های استخراج شده آماره t وجود دارد. از آنجایی که سطح خطای تعریف شده در این تحقیق ۰/۰۵ می باشد، نمرات مقدار t بالاتر از ۱/۹۶ نشان دهنده تایید فرضیه می باشد.

^{۱۴} . Construct Cross Validated Redundancy

^{۱۵} -Bootstrap



نمودار ۲- مدل آزمون شده متغیرهای پژوهش (مقدار ضریب مسیر)



نمودار ۳- مدل آزمون شده متغیرهای پژوهش (مقدار t مسیر)

جدول ۴- ضرایب مسیر و آماره آزمون فرضیه های تحقیق

مسیر	ضریب مسیر	انحراف استاندارد (STDEV)	آماره T	مقادیر P
امنیت دلبستگی -> آلکسی تایمیا	۴۱۲/۰	۰۵۲/۰	۸۶۶/۷	۰۰۰/۰
امنیت دلبستگی -> سرمایه عاطفی	- ۰/۴۳۰	۰۴۸/۰	۸۹۱/۸	۰۰۰/۰



۰۰۰/۰

۵۳۱/۶

۰۵۲/۰

- ۰/۳۴۱

سرمایه عاطفی -> آلکسی تایمیا

فرضیه اصلی: سرمایه عاطفی بر رابطه بین امنیت دلبستگی با آلکسی تایمیا در زنان شهر تهران نقش میانجی دارد.

با توجه به آنکه آزمون های تی تست مسیرهای بین دو متغیر امنیت دلبستگی و سرمایه عاطفی و همچنین سرمایه عاطفی و آلکسی تایمیا تایید می گردد لذا می توان اثر گذاری سرمایه عاطفی را به عنوان متغیر میانجی بررسی نمود. برای تخمین اثر متغیر میانجی از آزمون سوبل استفاده می شود آزمون سوبل^۱ یک آزمون پرکاربرد است که برای آزمون معنی داری تاثیر میانجی یک متغیر در رابطه میان دو متغیر دیگر به کار می رود. در آزمون سوبل، یک مقدار Z-value از طریق فرمول زیر بدست می آید که در صورت بیشتر شدن این مقدار از ۱/۹۶ می توان در سطح اطمینان ۹۵٪ معنادار بودن تاثیر میانجی یک متغیر را تایید نمود

جدول ۵- نتایج مقادیر در آزمون سوبل

نتیجه آزمون سوبل (Z-value)	خطای استاندارد مربوط به مسیر میان متغیر میانجی و وابسته (Sb) *	خطای استاندارد مربوط به مسیر میان متغیر مستقل و میانجی (Sa) *	مقدار ضریب مسیر میان متغیر میانجی و وابسته (b) *	مقدار ضریب مسیر میان متغیر مستقل و میانجی (a) *
۴,۸۹۴۰۱	۰/۰۵۲	۰/۰۴۸	۰/۳۴۱	۰/۴۳۰
نتیجه آزمون سوبل (Z-value)	خطای استاندارد مربوط به مسیر میان متغیر میانجی و وابسته (Sb) *	خطای استاندارد مربوط به مسیر میان متغیر مستقل و میانجی (Sa) *	مقدار ضریب مسیر میان متغیر میانجی و وابسته (b) *	مقدار ضریب مسیر میان متغیر مستقل و میانجی (a) *
۴,۸۹۴۰۱	۰/۰۵۲	۰/۰۴۸	۰/۳۴۱	۰/۴۳۰

در این بخش، قدر مطلق عدد حاصل از آزمون سوبل با عدد ۱/۹۶ مقایسه می شود و در صورتی که Z-value بزرگتر از ۱/۹۶ باشد، معنی داری تاثیر متغیر میانجی تایید می گردد. با توجه به آماره Z بدست آمده (۴,۸۹۴۰۱) که بزرگتر از ۱/۹۶ می باشد، معناداری متغیر سرمایه عاطفی به عنوان متغیر میانجی تایید می گردد.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی سرمایه عاطفی بر رابطه بین امنیت دلبستگی با آلکسی تایمیا در زنان شهر تهران انجام شد. فرضیه اصلی پژوهش حاضر عبارت بود از اینکه سرمایه عاطفی بر رابطه بین امنیت دلبستگی با آلکسی تایمیا در زنان شهر تهران نقش میانجی دارد. این فرضیه مورد آزمون قرار گرفت و یافته ها نشان داد که سرمایه عاطفی بر رابطه بین امنیت دلبستگی با آلکسی تایمیا در زنان شهر تهران نقش میانجی دارد. به علت اینکه در پیشینه پژوهشی دقیقاً با این عنوان وجود نداشت به قطع نمی توان گفت که نتایج این تحقیق با چه پژوهشی همسو بوده ولی می توان نتیجه گرفت با توجه به وجود نقش میانجی سرمایه عاطفی بر رابطه بین امنیت دلبستگی با آلکسی تایمیا، پژوهش حاضر به یافته های کرمانشاهی و همکاران (۱۴۰۳) و لیورز و همکاران (۲۰۲۲) نزدیک می باشد.

بنابراین در تبیین فرضیه فوق می توان گفت که سرمایه عاطفی به توانایی فرد در مدیریت و ابراز احساسات خود اشاره دارد. این سرمایه می تواند به عنوان یک منبع مهم در روابط بین فردی و دلبستگی ها عمل کند. همچنین سرمایه عاطفی یک مفهوم سه جانبه متشکل از دانش مبتنی بر احساسات، مهارت های خودتنظیمی و ظرفیت های عاطفی است که فرآیندها و منابع خود را به عضویت گروه و موقعیت اجتماعی مرتبط می کند. سرمایه عاطفی رابطه مستقیمی بین ساختارهای کلان و منابع خرد ایجاد می کند. عاطفه منعکس کننده «علائق افراد در تعامل روزمره است و در عین حال، شرایط ساختاری و فرهنگی گسترده تری را که در آن چنین تعاملاتی رخ می دهد، دوباره تولید می کند». امنیت دلبستگی به احساس اطمینان و اعتماد در روابط عاطفی اشاره دارد. افراد با امنیت دلبستگی بالا معمولاً روابط سالم تری دارند. در این پژوهش امنیت دلبستگی دو بعد اضطراب و اجتناب دلبستگی را ارزیابی می کند. دلبستگی اضطرابی به وابستگی بیش از حد به دیگران و ترس از طرد شدن اشاره دارد، در حالی که دلبستگی اجتنابی به تمایل به فاصله گیری از دیگران و عدم اعتماد به روابط نزدیک اشاره دارد. ناگویی هیجانی به عدم توانایی در شناسایی و بیان احساسات اشاره دارد که می تواند منجر به مشکلات در روابط عاطفی شود. در مورد تاثیر سرمایه عاطفی می توان مطرح کرد که سرمایه عاطفی به افراد کمک می کند تا هیجانات خود را بهتر مدیریت کنند. افرادی که توانایی بالایی در مدیریت احساسات دارند، کمتر تحت تاثیر اضطراب و اجتناب دلبستگی قرار می گیرند. سرمایه عاطفی می تواند به تقویت امنیت دلبستگی کمک کند. افرادی که احساسات خود را به خوبی درک و بیان می کنند، معمولاً روابط عاطفی مطمئن تری دارند. افرادی که سرمایه عاطفی بالایی دارند، به احتمال زیاد قادر به شناسایی و بیان احساسات خود هستند، که این امر می تواند به کاهش ناگویی هیجانی



کمک کند و در نتیجه امنیت دلبستگی را تقویت کند. با افزایش سرمایه عاطفی، افراد می توانند روابط بهتری ایجاد کنند و از دلبستگی های اضطرابی و اجتنابی فاصله بگیرند. سرمایه عاطفی می تواند به بهبود سلامت روانی کمک کند، زیرا افراد یاد می گیرند چگونه به طور مؤثرتری با احساسات خود و دیگران ارتباط برقرار کنند. سرمایه عاطفی به عنوان یک میانجی در رابطه بین امنیت دلبستگی و ناگویی هیجانی می تواند نقشی حیاتی ایفا کند. با تقویت سرمایه عاطفی، می توان به بهبود امنیت دلبستگی و کاهش مشکلات ناشی از اضطراب و اجتناب دلبستگی کمک کرد. این موضوع به ویژه در زمینه های روانشناسی و مشاوره اهمیت دارد و می تواند به عنوان یک رویکرد عملی برای بهبود روابط عاطفی مورد استفاده قرار گیرد.

در تبیین دیگر می توان مطرح کرد امنیت دلبستگی به احساس اطمینان و اعتماد در روابط عاطفی اشاره دارد. افراد با امنیت دلبستگی بالا معمولاً قادر به ایجاد و حفظ روابط سالم و مؤثر هستند. آلکسی تایمیا به عدم توانایی در شناسایی و بیان احساسات اشاره دارد. آلکسی تایمیا ساختاری است که احتمالاً با بازداری هیجان مرتبط است، زیرا آلکسی تایمیا، عدم ابراز هیجان به دلیل نقص در توانایی پردازش و تنظیم هیجان ها یا بازداری ابراز هیجان است. در واقع افراد مبتلا به آلکسی تایمیا قادر به تشخیص احساسات و بیان هیجان ها ی خود نیستند و این در حالی است که قابلیت های هیجانی می تواند سازگاری مناسبی را در ارتباط با محیط و دیگران به همراه داشته باشد که این وضعیت می تواند منجر به مشکلات در روابط اجتماعی و عاطفی شود. افرادی که دارای امنیت دلبستگی هستند، معمولاً احساسات خود را بهتر شناسایی و بیان می کنند. این در حالی است که افرادی که دلبستگی نایمن دارند، ممکن است در ابراز احساسات خود با مشکل مواجه شوند و به آلکسی تایمیا دچار شوند. امنیت دلبستگی می تواند بر نحوه ی تجربه و مدیریت احساسات تأثیر بگذارد. زنان با دلبستگی ایمن به احتمال زیاد از مهارت های عاطفی بهتری برخوردارند و می توانند احساسات خود را به راحتی شناسایی کنند. در جامعه ای مانند تهران که روابط اجتماعی و فرهنگی خاصی در خانواده حاکم است، امنیت دلبستگی می تواند بر نحوه ی تعامل زنان با دیگران تأثیر بگذارد. زنان با امنیت دلبستگی اجتنابی ممکن است روابط اجتماعی ضعیف تری داشته باشند و تحت تأثیر سبک های اجتنابی در تعامل با همسر، دوستان و والدین ناگویی هیجانی بالاتری تجربه کنند. بنابراین با تقویت امنیت دلبستگی و کاهش دلبستگی نایمن می توان به کاهش مشکلات ناشی از آلکسی تایمیا و افزایش کیفیت روابط اجتماعی و عاطفی کمک کرد.

بنابراین یا توجه به این که سرمایه عاطفی در رابطه با امنیت دلبستگی و الکسی تایمیا نقش میانجی دارد، می توان مطرح کرد که تقویت سرمایه عاطفی می تواند به عنوان یک راهکار مؤثر برای کاهش ناگویی هیجانی در افرادی که دلبستگی نایمن دارند، در نظر گرفته شود. این یافته ها اهمیت توجه به سرمایه عاطفی را در برنامه های روانشناختی و مشاوره ای نمایان می سازد و می تواند به توسعه راهکارهای بهبود کیفیت روابط عاطفی و سلامت روانی کمک کند. بنابراین، توجه به سرمایه عاطفی به عنوان یک عامل میانجی می تواند به بهبود کیفیت زندگی عاطفی و اجتماعی افراد کمک کند و آن ها را در ایجاد روابط سالم و پایدار یاری دهد. در این پژوهش محدودیت ها شامل موارد زیر بوده اند.

- از نظر مکانی؛ محدود بودن جامعه آماری در دست محقق که فقط زنان شهر تهران را تحت پوشش قرار داد زیرا که جهت بسط دادن آن به کل جامعه باید قدری تأمل نمود .

- در این پژوهش با توجه به روش توصیفی و زمینه یابی از پرسشنامه استفاده گردید، در نتیجه ممکن است برخی از افراد از ارائه پاسخ واقعی خودداری کرده و پاسخ غیر واقعی داده باشند .

- ارزیابی نکردن متغیرهای شخصیتی و مداخله گر که می تواند بر نتایج تأثیر گذاشته باشد

بنابراین پیشنهاد می شود

- کارگاه های آموزشی برای تقویت سرمایه عاطفی، شامل مهارت های شناسایی و ابراز احساسات، مدیریت هیجانات و همدلی برای افراد با دلبستگی نایمن اضطرابی اجتنابی طراحی شود.

- ارائه خدمات مشاوره ای به افراد با دلبستگی نایمن برای کمک به آن ها در شناسایی و مدیریت احساسات خود و بهبود روابط عاطفی .

- طراحی برنامه های مداخله ای که به تقویت سرمایه عاطفی و کاهش الکسی تایمیا کمک کند، مانند تمرینات مدیتیشن و روش های کاهش استرس.



- تشکیل گروه های حمایتی برای افرادی که با مشکلات دلبستگی و ناگویی هیجانی مواجه اند، تا بتوانند تجربیات خود را به اشتراک بگذارند و از یکدیگر یاد بگیرند.

- ترویج فرهنگ ابراز احساسات در خانواده ها و محیط های اجتماعی به منظور کاهش الکی تایمیا و افزایش سرمایه عاطفی.

منابع

- بخشی پور، اعظم و صادقی، عباس و حسینی، فاطمه، ۱۴۰۲، رابطه بین الکی تایمیا و حساسیت اضطرابی با تعارضات زناشویی و نارضایتی جنسی، هشتمین کنفرانس ملی پژوهش های نوین در حوزه علوم انسانی و مطالعات اجتماعی ایران، تهران.
- حمداله زاده طاهر گورایی، سارا، ۱۴۰۲، بررسی رابطه معنویت گرایی با سرمایه عاطفی و رشد حرفه ای معلمان مقطع متوسطه شهر اردبیل، اولین کنفرانس بین المللی روانشناسی، علوم اجتماعی، علوم تربیتی و فلسفه، بابل
- حقیقی، سحر، خالقی پور، شهناز، نیستانک زارع، محمد، (۱۴۰۲)، اثربخشی زوج درمانی مثبت گرا مبتنی بر شفقت بر استحقاق، قلدری و سازگاری با همسر در مردان خودشیفته. فصلنامه مطالعات روانشناختی، سال نوزدهم شماره ۲ (پیاپی ۷۱، تابستان ۱۴۰۲)، صص ۷۱-۸۵
- ضرایبان، نیکی ناز و ضرایبان، محمد کاظم و متین نیا، نسرين، ۱۴۰۲، پیش بینی الکی تایمیا بر اساس طرح واره های ناسازگار اولیه با نقش میانجی راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در بیماران مبتلا به اختلال شخصیت مرزی، فصلنامه خانواده و بهداشت، دوره: ۱۳، شماره: ۲.
- عارفی، محمد عارف. (۱۳۸۳). بررسی رابطه سبک های دلبستگی و اختلالات شخصیت در دانشجویان دانشگاه تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
- مرادی، آرزو و شاه ولی، زهرا، ۱۴۰۲، بررسی ارتباط بین اندیشه پردازی خودکشی، ناگویی هیجانی و دشواری تنظیم هیجان در دختران نوجوان، پنجمین کنفرانس بین المللی علوم انسانی، حقوق، مطالعات اجتماعی و روانشناسی.
- مداحی، محمد ابراهیم. (۱۳۸۳). بررسی رابطه ی جدایی روانشناختی و الگوهای دلبستگی بر رضایتمندی روانی و اجتماعی دانشجویان سال سوم و چهارم دانشکده های علوم انسانی دانشگاه های دولتی در سطح شهر تهران، رساله ی دکتری، دانشگاه تربیت مدرس .
- موسوی، علی اصغر، خالقی پور، شهناز. (۱۴۰۳). نقش میانجی شفقت به خود در رابطه بین عزت نفس، بلوغ عاطفی و الگوهای رفتاری با خودشیفتگی در زوجین. پژوهشنامه اسلامی زنان و خانواده. ۳۱-۹.
- نوروزی، انیسه؛ کثیری دولت آبادی، نیره؛ اسلامی، احمدعلی؛ حسن زاده، اکبر و داوری، سهیلا. (۱۳۹۰). تحقیقات نظام سلامت، ۴، ۳۴-۴۵.
- Bowlby, J. (۱۹۸۲). *Attachment and loss: vol. I. Attachment (2nd ed.)*. New York: Basic Books. (first edition published in ۱۹۶۹).
- Bagby, R. M., Parker, J. D. A., & Taylor, G. J. (۲۰۲۰). Twenty-five years with the ۲۰-item Toronto Alexithymia Scale. *Journal of Psychosomatic Research*, ۱۳۱
- Eyel C. S., & Durmaz I. B. V. (۲۰۱۹). *The Effect of Emotional Capital on Individual Innovativeness: A Research on Bahcesehir University Business Administration Undergraduate Students*. *Procedia Computer Science*, ۱۵۸, ۶۸۰-۶۸۷. doi: ۱۰.۱۰۱۶/j.procs.۲۰۱۹.۰۹.۱۰۳ [CrossRef] [Google Scholar]
- Lyvers, M., Ryan, N., & Thorberg, F. A. (۲۰۲۲). Alexithymia, attachment security and negative mood. *Australian Psychologist*, ۵۷(۲), ۸۶-۹۴
- Thorberg, F.A., Young, R., Sullivan, K.A., & Lyvers, M. (۲۰۱۵a). Parental bonding and alexithymia: A meta-analysis. *European Psychiatry*, ۲۶, ۱۸۷-۱۹۳
- Yang S., Shu D., & Yin H. (۲۰۲۲). The bright side of dark emotions: Exploring EFL teachers' emotions, emotional capital, and engagement in curriculum implementation. *Teaching and Teacher Education*, ۱۱۷, ۱۰۳۸۱۱. doi: ۱۰.۱۰۱۶/j.tate.۲۰۲۲.۱۰۳۸۱۱ [CrossRef] [Google Scholar]