www.edcbmj.ir e-ISSN: 2345-5284

Education Strategies in Medical Sciences (ESMS)

Journal homepage: www.edcbmj.ir/en e-ISSN: 2345-5284

Baqiyatallah University of Medical Sciences

Validation Of the Persian Version of The Mentalized Affectivity Scale (MAS) in Medical University Student

Farzad Ghaderi[*1], Nahid Akrami[2], Koroosh Namdari[3], Ahmad abedi[4]

1 Department of psychology, Faculty of education and psychology, university of Isfahan, Isfahan. Iran

** Coresponding Author: Farzad Ghaderi, Department of psychology, Faculty of education and psychology, university of Isfahan, Isfahan. Iran Email: ghaderi68@yahoo.com*

Article Info

Keywords: *Mentalized affectivity, emotional regulation, Psychometrics, student*

Abstract

Introduction: Mentalization is the cognitive and affective ability to understand the thoughts and feelings of ourselves and others.The purpose of this study was to investigate psychometric indices of Mentalized affectivity scale.

Method: The research method is Psychometrics. The statistical population included all students of Isfahan University of Medical Sciences and the sample size consisted of 303 students who were selected by available sampling method and evaluated by the Mentalized affectivity scale. In order to prepare the Persian version of the Mentalized affectivity scale, the scale was first translated into Persian by one of the PhD students in Psychology, and after removing the ambiguities, it was approved by the professors of psychology at the University of Isfahan. After matching the translated version and the original version and after fixing the existing bugs, the final scale was prepared. In order to accurately measure the validity of the translated tool, its validity and reliability were examined. In order to investigate the validity of the translated instrument, Cronbach's alpha coefficient were used to measure the reliability of the instrument. In order to measure the validity of the structure, the translated tool was examined using structural equations and confirmatory factor analysis using Smart-PLS software.

Results: The implementation of confirmatory factor analysis confirmed the three-factor model of the research and obtained the fitting indices. The internal consistency of the scale, based on the Cronbach's alpha coefficient, was ۰.۸۲ for the total score and 0.82 and 0.70, 0.89 and 0.91 for identifying, processing and expression emotion components. The correlation coefficients for convergent and divergent validity of the scale were statistically significant.

Conclusions: The Persian version of the Mentalized affectivity scale has a high reliability and validity and can be used as a useful tool for clinical research of psychologists and psychiatrists.

Copyright © 2020, Education Strategies in Medical Sciences (ESMS). This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License (http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) which permits copy and redistribute the material just in noncommercial usages, provided the original work is properly cited.

مجله راهبردهای آموزش در علوم پزشکی
دوره ۱۶، شماره ۶، ۱۴۰۲
صفحات: ۶۰۲-۶۱۳

ویژگی‌های روان سنجی نسخه فارسی مقیاس عاطفه پذیری ذهنی در دانشجویان علوم پزشکی

فرزاد قادری[۱*]، ناهید اکرمی[۲]، کورش نامداری[۳]، احمد عابدی[۴]

[۱] گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

* نویسنده مسوول: فرزاد قادری، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایرانایمیل: ghaderi68@yahoo.com

چکیده

مقدمه: عاطفه پذیری ذهنی توانایی شناختی و عاطفی برای درک افکار و احساسات خود و دیگران است. پژوهش حاضر با هدف بررسی شاخص‌های روان سنجی نسخه فارسی مقیاس عاطفه پذیری ذهنی انجام شد.

روش: روش پژوهش روان سنجی (توسعه ابزار) است. جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان و حجم نمونه شامل ۳۰۳ نفر از دانشجویان بودند که به شیوه نمونه گیری در دسترس انتخاب و با مقیاس عاطفه پذیری ذهنی، مورد ارزیابی قرار گرفتند. به منظور تهیه و آماده سازی نسخه فارسی مقیاس عاطفه پذیری ذهنی ابتدا مقیاس توسط یکی از دانشجویان دکتری روان شناسی به فارسی ترجمه شد و پس از رفع ابهامات توسط اساتید روان شناسی دانشگاه اصفهان مورد تأیید قرار گرفت. در مرحله بعد یکی از دانشجویان دکتری زبان انگلیسی نسخه ترجمه شده را مجدداً به انگلیسی برگرداند. پس از مطابقت نسخه ترجمه شده و نسخه اصلی و پس از رفع اشکالات موجود، مقیاس نهایی آماده گردید. جهت سنجش دقیق میزان اعتبار ابزار ترجمه شده، روایی و پایایی آن مورد بررسی قرار گرفت. به‌منظور سنجش روایی سازه ابزار ترجمه شده با بهره‌گیری از معادلات ساختاری و تحلیل عاملی تائیدی، با استفاده از نرم‌افزار Smart-PLS و پایایی ابزار نیز با آلفای کرونباخ موردبررسی قرار گرفت.

یافته‌ها: اجرای تحلیل عاملی تأییدی، مدل سه عاملی پژوهش را تأیید کرد و شاخص‌های برازش مطلوبی را به دست داد. همسانی درونی مقیاس بر حسب ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۸ برای نمره کل و ۰/۷۰، ۰/۸۹ و ۰/۹۱ به ترتیب برای مؤلفه‌های شناسایی، پردازش و ابراز هیجان به دست آمد.

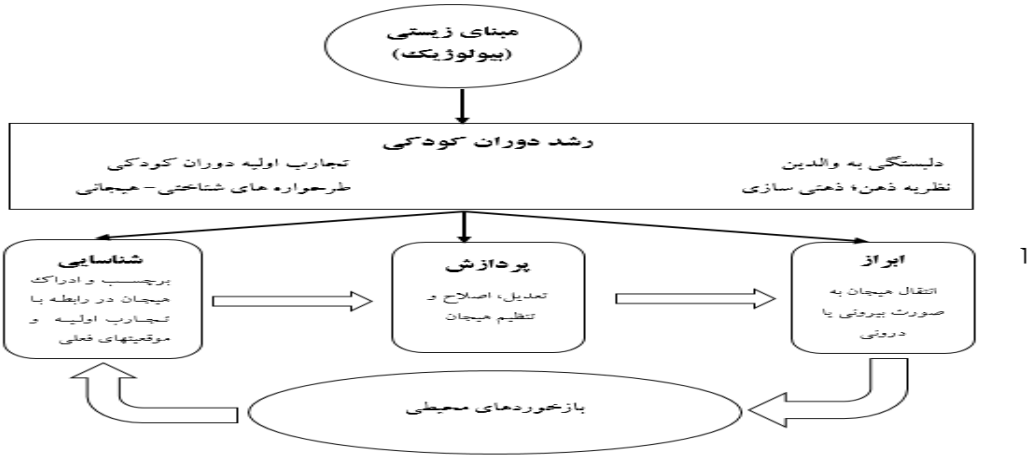
نتیجه گیری: نسخه فارسی مقیاس عاطفه پذیری ذهنی از روایی و پایایی بالایی برخوردار است و می‌تواند به عنوان یک ابزار خودسنجی مفید برای تحقیقات بالینی روان شناسان و روانپزشکان مورد استفاده قرار گیرد.

واژگان کلیدی: آموزش شیمی، برنامه درسی، رویکرد IBSE

مقدمه

هیجان و تنظیم هیجانات (emotion regulation) به طور عمیق و گریزناپذیری، پدیده‌ای اجتماعی هستند[۱]. تنظیم هیجانبه عنوان یکی از حوزه‌های رو به رشد روزافزون در روانشناسی یک اصطلاح وسیع است که فرآیندهای صریح(explicit) و ضمنی (implicit) شامل نظارت (monitoring)، ارزیابی(evaluating)، تغییر(altering) و تعدیل(modulating) هیجانات را توصیف می‌کند [۲-۵] و شامل آگاهی، درک و شناسایی افکار و هیجانات پیش از، در طول و پس از پالایش و تعدیل احساسات است [۳]. طی دهه‌های گذشته، نظریه، پژوهش و ابزارهایی برای هر کدام از این توانایی‌ها در محیط‌های بالینی و غیربالینی طراحی و توسعه یافته و هر کدام از این توانایی‌ها به طور مستقل در ادبیات روان شناختی مورد بحث و بررسی قرار گرفته‌اند[۶-۹].

ژوریست (Jurist)[۱۰] مدل و ارزیابی جدیدی به نام عاطفه پذیری ذهنی (Mentalized affectivity) از تنظیم هیجان ارائه داده است که نظریات و تحقیقات پیشین را در زمینه تنظیم هیجان و ذهنی سازی ادغام می‌کند. این نظریه استدلال می‌کند که تنظیم مؤثر هیجانات (مدیریت، تغییر یا اصلاح) به توانایی ذهنی سازی بستگی دارد. ذهنی سازی(Mentalization)، توانایی شناختی و هیجانی برای درک افکار و احساسات خود و دیگران می‌باشد [۱۱, ۱۲]. عاطفه پذیری ذهنی توانایی تأمل بر روی هیجانات در پرتوی حافظه سرگذشتی (autobiographical memory) است [۱]. تاریخچه قبلی فرد هر جنبه‌ای از تجربیات هیجانی از شناسایی و پردازش تا ابراز هیجان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. بر اساس این نظریه هیجانات فقط در یک فرایند نظارتی تنظیم نمی‌شوند، بلکه از نظر معنایی نیز ارزیابی می‌شوند. این جنبه پیچیده‌تر تنظیم عواطف مستلزم توانایی تفکر و هیجانات و ذهنیت فرد در مورد عواملی است که ممکن است هیجانات را تحت تأثیر قرار دهند، مانند تجربیات دوران کودکی یا وضعیت فعلی و یا شرایطی زمینه‌ای و محیطی که فرد در آن قرار دارد؛ که به نوبه خود به درک فرد از احساسات و نحوه پیش بینی شرایط آینده کمک می‌کند [۳]. نمودار زیر تئوری عاطفه پذیری ذهنی را به صورت بصری نشان می‌دهد.



نمودار ۱. نظریه عاطفه پذیری ذهنی با اقتباس از گرینبرگ (Greenberg) و همکاران [۳]

نمودار ابتدا با مبنای بیولوژیکی (biological bases) (به عنوان مثال ژنتیک و صفات خلقی) آغاز می‌شود. به دنبال مبنای بیولوژیکی رشد دوران کودکی است. به طور خاص، دوران کودکی زمان شکل گیری دلبستگی (attachment)، رشد "نظریه ذهن" (theory of mind) و ذهنی سازی[13] و رشد و شکل گیری طرحواره های شناختی و هیجانی (conitive and affective schemas) است. پس از پایه‌های بیولوژیکی و رشد دوران کودکی، سه جنبه از ویژگی‌های عاطفه پذیری ذهنی شامل شناسایی(Identifying)، پردازش (Processing) و ابراز هیجان (Expressing) نمایان می‌شوند. ابراز احساسات منجر به تعاملات بین فردی با دیگران و محیط از جمله گرفتن بازخورد از دیگران و تجربه موقعیت‌ها و رویدادهای جدید می‌شود (در نمودار با عنوان بازخورد محیطی نام گذاری شده است). این بازخورد و تعامل با محیط با طرحواره های پیشین که عاطفه پذیری ذهنی را تحت تأثیر قرار می‌دهند، یکپارچه شده است [۳].

عاطفه پذیری ذهنی به عنوان یک روش ارزیابی جدید، پردازش و تنظیمات هیجانی را به سه مؤلفه تقسیم می‌کند: شناسایی که در ابتدایی‌ترین سطح شامل برچسب گذاری و نام گذاری هیجانات است و شامل توانایی شناسایی هیجان و منعکس کردن عواملی که روی هیجانات در چارچوب و بستر تاریخچه شخصی و فردی زندگی هر فرد (مانند رخدادهای دوران کودکی) و کشف معانی هیجان تأثیر می‌گذارند (به عنوان مثال چرا این احساس را دارم؟). مؤلفه دوم که به دنبال شناسایی هیجان‌ها می‌آید، پردازش هیجانات است که به معنای توانایی پردازش، تنظیم و تمایز هیجانات پیچیده می‌باشد و شامل تنظیم هیجان‌ها از جهاتی مانند شدت و مدت هیجان می‌باشد. مؤلفه سوم بیان و ابراز هیجان است؛ شامل تمایل ابراز هیجانات به صورت بیرونی یا درونی. ابراز و بیان کردن شامل طیف ارتباط افکار و هیجان فرد از درون به بیرون است. شناسایی هیجانات، فرآیند پردازش را تسهیل می‌کند و پردازش هیجانی، کیفیت فرآیند ابراز هیجان را تعیین می‌کند. این سه بعد با ویژگی‌های شخصیتی، بهزیستی، تروما و اختلالات روانی (از جمله اختلالات خلقی، عصبی و شخصیتی) رابطه دارند[۳].

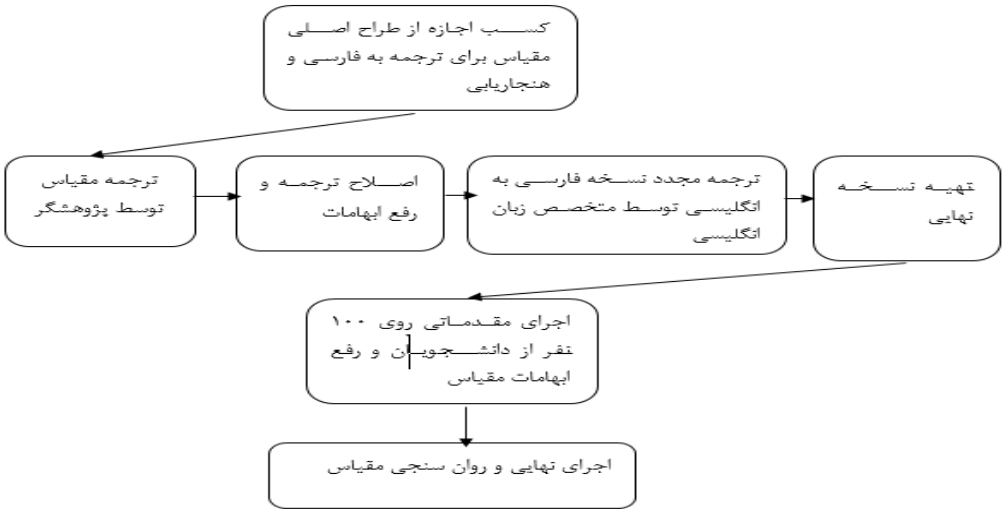
در حال حاضر تعداد محدودی از ابزارهای سنجش فرایندهای هیجانی وجود دارد و اغلب آن‌ها تنها جنبه‌های خاصی از تنظیم هیجان مانند نقص و اختلال در تنظیم هیجان را هدف قرار می‌دهند. علاوه بر این، مدل‌های فعلی تنظیم هیجان، ذهنیت (نظریه ذهن) و توانایی اثرپذیری از زمینه‌های قبلی و حال حاضر را برای درک و مدیریت هیجانات که برای درک و تنظیم احساسات اهمیت دارد، را نادیده می‌گیرند[۱]. از جمله مقیاس دشواری تنظیم هیجانات (difficulties in emotion regulation scale) [۷] که تمام طیف و فضای چند بعدی تنظیم هیجان را پوشش نمی‌دهد، بلکه بیشتر به نقص یا مشکلات در تنظیم هیجان تمرکز می‌کند [۳]. علاوه بر این، این مقیاس به طور عمده بر هیجان فرد در طی یا پس از یک احساس منفی تمرکز می‌کند. یکی دیگر از ابزارهای اندازه گیری هیجان که بسیار مورد استفاده قرار می‌گیرد، پرسشنامه تنظیم هیجانات (emotion regulation Questionnaire) است که هدف آن سنجش راهبردهای مقابله با عواطف و پاسخ مبتنی بر تنظیم هیجان است که بر اساس مدل فرایند تنظیم هیجان است [۱۴]. این مقیاس ۱۰ ماده‌ای شامل دو عامل ارزیابی مجدد و سرکوب می‌باشد. در رابطه با تئوری هیجان پذیری ذهنی، عامل ارزیابی مجدد جزیی از مؤلفه پردازش و عامل سرکوبی در قطب منفی پیوستار ابراز هیجان جای می‌گیرند. با این حال، مواردی از ERQ که عناصر شناسایی هیجانات را نشان دهند، وجود ندارد. یکی دیگر از مقیاس‌های تنظیم هیجان، پرسش نامه تنظیم شناختی هیجان (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire) (CERQ) است[۱۵]. محدودیت این مقیاس نیز این است که تنها جنبه‌های شناختی تنظیم هیجان را در برمی گیرد. علاوه بر این، این مقیاس تنها پاسخ‌های فرد به رویدادهای منفی زندگی را نشان می‌دهد. همانگونه که اشاره شد بیشتر مقیاس‌هایی که در حوزه هیجان مورد استفاده قرار می‌گیرند، هر کدام جنبه‌هایی از نظریه هیجان پذیری ذهنی هستند و هیچ کدام هر سه مؤلفه این نظریه را پوشش نمی‌دهند، و همچنین به جنبه‌های ادراک زمینه‌های قبلی و فعلی تنظیم هیجانی نمی‌پردازند. همچنین مقیاس عاطفه پذیری ذهنی به جای مدل فرایندی (process model)، مدلی ذهن آگاهانه(mindfulness model) به تنظیم هیجان دارد. مدل ذهن آگاهی در اصل نقدی به مدل فرآیندی است و در جهت ترغیب به پذیرش هیجانات به جای تغییر آنها عمل می‌کند[۱]. این مقیاس به صورت آنلاین و مداد- کاغذی و برای هر دو جامعه بالینی و غیر بالینی و مطالعات روانشناسی اجتماعی، روانشناسی بالینی، روانپزشکی قابل استفاده است و تاکنون به زبان‌های کره‌ای، ژاپنی، تایوانی، آلمانی، اسپانیایی، ترکی و ایتالیایی ترجمه شده است. پژوهش حاضر با هدف بررسی شاخص‌های روان سنجی مقیاس عاطفه پذیری ذهنی در دانشجویان انجام شد.

روش

پژوهش حاضر در چارچوب طرح روان سنجی (توسعه ابزار) انجام شد. شرکت کنندکان شامل ۳۰۳ نفر از دانشجویان (۱۰۰ نفر پسر و ۲۰۳ نفر دختر) دانشگاه علوم پزشکی اصفهان بودند که به شیوه نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. دامنه سنی شرکت کنندگان در پژوهش از ۱۸ تا ۳۷ سال با میانگین (انحراف استاندارد) ۲۱/۸۵ (۲/۹۵) بود.

به منظور تهیه و آماده سازی نسخه فارسی مقیاس عاطفه پذیری ذهنی ابتدا مقیاس توسط نویسنده اول به فارسی

ترجمه شد و پس از اصلاح ترجمه و رفع ابهامات توسط اساتید روان شناسی دانشگاه اصفهان مورد تأیید قرار گرفت. در مرحله بعد یکی از دانشجویان دکتری زبان انگلیسی نسخه ترجمه شده را مجدداً به انگلیسی برگرداند. پس از مطابقت نسخه ترجمه شده و نسخه اصلی و پس از رفع اشکالات موجود، مقیاس نهایی آماده گردید. روایی ابزار برای حیطه های مختلف آن به دو روش روایی صوری (Validity Face) و روایی محتوایی (Validity Content) مورد بررسی قرار گرفت. روایی صوری کیفی ابزار در یک گروه ۵ نفره صاحبنظران روان شناسی و متخصص ادبیات و زبان فارسی انجام شد، بدین صورت که از آنان درخواست شد تا پس از مطالعه دقیق ابزار، دیدگاه های اصلاحی خود را به صورت کتبی ارائه نمایند. همچنین تاکید شد که در ارزیابی روایی صوری کیفی، موارد سطح دشواری، میزان عدم تناسب، ابهام عبارات و یا وجود نارسایی در معانی کلمات، رعایت دستور زبان، استفاده از کلمات مناسب، اهمیت سوالات، قرارگیری سوالات در جای مناسب خود و زمان تکمیل ابزار طراحی شده را مدنظر قرار دهند. پس از جمع آوری نظرات متخصصین، تغییرات لازم در ابزار صورت گرفت و روایی صوری کیفی آن تکمیل گردید و ابزار وارد گام بعدی شد. جهت ارزیابی روایی محتوایی از شاخص روایی محتوا (Content Validity Index) استفاده شد. بدین منظور مقیاس نهایی در اختیار سه نفر متخصص روان شناسی قرار داده شد و روایی محتوا از جهات درک سؤالات مقیاس، ارزیابی دقیق از عاطفه پذیری ذهنی، ضرورت هر سؤال در مقیاس بر اساس روش والتز و باسل (Waltz & Bausell) در طیف‌های پنج عاملی (غیرمرتبط ۱، نیاز به بازبینی اساسی ۲، مرتبط اما نیاز به بازبینی ۳، و کاملاً مرتبط ۴) مورد بررسی و تأیید قرار گرفت. قبل از اجرای اصلی نسخه آماده شده به منظور دریافت بازخورد از شرکت کننده‌ها درباره دستورالعمل پرسش نامه، درک محتوای گویه های مقیاس و رفع ایرادهای احتمالی در گویه ها، مطالعه مقدماتی روی ۱۰۰ نفر از دانشجویان که به صورت نمونه برداری در دسترس انتخاب شده بودند، اجرا و ضعف‌های موجود برطرف شد. در مرحله آخر و پس از نهایی کردن فرم اصلی، نمونه پژوهش با مقیاس عاطفه پذیری ذهنی مورد ارزیابی قرار گرفتند. جهت سنجش دقیق میزان اعتبار ابزار ترجمه شده، روایی و پایایی آن مورد بررسی قرار گرفت. به منظور بررسی روایی ابزار ترجمه شده از روایی سازه بهره گرفته شد و جهت سنجش پایایی ابزار از ضریب آلفای کرونباخ استفاده گردید. به‌منظور سنجش روایی سازه ابزار ترجمه شده با بهره‌گیری از معادلات ساختاری و تحلیل عاملی تائیدی، روایی سازه آن نیز با استفاده از نرم‌افزار Smart-PLS موردبررسی قرار گرفت. مراحل بومی سازی و هنجاریابی مقیاس در شکل ۱ گزارش شده است.



شکل ۱. نمودار مراحل بومی سازی و هنجاریابی مقیاس عاطفه پذیری ذهنی

مقیاس عاطفه پذیری ذهنی (Mentalized affectivity Scale): مقیاس عاطفه پذیری ذهنی یک ابزار جدید اندازه گیری حوزه هیجان است که توسط گرینبرگ و همکاران[۳] در سال ۲۰۱۷ ساخته شده است. نسخه اصلی این مقیاس شامل ۶۰ سؤال و سه خرده مقیاس شناسایی، پردازش و ابراز هیجان‌ها می‌باشد. نمره گذاری مقیاس در طیف لیکرت ۷ درجه‌ای از کاملاً مخالفم (۱)، نسبتا مخالفم (۲)، کمی مخالفم (۳)، نظری ندارم (۴)، کمی موافقم (۵)، نسبتا موافقم (۶) تا کاملاً موافقم (۷) انجام می‌شود. نمرات بالاتر در هر خرده مقیاس نشان دهنده توانایی بیشتر فرد در آن خرده مقیاس می باشد. نمره گذاری سوالات ۹، ۱۳، ۱۵، ۲۰، ۲۴، ۳۱، ۳۲، ، ۳۶، ۳۹، ۴۰، ۴۴، ۵۳، ۵۵ و ۵۶ به صورت معکوس می باشد، بدین معنی که از کاملا مخالفم (۷) تا کاملا موافقم (۱) نمره گذاری می شوند. سازندگان این مقیاس را دارای اعتبار و روایی بالا گزارش کرده و معتقدند که برای جمعیت بالینی و غیربالینی و در حوزه‌های روان شناسی، روانپزشکی و عصب روان شناسی قابلیت کاربرد دارد. گرینبرگ و همکاران [۳] آلفای کرونباخ گزارش شده را برای مؤلفه شناسایی هیجان ۰/۹۳، برای مؤلفه پردازش ۰/۹۰ و برای مؤلفه ابراز هیجان، ۰/۸۸ گزارش کرده‌اند.

یافته‌ها

بار عاملی هر سؤال با عامل مربوط به خود در جدول ۱ نشان داده شده است.

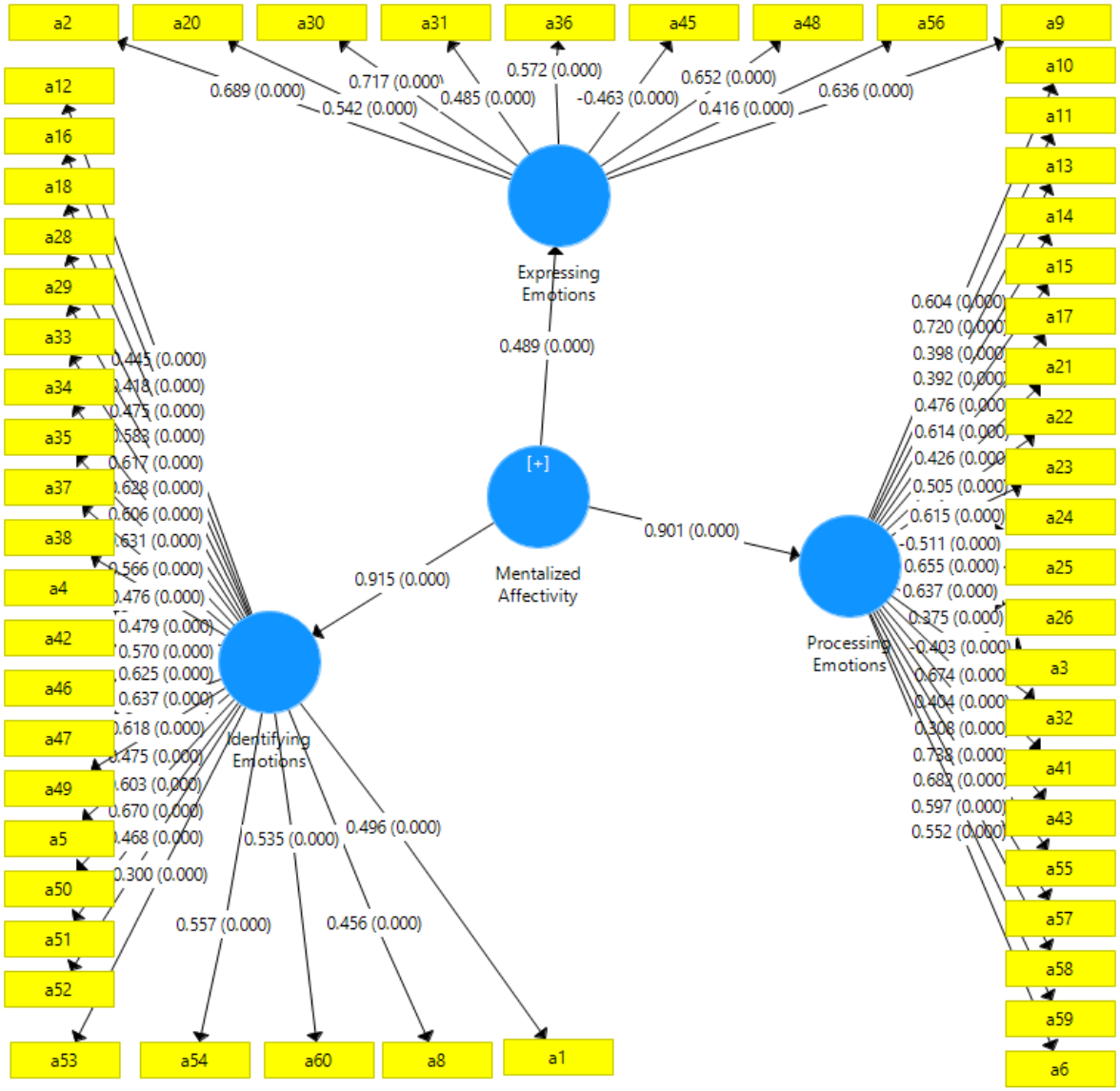
جدول ۱، بارهای عاملی استاندارد هر یک از گویه ها با عامل مربوط به خود

مؤلفه	گویه ها	بارعاملی	نسبت بحرانی (آماره t)	سطح معناداری
شناسایی هیجان	۱. اغلب در این مورد فکر می‌کنم که چگونه هیجاناتی که الان دارم از تجربیات اولیه زندگی‌ام نشأت می‌گیرد.	۰/۴۹۶	۹/۵۷۹	۰/۰۰۰
	۴. وقتی در شرایط دشوار هیجانی قرار می‌گیرم، از روش‌هایی که برای کمک کردن آموخته‌ام، استفاده می‌کنم.	۰/۴۷۶	۹/۲۱۱	۰/۰۰۰
	۵. متوجه این هستم که روابط قبلی چگونه بر احساسات فعلی من تأثیر می‌گذارد.	۰/۴۶۸	۹/۴۴۲	۰/۰۰۰
	۸. تلاش می‌کنم که هیجاناتم را مدیریت کنم.	۰/۴۵۶	۸/۱۳۲	۰/۰۰۰
	۱۲. فهم تجربه هیجانی من یک فرایند مداوم است.	۰/۴۴۵	۸/۲۲۷	۰/۰۰۰
	۱۶. آگاهی از تجربیات دوران کودکی به من کمک می‌کند تا بتوانم معنی هیجانات فعلی خود را در یک زمینه بزرگتر قرار دهم.	۰/۴۱۸	۶/۳۹۷	۰/۰۰۰
	۱۸. برای درک احساس و هیجان فعلی‌ام، اغلب اوقات به تجربیات گذشته خود رجوع می‌کنم.	۰/۴۷۵	۸/۱۹۶	۰/۰۰۰
	۲۸. عمل کردن براساس هیجاناتم به من کمک می‌کند که دلیلی که در پشت این احساس کنونی من است را بدانم.	۰/۵۸۳	۱۱/۹۳۱	۰/۰۰۰
	۲۹. من از الگوهای تکراری هیجاناتم آگاه هستم.	۰/۶۱۷	۱۳/۲۲۸	۰/۰۰۰
	۳۳. تلاش می‌کنم پیچیدگی هیجاناتم را درک کنم.	۰/۶۲۸	۱۴/۶۰۹	۰/۰۰۰
	۳۴. برایم مهم است که احساسات واقعی خودم را بپذیرم و تأیید کنم.	۰/۶۰۶	۱۳/۸۳۷	۰/۰۰۰
	۳۵. اغلب اوقات می دانم که هیجاناتم از کجا نشأت می‌گیرند.	۰/۶۳۱	۱۶/۴۲۸	۰/۰۰۰
	۳۷. اغلب اوقات برای کمک به آگاهی و اطلاع از حلت هیجانی و وضعیت جاری خودم سوابق زندگی‌ام را بررسی می‌کنم.	۰/۵۶۶	۱۰/۰۱۰	۰/۰۰۰
	۳۸. من نسبت به آنچه که دیگران برای کمک به آگاهی من از نوع احساسم می گویند، کاملاً باز و پذیرا هستم.	۰/۴۷۷	۸/۴۹۲	۰/۰۰۰
	۴۲. برای شناخت هیجاناتم کنجکاو هستم.	۰/۵۷۰	۱۱/۶۰۲	۰/۰۰۰
	۴۶. تلاش می‌کنم که عواطف خود را بشناسم.	۰/۶۲۵	۱۵/۸۱۷	۰/۰۰۰
	۴۷. می‌توانم تجربیات دوران کودکیم را که بر احساس و تفکر امروز من تأثیر دارند، به دقت شناسایی کنم.	۰/۶۳۷	۱۶/۲۵۱	۰/۰۰۰
	۴۹. اندیشیدن راجع به تجربیات هیجانی سایر افراد، به من کمک می‌کند که در مورد تجربیات هیجانی خود نیز بیاندیشم.	۰/۶۱۸	۱۲/۸۹۸	۰/۰۰۰
	۵۰. متوجه هستم که روابط قبلی ام چگونه بر روابط فعلی ام تأثیر دارد.	۰/۶۰۳	۱۲/۶۷۳	۰/۰۰۰
	۵۱. فکر کردن در مورد اینکه چگونه هیجانات من از پویایی خانواده‌ام سرچشمه گرفته‌اند، مفید است.	۰/۶۷۰	۱۶/۵۶۹	۰/۰۰۰
	۵۲. من با گشودگی دیدگاه دیگران را در مورد خودم گوش می‌کنم زیرا به من کمک می‌کند تا خودم را بهتر درک کنم.	۰/۴۶۸	۸/۱۴۲	۰/۰۰۰
	۵۳. به ندرت اتفاق می‌افتد که درباره دلیلی که علت احساساتم است، فکر کنم.	-۰/۳۰۰	-۴/۳۰۲	۰/۰۰۰
	۵۴. اینکه بفهمم رویدادهای مهم زندگی‌ام چه تاثیری بر رفتار کنونی‌ام داشته، برایم مهم است.	۰/۵۵۷	۹/۵۴۰	۰/۰۰۰

	۶۰ اگر همزمان چندین هیجان را با هم تجربه کنم، می‌توانم راجع به آن‌ها صحبت کنم.	۰/۵۳۵	۱۰/۶۲۲	۰/۰۰۰
پردازش هیجان	۳. توانایی خوبی در درک هیجانات پیچیده سایر افراد دارم.	۰/۳۷۵	۵/۷۵۷	۰/۰۰۰
	۶. حتی اگر هیجانات پیچیده‌ای داشته باشم قادر به تفکر منطقی هستم.	۰/۵۲۲	۱۱/۷۲۰	۰/۰۰۰
	۷. می‌توانم صبر کنم تا بر اساس هیجاناتم عمل کنم.	۰/۱۸۹	۱/۵۵۴	۰/۲۴۹
	۱۰. هنگامی که سرشار از هیجانات منفی می‌شوم، می دانم آن‌ها را چگونه مدیریت کنم.	۰/۶۰۴	۱۱/۹۶۲	۰/۰۰۰
	۱۱. اغلب اوقات دلیل اینکه چرا این احساس را دارم و اینگونه عمل می‌کنم را میدانم.	۰/۷۲۰	۲۴/۱۵۱	۰/۰۰۰
	۱۳. اغلب اوقات راجع به هیجاناتی که دارم، سردرگم هستم.	-۰/۳۹۸	-۶/۴۶۶	۰/۰۰۰
	۱۴. می‌توانم هیجاناتم را طوری تنظیم کنم که بسیار صریح و آشکار باشند.	۰/۳۹۲	۵/۹۷۷	۰/۰۰۰
	۱۵. مدیریت هیجاناتم برایم دشوار است.	-۰/۴۷۶	-۷/۸۳۶	۰/۰۰۰
	۱۷. برایم آسان است که هیجانات مختلفی را که در یک زمان احساس می‌کنم، تفکیک کنم.	۰/۶۱۴	۱۲/۳۷۵	۰/۰۰۰
	۲۱. به راحتی می‌توانم هیجانات اصلی (ترس، خشم، غم و شادی، تعجب) که دارم را برچسب بزنم.	۰/۴۲۶	۷/۰۹۸	۰/۰۰۰
	۲۲. در افزایش هیجاناتی که بیشتر دوست دارم، خوب عمل می‌کنم.	۰/۵۰۵	۹/۶۰۲	۰/۰۰۰
	۲۳. به راحتی می‌توانم هیجاناتم را کنترل کنم.	۰/۶۱۵	۱۴/۲۰۷	۰/۰۰۰
	۲۴. معمولاً هیجاناتم را به طور در هم آمیخته و ناموزون به دیگران ابراز می‌کنم.	-۰/۵۱۱	-۹/۴۲۰	۰/۰۰۰
	۲۵. وقتی لبریز از هیجانات مثبت هستم، می دانم چگونه آنها را حفظ کنم.	۰/۶۵۵	۱۵/۱۱۷	۰/۰۰۰
	۲۶. در کنترل هیجانات ناخواسته‌ام خوب عمل می‌کنم.	۰/۶۳۷	۱۵/۴۲۹	۰/۰۰۰
	۳۲. مدتی طول می‌کشد تا بفهمم که واقعاً چگونه احساسی دارم.	-۰/۳۷۵	-۵/۹۵۸	۰/۰۰۰
	۳۹. وقتی تلاش می‌کنم هیجاناتم را ابراز کنم، مردم سردرگم می‌شوند.	-۰/۲۰۲	-۱/۵۳۷	۰/۰۸۹
	۴۱. به خوبی می‌توانم بین هیجانات مختلفی که تجربه می‌کنم تمایز قائل شوم.	۰/۶۷۴	۱۸/۳۹۴	۰/۰۰۰
	۴۳. اگر احساسی باعث ناراحتی من شود به راحتی می‌توانم از آن خلاص شوم.	۰/۴۰۴	۶/۵۸۸	۰/۰۰۰
	۵۵. من از هیجاناتی که در هنگام گفتگو احساس می‌کنم، آگاه نیستم.	-۰/۳۰۸	-۴/۷۵۳	۰/۰۰۰
	۵۷. من به خوبی هیجاناتم را می‌شناسم.	۰/۷۳۸	۲۵/۰۹۴	۰/۰۰۰
	۵۸. بدون تفکر زیاد راجع به هیجانی که دارم، به راحتی می‌توانم آن‌ها را شناسایی کنم.	۰/۶۸۲	۲۰/۰۲۵	۰/۰۰۰
	۵۹. می‌توانم احساساتم را در متن محیط اطرافم درک کنم.	۰/۵۹۷	۱۲/۳۵۸	۰/۰۰۰
ابراز هیجان	۲. می‌توانم به وضوح هیجاناتم را به دیگران ابراز کنم.	۰/۶۸۹	۱۴/۳۳۷	۰/۰۰۰
	۹. صحبت کردن راجع به هیجانات پیچیده‌ای که دارم، برایم دشوار است.	-۰/۶۳۶	-۱۰/۰۳۷	۰/۰۰۱
	۱۹. اگر زمان مناسبی برای بیان هیجانات وجود نداشته باشد، می‌توانم آن‌ها را در درون خودم نگه دارم.	-۰/۰۰۵	-۰/۰۲۰	۰/۹۸۴
	۲۰. اغلب اوقات هیجاناتم را در درونم نگه می‌دارم.	-۰/۵۴۲	-۶/۵۴۸	۰/۰۰۰
	۲۷. من به سرعت بر اساس هیجاناتم عمل می‌کنم.	۰/۰۲۶	۰/۲۱۸	۰/۸۲۷
	۳۰. دیگران می گویند که در ابزار هیجاناتم خوب عمل می‌کنم.	۰/۷۱۷	۱۵/۷۷۱	۰/۰۰۰
	۳۱. اگر چیزی را احساس کنم، ترجیح می‌دهم درباره آن با دیگران صحبت نکنم.	-۰/۴۸۵	-۴/۵۰۹	۰/۰۰۹
	۳۶. اگر چیزی را احساس کنم، ترجیح می‌دهم آن را به دیگران انتقال ندهم.	-۰/۵۷۲	-۵/۸۷۵	۰/۰۲۳
	۴۰. گاهی اوقات بهتر است که هیجاناتم را در درونم نگهدارم.	-۰/۰۷۱	-۰/۳۲۸	۰/۷۴۳
	۴۴. اغلب می دانم که چه احساسی دارم اما آن را آشکار نمی‌کنم.	-۰/۲۷۷	-۱/۱۵۵	۰/۲۴۹
	۴۵. اگر چیزی را احساس کنم، غالباً از بیرون مشخص است.	-۰/۴۶۳	۶/۲۳۷	۰/۰۰۰
	۴۸. اگر راجع به چیزی، احساسی داشتم آن را به سایرین نیز انتقال می‌دهم.	۰/۶۵۲	۱۱/۶۱۷	۰/۰۰۰
	۵۶. من وقتی راحت‌تر هستم که بجای صحبت کردن مستقیم در مورد احساساتم بطور غیرمستقیم درباره آن‌ها صحبت کنم.	۰/۴۱۶	۴/۸۹۳	۰/۰۳۸

همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود در حالت تخمین استاندارد، بارهای عاملی تمامی گویه ها به جزء گویه های ۷، ۳۹، ۱۹، ۲۷، ۴۰ و ۴۴ روی عامل مربوط به خود بالای ۰/۳۰ می‌باشد. که با توجه به اینکه در حالت تخمین معناداری، آماره تی (t) برای تمامی گویه ها به جزء گویه ۶ گویه (۷، ۳۹، ۱۹، ۲۷، ۴۰ و ۴۴) بالاتر از ۱/۹۶ می‌باشد و سطح معناداری کوچکتر از ۰/۰۵ است می‌توان گفت تمامی گویه ها به جزء گویه های ۷، ۳۹، ۱۹، ۲۷، ۴۰ و ۴۴ از بار عاملی قابل‌قبولی با عامل مربوط به خود برخوردار بوده و مورد تائید می‌باشد. طبق یافته‌های به دست آمده ۶ گویه (۷، ۳۹، ۱۹، ۲۷، ۴۰ و ۴۴) از بار عاملی لازم برخوردار نیستند و از لحاظ قرار گرفتن در ذیل مؤلفه مورد نظر و

ارتباط مفهومی با آن، نامناسب تشخیص داده شده‌اند، بنابراین از پرسشنامه حذف شدند. همچنین یافته‌های جدول ۱ نشان می‌دهد که در بین گویه های تائید شده گویه های ۵۳، ۱۳، ۱۵، ۲۴، ۳۲، ۵۵، ۹، ۲۰، ۳۱، ۳۶ و ۵۶ دارای بار عاملی منفی با عامل مربوط به خود هستند و معکوس می‌باشد. جزئیات بیشتر مربوط به بار عاملی عامل‌های شناسایی‌شده در جدول ۱، قابل‌مشاهده می‌باشد. شکل ۲، بار عاملی هر یک از گویه ها با عامل مربوط به خود را پس از حذف گویه های ۷، ۳۹، ۱۹، ۲۷، ۴۰ و ۴۴ نشان می‌دهد.



شکل ۲، تحلیل عاملی تائیدی در حالت تخمین استاندارد و حالت تخمین معناداری

جدول ۲، شاخص‌های ارزیابی برازش مدل تحلیل عامل مرتبه دوم

شاخص	محدوده قابل قبول	مقدار مشاهده شده	نتیجه
SRMR	کمتر از ۰/۰۸	۰/۰۶۳	برازش مناسب
d-ULS	کمتر از ۰/۹۵	۰/۷۲۷	برازش مناسب
d-G	کمتر از ۰/۹۵	۰/۴۵۳	برازش مناسب
NFI	بیشتر از ۰/۵	۰/۸۵۴	برازش مناسب

همانطور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، شاخص‌های برازش مدل حاکی از برازش مطلوب مدل می‌باشد و در نتیجه، نتایج حاصل از مدل کلی قابل اتکا و مورد اعتماد می‌باشد. در ادامه بار عاملی هر یک از عامل‌ها با متغیر عاطفه پذیری ذهنی و ضریب آلفای کرونباخ مقیاس ترجمه شده گزارش شده است.

جدول ۳. بارهای عاملی استاندارد هر یک از ابعاد عاطفه پذیری ذهنی

متغیر	عامل	بار عامل	نسبت بحرانی (آماره t)	سطح معناداری
عاطفه پذیری ذهنی	شناسایی هیجان	۰/۹۱۵	۷۲/۴۸۸	۰/۰۰۰
	پردازش هیجان	۰/۹۰۱	۷۴/۸۵۲	۰/۰۰۰
	ابراز هیجان	۰/۴۸۹	۱۱/۶۸۲	۰/۰۰۰

چنانچه در جدول (۳) ملاحظه می‌شود، در حالت تخمین استاندارد، بارهای عاملی تمامی عامل‌ها روی عاطفه پذیری ذهنی بالای ۰/۴ می‌باشد. که با توجه به اینکه در حالت تخمین معناداری، آماره تی (t) برای تمامی عامل‌ها بزرگتر از ۱/۹۶ و سطح معناداری کوچکتر از ۰/۰۵ می‌باشد، می‌توان گفت تمامی عامل‌ها از بار عاملی قابل‌قبولی برخوردار هستند. همچنین یافته‌ها نشان می‌دهد که از بین ابعاد هیجان پذیری ذهنی عامل شناسایی هیجان بیشترین بار عاملی را با عاطفه پذیری ذهنی دارد.

جدول ۴. نتایج بررسی پایایی ابزار ترجمه شده

متغیر	پایایی آلفای کرونباخ
شناسایی هیجان	۰/۷۰۰
پردازش هیجان	۰/۸۹۴
ابراز هیجان	۰/۹۰۱
کل	۰/۸۲۰

شاخص‌های پایایی آلفای کرونباخ باید مقداری بزرگتر از ۰/۷ را به دست آورند تا بیانگر ثبات درونی سازه باشد. با توجه به یافته‌های جدول ۴، پایایی ابزار ترجمه شده تائید می‌گردد.

بحث

پژوهش حاضر با هدف بررسی شاخص‌های روان سنجی نسخه فارسی مقیاس عاطفه پذیری ذهنی در دانشجویان انجام شد. نتایج نشان داد که نسخه فارسی مقیاس عاطفه پذیری ذهنی پس از حذف گویه های ۷، ۳۹، ۱۹، ۲۷، ۴۰ و ۴۴ و با ۵۴ سؤال از اعتبار و روایی مناسبی برخوردار است. نتایج تحلیل عاملی تاییدی وجود سه عامل شناسایی هیجان، پردازش هیجان و ابراز هیجان را تأیید کرد. همچنین میزان آلفای کرونباخ برای نمره کل مقیاس عاطفه پذیری ذهنی و مؤلفه‌های شناسایی هیجان، پردازش هیجان و ابراز هیجان رضایت بخش به دست آمد. یافته‌های پژوهش حاضر همسو با نتایج پژوهش گرینبرگ و همکاران [۳] می‌باشد.

مقیاس عاطفه پذیری ذهنی یک ابزار بالینی جذاب است: به عنوان راهی برای درک بهتر اینکه چه نوع از بیماران چه نوع مشکلی در استفاده از هیجان‌ها دارند. این مقیاس همچنین تاییدی بر بحث ژوریست [۱]در مورد مداخلات برای پرورش ذهنی سازی در بیماران، بر اساس مشخص کردن مشکلات آن‌ها در استفاده از هیجاناتشان است. سازندگان این مقیاس علاوه بر اثبات روایی و پایایی این مقیاس، نشان داده‌اند که چگونه سه جنبه متمایز تأثیر ذهنی (شناسایی، پردازش و بیان هیجانات) با ویژگی‌های شخصیتی، بهزیستی روان شناختی، آسیب، تشخیص اختلالات روانی و تاریخچه درمان روان شناختی مرتبط است [۳]. منطقی ترتیبی در بین سه مؤلفه این مقیاس وجود دارد به این معنی که اگر احساسات به درستی پردازش شوند، باعث ابراز مناسب هیجانات می‌شود و اگر هیجانات به درستی شناسایی شوند می‌توانند به طور مناسب پردازش و تعدیل شوند. این امر به پیشرفت درک در مورد راه‌هایی که هیجانات ذهنی در رشد و تکامل درمانی نقش دارد، کمک می‌نماید. همچنین می‌تواند

معیار ارزشمندی برای روانشناسان و روانپزشکان برای پیشرفت بیماران خود در طول درمان فراهم کند. در واقع عاطفه پذیری ذهنی، آنچه را که کار روان درمانی انجام می‌دهد، تعریف می‌کند و تمام روان درمانی‌ها می‌توانند به عنوان یک تلاش برای بهبود ارتباطات تفسیر شوند. ارتباطات یک مفهوم تکاملی است، مشابه سایر غرایز بیولوژیکی، و در عین حال به شدت تحت تأثیر فرهنگ و آگاهی قرار می‌گیرد. ذهنیت‌ها از طریق عاطفه پذیری ذهنی که بینشی در مورد تجربیات هیجانی که رواندرمانی فراهم می‌کند، می‌تواند به وسیله رواندرمانی ارتقا داده شود [۱۱]. اخیراً پژوهشگران بر لزوم توجه هر چه بیشتر جهت گیری به سمت عاطفه پذیری ذهنی در فرایند درمان و هدفمند کردن تاثیرات ذهنی کوتاه مدت در فرایندهای درمانی بلندمدت تاکید دارند [۱۶].

عاطفه پذیری ذهنی تا حدی با تنظیم هیجان همپوشانی دارد، زیرا این امر مستلزم تعدیل و ایجاد احساسات دقیق‌تر است. با این حال، این تنها یک مفهوم دیگر از یک فرایند خاص نیست. عاطفه پذیری ذهنی بر اساس این بازشناسی یا تشخیص است که تنظیمات هیجانی تحت تأثیر سبک شخصیت، ارزش‌ها، فرهنگ، تاریخچه شخصی و مهم‌تر از همه ذهنیت‌ها قرار می‌گیرد. هدف عاطفه پذیری ذهنی آن نیست که احساسات پردازش و انتقال داده شود، بلکه آن‌ها مجدداً با ارزیابی مجدد با بعضی از دیدگاه‌ها، مورد ارزیابی قرار می‌گیرند. این مقیاس قادر به انجام ارزیابی توانایی در ارتباط با توانایی ذهنی و توانایی بهبود بخشیدن به آن می‌باشد. هدف از عاطفه هیجان پذیری ذهنی (MAS) این بوده است که حوزه مقیاس‌های تنظیم هیجانی گسترش داده شود و بین شناسایی، تعدیل و ابراز هیجان تمایز قائل شود و هیجاناتی که به خاطر آورده می‌شوند، مورد پذیرش قرار گیرند. همچنین هدف از عاطفه پذیری ذهنی ترکیب ظرفیت‌های شناسایی، پردازش و ابراز هیجانات و بحث درباره اینکه چطور احساساتی که به‌طور ناگزیر اجتماعی هستند، امکان فرصت، آزادی بیان، خودابرازی خلاق و مقاومت در برابر هنجارهای اجتماعی را فراهم می‌آورند. آنچه که عاطفه پذیری ذهنی را یک مفهوم منحصر به فرد می‌کند این است که به تعبیر آن، گذشته هر فرد و فرهنگی که در آن رشد کرده است را به عنوان میانجی کننده تجارب کنونی و آینده، تفسیر می‌کند. عاطفه پذیری ذهنی راهی برای شناخت، استفاده و ارتباط دادن هیجانات است که نیاز به تعامل با تاریخچه شخصی هر فرد (حافظه سرگذشتی) دارد [۱]. عاطفه پذیری ذهنی در مسیر وادار کردن افراد به درک تجربه هیجانی فعلی‌شان در پرتوی حافظه سرگذشتی، چشم انداز مهمی را فراهم می‌آورد که توسط آن می‌توان حتی الامکان خود را مشاهده کرد، نسبت به خود پرسشگر بود و شکل تازه‌ای به خود بخشید. عاطفه پذیری ذهنی در عشق به راستگویی یا بیان حقیقت (میل به رویارویی با خود و دیگران به صادقانه‌ترین شکل ممکن) نمود می‌یابد. اگرچه پایه و مبنای نظری این مقیاس رویکرد رواندرمانی پویشی است، اما ژوریست بیان می‌کند که کار با هیجانات بر اساس عاطفه پذیری ذهنی، در مورد همه درمانگران (بدون توجه به گرایش آنان) کارایی خواهد داشت می‌شوند[۱].

مقیاس عاطفه پذیری ذهنی با مبنای سبب شناسی و نظریه‌های جدید تبیین تنظیم هیجان و مبانی نظری و بحث‌های جدید در زمینه سبب شناسی و درمان اختلالات روانی همسو می‌باشد. عاطفه پذیری ذهنی جنبه‌ی خاصی از ذهنی سازی است که بیش از همه در حوزه رواندرمانی کاربرد دارد. این مفهوم، با «تنظیم هیجانی» شباهت‌هایی دارد، اما در واقع بر این امر تأکید دارد که هیجانات از طریق منشور حافظه سرگذشتی تعدیل می‌شوند. این مقیاس همچنین تأثیر فرهنگ بر روی مسیر ابراز هیجانات را مورد تاکید قرار می‌دهد. منبع عاطفه پذیری ذهنی در بستر کنجکاوی است؛ یعنی تمایل به درک این موضوع که گذشته و هویت فرد چگونه می‌توانند اطلاعاتی را درباره تجربه‌ی هیجانی او ارائه دهند. نتایج پژوهشی گرینبرگ و همکاران [۳] نشان می‌دهد که چگونه استفاده از این مدل جدید تنظیم هیجان می‌تواند به محققان و درمانگران برای داشتن رویکردی جدید به شخصیت، بهزیستی و سلامت، آسیب و تروما، تشخیص اختلالات روانی مانند اضطراب، مشکلات خلقی، اختلالات رشد عصبی و اختلالات شخصیت و سوابق درمان روان شناختی کمک کند. همچنین در مقایسه با سایر ابزارهای حوزه تنظیم هیجان، مقیاس جامع‌تر و مدون‌تری را که اغلب سازوکارهای مؤثر در نحوه شکل گیری و فرایندهای شکل دهی هیجان را تحت پوشش قرار می‌دهد، پیش روی روان شناسان، روانپزشکان و پژوهشگران حوزه سبب شناسی و درمان اختلالات روانپزشکی قرار می‌دهد. این مقیاس

نخستین ابزار تنظیم هیجان است که سه مفهوم شناسایی، پردازش و ابراز هیجان را در یک مقیاس واحد ترکیب می‌کند و نخستین ابزاری است که تنظیم هیجانات و ذهنی سازی را با هم ترکیب می‌کند. این مقیاس می‌تواند در حوزه‌های تنظیم هیجان و عاطفه پذیری ذهنی و درمان مبتنی بر ذهنی سازی به عنوان ابزار سودمندی به کار رود. این ابزار همچنین می‌تولند برای کسانی که در حال مطالعه ذهنی سازی و عملکرد واکنشی هستند مفید باشد. ابزارهای پیشین فعالیت‌های واکنشی بر توانایی شناختی و هیجانی فرد در درک افکار و احساسات خود و دیگران تمرکز می‌کنند. عاطفه پذیری ذهنی این اقدامات را نه تنها با استفاده از جنبه‌های پردازش هیجانات و بیان آن‌ها، بلکه با برجسته کردن توانایی پیوند دادن هیجانات به شرایط پیشین و حال حاضر گسترش می‌دهد. این مقیاس به توسعه نظریه‌ها و تحقیقات قبلی در رابطه با تنظیم هیجان کمک می‌کند.

انتخاب جامعه دانشجویی از محدودیت‌های پژوهش حاضر است. همچنین استفاده از ابزارهای خودگزارشی همواره یا مقداری سوگیری از جانب آزمودنی‌ها ممکن است روبرو باشد، که از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌باشد. پیشنهاد می‌شود که روان شناسان و روانپزشکان و پژوهشگران حوزه هیجان و سبب شناسی و درمان اختلالات روانپزشکی، در کنار سایر ابزارهای موجود، مقیاس عاطفه پذیری ذهنی را به عنوان ابزار جامع و نوینی جهت سنجش مولفه های شناسایی، پردازش و ابراز هیجان در افراد مختلف مورد توجه و استفاده قرار دهند.

نتیجه گیری

با توجه به نتایج به دست آمده نسخه فارسی مقیاس عاطفه پذیری ذهنی با سه خرده مقیاس شناسایی هیجان، پردازش هیجان و ابراز هیجان از روایی و پایایی بالایی برخوردار است و می‌تواند به عنوان یک ابزار خودسنجی مفید در هر دو حالت بالینی و غیر بالینی در کارهای پژوهشی و همچنین در امور بالینی مربوط به آسیب شناسی روانی و درمان در حوزه‌های روان شناسی، روانپزشکی و علوم اعصاب مورد استفاده قرار گیرد.

سپاسگزاری

بدین وسیله از کلیه افرادی که ما را در انجام این پژوهش همکاری نموده‌اند، تشکر و قدردانی می‌شود.

ملاحظات اخلاقی

اصول اخلاقی شامل آگاهی کامل شرکت کنندگان از روند اجرای پژوهش و محرمانه ماندن اطلاعات آن‌ها، رعایت شد. این مقاله برگرفته از پایان نامه دوره دکتری فرزاد قادری با کد اخلاق IR.UI.REC. 1398.013 از دانشگاه اصفهان می‌باشد.

تعارض منافع

هیچگونه تعارضی در منافع بین نویسندگان وجود ندارد.

منابع

1. Jurist, E., *Minding emotions: Cultivating mentalization in psychotherapy*. 2018: Guilford Publications.
2. Eisenberg, N. and T.L. Spinrad, *Emotion-related regulation: Sharpening the definition.* Child development, 2004. **75**(2): p. 334-339.
3. Greenberg, D.M., et al., *Mentalized affectivity: A new model and assessment of emotion regulation.* PloS one, 2017. **12**(10).
4. Gross, J.J., *Antecedent-and response-focused emotion regulation: divergent consequences for experience, expression, and physiology.* Journal of personality and social psychology, 1998. **74**(1): p. 224.
5. Gyurak, A., J.J. Gross, and A. Etkin, *Explicit and implicit emotion regulation: a dual-process framework.* Cognition and emotion, 2011. **25**(3): p. 400-412.
6. Aldao, A., S. Nolen-Hoeksema, and S. Schweizer, *Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review.* Clinical psychology review, 2010. **30**(2): p. 217-237.
7. Gratz, K.L. and L. Roemer, *Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale.* Journal of

psychopathology and behavioral assessment, 2004. **26**(1): p. 41-54.
8. Gross, J.J. and R.A. Thompson, *Emotion regulation: Conceptual foundations.* 2007.
9. Waters, S.F., et al., *Emotion regulation and attachment: Unpacking two constructs and their association.* Journal of psychopathology and behavioral assessment, 2010. **32**(1): p. 37-47.
10. Jurist, E.L., *Mentalized affectivity.* Psychoanalytic Psychology, 2005. **22**(3): p. 426.
11. Bateman, A.W. and P.E. Fonagy, *Handbook of mentalizing in mental health practice*. 2012: American Psychiatric Publishing, Inc.
12. Fonagy, P. and C. Campbell, *Bad blood revisited: Attachment and psychoanalysis, 2015.* British Journal of Psychotherapy, 2015. **31**(2): p. 229-250.
13. Gergely, G. and Z. Unoka, *Attachment and mentalization in humans: The development of the affective self.* 2008.
14. Gross, J.J. and O.P. John, *Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being.* Journal of personality and social psychology, 2003. **85**(2): p. 348.
15. Garnefski, N., V. Kraaij, and P. Spinhoven, *Manual for the use of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire.* Leiderdorp, The Netherlands: DATEC, 2002.
16. Abbass, A., *The emergence of psychodynamic psychotherapy for treatment resistant patients: intensive short-term dynamic psychotherapy.* Psychodynamic psychiatry, 2016. **44**(2): p. 245-280.