

نقش واسطه ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین آسیب های دلبستگی و نشانه های افسردگی و اضطراب^۱

محمدعلی بشارت^۲ و هادی فرهمند^۳

دریافت مقاله Feb 17, 2017
پذیرش مقاله Apr 25, 2017

تفاوت در سبک های دلبستگی با تنظیم هیجان و عملکرد روان شناختی مرتبط دانسته شده است، اما مکانیسم های تنظیم هیجانی که از طریق آن سبک های دلبستگی بر افسردگی و اضطراب تاثیر می گذارند هنوز ناشناخته اند. هدف پژوهش حاضر بررسی نقش واسطه ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه ی بین آسیب های دلبستگی و نشانه های افسردگی و اضطراب بود. برای این منظور طی یک پژوهش توصیفی، ۵۲۸ دانشجو (۲۷۴ زن، ۲۵۴ مرد) به صورت نمونه ی در دسترس از بین دانشجویان شاغل به تحصیل در دانشگاه تهران انتخاب و از نظر دلبستگی، افسردگی، اضطراب، و دشواری تنظیم هیجان، ارزیابی شدند. نتایج نشان داد که مدل فرضی پژوهش با داده های تجربی برازش مطلوب دارند. بین آسیب های دلبستگی، دشواری تنظیم هیجان و نشانه های افسردگی و اضطراب همبستگی مثبت و معنادار وجود داشت و نتایج حاصل از تحلیل مسیر نشان دهنده ی نقش واسطه ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین آسیب های دلبستگی و نشانه های افسردگی و اضطراب بود. بر اساس یافته های این پژوهش، می توان نتیجه گرفت که آسیب های دلبستگی و دشواری تنظیم هیجان می توانند شدت نشانه های افسردگی و اضطراب را پیش بینی کنند. در نظر گرفتن این متغیرها می تواند در زمینه پیشگیری، تشخیص و درمان نشانه های افسردگی و اضطراب موثر باشند و سطح سلامت روانی را در جمعیت عمومی ارتقا بخشند.

واژه های کلیدی: دلبستگی، دشواری تنظیم هیجان، افسردگی، اضطراب

مقدمه

اضطراب، با نگرانی افراطی و معمولاً غیر منطقی در مورد رویداد هایی که در گذشته غیر تهدید آمیز بوده اند و یا رویدادهای احتمالی، که به دلیل تداخل در کارکرد اجتماعی و اقتصادی بهنجار اخلال گرانه محسوب می شوند، مشخص می شود. شیوع طول اضطراب در جمعیت عمومی حدود ۱۰ درصد است (جاکا، میشل و پرز- پرادا، ۲۰۱۶) و با نشانه هایی از قبیل سردرد، تعریق، لرزش، احساس

۱. این تحقیق در قالب طرح پژوهشی شماره ۵۱۰۶۰۰۳/۱/۶۸ با استفاده از اعتبارات پژوهشی دانشگاه تهران انجام شده است.

۲. دپارتمان روان شناسی، دانشگاه تهران، تهران، ایران (نویسنده ی مسوول). besharat@ut.ac.ir

۳. دپارتمان روان شناسی بالینی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

سنگینی در سینه، ناراحتی خفیف معده و بی قراری مشخص می شود (سادوک، سادوک و روئیز، ۲۰۱۵). افسردگی نیز نوعی اختلال خلقی است که با تغییر در وزن و اشتها، تغییر در خواب و فعالیت، فقدان انرژی، احساسات گناه، مشکل در تفکر و تصمیم گیری و افکار تکراری مرگ و خودکشی همراه است. شیوع طول عمر و ۱۲ ماهه ی افسردگی به ترتیب ۷/۴ و ۴ درصد است برآورد شده است (الحمزوی، برافارتز، برومت، الخفاجی و همکاران ۲۰۱۵).

افسردگی مهاد^۱ از اختلال های شایع است (کسلر، ۲۰۱۲؛ نقل از دادفر، لستر، عاطف وحید و نصر اصفهانی، ۲۰۱۶) که با ناتوانی قابل ملاحظه و نرخ پایین درمان در جمعیت عمومی همراه است (الحمزوی و همکاران، ۲۰۱۵؛ کسلر و برومت ۲۰۱۳). کسلر و همکاران (۲۰۱۵) در پژوهشی گزارش کرده اند که الگوها و همبسته های اختلال های اضطرابی همانند با اختلال افسردگی مهاد در جمعیت های مختلف یکسان است. عوامل متعددی مانند کهولت سن، سطح تحصیلات پایین، بی کاری و تجرد، پیش بین های مهم نشانه های افسردگی به حساب می روند (میلانویچ، ارجاوک، پلجچانین، ورباک و همکاران، ۲۰۱۵). اصلی ترین عوامل خطر اختلالات اضطرابی از جمله اختلال اضطراب فراگیر^۲ شامل فقر، از دست دادن والدین یا جدایی، حمایت عاطفی کم در طول کودکی و همچنین تاریخچه مشکلات روانی در والدین است (ژانگ، نورتون، کریر، ریچی و همکاران، ۲۰۱۵). یکی از عوامل مرتبط با اختلالات افسردگی و اضطرابی وجود سبک دلبستگی ناایمن^۳ در فرد است (دوجسن و راتل، ۲۰۱۴؛ لی و کو، ۲۰۱۵).

نظریه ی دلبستگی، فرایندهایی را که طی آن پیوند بین نوزاد و مراقب شکل می گیرد، توصیف می کند. سبک های دلبستگی به مدل های درون کاری برآمده از پیوندهای عمیق عاطفی کودک-مادر گفته می شود که شکل پاسخ های رفتاری افراد به جدایی نگاره های دلبستگی و پیوند مجدد با این نگاره ها را تعیین می کنند. این سبک ها به سه دسته ایمن، اجتنابی و دوسوگرا تقسیم می شوند (اینسورث، بلهار، واترز و وال، ۱۹۷۸؛ بالبی، ۱۹۸۰؛ بشارت، ۲۰۱۳؛ هاکینگ، سایمون و سورت، ۲۰۱۶). افراد در طول رشد مجموعه ای از شواهد ذهنی برای موفقیت خود به واسطه ی مجاورت کافی با نگاره های دلبستگی ر،^۱ به عنوان مدل های درون کاری ثبت و ضبط می کنند (سیمپسون و رولز، ۲۰۱۷). پژوهش ها نشان داده اند که نوجوانان و بزرگسالان با سبک دلبستگی ایمن، سطوح پایین تری از عواطف منفی را تجربه می کنند و روابط مستحکمی را با کسانی برقرار می سازند که هنگام

1. Major depression 2. generalized anxiety disorder 3. Insecure attachment

درماندگی هیجانی، برای دریافت حمایت مراجعه می کنند. افراد با سبک دلبستگی ناایمن، در مقایسه با ایمن ها، سطوح پایین تری از عواطف مثبت را تجربه می کنند و در مدیریت استرس، اضطراب، افسردگی و سایر عواطف منفی، ناتوانی نشان می دهند (بشارت، ۲۰۱۰؛ هسه و فلویید، ۲۰۱۱).

نیومن، شین و زولینگ (۲۰۱۶) در تحقیق خود نشان داده اند که سطوح بالای دلبستگی ناایمن اجتنابی، با افزایش اختلال اضطراب تعمیم یافته و اختلال وحشت زدگی همراه است. همچنین رابطه ی مثبت بین سبک های دلبستگی ناایمن و نشانه های افسردگی در پژوهش ها تایید شده است (لینارس، جاورگی، هررو- فرناندز و استیوز، ۲۰۱۶). تعاملات خانوادگی نابهنجار و سبک دلبستگی اجتنابی پیش بین های خوبی برای افسردگی در این دوران هستند (راواتال، کلیور و پیلی، ۲۰۱۵).

مرور پژوهش ها، این فرض را مطرح می کنند که ممکن است دشواری تنظیم هیجان در رابطه ی بین سبک های دلبستگی و نشانه های افسردگی و اضطراب نقش واسطه ای داشته باشد. تنظیم هیجان به ظرفیت نظارت، ارزیابی، فهم و اصلاح واکنش های هیجانی به شیوه ای که برای عملکرد بهنجار سودمند است، اشاره دارد و ماهیتا فرایندی را در بر می گیرد که از طریق آن افراد هیجان هایشان را خواه به صورت هشیار یا ناهشیار به وسیله اصلاح تجارب یا تغییر موقعیت فراخواننده ی هیجان تنظیم می کنند (پولک، مک کیب، سوتھارد و زیگلر- هیل، ۲۰۱۶). دلبستگی اولیه به مراقب، پایه و اساس تنظیم هیجان و رفتار است (کوپر و وارن، ۲۰۱۱). دلبستگی و تنظیم هیجان پیوندی ناگشودنی با یکدیگر دارند به طوری که ظرفیت بیشتر برای مدیریت و تنظیم هیجان ها یکی از دلایلی است که باعث می شوند کودکان با دلبستگی ایمن، رفتار شایسته تری نسبت به همتایان خود و مشکلات رفتاری برونی و درونی کمتری داشته باشند (پاریگون، کرن، موحد ابطحی و کوهن، ۲۰۱۵). فلدمن- برت، ویلسون- مندنهال و بارسالو (۲۰۱۴) آسیب روانی و دشواری تنظیم هیجان مرتبط با آن را ناشی از مفاهیم تثبیت شده در نظر می گیرند که به صورت تشریفات شدید درآمده اند و به اندازه کافی وابسته به موقعیت نیستند.

دشواری تنظیم هیجان با طیفی از اختلالات هیجانی شامل اضطراب و افسردگی مرتبط است (اشنایدر، ارچ، لندی و هانکین، ۲۰۱۶). ماراگانسکا، گالاگر و میراندا (۲۰۱۳) نشان داد که افراد با سبک های دلبستگی ناایمن ممکن است استفاده از راهبردهای تنظیم هیجان ناموثر را در دستور کار قرار دهند که خطر افسردگی و اختلال اضطراب فراگیر را افزایش می دهد. دی اوانزاتو، جورمن، سیمر و گاتلیب (۲۰۱۳) نشان دادند که برخی از راهبردهای تنظیم هیجان با افزایش اضطراب و افسردگی همراه هستند در حالی که بین ارزیابی مجدد به عنوان راهبرد سازش یافته تنظیم هیجان با اضطراب و افسردگی

رابطه منفی وجود دارد. با توجه به آنچه گفته شد هدف این پژوهش بررسی نقش واسطه ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه ی بین آسیب های دلبستگی و نشانه های افسردگی و اضطراب بود.

روش

پژوهش حاضر از نوع توصیفی و مبتنی بر مدل های همبستگی بود. جامعه ی پژوهش شامل دانشجویان شاغل به تحصیل در دانشگاه تهران بود. از بین این دانشجویان، ۵۲۸ نفر (۲۵۴ پسر، ۲۷۴ دختر) به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب و به شرط نداشتن سابقه بیماری روانی یا بستری در بیمارستان و عدم استفاده از داروی روانپزشکی و اخذ رضایت کتبی، با مقیاس دلبستگی بزرگسال^۱ (AAI)، مقیاس افسردگی اضطراب استرس - مقیاس افسردگی اضطراب استرس^۲ (DASS) و مقیاس دشواری تنظیم هیجان - مقیاس دشواری تنظیم هیجان^۳ (DERS) مورد آزمون قرار گرفتند.

مقیاس دلبستگی بزرگسال (AAI) که با استفاده از مواد آزمون دلبستگی هازن و شیور (۱۹۸۷) ساخته شده یک آزمون ۱۵ سؤالی است و سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا را در مقیاس ۵ درجه ای لیکرت (خیلی کم = ۱، کم = ۲، متوسط = ۳، زیاد = ۴، خیلی زیاد = ۵) می سنجد. این مقیاس در مورد نمونه های دانشجویی و جمعیت عمومی ایرانی هنجاریابی و اعتبار و پایایی مقیاس های آن مورد تایید قرار گرفته است (بشارت، ۲۰۱۳).

مقیاس افسردگی اضطراب استرس - مقیاس افسردگی اضطراب استرس (DASS؛ لایباند و لایباند، ۱۹۹۵) یک آزمون ۲۱ سؤالی است که علائم افسردگی، اضطراب و استرس را در مقیاس چهار درجه ای از نمره ۰ تا ۳ می سنجد. این آزمون از سه زیرمقیاس افسردگی، اضطراب و استرس تشکیل شده است. نمره فرد در هر مقیاس بر حسب هفت گویه مختص آن مقیاس سنجیده می شود. این مقیاس یکی از ابزارهای معتبر برای سنجش نشانه های عواطف منفی محسوب می شود و پایایی و اعتبار آن در پژوهش های متعدد تایید شده است (بشارت، ۲۰۰۵؛ نورتون، ۲۰۰۷).

مقیاس دشواری تنظیم هیجان - مقیاس دشواری تنظیم هیجان (DERS؛ گرتز و رومر، ۲۰۰۴) یک ابزار ۳۶ گویه ای است که سطوح نقص و نارسایی تنظیم هیجانی فرد را در اندازه های پنج درجه ای از ۱ (تقریباً هرگز) تا ۵ (تقریباً همیشه) در شش زمینه عدم پذیرش هیجان های منفی، دشواری در انجام رفتارهای هدفمند مواقع درماندگی، دشواری در مهار رفتارهای تکانشی مواقع درماندگی، دستیابی

-
1. Adult Attachment Interview
 2. Depression Anxiety Stress Scales
 3. Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS)

محدود به راهبردهای اثربخش تنظیم هیجان، فقدان آگاهی هیجانی، و فقدان شفافیت هیجانی می‌سنگد. ویژگی‌های روانسنجی مقیاس دشواری تنظیم در نمونه‌های بالینی و غیربالینی در پژوهش‌های مختلف تایید شده است (گرتز و رومر، ۲۰۰۴).

در این پژوهش، به منظور تحلیل نقش واسطه‌ای از روش تحلیل مسیر استفاده شد. مفروضه‌های مدل واسطه‌ای آسیب‌های دل‌بستگی (متغیرهای مستقل) نشانه‌های افسردگی و اضطراب (متغیرهای وابسته) دشواری تنظیم هیجان (متغیر واسطه‌ای) بود. برای تحلیل داده‌های پژوهش از هجدهمین ویرایش نرم‌افزار SPSS و ویرایش LISREL ۸/۵۳ استفاده شد.

یافته‌ها

مؤلفه‌های توصیفی مربوط به سبک‌های دل‌بستگی، دشواری تنظیم هیجان و نشانه‌های افسردگی و اضطراب در جدول ۱ گزارش شده است.

جدول ۱: مؤلف‌های توصیفی سبک‌های دل‌بستگی، دشواری تنظیم هیجان و نشانه‌های افسردگی و اضطراب

۵	۴	۳	۲	۱	دختر		پسر		کل		
					SD	M	SD	M	SD	M	
				۱	۳/۱۰	۱۴/۲۸	۳/۷۳	۱۴/۹۸	۳/۴۳	۱۴/۶۲	۱
			۱	-۰/۴۸**	۳/۶۸	۱۳/۱۶	۴/۰۱	۱۳/۶۴	۳/۸۵	۱۳/۳۹	۲
		۱	۰/۵۰**	-۰/۱۸**	۳/۳۶	۱۴/۲۵	۳/۳۵	۱۴/۶۰	۳/۳۵	۱۴/۴۲	۳
	۱	۰/۳۹**	۰/۲۷**	-۰/۱۹**	۲۱/۵۱	۹۴/۷۳	۲۰/۵۵	۹۰/۹۷	۲۱/۱۲	۹۲/۹۲	۴
۱	۰/۵۲**	۰/۳۴**	۰/۲۶**	-۰/۱۴**	۵	۴/۹۹	۴/۶۵	۴/۹۱	۴/۸۳	۴/۹۵	۵
۰/۶۱**	۰/۴۷**	۰/۳۸**	۰/۲۴**	-۰/۰۸*	۳/۲۹	۲/۹۹	۳/۲۰	۲/۹۲	۳/۲۴	۲/۹۲	۶

۱: ایمن؛ ۲: اجتنابی؛ ۳: دوسوگرا؛ ۴: دشواری تنظیم هیجان؛ ۵: نشانه‌های افسردگی؛ ۶: نشانه‌های اضطراب

ضرایب همبستگی پیرسون بین سبک‌های دل‌بستگی، دشواری تنظیم هیجان و نشانه‌های افسردگی و اضطراب در جدول ۲ نشان داده شده است. با توجه به جدول همبستگی دل‌بستگی ناایمن اجتنابی و دوسوگرا با دشواری تنظیم هیجان و نشانه‌های افسردگی و اضطراب مثبت معنادار است. همچنین بین دشواری تنظیم هیجان و نشانه‌های افسردگی و اضطراب همبستگی مثبت معنادار وجود دارد. برای آزمون نقش واسطه‌ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین سبک‌های دل‌بستگی و نشانه‌های افسردگی و اضطراب از تحلیل مسیر استفاده شد. جدول ۲ ضرایب غیر استاندارد، استاندارد و میزان معناداری

مسیر های مستقیم برای مدل فرضی نقش واسطه ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین سبک های دلبستگی و نشانه های افسردگی و اضطراب را نشان می دهد. بر اساس نتایج تحلیل مسیر به جز اثر دلبستگی اجتنابی بر دشواری تنظیم هیجان، اثر دلبستگی ایمن بر نشانه های افسردگی و اثر دلبستگی ایمن بر نشانه های اضطراب باقی مسیرها معنادار شدند.

جدول ۲. ضرایب غیر استاندارد، استاندارد و میزان معناداری مسیر های مستقیم برای مدل فرضی نقش واسطه ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه ی بین سبک های دلبستگی و نشانه های افسردگی و اضطراب

B	β	T	مسیرها
-۰/۱۳	-۰/۷۸**	-۲/۸۱	اثر دلبستگی ایمن بر دشواری تنظیم هیجان
۰/۰۱	۰/۰۸	۰/۲۷	اثر دلبستگی اجتنابی بر دشواری تنظیم هیجان
۰/۳۶	۲/۲۳**	۷/۶۰	اثر دلبستگی دوسوگرا بر دشواری تنظیم هیجان
۰/۰۲	۰/۰۲	-۰/۹۰	اثر دلبستگی ایمن بر نشانه های افسردگی
۰/۱۳	۰/۱۷**	۲/۵۰	اثر دلبستگی اجتنابی بر نشانه های افسردگی
۰/۱۰	۰/۱۵**	۵/۵۰	اثر دلبستگی دوسوگرا بر نشانه های افسردگی
۰/۰۷	۰/۰۶	۰/۳۹	اثر دلبستگی ایمن بر نشانه های اضطراب
۰/۱۲	۰/۱۰*	۱/۹۹	اثر دلبستگی اجتنابی بر نشانه های اضطراب
۰/۲۰	۰/۱۹**	۷/۰۳	اثر دلبستگی دوسوگرا بر نشانه های اضطراب
۰/۴۵	۰/۱۰**	۱۱/۲۰	اثر دشواری تنظیم هیجان بر نشانه های افسردگی
۰/۳۸	۰/۰۶**	۹/۴۱	اثر دشواری تنظیم هیجان بر نشانه های اضطراب

* $P < 0.05$ ** $P < 0.01$

با توجه به شاخص های برازش که در جدول ۳ مشاهده می شود، مدل فرضی پژوهش از برازش مطلوب برخوردار است. نسبت X^2/df باید کوچکتر از ۲ باشد که در مدل مورد نظر این مفروضه برقرار است. همین طور ریشه خطای میانگین مجذوره های تقریب جهت برازش مطلوب باید کمتر از ۰/۰۵ باشد که در این مدل تقریباً نزدیک به صفر است. میزان مولفه های شاخص برازش، شاخص تعدیل شده برازش، شاخص برازش هنجار شده، و شاخص برازش تطبیقی نیز باید بیشتر از ۰/۹ باشد که در مدل تحت بررسی تمام این شاخص ها تقریباً نزدیک ۱ است و نشان از برازش مطلوب مدل دارد. همچنین مقدار ریشه میانگین باقی مانده نیز باید کوچکتر از ۰/۰۵ باشد که در مدل تحت بررسی این مقدار ۰/۰۴ است. در مجموع این شاخص ها نشان می دهند که مدل ارائه شده مدل مطلوبی است و به خوبی با داده های تجربی مطابقت دارد.

جدول ۳. شاخص های نیکویی برازش برای مدل نقش واسطه ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین

سبک های دلبستگی و نشانه های افسردگی و اضطراب

RMR	NFI	CFI	AGFI	GFI	RMSEA	df	P-value	2 χ
./۰۴	۰/۹۳	۰/۹۰	۱/۰۰	۰/۹۸	۰/۰۰۰۱	۱	۰/۷۹	۰/۶۸

بحث و نتیجه گیری

یافته های پژوهش حاضر نشان داد که بین آسیب های دلبستگی (اجتنابی و دوسوگرا) و نشانه های افسردگی و اضطراب رابطه مثبت وجود دارد. این نتایج همسو با نتایج پژوهش های قبلی است (بشارت و همکاران، ۲۰۱۳، ۲۰۱۴؛ کولیک و پیترمن، ۲۰۱۳). ویردن، پیتر، باری و همکاران (۲۰۰۸) از منظر مدل شناختی به آسیب شناسی روانی، رابطه ی بین دلبستگی و مراقبت والدینی با خود ارزیابی و دیگر ارزیابی را بررسی کردند و به این نتیجه رسیدند که باورهای بنیادی خود ارزیابی منفی با دلبستگی اضطرابی مرتبط است. طبق نظریه بالبی (۱۹۸۰) افراد با دلبستگی ناایمن اجتنابی که الگوهای دلبستگی شان بر اساس راهبردهای گوشه گیری و فاصله گرفتن گسترش یافته است، به این نتیجه می رسند که منبع اتکایی وجود ندارد که بتوانند به آن اعتماد کنند و وابسته باشند و در نتیجه تعارض بیشتری را تجربه می کنند و در این تقابل، احساسی از خودبستگی را به وسیله طفره رفتن از رابطه پرورش می دهند. از سوی دیگر، افراد اضطرابی- دوسوگرا که از طرد و رها شدن می ترسند خواسته هایی مبنی بر تایید شدن و اطمینان دارند که با نگرانی برای رابطه، مخصوصا در دسترس بودن حمایت والدین، مشخص می شود. بنابراین، افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن در ایجاد یک رابطه ی تقابل و وابستگی دوجانبه، که در آن هر طرف رابطه می تواند نقش "فاعل" یا "مفعول" داشته باشند، با مشکل مواجه می شوند.

در شرایطی که دستیابی به این تمایز و همانندسازی خود شکست بخورد (مثل شرایط دلبستگی ناایمن) راه برای افسردگی و اضطراب باز می شود (بشارت و همکاران، ۲۰۱۳، ۲۰۱۴). دلبسته های اضطرابی تصویر منفی از خود به عنوان بی کفایت، نالایق برای عشق ورزیدن و در نتیجه محتاج دارند. حس معیوب نسبت به خود در افراد دارای سبک دلبستگی اضطرابی- دوسوگرا در پژوهش های مختلف تایید شده است (شیمنتی و بوفولکو، ۲۰۱۵). این افراد حالات نوسان عاطفی، احساس ناتوانی، گیر افتادن در مشکلات خانوادگی و آسیب پذیری نسبت به روابط گذشته و حال دارند. همچنین این پژوهش ها نشان داده اند ترکیب حرمت خود پایین، خود کارآمدی پایین و دوسوگرایی در روابط می تواند به راحتی منجر به درونی سازی نشانه هایی از قبیل اضطراب و افسردگی شوند.

یافته های پژوهش حاضر نشان داد که بین دشواری تنظیم هیجان و نشانه های افسردگی و اضطراب رابطه ی مثبت وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهش های پیشین (کمبل - سیلس و بارلو، ۲۰۰۷؛ هافمن و همکاران، ۲۰۱۲) همسو است. در تبیین رابطه ی دشواری تنظیم هیجان و نشانه های افسردگی و اضطراب می توان گفت که برخی از راهبردهای تنظیم هیجان با آسیب روانی مثل اضطراب و افسردگی همراه است. یکی از این راهبردها نشخوار است که با پیامدهای منفی برای خلق و عملکرد افراد همراه است و با تفکر مکرر درباره حالت خلقی منفی و دلایل و پیامدهای آن مشخص می شود. نشخوارگری با فعال کردن شناخت های منفی در حافظه مرتبط است و می تواند منجر به گوشه گیری از روابط بین فردی و در نتیجه مشکلات هیجانی از قبیل اضطراب و افسردگی گردد. فرونشانی ابراز هیجان به عنوان دیگر راهبرد سازش نایافته هیجان، با تلاش فرد برای پنهان کردن، بازداری و کاهش ابراز هیجان همراه است (دی اوانزاتو و همکاران، ۲۰۱۳). افراد مبتلا به اختلالات هیجانی از این راهبرد به میزان کمتری استفاده می کنند (جیمیسون و همکاران، ۲۰۱۲). نتایج این پژوهش نشان داد که بین آسیب های دلبستگی (اجتنابی و دوسوگرا) با دشواری تنظیم هیجان رابطه ی مثبت وجود دارد. این یافته که با نتایج پژوهش های قبلی (میکولینسر و شیور، ۲۰۱۲) همسو است، بر اساس چند احتمال قابل تبیین است. غیرفعال سازی راهبردهای دلبستگی (سبک اجتنابی) با تنظیم هیجانی تداخل پیدا می کند و منجر به فرونشانی یا انکار هیجان ها و متکی بودن به باورهای بیش برآورد شده برتری و کفایت می شود. در مقابل، بیش فعال سازی راهبردهای دلبستگی (سبک اضطرابی) شامل نشخوار افراطی هیجان های متعارض، دلمشغولی در خصوص بی ثباتی نگاره ی دلبستگی و سرمایه گذاری بر ابراز نیازهای شخصی است (شیور و میکولینسر، ۲۰۱۴). شواهد فزاینده، حاکی از آن است که افراد با سبک دلبستگی نایمن در تنظیم هیجان مشکل دارند و این مساله آنها را در خطر گستره ای از مشکلات سلامت روانی و اختلالات شخصیت قرار می دهد. در نتیجه افراد مبتلا به اختلال شخصیت مرزی طغیان هیجانی، احساس تهی بودن و ادراک غلط در روابط بین فردی با دیگران، از خود نشان می دهند (لوی، ۲۰۰۵). افراد دلبسته نایمن پیوسته به خاطر تصویر بی ثباتی که از مراقب دارند و ضعف مدل های درونکاری پیوسته در آشفتهگی هیجانی به سر می برند و نمی توانند شیوه ی تنظیم هیجان را فرا گیرند (میکولینسر و شیور، ۲۰۰۷).

References

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Oxford, UK: Lawrence Erlbaum Associates.
- Al-Hamzawi, A. O., Bruffaerts, R., Bromet, E. J., AlKhafaji, A. M., & Kessler, R. C. (2015). The epidemiology of major depressive episode in the Iraqi general population. *PLoS One*, *10*, e0131937.

- Besharat, M. A. (2005). Psychometric properties of Depression Anxiety Stress Scale in clinical and community samples. *Unpublished research report*. Tehran: University of Tehran. (Persian)
- Besharat, M. A. (2010). Relationship of alexithymia with coping styles and interpersonal problems. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 614-497. (Persian)
- Besharat, M. A. (2011). Development and validation of Adult Attachment Inventory. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 475-479. (Persian)
- Besharat, M. A. (2013a). Mediating effect of cognitive emotion regulation strategies on the relationship between attachment styles and alexithymia. *Developmental Psychology*, 37, 5-16. (Persian)
- Besharat, M. A. (2013b). Adult Attachment Inventory. *Developmental Psychology*, 35, 317-320. (Persian)
- Besharat, M. A., & Bazzazian, S. (2014). Psychometric properties of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire in a sample of Iranian population. *Journal of Nursing & Midwifery Faculty*, 84, 61-70. (Persian)
- Besharat, M. A., Hedayati, M., & Kordmirza nikozadeh, E. (2013). Mediating role of interpersonal problems on the relationship between attachment pathologies and depressive symptoms. *Journal of Psychological Science*, 48, 461-480. (Persian)
- Besharat, M. A., Hedayati, M., & Kordmirza nikozadeh, E. (2014). Mediating role of interpersonal problems on the relationship between attachment pathologies and anxiety symptoms. *Developmental Psychology*, 39, 225-236. (Persian)
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Campbell-Sills, L., & Barlow, D. H. (2007). Incorporating emotion regulation into conceptualizations and treatments of anxiety and mood disorders. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 542-559). New York: Guilford Press.
- Cooper, M.J., & Warren, L. (2011). The relationship between body weight (body mass index) and attachment history in young women. *Eating Behaviors*, 12, 94-96.
- Dadfar, M., Lester, D., Atef Vahid, M. K., & Nasr Esfahani, M. (2016). The psychometric parameters of the Farsi form of the Kessler Psychological Distress Scale (K10) in psychiatric outpatients. *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, 5, 1-7. (Persian)
- D'Avanzato, C., Joormann, J., Siemer, M., & Gotlib, I. H. (2013). Emotion Regulation in Depression and Anxiety: Examining Diagnostic Specificity and Stability of Strategy Use. *Cognitive Therapy Research*, 37, 968-980.
- Duchesne, S., & Ratelle, C. F. (2014). Attachment security to mothers and fathers and the developmental trajectories of depressive symptoms in adolescence: Which parent for which trajectory? *Journal of Youth and Adolescence*, 43, 614-654.
- Feldman-Barrett, L., Wilson-Mendanhall, C. D., & Barsalou, L. W. (2014). A psychological construction account of emotion regulation and dysregulation: The role of situated conceptualizations. In J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (2nd Ed., pp. 447-465). New York: Guilford.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). 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*, 26, 41-54.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Hesse, C., & Floyd, K. (2011). Affection mediates the impact of alexithymia on relationships. *Personality and Individual Differences*, 50, 451-456.
- Hocking, E. C., Simons, R. M., & Surette, R. J. (2016). Attachment style as a mediator between childhood maltreatment and the experience of betrayal trauma as an adult. *Child Abuse & Neglect*, 52, 94-101.
- Hofmann, S. G., Sawyer, A. T., Fang, A., & Asnaani, A. (2012). Emotion dysregulation model of mood and anxiety disorders. *Depression and Anxiety*, 29, 409-416.
- Jacka, M. J., Mitchell, N., & Perez-Parada, J. (2016). Incidence and Prevalence of Anxiety, Depression, and Post-Traumatic Stress Disorder Among Critical Care Patients, Families, and Practitioners. *Journal of Anesthesia & Intensive Care Medicine*, 1: JAICM.MS.ID.55555.
- Jamieson, J. P., Nock, M., & Mendes, W. B. (2012). Mind over matter: Reappraising arousal improves cardiovascular and cognitive responses to stress. *Journal of Experimental Psychology*, 141, 417-422.
- Kessler, R. C., & Bromet, E. J. (2013). The epidemiology of depression across cultures. *Annual Review of Public Health*, 34, 119-138.
- Kessler, R. C., Sampson, N. A., Berglund, P., Gruber, M. J., Al-Hamzawi, A., Andrade, L., & et al. (2015). Anxious and non-anxious major depressive disorder in the World Health Organization World Mental Health Surveys. *Epidemiology and Psychiatry Sciences*, 24, 210-226.
- Kullik, A., & Petermann, F. (2013). Attachment to parents and peers as a risk factor for adolescent depressive disorders: The mediating role of emotion regulation. *Child Psychiatry & Human Development*, 44, 537-548.

- Lee, J. S., & Koo, H. K. (2015). The relationship between adult attachment and depression in Korean mothers during the first 2 years postpartum: A moderated mediation model of self-esteem and maternal efficacy. *Personality and Individual Differences, 79*, 50056.
- Levy, K. N. (2005). The implications of attachment theory and research for understanding borderline personality disorder. *Development and Psychopathology, 17*, 959-986.
- Linares, L., Jauregui, P., Herrero-Fernández, D., & Estévez, A. (2016). Mediating Role of Mindfulness as a Trait Between Attachment Styles and Depressive Symptoms. *The Journal of Psychology, 1-16*. DOI: 10.1080/00223980.2016.1207591.
- Lovibond, S. H., & Lovibond, P. F. (1995). *Manual for the depression anxiety stress scales*. Sydney: Psychological Foundation Monograph.
- Marganska, A., Gallagher, M., & Miranda, R. (2013). Adult attachment, emotion dysregulation, and symptoms of depression and generalized anxiety disorder. *American Journal of Orthopsychiatry, 83*, 131-141.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics, and Change*. New York: The Guilford Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2012). An attachment perspective on psychopathology. *World Psychiatry, 11*, 11-15.
- Milanović, S. M., Erjavec, K., Poljičanin, T., Vrabec, B., & Brečić, P. (2015). Prevalence of depression symptom and associated socio-demographic factors in primary health care patients. *Psychiatra Danubina, 27*, 31-37.
- Newmana, M. G., Shin, K. E., & Zuellig, A. R. (2016). Developmental risk factors in generalized anxiety disorder and panic disorder. *Journal of Affective Disorders, 206*, 94-102.
- Norton, P. J. (2007). Depression Anxiety and Stress Scales (DASS-21): psychometric analysis across four racial groups. *Anxiety, Stress & Coping, 20*, 253-265.
- Parrigon, K. S., Kerns, K. A., Movahed Abtahi, M., & Koehn, A. (2015). Attachment and Emotion in Middle Childhood and Adolescence. *Psychological Topics, 24*, 27-50
- Pollock, N. C., McCabe, G. A., Southard, A. C., & Zeigler-Hill, V. (2016). Pathological personality traits and emotion regulation difficulties. *Personality and Individual Differences, 95*, 168-177.
- Rawatlal, N., Kliever, W., & Pillay, B. J. (2015). Adolescent attachment, family functioning and depressive symptoms. *South African Journal of Psychiatry, 21* 80-85.
- Sadock, B. J., Sadock, V. A., & Ruiz, P. (2015). *Kaplan & Sadock's synopsis of psychiatry: Behavioral sciences/clinical psychiatry* (Eleventh edition.). Philadelphia: Wolters Kluwer.
- Schimmenti, A., & Bifulco, A. (2015). Linking lack of care in childhood to anxiety disorders in emerging adulthood: the role of attachment styles. *Child and Adolescent Mental Health, 20*, 41-48.
- Schneider, R. L., Arch, J. J., Landy, L. N., & Hankin, B. L. (2016). The Longitudinal Effect of Emotion Regulation Strategies on Anxiety Levels in Children and Adolescents. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 45*, 1-14.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2014). Adult attachment and emotion regulation. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (2nd Ed., pp. 237-250). New York: Guilford Press.
- Simpson, J. A., & Rholes, W. S. (2017). Adult attachment, stress, and romantic relationships. *Current Opinion in Psychology, 13*, 19-24.
- Wearden, A., Peters, I., Berry, K., Barrowclough, C., & Liversidge, T. (2008). Adult attachment, parenting experiences, and core beliefs about self and others. *Personality and Individual Differences, 44*, 1246-1257.
- Zhang, X., Norton, J., Carrière, I., Ritchie, K., Chaudieu, I., & Ancelin, M. L. (2015). Risk factors for late-onset generalized anxiety disorder: results from a 12-year prospective cohort (the ESPRIT study). *Translational Psychiatry, 5*, e536.

Journal of
Thought & Behavior in Clinical Psychology
Vol. 11 (No. 44), pp.7-16, 2017

The mediating role of difficulties in emotion regulation on the relationship between attachment pathologies and symptoms of depression and anxiety

Besharat, Mohammad Ali
University of Tehran, Tehran, Iran
Farahman, Hadi
University of Tehran, Tehran, Iran

Received: Feb 17, 2017

Accepted: Apr 25, 2017

Differences in attachment styles have been linked to both emotion regulation and psychological functioning, but the emotional regulatory mechanisms through which attachment styles might impact symptoms of depression and anxiety are unclear. The aim of the present study was to examine the mediating role of difficulties in emotion regulation on the relationship between attachment pathologies and depression and anxiety symptoms. For this purpose through a descriptive study, 528 students (274 females, 254 males) were selected using convenience sampling from the University of Tehran students and were evaluated in terms of attachment, depression, anxiety, and emotion regulation difficulty. The results indicated that the hypothesized model had a good fit with the observed data. The correlations between insecure attachment styles, difficulties in emotion regulation, and depression and anxiety symptoms were significantly positive. Based on the results of path analysis, difficulties in emotion regulation play a significant mediating role on the relationship between attachment insecurity and depression and anxiety symptoms. According to the results of the present study, it can be concluded that insecure attachment styles and difficulties in emotion regulation can predict severity of depression and anxiety symptoms. Considering these variables may be important in the processes of prevention, diagnosis and treatment of depression and anxiety symptoms, as well as promoting mental health in general population.

Keywords: attachment, difficulty in emotion regulation, depression, anxiety

Electronic mail may be sent to: besharat@ut.ac.ir