

## نقش واسطه‌ای راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین ناگویی هیجانی، خشم و نشخوار خشم با سبک‌های دفاعی من

### The mediating role of cognitive emotion regulation strategies on the relationship between alexithymia, anger and anger rumination with ego defense styles

Mohammad Ali Besharat  
University of Tehran  
Elaheh Mohammadi Hoseini Nezhad  
Clinical Psychology  
Masoud Gholamali Lavasani  
University of Tehran

محمدعلی بشارت\*  
دانشگاه تهران  
الهه محمدی حسینی نژاد  
روانشناسی بالینی  
مسعود غلامعلی لواسانی  
دانشگاه تهران

#### Abstract

Emotions, cognitions, and defenses are considered as fundamental psychological processes. These complex and multidimensional variables have intertwined relationships with each other. Discovering the novel aspects of these variables and their relationships has theoretical and clinical importance. The purpose of the present study was to examine the mediating role of cognitive emotion regulation strategies on the relationship between alexithymia, anger and anger rumination with ego defense styles. A total of 378 students (227 females, 148 males) from University of Tehran participated in this study. Participants were asked to complete the Farsi version of the Toronto Alexithymia Scale (FTAS-20), Multidimensional Anger Inventory (MAI), Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ), and Defense Style Questionnaire. Alexithymia, anger, and anger rumination revealed significant negative correlations with mature defense style as well as significant positive correlations with immature defense style. Adaptive emotion regulation strategies showed significant positive correlations with mature defense style, while maladaptive emotion regulation strategies showed significant positive correlations with neurotic and immature defense styles. Based on the results of path analysis, cognitive emotion regulation strategies did not play a significant mediating role on the relationship between alexithymia and defense styles. The results of this study indicated that mediating effect of maladaptive emotion regulation strategies on the relationship between anger and anger rumination with immature defense style was stronger than the other variables. Also mediating role of cognitive emotion regulation strategies in case of anger rumination and defense styles was more stronger than anger and defense styles. Based on the results of the present study, it is concluded that the relationship between alexithymia, anger, and anger rumination with defense styles is not a simple linear one, but the other variables such as cognitive emotion regulation strategies play a mediating role in this relationship. Results of the present study were a novel step to conceptualize a theoretical model in predicting ego defense styles.

**Keywords:** emotion, cognition, anger, rumination, defense mechanism

#### چکیده

هیجان‌ها، شناخت‌ها و دفاع‌ها فرایندهای اصیل روانشناختی هستند. این متغیرهای پیچیده و چندوجهی روابط درهم‌تنیده‌ای با هم دارند. کشف جنبه‌های جدید این متغیرها و روابط بین آنها از اصالت و اهمیت نظری و بالینی برخوردار است. هدف این پژوهش، بررسی نقش واسطه‌ای راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین ناگویی هیجانی، خشم و نشخوار خشم با سبک‌های دفاعی من بود. تعداد ۳۷۸ نفر از دانشجویان دانشگاه تهران (۲۲۷ زن، ۱۴۸ مرد) در این پژوهش شرکت کردند. از شرکت‌کنندگان خواسته شد تا نسخه فارسی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو (FTAS-20)، مقیاس خشم چند بعدی (MAI)، مقیاس نشخوار خشم (ARS)، پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان (CERQ) و پرسشنامه سبک‌های دفاعی (DSQ) را تکمیل کنند. نتایج پژوهش نشان داد که ناگویی هیجانی، خشم و نشخوار خشم با سبک دفاعی رشدیافته رابطه منفی معنادار و با سبک دفاعی رشد نیافته رابطه مثبت معنادار داشتند. همچنین راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان با سبک دفاعی رشدیافته، و راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان با سبک دفاعی رشد نیافته و نوروتیک رابطه مثبت معنادار داشتند. نتایج تحلیل مسیر نشان داد که راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین ناگویی هیجانی و سبک‌های دفاعی نقش واسطه‌ای معناداری ایفا نمی‌کنند. براساس یافته‌های این پژوهش، نقش واسطه‌ای راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین خشم و نشخوار خشم با سبک دفاعی رشد نیافته نیرومندتر از متغیرهای دیگر بود. از سوی دیگر راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، نقش واسطه‌ای نیرومندتری را در رابطه بین نشخوار خشم و سبک‌های دفاعی، نسبت به رابطه بین خشم و سبک‌های دفاعی نشان داد. براساس یافته‌های پژوهش حاضر نتیجه گرفته می‌شود که رابطه بین ناگویی هیجانی، خشم و نشخوار خشم با سبک‌های دفاعی یک رابطه خطی ساده نیست، بلکه متغیرهای دیگر مثل راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در این رابطه نقش واسطه‌ای دارند. یافته‌های پژوهش حاضر همچنین گامی نو در راستای تدوین مدل‌های نظری پیش‌بین برای سبک‌های دفاعی محسوب می‌شود.

**واژه‌های کلیدی:** هیجان، شناخت، خشم، نشخوار، مکانیسم دفاعی

\*نشانی پستی نویسنده: تهران، پل گیشا، دانشگاه تهران، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، گروه روانشناسی. پست الکترونیکی: besharat@ut.ac.ir

## مقدمه

مکانیسم‌های دفاعی من<sup>۱</sup> تحت عنوان فرایندهای نظم‌دهی خودکار شناخته می‌شوند که با هدف کاهش ناهماهنگی شناختی عمل می‌کنند و با تحریف ادراک از رویدادهای تهدیدکننده، سعی در به حداقل رساندن تغییرات ناگهانی در واقعیت درونی و بیرونی دارند (وایلنت<sup>۲</sup>، ۱۹۸۵، ۱۹۹۴؛ به نقل از بشارت و شهیدی؛ ۲۰۱۱). وایلنت (۱۹۹۸) دفاع‌ها را بر حسب رابطه آنها با رشدیافتگی روانی-اجتماعی و آسیب‌های روانشناختی به صورت سلسله مرتبه‌ای تنظیم کرده است. در همین راستا، اندروز و همکاران (۱۹۹۳) بیست مکانیسم دفاعی را برحسب سه سبک رشدیافته<sup>۳</sup>، نوروٹیک<sup>۴</sup> و رشد نایافته<sup>۵</sup> طبقه‌بندی کردند. بر این اساس، والایش، شوخ‌طبعی، فرونشانی و نوع‌دوستی دفاع‌های رشدیافته؛ فراقکنی، انکار، دوپاره‌سازی، و عملی‌سازی (برون‌ریزی) دفاع‌های رشدنایافته (یا ابتدایی)؛ و جابجایی، واکنش متضاد، امحاء (ابطال)، مجزاسازی و سرکوبی دفاع‌های نوروٹیک محسوب می‌شوند. بین مکانیسم‌های دفاعی رشدنایافته و نوروٹیک با اختلال‌های روانی مانند افسردگی (کوون و اولسون، ۲۰۰۷؛ مک ماهون، بارنت، کوالنکو و تنانت، ۲۰۰۵) اختلال وحشتزدگی (کیپر، بلایا، واپلسکی، دورنلس، سالوم و همکاران، ۲۰۰۷) و اختلال شخصیت مرزی (باند، ۲۰۰۴) رابطه وجود دارد.

از آنجا که سبک‌های دفاعی به عنوان مکانیسم‌های روانشناختی به فرد در مدیریت عواطف منفی و ناتوان‌کننده کمک می‌کنند، پژوهشگران رابطه احتمالی بین ناگویی هیجانی<sup>۶</sup> و مکانیسم‌های دفاعی من را مورد مطالعه قرار داده‌اند. بشارت (۱۳۸۷) در پژوهشی که در یک نمونه دانشجویی انجام گرفت نشان داد که بین ناگویی هیجانی و سبک دفاعی رشدیافته همبستگی منفی معنادار، و بین ناگویی هیجانی و سبک دفاعی رشدنایافته و نوروٹیک همبستگی مثبت معنادار وجود دارد. نتایج پژوهش بشارت و شهیدی (۲۰۱۱) روی

دانشجویان ایرانی نیز این نتیجه را تایید کرد. در پژوهش‌های مذکور تفاوت معناداری در نمرات ناگویی هیجانی و سبک‌های دفاعی بین دو جنس مشاهده نشد. هلمز و همکاران (۲۰۰۸) در جمعیت بهنجار به بررسی رابطه ناگویی هیجانی و مکانیسم‌های دفاعی پرداختند. نتایج پژوهش آنها نشان داد که ناگویی هیجانی با مکانیسم‌های دفاعی رشدنایافته رابطه مثبت معنادار دارد.

ناگویی هیجانی، اختلال در تنظیم هیجان محسوب می‌شود (تیلور و بگی، ۲۰۰۰). اصلی‌ترین ویژگی‌های ناگویی هیجانی شامل ناتوانی در شناخت و توصیف کلامی هیجان‌های تجربه شده؛ نقص و نارسایی در تفکر نمادین که ابراز احساسات، خواسته‌ها و تمایلات را به طور معنادار محدود می‌کند؛ ناتوانی در به‌کارگیری احساسات، به عنوان علایم احتمالی مشکلات هیجانی؛ و ناتوانی در به خاطر آوردن رویاها است. افراد مبتلا به ناگویی هیجانی، تهییج‌های بدنی بهنجار را بزرگ می‌کنند، نشانه‌های بدنی انگیزختگی هیجانی را بد تفسیر می‌کنند، درماندگی هیجانی را از طریق شکایت‌های بدنی نشان می‌دهند و در اقدامات درمانی نیز به دنبال درمان نشانه‌های جسمانی هستند (تیلور، پارکر، بگی، اکلین<sup>۷</sup>، ۱۹۹۲؛ به نقل از بشارت، ۱۳۸۸الف). زمانی که اطلاعات هیجانی به درستی دریافت نمی‌شوند و به صورت مناسب از طریق پردازش شناختی ارزیابی نمی‌شوند، درماندگی و آسیب فرد قابل پیش‌بینی است. این درماندگی به صورت متقابل می‌تواند به اختلال در شناخت‌ها و عواطف فرد منجر شود و احتمال استفاده از مکانیسم‌های نوروٹیک و رشدنایافته را در شرایط استرس‌زا افزایش دهد (بشارت، زاهدی و نوربالا، ۱۳۹۲؛ بشارت و شهیدی، ۲۰۱۱).

خشم<sup>۸</sup> یکی از هیجان‌هایی است که برای ایفای کارکرد بهینه، نیازمند پردازش مناسب و تنظیم و مدیریت صحیح است. خشم یک تجربه هیجانی پیچیده و دارای مولفه‌های شناختی و فیزیولوژیک است. در تلاش برای وضوح بخشیدن به ماهیت خشم به عنوان یک سازه روانشناختی، اسپیلبرگر و همکاران (۱۹۸۳) نظریه اضطراب حالت/صفت را مطرح کردند

1. ego defense mechanisms
2. Vaillant, G. E.
3. mature
4. neurotic
5. immature
6. alexithymia

7. Taylor, G. J., Parker, J. D., Bagby, R. M., & Acklin, M. W.

8. anger

مرتبط با خشم در این افراد عبارتند از پرخاشگری انفعالی<sup>۷</sup>، واکنش متضاد، انکار و همانندسازی با پرخاشگر که از ابراز مناسب خشم جلوگیری می‌کنند و مدیریت تعارضات فرد را با مشکل مواجه می‌سازند.

یکی از سازه‌های مرتبط با خشم، نشخوار خشم<sup>۸</sup> است. اگر خشم را یک هیجان بدانیم، نشخوار خشم عبارت است از فکر کردن در مورد آن هیجان. نشخوار خشم یک فرایند شناختی اجتناب‌ناپذیر و تکرار شونده است که در جریان تجربه خشم ظاهر می‌شود، پس از آن ادامه می‌یابد و مسوول تداوم و افزایش خشم به حساب می‌آید (ساکودولسکی، گلاب و کرامول، ۲۰۰۱) و به طور معنادار خصومت<sup>۹</sup> و پرخاشگری کلامی-فیزیکی را افزایش می‌دهد (آنستیس، آنستیس، سلیبی و جویئر، ۲۰۰۹). مطالعات نشان می‌دهند که نشخوارگری در مورد رویدادهای برانگیزاننده خشم دارای پیامدهای منفی است (بشارت و همکاران، ۱۳۸۹). نشخوار خشم با بهزیستی اجتماعی رابطه منفی معنادار دارد (سیورت، کویباک، جوناس و وبر، ۲۰۱۱) و با اختلال افسردگی (گیلبرت، چونگ، ایرونز و مک‌ایون، ۲۰۰۵) و اختلال‌های اضطرابی از جمله اختلال اضطراب اجتماعی (ترو و آلدن، ۲۰۰۹) دارای رابطه مثبت معنادار است.

با وجود مطالعات زیادی که در زمینه نشخوار خشم صورت گرفته است، پژوهشی در مورد رابطه نشخوار خشم و مکانیسم‌های دفاعی انجام نشده است. به دلایلی که در ذیل می‌آید می‌توان فرض کرد بین نشخوار خشم و مکانیسم‌های دفاعی رابطه وجود دارد: الف) نشخوار خشم که سازه‌ای مرتبط با خشم است، منجر به تشدید و تداوم خشم می‌شود و با توجه به رابطه تایید شده خشم و مکانیسم‌های دفاعی (اوفر و همکاران، ۲۰۰۰؛ بوش، ۲۰۰۹)، امکان استفاده از مکانیسم‌های دفاعی ناکارآمد مرتبط با خشم را افزایش می‌دهد؛ ب) نشخوارگری به طور کلی (و نه صرفاً نشخوار خشم) با مکانیسم‌های دفاعی رابطه دارد (کوون و اولسون، ۲۰۰۷).

و مقیاس‌هایی برای اندازه‌گیری خشم حالت/ صفت<sup>۱</sup> (اسپیلبرگر، ۱۹۸۸) و ابراز خشم<sup>۲</sup> (اسپیلبرگر، کراسنر و سولومون، ۱۹۸۸) ساختند. خشم حالتی اشاره به شرایط جسمانی-هیجانی گذرای دارد که احساسات ذهنی خشم و فعالیت سیستم عصبی خودکار را در یک لحظه خاص یا یک بازه زمانی کوتاه فعال می‌سازد. خشم حالت از لحاظ شدت از فقدان خشم تا خشم ملایم یا حالت‌های هیجانی متوسط (مانند رنجش، آزرده‌گی، ناکامی) تا سطوح شدید برانگیختگی عاطفی (مانند عصبانیت و خشم شدید)؛ و از حداقل برانگیختگی فیزیولوژیک تا سطوح بالای برانگیختگی سمپاتیک، افزایش انقباض عضلات سر و صورت و ترشح هورمون‌های آدرنال متغیر است. خشم حالتی همچنین ممکن است در طول زمان بر اثر رفتار غیرمنصفانه یا بی حرمتی از سوی دیگران، نوسان داشته باشد. خشم صفتی از سوی دیگر، اشاره به یک ویژگی شخصیتی نسبتاً پایدار دارد که آمادگی برای تجربه خشم را نشان می‌دهد، مانند تفاوت‌های فردی در تمایل به تجربه خشم حالتی به دفعات بیشتر یا با شدت بیشتر (اسپیلبرگر، ۱۹۸۸؛ بشارت، موحدی‌نسب و علی‌بخشی، ۱۳۸۹). اگرچه در نظریه خشم حالت/ صفت به طور خاص در مورد طول مدت واکنش خشم اشاره‌ای نشده است، انتظار می‌رود افرادی که نمرات بالاتری در خشم صفتی دریافت می‌کنند، حالت‌های خشم را طولانی‌تر تجربه کنند.

پژوهش‌ها رابطه هیجان‌های منفی<sup>۳</sup> (از جمله خشم) را با مکانیسم‌های دفاعی من نشان داده‌اند. هیجان‌های خشم، اضطراب و غم مبنای اکثر اختلال‌های روانشناختی هستند (افر، لاوی، گوتلف و اپتر، ۲۰۰۰). افر و همکاران (۲۰۰۰) در پژوهشی که روی نمونه‌ای از بیماران و افراد سالم انجام دادند، نشان دادند که خشم با مکانیسم‌های فرافکنی<sup>۴</sup>، جابجایی<sup>۵</sup> و واپس‌روی<sup>۶</sup> به طور معنادار رابطه دارند. بوش (۲۰۰۹) نیز در پژوهشی روی بیماران افسرده نشان داد که مکانیسم‌های دفاعی

1. anger state/trait
2. anger expression
3. negative emotions
4. projection
5. displacement
6. regression

7. passive aggression  
8. anger rumination  
9. hostility

انطباقی<sup>۱۵</sup> باشند. راهبردهای غیر انطباقی تنظیم هیجان نقش اساسی در شکل گیری و یا تداوم اختلال‌های روانشناختی دارند (آلدائو، نولن- هوکسما، شویبزر، ۲۰۱۰؛ کیسلر، الاتونجی، فلدنر و فورسیت، ۲۰۱۰).

از سوی دیگر ناگویی هیجانی خود به عنوان اختلالی در تنظیم هیجان شناخته می‌شود (بشارت و شهیدی، ۲۰۱۱) که در آن اطلاعات هیجانی به درستی دریافت نمی‌شوند و به صورت مناسب از طریق پردازش شناختی مورد ارزیابی قرار نمی‌گیرند. پژوهش‌ها نشان می‌دهند افراد مبتلا به ناگویی هیجانی نه تنها در ابراز کلامی هیجان، که در پردازش شناختی هیجان نیز دچار مشکل هستند (برن بام و پرایس<sup>۱۶</sup>، ۱۹۹۴؛ پارکر، تیلور و بگی<sup>۱۷</sup>، ۱۹۹۳؛ جسیمر و مارخام<sup>۱۸</sup>، ۱۹۹۷؛ به نقل از مارتینز- سانچز، اتوگاریسیا، اوتیز سوریا، ۲۰۰۳). بنابراین، ناگویی هیجانی با ایجاد اختلال در پردازش شناختی هیجان‌ها می‌تواند احتمال استفاده از راهبردهای تنظیمی غیر انطباقی را افزایش دهد. از سوی دیگر، پژوهش‌ها نشان داده‌اند که افراد مبتلا به ناگویی هیجانی، هیجان‌های ناپذیرفتنی و شخصی را به دیگران نسبت می‌دهند و در مواقعی که با شکست روبرو می‌شوند، دیگران را سرزنش می‌کنند و آنها را مسوول اشتباهات‌شان می‌دانند. همچنین آنها در بعضی مواقع که با شکست مواجه می‌شوند، خود را ملامت می‌کنند (مورمن، برموند، ورست، بلومندال، تین و همکاران، ۲۰۰۸). بنابراین، سرزنش خود و سرزنش دیگران از راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان محسوب می‌شوند که در افراد مبتلا به ناگویی هیجانی وجود دارد.

مطالعات اخیر همچنین وجود رابطه بین خشم و راهبردهای تنظیم هیجان<sup>۱۹</sup> را تایید کرده‌اند. بشارت و همکاران (۲۰۱۳) نشان دادند که ابعاد خشم با راهبردهای غیرانطباقی تنظیم هیجان رابطه دارد. همچنین پژوهش ساز و همکاران (۲۰۱۱) نشان داد که راهبردهای تنظیم هیجان پیش‌بینی

با توجه به رابطه احتمالی بین ناگویی هیجانی، خشم و نشخوار خشم با مکانیسم‌های دفاعی من، این پرسش مطرح می‌شود که آیا رابطه بین این متغیرها یک رابطه خطی ساده است یا متغیرهای روانشناختی دیگری ممکن است در این رابطه نقش واسطه داشته باشند. یکی از مسایل مورد بررسی در این پژوهش، مطالعه نقش واسطه‌ای راهبردهای تنظیم شناختی هیجان<sup>۱</sup> در رابطه بین ناگویی هیجانی و سبک‌های دفاعی من است. تنظیم هیجان شامل فرایندهای درونی و بیرونی که مسوول نظارت<sup>۲</sup>، ارزیابی<sup>۳</sup> و تغییر<sup>۴</sup> واکنش‌های هیجانی به ویژه ویژه هیجان‌های شدید و منفی، به منظور رسیدن به اهداف مورد نظر است (تامپسون، ۱۹۹۴). گراس (۱۹۹۸) تنظیم هیجان را شامل فرایندهایی معرفی می‌کند که فرد از طریق آن بر هیجان‌های خود و نحوه تجربه و ابراز آنها اثر می‌گذارد. فرایندهای تنظیم هیجان ممکن است کنترل شده یا خودکار، هشیار یا ناهشیار باشند و ممکن است بر یک یا چند جنبه از تجربه هیجانی اثر بگذارند. همچنین در تنظیم هیجان، هیجان‌های مثبت و منفی و نیز هر دو جنبه ابراز<sup>۵</sup> و تجربه<sup>۶</sup> هیجان مدنظر قرار می‌گیرد (گراس، ۱۹۹۸). هیجان‌ها می‌توانند به وسیله فرایندهای شناختی ناهشیار مانند توجه انتخابی<sup>۷</sup>، تحریف‌های حافظه<sup>۸</sup>، انکار<sup>۹</sup> یا فرافکنی<sup>۱۰</sup>؛ یا به وسیله وسیله فرایندهای شناختی هشیارتر مثل خودسرزنش‌گری<sup>۱۱</sup>، دیگر سرزنش‌گری<sup>۱۲</sup>، نشخوارگری یا فاجعه‌نمایی<sup>۱۳</sup> مدیریت و تنظیم شوند (گارفنسکی، کرایچ و اسپینهاون، ۲۰۰۱). راهبردهای تنظیم هیجان ممکن است انطباقی<sup>۱۴</sup> یا غیر

1. cognitive emotion regulation strategies
2. monitoring
3. evaluating
4. modifying
5. expression
6. experience
7. selective attention
8. memory distortion
9. denial
10. projection
11. self-blame
12. other-blame
13. catastrophizing
14. adaptive

15. maladaptive

16. Berenbaum, H., & Prince, J. D.

17. Parker, J. D., Taylor, G. J., & Bagby, R. M.

18. Jessimer, M., & Markham, R.

19. emotion regulation strategies

هیجانی، خشم و نشخوار خشم به واسطه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان با سبک‌های دفاعی رابطه دارند. بر این اساس، فرضیه‌های پژوهش به این شرح آزمون می‌شوند: فرضیه اول) بین ناگویی هیجانی و سبک‌های دفاعی نوروپیک و رشد نیافته رابطه مثبت وجود دارد. فرضیه دوم) بین خشم و سبک‌های دفاعی نوروپیک و رشد نیافته رابطه مثبت وجود دارد. فرضیه سوم) بین نشخوار خشم و سبک‌های دفاعی نوروپیک و رشد نیافته رابطه مثبت وجود دارد. فرضیه چهارم) بین راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان و سبک‌های دفاعی نوروپیک و رشد نیافته رابطه مثبت وجود دارد. فرضیه پنجم) راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین ناگویی هیجانی، خشم و نشخوار خشم با سبک‌های دفاعی نقش واسطه ای دارند.

## روش

جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش: جامعه آماری پژوهش حاضر دانشجویان دختر و پسر کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکتری دانشگاه تهران بودند که به روش نمونه‌گیری در دسترس از دانشکده‌های فنی و مهندسی، حقوق، اقتصاد، مدیریت، روانشناسی، پزشکی و هنر انتخاب شدند. تعداد ۴۳۰ پرسشنامه بین افراد نمونه توزیع شد که از میان آنها با در نظر گرفتن شرایط تکمیل پرسشنامه شامل پاسخ‌دهی به تمام مقیاس‌ها و عدم استفاده از ترتیب خاص در پاسخ‌دهی به سوالات، ۳۷۸ نفر (۲۲۷ زن، ۱۴۸ مرد) به طور کامل به سوالات پاسخ دادند. پیش از انجام پژوهش و تکمیل کردن پرسشنامه‌ها، برای افراد در مورد موضوع پژوهش و هدف‌های آن توضیح اجمالی داده شد و تاکید شد که اطلاعات افراد محرمانه باقی می‌ماند و در جایی عنوان نخواهد شد. سپس توضیح مختصری در مورد نحوه پر کردن پرسشنامه‌ها و این که پاسخ صحیح یا غلط در آنها وجود ندارد، به افراد داده شد. لازم به ذکر است که برای کنترل اثر خستگی، ترتیب پرسشنامه‌ها به دو صورت متفاوت تنظیم شد. به منظور تحلیل داده‌ها، علاوه بر شاخص‌های آمار توصیفی، از همبستگی پیرسون و تحلیل

کننده نحوه ابراز و تجربه خشم است. بک<sup>۱</sup> (۱۹۹۹؛ به نقل از بشارت و همکاران، ۲۰۱۳) نیز فاجعه‌نمایی، سرزنش دیگری و نشخوار (از راهبردهای غیر انطباقی تنظیم شناختی هیجان) را با خشم مرتبط دانسته است. بنابراین، پیش‌بینی می‌شود که راهبردهای تنظیم شناختی هیجان بتوانند رابطه بین خشم و سبک‌های دفاعی من را تحت تاثیر قرار دهند.

از سوی دیگر تا کنون پژوهشی که به طور مستقیم به بررسی رابطه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و سبک‌های دفاعی بپردازد انجام نگرفته است، اما مطالعات نشان داده‌اند که راهبردهای مقابله انطباقی شامل ارزیابی مجدد مثبت<sup>۲</sup> و حل مساله متمرکز بر برنامه‌ریزی<sup>۳</sup> - که به راهبردهای انطباقی تنظیم هیجان نزدیک هستند- با مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته رابطه معنادار دارند (نیکولاس و جبران، ۲۰۰۹). نتایج پژوهش گربو و همکاران (۲۰۰۶) نیز رابطه بین راهبردهای مقابله غیرانطباقی را با سبک دفاعی رشدنیافته تایید کردند. بر این اساس، یکی دیگر از مسایل مورد بررسی در پژوهش حاضر، رابطه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان با سبک‌های دفاعی است.

به طور کلی، پژوهش‌های بسیار اندکی در زمینه رابطه خشم، نشخوار خشم و راهبردهای تنظیم هیجان با سبک‌های دفاعی صورت گرفته است که این مساله یکی از نوآوری‌های پژوهش حاضر محسوب می‌شود. از سوی دیگر، در پژوهش‌های پیشین رابطه مستقیم متغیرهایی مانند ناگویی هیجانی و خشم با سبک‌های دفاعی بررسی شده است و این که چه متغیر/ متغیرهایی می‌توانند نقش واسطه‌ای در رابطه ناگویی هیجانی، خشم و نشخوار خشم با سبک‌های دفاعی ایفا کنند تا کنون مورد بررسی قرار نگرفته است. در واقع پژوهش حاضر در سطح نظری درصدد پاسخ به این پرسش است که چه متغیرهای روانشناختی در به کار بردن نوع مکانیسم‌های دفاعی فرد دخیل هستند؟ و این متغیرها به صورت مستقیم و غیر مستقیم تا چه حد پیش‌بینی کننده سبک‌های دفاعی هستند؟ بر مبنای شواهد موجود، می‌توان این فرض را مطرح کرد که ناگویی

1. Beck, A. T.
2. positive reappraisal
3. planful problem solving

های هوش هیجانی<sup>۹</sup>، بهزیستی روانشناختی<sup>۱۰</sup> و درماندگی روانشناختی<sup>۱۱</sup> بررسی و مورد تایید قرار گرفت.

مقیاس نشخوار خشم: مقیاس نشخوار خشم<sup>۱۲</sup> (ARS) یک آزمون ۱۹ سوالی است که توسط ساکودولسکی و همکاران (۲۰۰۱) برای سنجش تمایل به تفکر در مورد موقعیت‌های خشم‌انگیز فعلی و یادآوری تجربه‌های خشم‌انگیز گذشته ساخته شده است. سوال‌های آزمون چهار زیرمقیاس نشخوار خشم شامل پس فکرهای خشم<sup>۱۳</sup>، افکار تلافی جویانه<sup>۱۴</sup>، خاطره‌های خشم<sup>۱۵</sup> و شناختن علت‌ها<sup>۱۶</sup> را در اندازه‌های چهار درجه‌ای لیکرت از نمره یک (خیلی کم) تا نمره چهار (خیلی زیاد) می‌سنجد. نمره‌گذاری آزمون به صورتی است که نمره بیشتر بیانگر نشخوار خشم بیشتر است. از محاسبه مجموع نمره‌های سوالات چهار زیرمقیاس، نمره نشخوار خشم کلی به دست می‌آید. ویژگی‌های روانسنجی مقیاس نشخوار خشم در پژوهش‌های خارجی مورد تایید قرار گرفته است (ساکودولسکی و همکاران، ۲۰۰۱؛ ماکسول، ساکودولسکی، چو و ونگ، ۲۰۰۵). ویژگی‌های روانسنجی نسخه فارسی مقیاس نشخوار خشم در چندین پژوهش بررسی و تایید شده است (بشارت، ۲۰۱۱؛ بشارت و محمدمهر، ۱۳۸۸). بر حسب یافته‌های مقدماتی، ضرایب آلفای کرونباخ پرسش‌های هر یک از مقیاس‌های نشخوار خشم (نمره کل)، پس فکرهای خشم، افکار تلافی جویانه، خاطره‌های خشم و شناختن علت‌ها در مورد یک نمونه ۸۳۳ نفری از دانشجویان به ترتیب ۰/۹۵، ۰/۸۹، ۰/۸۳، ۰/۸۷ و ۰/۷۸ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی خوب مقیاس است. ضرایب همبستگی بین نمره‌های ۲۱۴ نفر از نمونه مذکور در دو نوبت با فاصله چهار تا شش هفته برای نشخوار خشم (نمره کل)  $r = 0/77$ ، برای پس فکرهای خشم  $r = 0/79$ ، برای افکار تلافی جویانه  $r = 0/83$ ، برای خاطره‌های خشم  $r = 0/81$  و برای شناختن علت‌ها  $r = 0/74$  به دست آمد

مسیر (الگویابی معادلات ساختاری<sup>۱</sup>) استفاده شد. میانگین سنی کل نمونه ۲۳ سال، با انحراف استاندارد ۳/۰۱ و دامنه سنی بین ۱۸ تا ۳۵ سال بود؛ شامل ۲۲۷ دختر و ۱۴۸ پسر، که میانگین سن دختران ۲۳ سال با انحراف استاندارد ۲/۹۴ و میانگین سن پسران ۲۳ سال با انحراف استاندارد ۳/۰۹ بود.

#### ابزار سنجش

مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو: مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو<sup>۲</sup> (FTAS-10؛ بگی، پارکر و تیلور، ۱۹۹۴) یک آزمون ۲۰ سوالی است و سه زیرمقیاس دشواری در شناسایی احساسات<sup>۳</sup>، دشواری در توصیف احساسات<sup>۴</sup>، و تفکر عینی<sup>۵</sup> را در مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت از نمره ۱ (کاملاً مخالف) تا نمره ۵ (کاملاً موافق) می‌سنجد. یک نمره کل نیز از جمع نمره‌های سه زیرمقیاس برای ناگویی هیجانی کلی محاسبه می‌شود. ویژگی‌های روانسنجی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰ در پژوهش‌های متعدد بررسی و تایید شده است (پارکر، تیلور و بگی، ۲۰۰۱، ۲۰۰۳؛ تیلور و بگی، ۲۰۰۰). در نسخه فارسی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰ (بشارت، ۲۰۰۷)، ضرایب آلفای کرونباخ برای ناگویی هیجانی کل و سه زیرمقیاس دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات، و تفکر عینی به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۸۲، ۰/۷۵ و ۰/۷۲ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی<sup>۶</sup> خوب مقیاس است. پایایی بازآزمایی<sup>۷</sup> مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰ در یک نمونه ۶۷ نفری در دو نوبت با فاصله چهار هفته از  $r = 0/70$  تا  $r = 0/77$  برای ناگویی هیجانی کل و زیرمقیاس‌های مختلف تایید شد. روایی همزمان<sup>۸</sup> مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰ بر حسب همبستگی بین زیرمقیاس‌های این آزمون و مقیاس

9. emotional intelligence
10. psychological well-being
11. psychological distress
12. Anger Rumination Scale
13. Angry Afterthoughts
14. Thoughts of Revenge
15. Angry Memories
16. Understanding of Causes

1. Structural Equation Modeling (SEM)
2. Toronto Alexithymia Scale
3. difficulty identifying feelings
4. difficulty describing feelings
5. externally oriented thinking
6. internal consistency
7. test-retest reliability
8. concurrent validity

نشخوارگری؛ فاجعه‌نمایی<sup>۷</sup>؛ کم‌اهمیت‌شماری<sup>۸</sup>؛ تمرکز مجدد مثبت<sup>۹</sup>؛ ارزیابی مجدد مثبت؛ پذیرش<sup>۱۰</sup>؛ تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی<sup>۱۱</sup> (گارفنسکی و کرایچ، ۲۰۰۶). حداقل و حداکثر نمره در هر زیرمقیاس به ترتیب ۲ و ۱۰ است و نمره بالاتر نشان‌دهنده استفاده بیشتر فرد از آن راهبرد شناختی است. ویژگی‌های روانسنجی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان در پژوهش‌های خارجی مورد تایید قرار گرفته است (گارفنسکی، بان و کرایچ، ۲۰۰۵؛ گارفنسکی و کرایچ، ۲۰۰۶؛ گارفنسکی و همکاران، ۲۰۰۱). در بررسی مقدماتی ویژگی‌های روانسنجی این پرسشنامه در نمونه‌ای از جمعیت عمومی ( $n = 368$ ؛ ۱۹۷ زن، ۱۷۱ مرد)، ضرایب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌ها از ۰/۶۷ تا ۰/۸۹ محاسبه شد (بشارت، ۱۳۸۸). این ضرایب همسانی درونی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان را تایید می‌کنند. ضرایب همبستگی بین نمره‌های تعدادی از شرکت‌کنندگان در پژوهش (۴۳ زن، ۳۶ مرد) در دو نوبت با فاصله دو تا چهار هفته برای زیرمقیاس‌های پرسشنامه از  $r = 0.57$  تا  $r = 0.76$  محاسبه شد. این ضرایب که در سطح  $p < 0.001$  معنادار بودند، پایایی بازآزمایی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان را تایید می‌کنند (بشارت، ۱۳۹۳).

پرسشنامه سبک‌های دفاعی: پرسشنامه سبک‌های دفاعی<sup>۱۲</sup> (DSQ؛ اندروز و همکاران، ۱۹۹۳)، یک ابزار ۴۰ سوالی است که در مقیاس ۹ درجه‌ای لیکرت (از کاملا موافق تا کاملا مخالف) بیست مکانیسم دفاعی را بر حسب سه سبک دفاعی رشد یافته، نرووتیک و رشد نیافته می‌سنجد. سبک دفاعی رشد یافته شامل مکانیسم‌های والایش<sup>۱۳</sup>، شوخ‌طبعی<sup>۱۴</sup>، پیش‌بینی<sup>۱۵</sup> و فرونشانی<sup>۱۶</sup> است. مکانیسم‌های مربوط به سبک دفاعی نرووتیک عبارتند از: ابطال<sup>۱۷</sup>، نوع‌دوستی کاذب<sup>۱</sup>، آرمانی‌سازی<sup>۲</sup> و

و در سطح  $p < 0.001$  معنادار بودند. این ضرایب نشانه پایایی بازآزمایی رضایت‌بخش مقیاس نشخوار خشم هستند.

مقیاس خشم چند بعدی: مقیاس خشم چند بعدی<sup>۱</sup> (MAI) یک آزمون ۳۰ سوالی است که توسط سیگل (۱۹۸۶) برای سنجش خشم ساخته شده است. سوال‌های آزمون پنج بعد خشم شامل انگیزختگی<sup>۲</sup>، موقعیت‌های خشم‌انگیز<sup>۳</sup>، نگرش خصمانه<sup>۴</sup>، خشم بیرونی و خشم درونی را در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از نمره یک (کاملاً نادرست) تا نمره پنج (کاملاً درست) می‌سنجد. ویژگی‌های روانسنجی مقیاس خشم چند بعدی در پژوهش‌های خارجی مورد تایید قرار گرفته است (سیگل، ۱۹۸۶). در فرم فارسی این مقیاس (بشارت، ۱۳۸۶) آلفای کرونباخ پرسش‌های هر یک از زیرمقیاس‌ها و نمره کل مقیاس در مورد نمونه‌های دانشجویی (۱۸۰ پسر، ۲۰۲ دختر) و جمعیت عمومی (۲۱۸ مرد، ۱۹۸ زن) از ۰/۷۵ تا ۰/۹۱ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی خوب ابزار است. ضرایب همبستگی بین نمره‌های ۷۶ نفر از نمونه دانشجویی و ۸۳ نفر از نمونه جمعیت عمومی در دو نوبت با فاصله دو تا چهار هفته به ترتیب ۰/۶۷ و ۰/۶۵ و برای خشم انگیزختگی، ۰/۷۷ و ۰/۸۱ برای موقعیت‌های خشم‌انگیز، ۰/۶۹ و ۰/۷۰ برای نگرش خصمانه، ۰/۷۹ و ۰/۸۳ و برای خشم بیرونی، ۰/۷۸ و ۰/۷۴ برای خشم درونی و ۰/۷۴ و ۰/۷۵ برای نمره کل خشم محاسبه شد که نشانه پایایی بازآزمایی رضایت‌بخش مقیاس است.

پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان: پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان<sup>۵</sup> (CERQ) یک ابزار ۱۸ گویه‌ای است و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان را در پاسخ به حوادث تهدید کننده و استرس‌زای زندگی در اندازه‌های پنج درجه‌ای از ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) بر حسب نه زیرمقیاس به این شرح می‌سنجد: خود سرزنشگری؛ دیگر سرزنشگری؛ تمرکز بر فکر<sup>۶</sup>

7. Catastrophizing
8. Putting into Perspective
9. Positive Refocusing
10. Acceptance
11. Refocus on Planning
12. Defense Styles Questionnaire
13. sublimation
14. humor
15. anticipation
16. suppression
17. undoing

1. The Multidimensional Anger Inventory
2. anger arousal
3. range of anger-eliciting situations
4. hostile outlook
5. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire
6. Focus on Thought

برای نمونه‌های بیمار ( $n = 107$ ) و بهنجار ( $n = 248$ ) در دو نوبت با فاصله‌های ۲ تا ۶ هفته برای سبک رشد یافته از ۰/۷۳ تا ۰/۸۷، برای سبک رشد نایافته از ۰/۷۱ تا ۰/۸۴ و برای سبک نوروتیک از ۰/۶۹ تا ۰/۷۸ به دست آمد. این ضرایب که همه در سطح  $p < 0.01$  معنادار هستند، پایایی بازآزمایی پرسشنامه سبک‌های دفاعی را تایید می‌کنند. روایی همگرا و تشخیصی (اقتراقی) نسخه فارسی پرسشنامه سبک‌های دفاعی از طریق اجرای همزمان مقیاس سلامت روانی، مقیاس مشکلات بین شخصی<sup>۱۶</sup>، زیر مقیاس‌های نوروز گرای<sup>۱۷</sup> و برون‌گرایی<sup>۱۸</sup> مقیاس شخصیتی NEOPI-R<sup>۱۹</sup>، مقیاس درجه‌بندی حرمت خود<sup>۲۰</sup>، مقیاس خود کارآمدی<sup>۲۱</sup>، مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو و فهرست عواطف مثبت و منفی در مورد نمونه‌های مختلف از دو گروه بیمار و بهنجار محاسبه شد و مورد تایید قرار گرفت.

### یافته‌ها

یافته‌های توصیفی مربوط به میانگین و انحراف استاندارد اعضای نمونه در متغیرهای مورد مطالعه در جدول ۱ گزارش شده است.

و واکنش متضاد<sup>۳</sup> سبک دفاعی رشد نایافته نیز از دوازده مکانیسم دفاعی به این شرح تشکیل شده است: فرافکنی<sup>۴</sup>، پرخاشگری نافع<sup>۵</sup>، عملی‌سازی<sup>۶</sup>، مجزاسازی<sup>۷</sup>، نارزنده‌سازی<sup>۸</sup>، خیال‌پردازی اوتیستیک<sup>۹</sup>، انکار<sup>۱۰</sup>، جابجایی<sup>۱۱</sup>، تفرق<sup>۱۲</sup>، دوپارگی<sup>۱۱</sup>، دلیل‌تراشی<sup>۱۲</sup> و بدنی‌سازی<sup>۱۴</sup>. ضریب آلفای کرونباخ برای پرسش‌های هر یک از سبک‌های دفاعی، رضایت‌بخش توصیف شده‌اند (اندروز و همکاران، ۱۹۹۳). ویژگی‌های روانسنجی نسخه فارسی پرسشنامه سبک‌های دفاعی در چندین پژوهش، که در خلال سال‌های ۱۳۷۸ تا ۱۳۸۵ در نمونه‌های بیمار ( $n = 423$ ) و بهنجار ( $n = 1397$ ) انجام شده‌اند، مورد بررسی و تایید قرار گرفته‌اند (بشارت، ۱۳۸۶، ۱۳۹۱؛ بشارت، شریفی، ایروانی، ۱۳۸۰). در این پژوهش‌ها، ضرایب آلفای کرونباخ برای پرسش‌های هر یک از زیر مقیاس‌های پرسشنامه سبک‌های دفاعی برای سبک رشد یافته از ۰/۸۳ تا ۰/۹۴، برای سبک رشد نایافته از ۰/۸۱ تا ۰/۹۲ و برای سبک نوروتیک از ۰/۷۹ تا ۰/۹۱ به دست آمد. این ضرایب همسانی درونی زیرمقیاس‌های پرسشنامه سبک‌های دفاعی را تایید می‌کنند. پایایی بازآزمایی پرسشنامه سبک‌های دفاعی

جدول ۱

میانگین و انحراف استاندارد نمره‌های شرکت‌کنندگان در مورد متغیرهای پژوهش

متغیر	دختر		پسر		کل	
	SD	M	SD	M	SD	M
ناگویی هیجانی	۹/۰۸	۴۶/۱۴	۸/۶۵	۴۹/۰۷	۹/۰۲	۴۷/۳۰
نشخوار خشم	۱۰/۷۹	۳۹/۲۷	۱۰/۷۵	۴۱/۰۴	۱۰/۸۰	۳۹/۹۷
راهبردهای انطباقی تنظیم هیجان	۶/۶۶	۳۱/۸۰	۶/۴۷	۳۴/۹۷	۶/۷۵	۳۳/۰۲
راهبردهای غیرانطباقی تنظیم هیجان	۵/۳۵	۲۱/۶۹	۵/۰۷	۲۲/۰۳	۵/۲۴	۲۱/۸۳
خشم	۱۴/۹۹	۱۱۰/۱۴	۱۱۰/۵۱	۱۱۰/۵۱	۱۵/۲۸	۱۱۰/۲۹
سبک دفاعی رشدیافته	۸/۹۹	۴۳/۶۵	۹/۲۵	۴۳/۱۱	۹/۰۸	۴۳/۴۴

13. splitting
14. rationalization
15. somatization
16. Inventory of Interpersonal Problems
17. neuroticism
18. extraversion
19. NEO Personality Inventory-Revised
20. Self-Esteem Rating Scale
21. Self-Efficacy Scale

1. pseudo-altruism
2. idealisation
3. reaction formation
4. projection
5. passive-aggressive
6. acting-out
7. isolation
8. devaluation
9. autistic fantasy
10. denial
11. displacement
12. dissociation



ادامه جدول ۱

۸/۸۷	۳۷/۲۶	۹/۲۶	۳۶/۹۲	۸/۶۲	۳۷/۴۹	سبک دفاعی نورویتیک
۲۲/۵۸	۹۵/۰۷	۲۲/۵۳	۹۷/۳۲	۲۲/۵۴	۹۲/۴۲	سبک دفاعی رشدنیافته

خشم و سبک دفاعی نورویتیک ( $r = 0/12$ ) نشان داد که در سطح  $p < 0/05$  معنادار است. از سوی دیگر بین راهبردهای انطباقی و غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان و سه سبک دفاعی رشدیافته، نورویتیک و رشدنیافته رابطه معنادار وجود دارد.

ماتریس ضرایب همبستگی متغیرها در جدول ۲ نشان داده شده است. نتایج آزمون همبستگی نشان داد که خشم با سبک دفاعی رشدیافته رابطه منفی ( $r = -0/3$ ) و با سبک دفاعی رشد نیافته رابطه مثبت ( $r = 0/40$ ) دارد که در سطح  $0/01$  معنادار است. هم‌چنین نتایج همبستگی پیرسون رابطه ضعیفی بین

جدول ۲

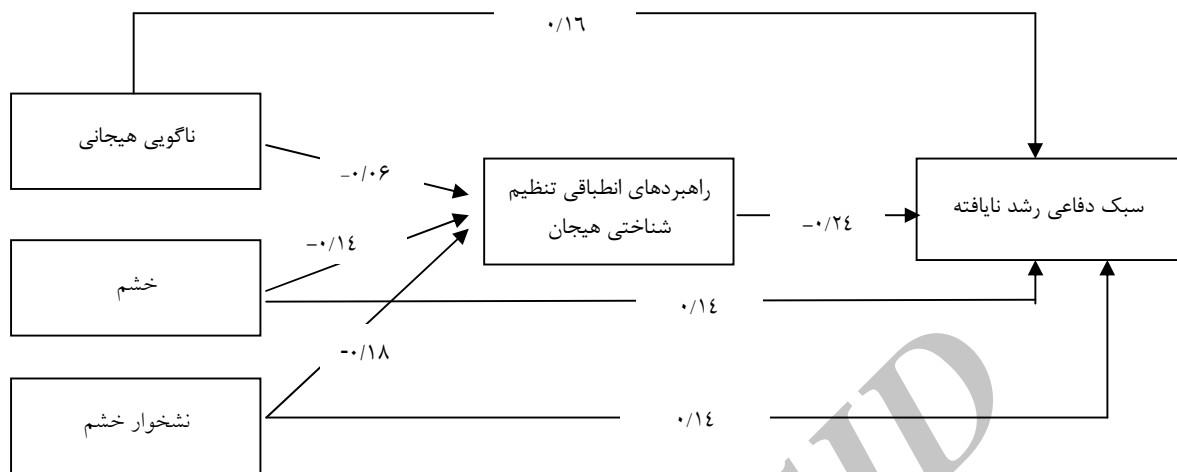
## ماتریس ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱- ناگویی هیجانی	----							
۲- نشخوار خشم	0/40**	----						
۳- راهبردهای انطباقی تنظیم هیجان	-0/20**	-0/30**	----					
۴- راهبردهای غیرانطباقی تنظیم هیجان	0/22**	0/50**	-0/34*	----				
۵- خشم	0/42**	0/70**	-0/30**	0/44**	----			
۶- سبک دفاعی رشدیافته	-0/30**	-0/31**	0/43**	-0/30**	-0/30**	----		
۷- سبک دفاعی نورویتیک	0/01	0/06	-0/17*	0/30**	0/12*	0/20**	----	
۸- سبک دفاعی رشدنیافته	0/30**	0/31**	-0/30**	0/40**	0/40**	-0/01	0/50**	----

\* $p < 0/05$  \*\* $p < 0/01$

شکل ۱ ضرایب استاندارد مسیره‌ها برای مدل فرضی نقش واسطه‌ای راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین ناگویی هیجانی، خشم و نشخوار خشم با سبک دفاعی رشد نیافته را نشان می‌دهد. بر اساس نتایج تحلیل مسیر، به جز ضریب مستقیم ناگویی هیجانی با راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان ( $-0/06$ )، ضرایب سایر مسیرهای مستقیم معنادار شد؛ به این ترتیب که اثر مستقیم ناگویی هیجانی، خشم و نشخوار خشم بر سبک دفاعی رشدنیافته معنادار به دست آمد. هم‌چنین ضریب مسیر راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان به سبک دفاعی رشدنیافته و ضریب مسیر خشم و نشخوار خشم به راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان معنادار شد.

به منظور بررسی نقش واسطه‌ای راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین ناگویی هیجانی، خشم و نشخوار خشم با سبک‌های دفاعی، از روش تحلیل مسیر استفاده شد که به وسیله ۴ مدل آرایه شده است. با توجه به این مدل‌ها فرض می‌شود که ناگویی هیجانی، خشم و نشخوار خشم از طریق راهبردهای تنظیم شناختی هیجان با سبک‌های دفاعی رابطه دارند. با توجه به این که سبک‌های دفاعی دارای سه بعد رشدیافته، نورویتیک و رشدنیافته هستند، مدل برای هریک از سبک‌های دفاعی نیز به صورت جداگانه انجام گرفت. نتیجه تحلیل‌ها نشان داد که این مدل برای سبک دفاعی رشدیافته و رشدنیافته معنادار است و در مورد سبک نورویتیک نتایج معنادار نبود.



شکل ۱

ضرایب استاندارد مسیرهای مستقیم برای مدل فرضی نقش واسطه‌ای راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین ناگویی هیجانی، خشم و نشخوار خشم با سبک دفاعی رشد نیافته

جدول ۳ ضرایب استاندارد و غیر استاندارد مسیرهای شناختی هیجان در رابطه بین ناگویی هیجانی، خشم و نشخوار مستقیم مدل فرضی نقش واسطه‌ای راهبردهای انطباقی تنظیم خشم با سبک دفاعی رشد نیافته را نشان می‌دهد.

جدول ۳

ضرایب استاندارد و غیر استاندارد مسیرهای مستقیم مدل فرضی نقش واسطه‌ای راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین ناگویی هیجانی، خشم و نشخوار خشم با سبک دفاعی رشد نیافته

ت	-	B	مسیرها
-۱/۰۴	-۰/۰۶*	-۰/۰۴	اثر ناگویی هیجانی بر راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان
۳/۱۶	۰/۱۶**	۰/۴۰	اثر ناگویی هیجانی بر سبک دفاعی رشد نیافته
-۲/۰۰	-۰/۱۴**	-۰/۰۶	اثر خشم بر راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان
۲/۱۳	۰/۱۴**	۰/۲۱	اثر خشم بر سبک دفاعی رشد نیافته
-۲/۵۶	-۰/۱۸**	-۰/۱۱	اثر نشخوار خشم بر راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان
۲/۱۹	۰/۱۴**	۰/۳۰	اثر نشخوار خشم بر سبک دفاعی رشد نیافته
-۵/۱۰	-۰/۲۴**	-۰/۸۴	اثر راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان بر سبک دفاعی رشد نیافته

رشد نیافته به واسطه راهبردهای انطباقی تنظیم هیجان به میزان ۰/۰۵؛ و اثر غیر مستقیم متغیر برون‌زاد نشخوار خشم و متغیر درون‌زاد سبک دفاعی رشد نیافته به واسطه راهبردهای انطباقی تنظیم هیجان به میزان ۰/۰۹ به دست آمد. این ضرایب غیر مستقیم در سطح معناداری ۰/۰۵ معنادار هستند. اما اثر غیر مستقیم متغیر ناگویی هیجانی بر سبک دفاعی

از آنجا که یکی از اهداف مدل‌یابی معادلات ساختاری، آرایه میزان اثر غیر مستقیم متغیرهای مستقل (متغیرهای برون‌زاد) بر متغیرهای وابسته (متغیرهای درون‌زاد) است، اثر غیر مستقیم متغیرهای مستقل بر وابسته در جدول ۴ نشان داده شده است. همان‌طور که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، اثر غیر مستقیم متغیر برون‌زاد خشم بر متغیر درون‌زاد سبک دفاعی

رشدنایافته به واسطه راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی ناگویی هیجانی بر سبک دفاعی رشد نایافته بیشتر از اثر هیجان معنادار نشد و این به معنای آن است که اثر اصلی غیرمستقیم و واسطه ای آن است.

#### جدول ۴

ضرایب استاندارد مسیرهای غیرمستقیم مدل فرضی نقش واسطه‌ای راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین ناگویی هیجانی، خشم و نشخوار خشم با سبک دفاعی رشد نایافته

مسیرها	—
اثر ناگویی هیجانی بر سبک دفاعی رشدنایافته به واسطه راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان	۰/۰۱
اثر خشم بر سبک دفاعی رشدنایافته به واسطه راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان	۰/۰۵
اثر نشخوار خشم بر سبک دفاعی رشدنایافته به واسطه راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان	۰/۰۹

جدول ۵ شاخص‌های برازش مدل فرضی را نشان می‌دهند. چنانچه مشاهده می‌شود شاخص‌های برازش مدل به ۱ رسیده‌اند که حاکی از برازش کامل مدل است. همچنین شاخص‌های اقتصادی مدل  $2/df$  و RMSEA حاکی از اقتصادی بودن مدل هستند. در مدل‌هایی که برازش خوبی دارند نسبت  $2/df$  باید به عددی کوچکتر از ۲ برسد و در مدل‌هایی که با داده‌ها برازش کامل دارند، میزان  $2$ ، با درجه

آزادی صفر، برابر با صفر است. در مدل حاضر نیز نسبت  $2/df$  به صفر رسیده است و حاکی از برازش کامل مدل است. همچنین شاخص RMSEA در مدل‌های خوب باید کوچکتر از ۰/۰۵ باشد که در مدل حاضر به صفر رسیده است و نشانگر برازش کامل مدل است. ECV نیز نشان می‌دهد که اعتبار این مدل مطلوب است.

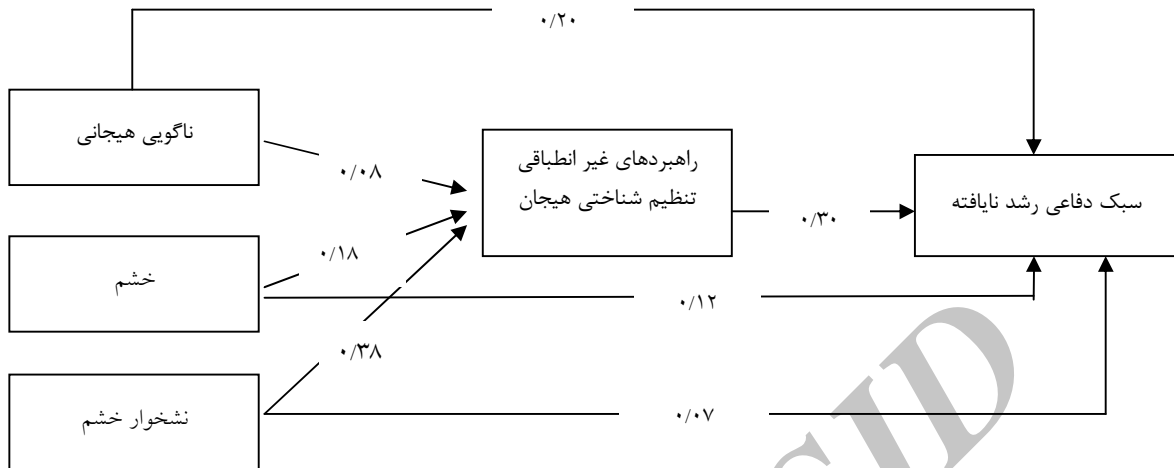
#### جدول ۵

شاخص‌های برازش مدل

$\chi^2$	df	p	$2/df$	RMSEA	GFI	AGFI	CFI	ECV
۰	۰	۰/۰۵	۰	۰	۱/۰۰	۱/۰۰	۱/۰۰	۱/۰۰

مدل دوم: در این مدل نقش واسطه‌ای راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین متغیرهای برون‌زاد پژوهش و سبک دفاعی رشد نایافته (متغیر درون‌زاد) بررسی شده و ضرایب استاندارد مسیرهای مستقیم این مدل در شکل ۲ ترسیم شده است. همان‌طور که ملاحظه می‌شود ناگویی هیجانی با ضریب مسیر ۰/۲۰ به میزان ۴ درصد؛ و راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان با ضریب مسیر ۰/۳۰ به میزان ۹ درصد از واریانس سبک دفاعی رشد نایافته را تبیین می‌کنند. در سایر مسیرها، خشم با ضریب مسیر ۰/۱۸ به میزان ۳ درصد؛ و نشخوار خشم با ضریب مسیر ۰/۳۸ به میزان ۱۵ درصد از واریانس راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان را تبیین می‌کنند. این ضرایب مستقیم در سطح  $p < ۰/۰۵$  معنادار هستند. اما ضریب مستقیم ناگویی هیجانی با راهبردهای غیر انطباقی تنظیم شناختی هیجان (۰/۰۸)؛ خشم با سبک دفاعی رشد نایافته (۰/۱۲)؛ و نشخوار خشم با سبک دفاعی رشد نایافته (۰/۰۷) معنادار نشد.

تبیین می‌کنند. در سایر مسیرها، خشم با ضریب مسیر ۰/۱۸ به میزان ۳ درصد؛ و نشخوار خشم با ضریب مسیر ۰/۳۸ به میزان ۱۵ درصد از واریانس راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان را تبیین می‌کنند. این ضرایب مستقیم در سطح  $p < ۰/۰۵$  معنادار هستند. اما ضریب مستقیم ناگویی هیجانی با راهبردهای غیر انطباقی تنظیم شناختی هیجان (۰/۰۸)؛ خشم با سبک دفاعی رشد نایافته (۰/۱۲)؛ و نشخوار خشم با سبک دفاعی رشد نایافته (۰/۰۷) معنادار نشد.



شکل ۲

ضرایب استاندارد مسیره‌های مستقیم برای مدل فرضی نقش واسطه‌ای راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین ناگویی هیجانی، خشم و نشخوار خشم با سبک دفاعی رشد نیافته

جدول ۶ ضرایب استاندارد و غیر استاندارد مسیره‌های مستقیم موجود در مدل دوم را نشان می‌دهد.

جدول ۶

ضرایب استاندارد و غیر استاندارد مسیره‌های مستقیم برای مدل فرضی نقش واسطه‌ای راهبردهای غیر انطباقی تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین ناگویی هیجانی، خشم و نشخوار خشم با سبک دفاعی رشد نیافته

T	-	B	مسیره‌ها
۱/۶۴	۰/۰۸*	-۰/۰۵	اثر ناگویی هیجانی بر راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان
۳/۹۵	۰/۲۰**	۰/۵۰	اثر ناگویی هیجانی بر سبک دفاعی رشد نیافته
۲/۸۱	۰/۱۸**	۰/۰۶	اثر خشم بر راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان
۱/۸۳	۰/۱۴*	۱/۱۸	اثر خشم بر سبک دفاعی رشد نیافته
۵/۹۷	۰/۳۸**	۰/۱۸	اثر نشخوار خشم بر راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان
۱/۰۷	۰/۰۷*	۰/۱۵	اثر نشخوار خشم بر سبک دفاعی رشد نیافته
۵/۸۴	۰/۳۰*	۱/۳۳	اثر راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان بر سبک دفاعی رشد نیافته

\*\*ضرایب در سطح  $p < ۰/۰۵$  معنادار هستند.

\*ضرایب معنادار نیستند ( $p > ۰/۰۵$ )

درون‌زاد سبک دفاعی رشد نیافته به واسطه راهبردهای غیرانطباقی تنظیم هیجان به میزان ۰/۰۸؛ و اثر غیر مستقیم متغیر برون‌زاد نشخوار خشم و متغیر درون‌زاد سبک دفاعی رشد نیافته به واسطه راهبردهای غیرانطباقی تنظیم هیجان به میزان ۰/۲۴ به دست آمد. این ضرایب غیر مستقیم در سطح معناداری ۰/۰۵ معنادار هستند.

اثر غیر مستقیم متغیرهای مستقل بر وابسته در جدول ۷ نشان داده شده است. همان‌طور که در جدول ۷ مشاهده می‌شود، اثر غیرمستقیم متغیر برون‌زاد ناگویی هیجانی و متغیر درون‌زاد سبک دفاعی رشد نیافته به واسطه راهبردهای غیرانطباقی تنظیم هیجان به میزان ۰/۰۶ به دست آمد که معنادار نیست. اثر غیر مستقیم متغیر برون‌زاد خشم و متغیر

### جدول ۷

ضرایب استاندارد مسیرهای غیرمستقیم برای مدل فرضی نقش واسطه‌ای راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین ناگویی هیجانی، خشم و نشخوار خشم با سبک دفاعی رشد نیافته

مسیرها	
اثر ناگویی هیجانی بر سبک دفاعی رشد نیافته به واسطه راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان	۰/۰۶
اثر خشم بر سبک دفاعی رشد نیافته به واسطه راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان	۰/۰۸
اثر نشخوار خشم بر سبک دفاعی رشد نیافته به واسطه راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان	۰/۲۴

جدول ۸ شاخص‌های برازش مدل دوم را نشان می‌دهد. چنانچه مشاهده می‌شود شاخص‌های برازش مدل به ۱ رسیده‌اند که حاکی از برازش کامل مدل است. همچنین شاخص‌های اقتصاد مدل  $df^2$  و RMSEA حاکی از اقتصادی بودن مدل هستند. در مدل حاضر نسبت  $df^2$  به صفر رسیده است و حاکی از برازش کامل مدل است. هم‌چنین شاخص RMSEA که در مدل‌های خوب باید کوچکتر از ۰/۰۵ باشد که در مدل حاضر به صفر رسیده است و نشانگر برازش کامل مدل است. ECV نیز نشان می‌دهد که اعتبار این مدل مطلوب است.

### جدول ۸

شاخص‌های برازش مدل دوم

$\frac{2}{df}$	p	$df^2$	RMSEA	GFI	AGFI	CFI	ECV
۰	۰/۰۵	۰	۰	۱/۰۰	۱/۰۰	۱/۰۰	۱/۰۰

### بحث

هیجان در سطح روانی برای فرد میسر نیست. در این حالت، تنش مستقیماً در سطح بدن و به صورت تنش جسمانی غیر قابل تحمل تجربه می‌شود. در حالی که اگر امکان برقراری پیوند بین تنش و بازنمایی‌های ذهنی برای فرد میسر بود، تنش به شیوه بهتری تخلیه و پردازش می‌شد.

رابطه بین ناگویی هیجانی و سبک دفاعی رشد نیافته را از منظری دیگر نیز می‌توان تبیین کرد. ناگویی هیجانی، دشواری در تنظیم هیجان یا ناتوانی در پردازش شناختی اطلاعات هیجانی و تنظیم هیجان‌ها است. وقتی اطلاعات هیجانی در فرایند پردازش شناختی به خوبی ادراک و ارزشیابی نشوند، فرد از نظر عاطفی و شناختی دچار آشفتگی و درماندگی می‌شود. این ناتوانی، سازمان عواطف و شناخت‌های فرد را مختل می‌کند و احتمال استفاده از سبک‌های دفاعی رشد نیافته را در شرایط استرس‌زا افزایش می‌دهد (بشارت، ۱۳۸۷). رابطه مثبت بین ناگویی هیجانی و سبک دفاعی رشد نیافته را می‌توان بر حسب مفاهیم مربوط به ناگویی هیجانی اولیه و ثانویه نیز تبیین کرد. در ناگویی هیجانی اولیه، فقدان تجربه عاطفی و شناخت‌های

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که بین ناگویی هیجانی و سبک دفاعی رشد نیافته رابطه منفی معنادار و بین ناگویی هیجانی و سبک دفاعی رشد نیافته رابطه مثبت معنادار وجود دارد. این نتایج همسو با پژوهش‌های بسیاری است که رابطه بین ناگویی هیجانی و مکانیسم‌های دفاعی را تایید کرده‌اند (بشارت، ۱۳۸۷؛ بشارت و شهیدی، ۲۰۱۱؛ پارکر و همکاران، ۱۹۹۸؛ هلمز و همکاران، ۲۰۰۸). نتایج یافته‌های مربوط به فرضیه اول پژوهش بر مبنای چند احتمال به این شرح تبیین می‌شوند: بر اساس دیدگاه فروید<sup>۱</sup> (۱۹۲۶؛ به نقل از ونهپول و همکاران، ۲۰۱۱)، ناگویی هیجانی را می‌توان دشواری در پردازش و تنظیم برانگیختگی هیجانی از طریق بازنمایی‌های ذهنی تعریف کرد. در واقع در ناگویی هیجانی پیوند میان برانگیختگی هیجانی با بازنمایی‌های ذهنی برقرار نمی‌شود و در نتیجه تنش در سطح جسمانی باقی می‌ماند (امکان پردازش

1. Freud, S.

(افر و همکاران، ۲۰۰۰؛ بوش، ۲۰۰۹). رابطه خشم و سبک‌های دفاعی بر اساس چند احتمال به این شرح تبیین می‌شوند: چاپمن (۲۰۰۷) مفهوم خشم تکانشی<sup>۱</sup> را معرفی می‌کند و آن را در مقابل خشم انفجاری<sup>۲</sup> قرار می‌دهد. وی بیان می‌کند خشم تکانشی در درون پنهان می‌شود، به درستی ابراز نمی‌گردد و دارای ویژگی‌هایی است شامل انکار، کناره‌گیری<sup>۳</sup> و اشتغال فکری<sup>۴</sup>. افرادی که خشم را درونی می‌کنند، اغلب خشم را انکار (از مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته) می‌کنند. هم‌چنین این افراد اغلب از مکانیسم دفاعی پرخاشگری انفعالی (از مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته) استفاده می‌کنند، چرا که از سویی قادر به ابراز آشکار و قاطعانه خشم به بیرون یا کنترل انطباقی آن نیستند و به این منظور به انکار خشم می‌پردازند و از سوی دیگر تکانه‌های خشم به صورت ناهشیار میل به ابراز دارند و به شکل غیر فعال ابراز می‌شوند (چاپمن، ۲۰۰۷). نحوه مواجهه اولیه مراقب با هیجان‌های منفی، در تنظیم و مدیریت بعدی هیجان فرد اثر تعیین کننده‌ای دارد. زمانی که در فضای تربیتی فرد، ابراز هیجان<sup>۵</sup> پذیرفته نمی‌شود و هیجان‌ها در بستر عاطفی امنی اجازه ابراز نمی‌یابند، فرد به جای ابراز هیجان در مسیری مناسب و به شکل موثر، هیجان منفی را بازداری و معطوف به درون می‌کند. بنابراین، زمانی که خشم مسیر درستی برای پردازش و ابراز نمی‌یابد، معطوف به درون و سرکوب می‌شود و احتمال استفاده از مکانیسم‌های دفاعی ناکارآمد (مانند انکار و پرخاشگری انفعالی) را افزایش می‌دهد. بنابراین، رابطه بین خشم و سبک دفاعی رشدنیافته توجیه می‌شود.

نتایج پژوهش حاضر هم‌چنین نشان داد که بین نشخوار خشم و سبک دفاعی رشدیافته و رشدنیافته رابطه معنادار وجود دارد، اما بین نشخوار خشم و سبک دفاعی نوروتیک رابطه معنادار یافت نشد. این نتایج بر حسب چند احتمال به این شرح تایید می‌شوند: نشخوار خشم فرایندی است که باعث افزایش و ادامه خشم می‌شود (ساکودولسکی و همکاران، ۲۰۰۱) و به

همراه آن را می‌توان به منزله انکار (یکی از مکانیسم‌های رشدنیافته) آن عواطف و هیجان‌ها دانست که رابطه مثبت ناگویی هیجانی و دفاع‌های ناکارآمد را توجیه می‌کند. در ناگویی هیجانی ثانویه، شخص احساسات هیجانی پایه را تجربه می‌کند اما شناخت هشیار نسبت به این تجارب هیجانی ندارد. این مساله را می‌توان مسوول ناتوانی فرد در مدیریت عواطف درمانده‌ساز و ناتوان‌کننده دانست. بر این اساس، ناگویی هیجانی ثانویه از طریق تضعیف مدیریت هیجان‌ها، با مکانیسم‌های دفاعی ناکارآمد در رابطه قرار می‌گیرد. در واقع این ناتوانی در مدیریت عواطف، در سازمان شناخت‌ها و هیجان‌های فرد اختلال ایجاد می‌کند و احتمال استفاده از دفاع‌های ناکارآمد را در شرایط استرس‌زا افزایش می‌دهد.

در این پژوهش، بین ناگویی هیجانی و سبک دفاعی نوروتیک رابطه معنادار یافت نشد. این یافته همسو با مطالعه پارکر و همکاران (۱۹۹۸) است که نشان دادند در عین حال که بین ناگویی هیجانی و سبک‌های دفاعی رشدیافته و رشدنیافته رابطه قوی وجود دارد، رابطه ضعیفی بین ناگویی هیجانی با سبک دفاعی نوروتیک به دست آمد. در تبیین این رابطه می‌توان گفت که دفاع‌های نوروتیک از جمله نوع دوستی کاذب، آرمانی‌سازی و واکنش متضاد در سطح درون‌روانی مستلزم خیال‌پردازی‌ها و بازنمایی‌هایی در مورد افراد و روابط هستند. از آنجا که افراد مبتلا به ناگویی هیجانی، از نقصان در تصویرپردازی و تفکر نمادین رنج می‌برند و قادر به برقراری پیوند مناسب بین حالت‌های هیجانی با تصاویر و کلمات (بازنمایی‌های ذهنی) نیستند، انتظار می‌رود این افراد از مکانیسم‌های دفاعی نوروتیک که سطح پیچیده‌تری از تصویرپردازی، تخیل و بازنمایی‌های ذهنی را درگیر می‌کند، کمتر استفاده کنند.

نتایج پژوهش حاضر هم‌چنین نشان داد که بین خشم و سبک‌های دفاعی رشدیافته و رشدنیافته رابطه معنادار وجود دارد، اما در مورد رابطه خشم و سبک دفاعی نوروتیک رابطه معناداری یافت نشد. در پژوهش‌های قبلی رابطه خشم و مکانیسم‌های دفاعی به طور کلی (و نه بر اساس طبقه بندی سه بعدی) سنجیده شده است و یافته‌ها همسو با پژوهش حاضر وجود رابطه بین خشم و مکانیسم‌های دفاعی را نشان می‌دهند

1. impulsive anger
2. explosive anger
3. withdrawal
4. brooding
5. emotion expression

دیگر پژوهش‌ها رابطه افسردگی با مکانیسم‌های دفاعی را تایید می‌کنند و نشان می‌دهند که بین افسردگی و مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته رابطه مثبت معنادار، و بین افسردگی و مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته و نوروپیک رابطه منفی معنادار وجود دارد (اسپینهاون و کوپمن، ۱۹۹۷؛ کون و لمون، ۲۰۰۰). بنابراین، نشخوار خشم با افزایش هیجان منفی و ناامیدی از سوی منجر به افزایش خلق منفی می‌شود و از سوی دیگر افزایش خلق منفی باعث می‌شود که فرد برای تنظیم هیجان منفی در شرایط استرس‌زا و درمانده‌ساز به میزان بیشتری از دفاع‌های ناکارآمد استفاده کند. این یافته همسو با نتایج پژوهشی است که نشان می‌دهند بین هیجان‌های منفی و مکانیسم‌های دفاعی ناکارآمد رابطه وجود دارد (افر و همکاران، ۲۰۰۰). بنابراین نشخوار خشم می‌تواند از طریق پیامد هیجانی منفی با مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته پیوند یابد.

نتایج پژوهش حاضر هم‌چنین نشان دادند که راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان با سبک دفاعی رشدیافته رابطه مثبت معنادار و با سبک‌های دفاعی نوروپیک و رشدنیافته، رابطه منفی معنادار دارد. هم‌چنین راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان با سبک دفاعی رشدیافته رابطه منفی معنادار و با سبک‌های دفاعی نوروپیک و رشدنیافته رابطه مثبت معنادار وجود داشتند. این یافته همسو با پژوهش‌های پیشین (گریو و همکاران، ۲۰۰۶؛ نیکولاس و جبران، ۲۰۰۹) است و به این شرح تبیین می‌شود: به طور کلی راهبردهای تنظیم هیجان و مکانیسم‌های دفاعی، هر دو از کارکردهای من در سازمان یکپارچه شخصیت هستند و من در این رابطه حلقه واسطه محسوب می‌شود. در مفهوم پردازش فروید، من به عنوان یک ساختار سازمان‌دهنده شخصیت شناخته می‌شود، با کارکردهای شناختی - شامل تفکر، حافظه و زبان- و به وسیله این کارکردها با دنیای بیرون ارتباط می‌یابد و نیز تکانه‌های درونی را برای پاسخ به انتظارات و واقعیت‌های بیرونی تنظیم می‌کند (سناری، کلبرگ و نوام، ۱۹۸۳). بنابراین، من به عنوان مسوول سازمان‌دهنده شخصیت دارای کارکردها و وظایفی است که در صورت ایفای بهینه و کارآمد این کارکردها، قوی و رشدیافته در نظر گرفته می‌شود. آنگی و برنت (۲۰۱۰) بیان می‌کنند که از نشانه‌های نیرومندی من، توانایی مقابله و تنظیم

عنوان یک شیوه واکنش به پریشانی با تمرکز منفعل بر دلایل احتمالی و پیامدهای پریشانی، بدون انگیزه برای حل مساله فعال شناخته می‌شود (نولن- هوکسما، ۱۹۹۱). این ویژگی‌ها نشان می‌دهند که نشخوار خشم از سویی با افزایش خشم، میل به انتقام‌گیری و خصومت، به تشدید و ادامه خشم می‌انجامد و از این طریق احتمال استفاده از مکانیسم‌های دفاعی ناکارآمد را افزایش می‌دهد و از سوی دیگر با تمرکز منفعل بر پریشانی، نیروهای روانی فرد را برای مقابله موثر و فعال با رویدادهای خشم‌انگیز تحلیل می‌برد و پرخاشگری انفعالی (از مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته) را در مواجهه با موقعیت‌های برانگیزنده خشم، افزایش می‌دهد. در عین حال استفاده از مکانیسم‌های دفاعی ناکارآمد به نوبه خود، منجر به افزایش افکار و ارزیابی‌های منفی و ناامیدی می‌شود و اندیشناکی پیرامون موضوع خشم را تداوم می‌بخشد.

تبیین دیگر در مورد رابطه نشخوار خشم با سبک دفاعی رشدنیافته، ارتباط تنگاتنگ نشخوار خشم با اختلال‌های خلقی و به طور خاص افسردگی است. نتایج پژوهشی نشان می‌دهند که بین نشخوار خشم و افسردگی رابطه قوی و معنادار وجود دارد و مطالعات زیادی رابطه نشخوار خشم را با شروع افسردگی، تشدید، بهبود، مزمن شدن و ادامه افسردگی نشان داده‌اند (جاست و الوی<sup>۱</sup>، ۱۹۹۷؛ کوهرنر و وبر<sup>۲</sup>، ۱۹۹۹؛ نولن- هوکسما، ۲۰۰۰؛ نولن- هوکسما، پارکر و لارسون<sup>۳</sup>، ۱۹۹۴؛ واتکینز<sup>۴</sup>، ۲۰۰۴؛ به نقل از عبدالمنافی، بشارت، فراهانی و خدایی، ۲۰۱۱؛ نولن- هوکسما، ۱۹۹۱). در واقع رابطه‌ای دو سویه بین نشخوار خشم و خلق منفی وجود دارد؛ به این صورت که در حالت تجربه خلق منفی به دلیل نقص در مکانیسم‌های تنظیم هیجان، استفاده از روش‌های ناسالم همچون نشخوار به منظور تنظیم هیجان افزایش می‌یابد. فرایند شناختی نشخوار به نوبه خود هیجان خشم را تشدید و طول مدت تجربه آن را افزایش می‌دهد و از این طریق طیفی از احساسات منفی را برمی‌انگیزد که این احساسات باعث افزایش شدت خلق منفی و در حالت بالینی، افزایش شدت افسردگی می‌شوند. از سوی

1. Just, N., & Alloy, L. B.
2. Kuehner, C., & Weber, I.
3. Nolen-Hoeksema, S., Parker, L., & Larson, J.
4. Watkins, E.

نتایج این پژوهش هم‌چنین نشان داد که رابطه مستقیم خشم و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان معنادار است. از سوی دیگر، اثر غیرمستقیم خشم بر سبک دفاعی رشدنیافته به واسطه راهبردهای انطباقی و غیرانطباقی تنظیم هیجان معنادار شد. رابطه مستقیم خشم و راهبردهای تنظیم هیجان در پژوهش‌های پیشین تایید شده است (بشارت و همکاران، ۲۰۱۳؛ بک، ۱۹۹۹؛ به نقل از بشارت و همکاران، ۲۰۱۳؛ ساز و همکاران، ۲۰۱۱). در تبیین رابطه خشم و راهبردهای غیر انطباقی تنظیم هیجان می‌توان گفت تجربه هیجان خشم، به ویژه خشمی که به شکل طولانی‌تر و پایدارتری تجربه می‌شود (خشم صفتی)، احتمال برانگیختن افکار نشخواری پیرامون رویداد یا فرد برانگیزاننده خشم را افزایش می‌دهد. هم‌چنین سرزنش دیگران و مقصر دانستن آنها در رویدادهای برانگیزاننده خشم، در افرادی که هیجان خشم را بیشتر تجربه می‌کنند افزایش می‌یابد. از سوی دیگر، افرادی که خشم شدیدی را به صورت طولانی تجربه می‌کنند، احساس خوبی نسبت به خود ندارند، خودارزشمندی و اعتماد به خود در این افراد پایین است. هم‌چنین نسبت به هویت و عملکرد خود دید منفی دارند و خویشتن‌پذیری کمتری نسبت به افراد با خشم پایین دارند (دنفباخر، ۱۹۹۲). در نتیجه می‌توان گفت سرزنش خود (از دیگر راهبردهای غیر انطباقی تنظیم هیجان) در این افراد در مقایسه با افرادی که خشم کمتری تجربه می‌کنند بیشتر است. بنابراین، تجربه خشم شدید یا طولانی مدت منجر به پیامدهای منفی می‌شود که راهبردهای غیر انطباقی تنظیم هیجان را بر می‌انگیزد و از این طریق، استفاده از مکانیسم‌های دفاعی ناکارآمد را که مرتبط با راهبردهای غیرانطباقی تنظیم هیجان هستند (گربو و همکاران، ۲۰۰۶؛ نیکولاس و جبران، ۲۰۰۹) افزایش می‌دهد.

یافته آخر پژوهش به بررسی نقش واسطه‌ای راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در رابطه نشخوار خشم و سبک‌های دفاعی من اختصاص داشت. نتایج نشان دادند که بین نشخوار خشم و راهبردهای انطباقی و غیرانطباقی تنظیم هیجان رابطه مستقیم وجود دارد. هم‌چنین رابطه مستقیم نشخوار خشم و سبک‌های دفاعی رشدیافته و رشدنیافته تایید شد و در نهایت اثر غیر مستقیم نشخوار خشم بر سبک‌های دفاعی رشدیافته و

هیجان انطباقی است. در واقع نیرومندی من که لازم است در فرایند تشخیص و درمان مورد بررسی قرار گیرد، شاخص‌های تحمل عاطفی<sup>۱</sup>، کنترل تکانه، تحمل درد و ناکامی، توانایی تفکر انتزاعی و نمادین، استفاده از مسیرهای روانی برای تخلیه عاطفی به جای مسیرهای جسمانی، را در بر می‌گیرد (بلکمن، ۲۰۰۴) که مجموعاً به توانمندی برای مقابله موثر اشاره دارند. یافته دیگر پژوهش در مورد نقش واسطه‌ای راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین ناگویی هیجانی، خشم و نشخوار خشم با سبک‌های دفاعی بود. یافته‌های این پژوهش نشان دادند که نقش واسطه‌ای راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین ناگویی هیجانی و سبک‌های دفاعی معنادار نیست. این یافته نشان می‌دهد که اثر مستقیم ناگویی هیجانی بر سبک‌های دفاعی بیشتر از اثر غیرمستقیم آن است. یک تبیین آماری برای این یافته این است که هر چه رابطه مستقیم بین دو متغیر قوی‌تر باشد نقش و تاثیر متغیر واسطه‌ای ضعیف‌تر می‌شود. رابطه مستقیم ناگویی هیجانی با سبک‌های دفاعی رشدیافته و رشدنیافته، در نتایج همبستگی این پژوهش و نیز در تحلیل مسیر معنادار و تایید شده است. ناگویی هیجانی، اختلال در دریافت و پردازش اطلاعات هیجانی در نظر گرفته می‌شود که ممکن است این اختلال در مرحله تجربه هیجان‌های پایه و یا در مرحله پردازش‌های بعدی هیجان وجود داشته باشد. عدم تجربه هیجان‌های پایه، به منزله انکار کلی هیجان و از مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته محسوب می‌شود. هم‌چنین عدم پردازش هشیار تجارب هیجانی در مرحله بعدی، منجر به ناتوانی در مدیریت هیجان و درماندگی بیشتر فرد می‌شود که احتمال استفاده از دفاع‌های ناکارآمد را افزایش می‌دهد (بشارت و شهیدی، ۲۰۱۱). بنابراین، در جایی که رابطه مستقیم دو متغیر به حد کافی قوی باشد، متغیرهای واسطه‌ای با احتمال ضعیف‌تری امکان بروز می‌یابند. رابطه قوی بین ناگویی هیجانی و سبک‌های دفاعی در پژوهش‌های قبلی تایید شده است (بشارت، ۱۳۸۷؛ بشارت و شهیدی، ۲۰۱۱؛ پارکر و همکاران، ۱۹۹۸؛ هلمز و همکاران، ۲۰۰۸).

1. affect-tolerance



پژوهش‌های اندکی در زمینه رابطه هیجان‌های منفی به طور کلی، با مکانیسم‌های دفاعی انجام شده است. در سطح عملی، روابط متغیرهای ناگویی هیجانی، خشم، نشخوار خشم و تنظیم هیجان با سبک‌های دفاعی، ضرورت آموزش مهارت‌های خود تنظیمی هیجان و افزایش آگاهی هیجانی را در جمعیت عمومی و نیز جمعیت بالینی برجسته می‌سازد. در واقع در جمعیت عمومی با آموزش این مهارت‌ها در چهارچوب طرح‌هایی همچون مهارت‌های زندگی می‌توان از ابتلا به طیف وسیعی از اختلالات روانی جلوگیری کرد و سلامت و بهزیستی روانی افراد را ارتقا داد. همچنین در جمعیت بالینی، با توجه به نقش ناگویی هیجانی، هیجان‌های منفی و نشخوارگری در بسیاری از اختلالات روانی از جمله اختلالات خلقی و اضطرابی، گنجاندن آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان در محتوای درمان، می‌تواند منجر به افزایش اثربخشی و کارایی درمان و بهبود بیماری‌های روانی شود. در نهایت می‌توان با قرار دادن مهارت‌های تنظیم هیجان در برنامه آموزشی بیماران جسمی، به کاهش اختلال‌های جسمی مرتبط با نقص تنظیم هیجان، مانند بیماری کرونر قلبی کمک کرد.

با یادآوری برخی محدودیت‌های پژوهش حاضر، تفسیر و تعمیم نتایج این پژوهش باید با احتیاط صورت گیرد. نخست آن‌که پژوهش حاضر در مورد جمعیت دانشجویان دانشگاه تهران انجام شد. بنابراین، در تعمیم نتایج به سایر گروه‌ها از جمله دانشجویان دیگر دانشگاه‌ها و همچنین جمعیت بالینی باید احتیاط لازم صورت گیرد. از سوی دیگر، پژوهش حاضر از نوع همبستگی است و این امر برقراری اسنادهای علت شناختی بین متغیرهای پژوهش را ناممکن می‌سازد و لزوم تکرار پژوهش‌های بیشتری در این حوزه و نیز انجام پژوهش‌های مداخله‌محور را برای تایید روابط به دست آمده، ضروری می‌سازد. همچنین روش نمونه‌گیری اجرا شده در پژوهش حاضر، نمونه‌گیری به شیوه در دسترس بود که به دلیل نیاز به تعداد نمونه بالا و محدودیت‌های دانشجویی در زمینه جلب همکاری تعداد زیادی از دانشکده‌ها برای انجام نمونه‌گیری تصادفی، صورت گرفت و از محدودیت‌های این پژوهش به شمار می‌رود.

رشدنیافته به واسطه راهبردهای انطباقی و غیرانطباقی تنظیم هیجان معنادار شد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که نشخوار خشم با اندیشناکی پیرامون رویدادهای برانگیزاننده خشم، توجه انتخابی فرد را به جنبه‌های منفی رویداد معطوف می‌کند و ارزیابی و پردازش فرد را با سوگیری منفی<sup>۱</sup> توأم می‌سازد (نولن- هوکسما، ویسکو و لیومیرسکی، ۲۰۰۸). بر مبنای دیدگاه شناختی افزایش سوگیری منفی، تحریف‌های شناختی<sup>۲</sup> بیشتر را به همراه دارد که این تحریف‌ها به راهبردهای غیرانطباقی تنظیم هیجان بسیار نزدیک هستند (تحریف‌هایی مانند فاجعه‌نمایی، شخصی‌سازی<sup>۳</sup>، برجسب زدن<sup>۴</sup>). بنابراین، افزایش نشخوار خشم دسترسی به راهبردهای انطباقی تنظیم هیجان مانند پذیرش، تمرکز مجدد مثبت، ارزیابی مجدد مثبت و کم‌اهمیت انگاری را محدود می‌کند و به جای آن به‌کارگیری راهبردهای غیر انطباقی مانند فاجعه‌نمایی، خودسرزنش‌گری و دیگر سرزنش‌گری را تشدید می‌کند. به این ترتیب، نشخوار خشم به طور مستقیم به‌کارگیری راهبردهای غیر انطباقی تنظیم هیجان را افزایش می‌دهد و راهبردهای غیرانطباقی، همان‌طور که پیش‌تر بیان شد، زمینه استفاده از دفاع‌های ناکارآمد را افزایش می‌دهد.

پژوهش حاضر دارای دو دسته پیامدهای نظری و عملی است که به طور مجزا به آنها پرداخته می‌شود. در سطح نظری، یافته‌های پژوهش حاضر، یافته‌های نظری در زمینه رابطه بین ناگویی هیجانی و خشم با سبک‌های دفاعی را تایید می‌کند و دستاوردهایی به پژوهش‌های پیشین می‌افزاید. از جمله این‌که در پژوهش‌های پیشین نقش واسطه‌ای راهبردهای تنظیم هیجان در رابطه بین ناگویی هیجانی و خشم با سبک‌های دفاعی من بررسی نشده است و این نوآوری پژوهش حاضر محسوب می‌شود. همچنین پژوهش حاضر رابطه هیجان خشم و سازه مرتبط با آن یعنی نشخوار خشم را با سبک‌های دفاعی نشان داد که به لحاظ نظری نوآوری این پژوهش محسوب می‌شود چرا که پژوهش‌های پیشین به طور خاص به رابطه هیجان خشم با مکانیسم‌های دفاعی نپرداخته‌اند و تنها

1. negative bias
2. cognitive distortions
3. personalization
4. labeling

## مراجع

- بشارت، م. ع. (۱۳۹۳). بررسی ویژگی‌های روانسنجی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان در نمونه‌ای از جامعه ایرانی. *مجله دانشکده پرستاری و مامایی، زیر چاپ*.
- بشارت، م. ع.، زاهدی تجریشی، ک.، و نوربالا، ا. ع. (۱۳۹۲). مقایسه ناگویی هیجانی و راهبردهای تنظیم هیجان در بیماران جسمانی‌سازی، بیماران اضطرابی و افراد عادی. *دوفصلنامه روانشناسی معاصر، ۱۶، ۱۶-۳*.
- بشارت، م. ع.، شریفی، م.، و ایروانی، م. (۱۳۸۰). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و مکانیسم‌های دفاعی. *مجله روانشناسی، ۱۹، ۲۸۹-۲۷۷*.
- بشارت، م. ع.، و محمدمهر، ر. (۱۳۸۸). بررسی ویژگی‌های روانسنجی مقیاس نشخوار خشم. *نشریه دانشکده پرستاری و مامایی، ۶۵، ۴۳-۳۶*.
- بشارت، م. ع.، موحدی‌نسب، ع. ا.، و علی‌بخشی، س. ز. (۱۳۸۹). تاثیر واسطه‌ای نشخوار خشم بر رابطه بین ابعاد خشم و مهار خشم با سلامت و بیماری جسمی. *دوفصلنامه روانشناسی معاصر، ۱۰، ۱۴-۳*.
- بشارت، م. ع. (۱۳۸۶). بررسی ویژگی‌های روانسنجی پرسشنامه سبک‌های دفاعی. گزارش پژوهشی، دانشگاه تهران.
- بشارت، م. ع. (۱۳۸۶). ویژگی‌های روانسنجی مقیاس خشم چند بعدی. گزارش پژوهشی، دانشگاه تهران.
- بشارت، م. ع. (۱۳۸۷). نارسایی هیجانی و سبک‌های دفاعی. *اصول بهداشت روانی، ۳۹، ۱۹۰-۱۸۱*.
- بشارت، م. ع. (۱۳۸۸الف). ناگویی هیجانی و مشکلات بین شخصی. *مطالعات تربیتی و روانشناسی دانشگاه فردوسی، ۲۰، ۱۴۵-۱۲۹*.
- بشارت، م. ع. (۱۳۸۸ب). بررسی مقدماتی ویژگی‌های روانسنجی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان. گزارش پژوهشی. دانشگاه تهران.
- بشارت، م. ع. (۱۳۹۱). بررسی پایایی، روایی و تحلیل عاملی پرسشنامه سبک‌های دفاعی. گزارش پژوهشی. دانشگاه تهران.

## References

- Abdolmanafi, A., Besharat, M. A., Farahani, H. A., & Khodaii, M. R. (2011). The moderating role of locus of control on the relationship between anger rumination and depression in patients with major depression disorder. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 30*, 302-306.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review, 30*, 217-237.
- Andrews, G., Singh, M., & Bond, M. (1993). The Defense Style Questionnaire. *Journal of Nervous and Mental Disease, 14*, 246-256.
- Anestis, M. D., Anestis, J. C., Selby, E. A., & Joiner, T. E. (2009). Anger rumination across forms of aggression. *Personality and Individual Differences, 42*, 192-196.
- Bagby, R. M., Parker, J. D. A., & Taylor, G. J. (1994). The twenty-item Toronto Alexithymia Scale: I Item selection and cross-validation of the factor structure. *Journal of Psychosomatic Research, 38*, 23-32.
- Besharat, M. A. (2007). Reliability and factorial validity of a Farsi version of the Toronto Alexithymia Scale with a sample of Iranian students. *Psychological Reports, 101*, 209-220.
- Besharat, M. A. (2011). Factorial and cross-cultural validity of a Farsi version of the Anger Rumination Scale. *Psychological Reports, 108*, 317-328.
- Besharat, M. A., & Shahidi, S. (2011). What is the relationship between alexithymia and ego defense styles? A correlational study with Iranian students. *Asian Journal of Psychiatry, 4*, 145-149.
- Besharat, M. A., Etemadi Nia, M., & Farahani, H. (2013). Anger and major depressive disorder: The mediating role of emotion regulation and anger rumination. *Asian Journal of Psychiatry, 6*, 35-41.
- Blackman, J. S. (2004). *101 defenses: How the mind shields itself*. New York: Brunner-routledge.
- Bond, M. (2004). Empirical studies of defense style: Relationships with psychopathology and

- change. *Harvard Review of Psychiatry*, 12, 263-278.
- Busch, F. N. (2009). Anger and depression. *Advances in Psychiatric Treatment*, 15, 271-278.
- Chapman, G. (2007). *Anger: Handling a powerful emotion in a healthy way*. Chicago: Northfield Publishing.
- Cisler, J. M., Olatunji, B. O., Feldner, M. T., & Forsyth, J. P. (2010). Emotion regulation and the anxiety disorders: an integrative review. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 32, 68-82.
- Deffenbacher, J. L. (1992). Trait anger: Theory, findings and implications. *Advances in Personality Assessment*, 9, 177-201.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Development of a short 18-item version (CERQ-short). *Personality and Individual Differences*, 41, 1045-1053.
- Garnefski, N., Baan, N., & Kraaij, V. (2005). Psychological distress and cognitive emotion regulation strategies among farmers who fell victim to the foot-and-mouth crisis. *Personality and Individual Differences*, 38, 1317-1327.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and depression. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311-1327.
- Gilbert, P., Cheung, M., Irons, C., & McEvan, K. (2005). An exploration into depression-focused and anger-focused rumination in relation to depression in a student population. *Behavioral and Cognitive Psychotherapy*, 33, 273-283.
- Grebot, E., Paty, B., & Girarddephanix, N. (2006). *Relationships between defense mechanisms and coping strategies, facing exam anxiety performance*. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/1684092> 4.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2, 271-299.
- Helmes, E., McNeill, P. D., Holden, R. R., & Jackson, C. (2008). The construct of alexithymia: Associations with defense mechanisms. *Journal of Clinical Psychology*, 64, 318-331.
- Kipper, L., Blaya, C., Wachleski, C., Dornelles, M., Salum, G. A., Heldt, E., et al. (2007). Trauma and defense style as response predictors of pharmacological treatment in panic patients. *European Psychiatry*, 22, 87-91.
- Kwon, P., & Lemon, K. (2000). Attributional style and defense mechanisms: A synthesis of cognitive and psychodynamic factors in depression. *Journal of Clinical Psychology*, 56, 723-735.
- Kwon, P., & Olson, M. L. (2007). Rumination and depressive symptoms: Moderating role of defense style immaturity. *Personality and Individual Differences*, 43, 715-724.
- Martinez-Sanchez, F., Ato-Garcia, M., Ortiz-Soria, B. (2003). Alexithymia- state or trait? *The Spanish Journal of Psychology*, 6, 51-59.
- Maxwell, J. P., Sukhodolsky, D. G., Chow, C. F. C., & Wong, F. C. (2005). Anger rumination in Hong Kong and Great Britain: Validation of the scale and a cross-cultural comparison. *Personality and Individual Differences*, 39, 1147-1157.
- McMahon, C., Barnett, B., Kowalenko, N., & Tennant, C. (2005). Psychological factors associated with persistent postnatal depression: past and current relationships, defense styles and the mediating role of insecure attachment style. *Journal of Affective Disorders*, 84, 15-24.
- Moormann, P. P., Bermond, B., Vorst, H. C. M., Bloemendaal, A. F.T., Teijn, S. M., & Rood. L. (2008). New avenues in alexithymia research: The creation of alexithymia types. In A., Vingerhoets, I., Nyklicek, J. Denollet (eds.), *Emotion regulation: Conceptual and clinical issues* (pp. 27-42). New York: Springer.
- Nicolas, M., & Jebrane, A. (2009). Relationships between coping strategies and defense mechanisms in sport performance. *Psychological Reports*, 103, 735-744.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 569-582.
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco B. E., Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science*, 3, 400-424.

- Obegi, J., & Berant, E. (2010). *Attachment theory and research in clinical work with adults*. New York: Guilford Press.
- Offer, R., Lavie, R., Gothelf, D., & Apter, A. (2000). Defense mechanisms, negative emotions, and psychopathology in adolescent inpatients. *Comprehensive Psychiatry*, *41*, 35-41.
- Parker, J. D. A., Taylor, G. J., & Bagby, R. M. (1998). Alexithymia: relationship with ego defense and coping styles. *Comprehensive Psychiatry*, *39*, 91-98.
- Parker, J. D. A., Taylor, G. J., & Bagby, R. M. (2001). The relationship between emotional intelligence and alexithymia. *Personality and Individual Differences*, *30*, 107-115.
- Parker, J. D., Taylor, G. J., & Bagby, R. M. (2003). The 20-item Toronto Alexithymia Scale III. Reliability and factorial validity in a community population. *Journal of Psychosomatic Research*, *55*, 269-275.
- Siegel, J. (1986). The Multidimensional Anger Inventory. *Journal of Personality and Social Psychology*, *51*, 191-200.
- Siewert, K., Kubiak, T., Jonas., C., & Weber., H. (2011). Trait anger moderates the impact of anger-associated rumination on social well-being. *Personality and individual differences*, *51*, 769-774.
- Snarey, J., Kohlberg, L., & Noam, N. G. (1983). Ego development in perspective: Structural stage, functional phase, and cultural age-period models. *Developmental Review*, *3*, 303-338.
- Spielberger, C. D. (1988). The State-Trait Anger Scale (STAS). In M. Hersen & A. S. Bellack (Eds.) *Dictionary of behavioral assessment techniques* (pp. 446-448). New York: Pergamon Press.
- Spielberger, C. D., Jacobs, G. A., Crane, R. S., & Russell, S. F. (1983). On the relation between family smoking habits and the smoking behavior of college students. *International Review of Applied Psychology*, *31*, 53-69.
- Spielberger, C. D., Krasner, S. S., & Solomon, E. P. (1988). The experience, expression and control of anger. In M. P. Janisse (Ed.), *Health psychology: Individual differences and stress* (pp. 89-108). New York: Springer Verlag.
- Spinhoven, P., & Kooiman, C. (1997). *Defense style in depressed and anxious psychiatric outpatients: An explorative study*. *Journal of Nervous & Mental Disease*, *185*, 87-94.
- Suchodolsky, D. G., Golab, A., & Cromwell, E. N. (2001). Development an the validation of anger rumination scale. *Personality and Individual Differences*, *31*, 689-700.
- Szasz, P. L., Szentagotai, A., & Hofman, S. G. (2011). The effect of emotion regulation strategies on anger. *Behaviour Research and Therapy*, *49*, 114-119.
- Taylor, G. J., & Bagby, M. (2000). An overview of the alexithymia construct. In R. Bar-On & J. D. A. Parker (Eds.), *The handbook of emotional intelligence* (pp. 263-276). San Francisco: Jossey-Bass.
- Tompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, *59*, 25-52.
- Trew, J., & Alden, L. E. (2009). Predicting anger in social anxiety: The mediating role of rumination. *Behaviour Research and Therapy*, *47*, 1079-1084.
- Vaillant, G. E. (1998). *Adaptation to life*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Vanheule, S., Verhaeghe, P., & Desmet, M. (2011). In search of a framework for the treatment of alexithymia. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, *84*, 84-97.