

مقایسه رابطه ناتوانی هیجانی و استرس و دل‌بستگی در زوج‌های در شرف طلاق

A Comparison of Alexithymia, Stress, and Attachment Among Divorcing Couples

M. Hakimjavadi, Ph.D. ✉

M. A. Mazaheri, Ph.D.

M. Gholamali Lavasani, Ph.D.

M. Babarabi

دکتر منصور حکیم‌جوادی ✉

استادیار دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه گیلان

دکتر محمدعلی مظاهری

دانشیار گروه روان‌شناسی و پژوهشکده خانواده دانشگاه شهید بهشتی

دکتر مسعود غلامعلی لواسانی

استادیار دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران

مهديه باباربيع

کارشناس مشاوره

Abstract

The purpose of this study was comparison of alexithymia, stress and attachment in divorcing couples. Subjects (119 female, 63 male) were collected from Guilan Family Judicature. The instruments were Toronto Alexithymia Scale (TAS-20, Bressi et al., 1996) Perceived Stress Scale (PSS, Cohen, et, al, 1987) and Attachment Styles Questioner (Hazan & Shaver 1987).

✉Correspornding author: Dept. of Literature and Humanities Sciences, Guilan University, Rasht, Iran
Tel: +98131-6690274
Fax: +98131-6690280
Email: mhakimj@yahoo.com

چکیده:

هدف از پژوهش حاضر مقایسه رابطه ناتوانی هیجانی، استرس و دل‌بستگی در زوج‌های در شرف طلاق است. تعداد ۱۱۹ زن و ۶۳ مرد در شرف طلاق با استفاده از روش در دسترس در دادگاه خانواده شهر رشت انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل مقیاس ناتوانی هیجانی تورنتو (۱۹۹۶)، TAS-20, Bressi al., پرسشنامه فشار روانی ادراک شده (PSS, Cohen, et, al, ۱۹۸۷) و پرسشنامه سبک‌های دل‌بستگی بزرگسالان (هزن و شبور، ۱۹۸۷) بود.

✉ نویسنده مسئول: رشت - دانشگاه گیلان - دانشکده ادبیات و علوم انسانی - گروه روان‌شناسی
تلفن: ۰۱۳۱-۶۶۹۰۲۷۴ دورنما: ۰۱۳۱-۶۶۹۰۲۸۰
email: mhakimj@yahoo.com پست الکترونیکی:

Analysis was based on Pearson, poly choric, poly serial correlation, regression analysis, and (MANOVA).

Findings suggest significant relationship between stress & attachment and alexithymia. In addition, secure attachment showed significant relationship with indicator of emotion subscale of alexithymia. In regression analysis three variables of education, stress and ambivalence attachment predicted alexithymia accounting for 32% of variance. There was no significant relationship between gender and perceived stress.

Keywords: alexithymia, stress, attachment, divorce

از ضرایب همبستگی پیرسون، پلی کوریک و پلی سریال و تحلیل رگرسیون چندگانه با حضور ۸ متغیر پیش‌بین جنسیت، سن، استرس، دل‌بستگی ایمن، اجتنابی، دوسوگرا، میزان تحصیلات و تعداد فرزندان و تحلیل واریانس چندمتغیری (MANOVA) استفاده شد. یافته‌های پژوهش حاکی از آن است که استرس با مؤلفه‌های دل‌بستگی و مؤلفه‌های ناتوانی هیجانی روابط معناداری را نشان می‌دهد. همچنین انواع دل‌بستگی و مؤلفه‌های ناتوانی در تشخیص عواطف دارای رابطه معنادار است. یافته دیگر پژوهش متوجه متغیرهایی بود که به وسیله آن‌ها ناتوانی هیجانی پیش‌بینی می‌شود. در این تحلیل سه متغیر میزان تحصیلات، استرس و دل‌بستگی دوسوگرا ۰/۳۲ تغییرات ناتوانی هیجانی را پیش‌بینی می‌کردند. یافته دیگر این تحقیق آن بود که با توجه به استرس‌زا بودن فرآیند جدایی، این استرس در زنان و مردان تفاوت معناداری ندارد. **کلیدواژه‌ها:** ناتوانی هیجانی، استرس، دل‌بستگی، طلاق

مقدمه

مفهوم ناتوانی هیجانی^۱ در اوایل دهه هفتاد قرن بیستم میلادی به‌وسیله سیف نیوس^۲ و نیما^۳ ابراز شد. ناتوانی هیجانی به‌عنوان یک اختلال در عملکرد شناختی - هیجانی دیده می‌شود که در آن فرد ناتوان از انتقال تجارب هیجانی خود در قالب احساسات و تصوراتی است که عواطف را نمادین ساخته و بیان می‌دارند. در این اختلال شخص به جای عواطف از علائم جسمانی صحبت می‌کند. کلام خشک و افکار کاملاً وابسته به وقایع بیرونی است و تصورات شخص از زندگی بندرت واگو می‌شود (باگی و تیلور، ۱۹۹۷). ناتوانی هیجانی به‌عنوان یک عامل خطرزا در اختلالات روان‌شناختی و جسمانی مورد نظر است (باخ و باخ، ۱۹۹۵). برای مثال ناتوانی هیجانی در کسانی که اعتماد به نفس پایینی دارند دیده شده است (یلسما، ۱۹۹۵).

ناتوانی هیجانی برای توصیف افرادی به‌کار می‌رود که در تشخیص، فرآیندسازی و تنظیم هیجانی مشکل دارند. چندین محقق (هاویلاند، وارن و ریگرز، ۲۰۰۰؛ تیلور، باگی و پارکر، ۱۹۹۷) ناتوانی هیجانی را یک خصیصه شخصیت دانسته‌اند که فرد را در خطر ابتلا به اختلالات پزشکی و روانی قرار

می‌دهد، برای مثال اعتیاد، وحشت‌زدگی، اختلال خوردن و اختلال PTSD در تحقیقی که به وسیله باخ و همکاران (۱۹۹۴) انجام شد ارتباط معناداری بین ناتوانی هیجانی و تشخیص‌های DSM-III-R دیده نشد. از سوی دیگر نوروزگرایی، اضطراب و افسردگی با ناتوانی هیجانی همبستگی دارند (دیری، اسکات و ویلسون، ۱۹۹۷؛ تیلور و همکاران ۱۹۹۷).

دل‌بستگی بزرگسالان گرایش ثابت فرد در تلاش برای جستجوی روابط نزدیک و ارتباط با فرد یا افراد محدودی است که توانایی بالقوه‌ی ایجاد ایمنی و آسایش جسمانی و روانی را دارند. این گرایش ثابت با «الگوهای کاری ذهن» تنظیم می‌شود که طرحواره‌هایی انگیزشی - عاطفی و شناختی هستند و ناشی از تجارب فرد در روابط بین فردی‌اش در دنیا می‌باشند. سبک‌های دل‌بستگی به الگوهای کاری ویژه‌ای از دل‌بستگی بر می‌گردد که پاسخ‌های رفتاری فرد را نسبت به جدایی یا همبستگی مجدد واقعی یا تصور شده از چهره‌های دل‌بستگی تعیین می‌کند (برمن، اسپرلینگ، ۱۹۹۴).

تحقیقات انجام شده در مورد دل‌بستگی نشان‌دهنده تأثیر تجارب اولیه دل‌بستگی بر ارتباطات آینده شخص، افزون بر راهبردهای تنظیم هیجان‌ها در بزرگسالی است. شواهد تحقیقی بسیاری در دسترس است که نشان از ثبات سبک دل‌بستگی از کودکی تا بزرگسالی و حتی انتقال آن در بین نسل‌ها دارد (گلدبرگ، ۱۹۹۱). تحقیق در مورد بزرگسالان و بزرگسالی نشان داده است کسانی که از دل‌بستگی ایمن برخوردارند، عواطف منفی کمتری را گزارش می‌کنند و ارتباطات عمیق‌تری با کسانی برقرار می‌کنند که در هنگام ناراحتی عاطفی به آن‌ها نیاز دارند (هیندی، شوارتز، ۱۹۹۴؛ روت بارد و شور، ۱۹۹۴). افرادی که دارای دل‌بستگی ناایمن هستند تجارب عاطفی مثبت کمتری از کسانی که دل‌بستگی ایمن دارند تجربه می‌کنند و ناتوانی‌هایی در تنظیم اضطراب و افسردگی و عواطف منفی نشان می‌دهند (پارکر، ۱۹۸۲).

نظریه‌پردازان چندی اظهار داشته‌اند که ناتوانی هیجانی ناشی از وقایعی است که در کودکی رخ داده است. وقایعی چون ضربه روانی^۴ یا اختلال در روابط مادر - کودک. این نکته در نتیجه تحقیقاتی یافته شده است که تشخیص و توصیف عواطف با محیط خانواده و تاریخچه بدرفتاری در هنگام کودکی همبستگی دارد. برن بام و جیمز (۱۹۹۴) دریافته‌اند، از کودکانی که در خانواده‌هایی بزرگ می‌شوند که از نظر عاطفی و جسمانی احساس عدم امنیت می‌کنند و در آن‌ها توصیف عواطف سرکوب می‌شود نمی‌توان انتظار داشت که بیاموزند چگونه به‌طور موفقیت‌آمیزی با حالات عاطفی خود کنار بیایند و در نتیجه در تجربه کردن عواطف احساس ناراحتی می‌کنند. این دشواری‌ها و فقدان الگوهایی که تهدیدکننده نباشند باعث ناخشنودی شخص شده و در شخص باعث دوسوگرایی در توصیف عواطف می‌شود. فاکانیسی و همکاران (۱۹۹۹) در تحقیق بر روی دانشجویانی که دارای نامادری بودند خصایص ناتوانی هیجانی را در آن‌ها ملاحظه کردند، به‌ویژه خصیصه‌ای را که «دشواری

در رد و بدل کردن عواطف» نامیده می‌شود. مهم‌ترین یافته این تحقیق آن بود که ارتباطات ضعیف والدین با دشواری در تعیین عواطف همبستگی دارد. به‌وضوح این نکته دیده می‌شود که تحول عاطفی و تحول مهارت‌های شناختی برای تنظیم هیجان‌ها با ارتباطات کودک و نوجوان با والدینش مرتبط است، به‌ویژه با مادر. کالینز و رید (۱۹۹۰) در تحقیق خود دریافتند که کودکان با سبک دلبستگی ایمن به نسبت کسانی که دارای سبک دلبستگی ناایمن هستند از نظر هیجانی برخوردارند. مثبت‌تری دارند.

در خصوص رابطه استرس و کیفیت دلبستگی تحقیقات نشان از رابطه منفی استرس با دلبستگی ایمن و رابطه مثبت استرس با دلبستگی‌های اضطرابی و دوسوگرا دارد (کوپ، ۱۹۸۹؛ کانلی و دنی، ۲۰۰۷؛ لین، ژائو و یان، ۲۰۰۵). در جهت بررسی رابطه استرس و ناتوانی هیجانی در روابط بین فردی ون هیول و دسمت (۲۰۰۶) دریافتند کسانی که دچار ناتوانی هیجانی می‌باشند سردی در روابط و عدم ابراز وجود بیشتر و استرس کمتری را نشان می‌دهند. پیکاردی و پاسکویینی (۲۰۰۶) در بررسی رابطه وقایع استرس‌زای زندگی و ناتوانی هیجانی دریافتند کسانی که در درک و تشخیص عواطف دچار ناتوانی هیجانی می‌باشند در هنگام روی دادن وقایع استرس‌زا استرس کمتری را تحمل می‌کنند. کر و جانسون (۲۰۰۴) در سازگاری موفقیت‌آمیز دانشجویان با محیط دانشگاه در سال اول تحصیلی دریافتند که در این گروه، استرس تصور شده رابطه معناداری با ناتوانی در درک و تشخیص عواطف دیگران دارد.

در این تحقیق با توجه به اهمیت اولین روابط دلبستگی در تعیین هیجان‌های بعدی و رابطه‌ای که بین دلبستگی و ناتوانی هیجانی وجود دارد، این دو مؤلفه به همراه میزان استرس در کسانی که در شرف طلاق بودند و در یک گروه عادی مورد بررسی و مقایسه قرار گرفت با این فرض که پدیده طلاق به‌وجود آورنده اختلال هیجانی و خود ناشی از آن می‌باشد و سبک‌های دلبستگی می‌تواند در این بین نقش تعیین‌کننده‌ای داشته باشد.

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

در این پژوهش برای انتخاب زوج‌های در شرف طلاق پس از مراجعه به دادگاه خانواده شهر رشت و بررسی پرونده‌های موجود تعداد ۱۱۹ زن و ۶۳ مرد در شرف طلاق با استفاده از روش در دسترس انتخاب شدند. مشخصات توصیفی سن، میزان تحصیلات، تعداد فرزندان آن‌ها به شرح جدول زیر می‌باشد:

جدول ۱: مشخصات توصیفی سن، میزان تحصیلات و تعداد فرزندان
 به تفکیک زن و مرد و کل نمونه

نام متغیر	جنسیت	تعداد افراد	میانگین	انحراف معیار	حداقل نمره	حداکثر نمره
سن	زن	۱۱۹	۲۷/۴	۶/۶	۱۵	۴۵
	مرد	۶۳	۲۸/۶	۵/۵	۱۹	۴۹
	کل نمونه	۱۸۲	۲۷/۸	۶/۳	۱۵	۴۹
سال‌های تحصیلی	زن	۱۱۹	۱۱/۳	۳/۲	۳	۱۸
	مرد	۶۳	۱۰/۹	۳/۵	۴	۱۸
	کل نمونه	۱۸۲	۱۱/۲	۳/۳	۳	۱۸
تعداد فرزندان	زن	۱۱۹	۱/۱	۱/۱	۰	۶
	مرد	۶۳	۱/۱	۱/۱	۰	۶
	کل نمونه	۱۸۲	۱/۱	۱/۱	۰	۶

ابزارهای پژوهش

مقیاس ناتوانی هیجانی تورنتو^۵ (TAS-20, Bressi et al., 1996): این مقیاس که به صورت خود گزارشی است دارای بیست ماده و سه زیرمقیاس است: دشواری در تعیین احساسات، دشواری در توصیف احساسات و تفکر معطوف به خارج. از شرکت‌کنندگان خواسته می‌شود که به هر یک از مواد بیست‌گانه آزمون بر روی یک مقیاس پنج درجه ای (۱ = کاملاً مخالف؛ ۵ = کاملاً موافق) پاسخ دهند. جمع نمرات بین ۲۰ تا ۱۰۰ است و کسی که نمره بیشتر از ۶۱ کسب کند دارای ناتوانی هیجانی است.

برای بررسی پایایی مقیاس ناتوانی هیجانی با ۲۰ ماده و ۱۸۰ نفر آزمودنی، ضریب آلفای کرانباخ محاسبه و برابر با ۰/۷۴ بدست آمد. بررسی ضرایب همبستگی تک‌تک ماده‌ها با نمره کل مقیاس حاکی از آن بود که چهار سؤال ۵، ۱۰، ۱۸ و ۱۹ ضرایب منفی و نزدیک به صفر دارند، از همین رو نسبت به حذف آن‌ها اقدام شد و مجدد ضریب آلفا با ۱۶ ماده محاسبه و برابر با ۰/۷۹ بدست آمد. با توجه به افزایش ضریب پس از حذف ۴ ماده در کاربردهای بعدی این مقیاس، باید به حضور این ۴ ماده دقت بیشتری معمول کرد.

پرسشنامه فشار روانی ادراک شده (PSS, Cohen et al, 1987): این پرسشنامه شامل ۱۴ سؤال است که آزمودنی‌ها به سؤالات آن در یک مقیاس ۵ درجه‌ای پاسخ می‌دهند. این پرسشنامه براساس ارزیابی فرد میزان استرس و فشار روانی در یک ماه گذشته را تعیین می‌کند. برای بررسی پایایی (Reliability) مقیاس استرس با ۱۴ ماده و ۱۸۰ نفر آزمودنی ضریب آلفای کرانباخ محاسبه و برابر با ۰/۸۰ بدست آمد که ضریب به نسبت بالایی است.

پرسشنامه سبک‌های دلبستگی بزرگسالان: این آزمون یک ابزار اندازه‌گیری خود گزارش‌دهی است که توسط هزن و شیور (۱۹۸۷) ساخته شده است. این آزمون بر پایه این فرض است که مشابهت‌هایی از سبک‌های دلبستگی کودک - مراقب را می‌توان در روابط بزرگسالان نیز یافت. این ابزار اندازه‌گیری شامل سه جمله توصیفی از احساسات فرد درباره راحتی و نزدیکی و صمیمیت در روابط است. هر توصیف یکی از سه سبک دلبستگی را نشان می‌دهد. از پاسخ‌دهندگان خواسته می‌شود تا کاربردپذیری هر یک از توصیف‌های سه‌گانه را در مورد خودشان روی یک مقیاس لیکرت (۹ درجه‌ای) نشان دهند. همچنین آزمودنی‌ها بایستی یکی از توصیف‌ها را که بهتر از همه احساس آن‌ها را در روابط نزدیک و صمیمی توصیف می‌کند انتخاب کنند. بررسی‌های متعدد نشان داده است که اعتبار بازآزمایی اندازه‌گیری مقوله‌ای حدود ۰/۷ بوده است و ضریب همبستگی پیرسون معادل ۰/۴ برآورد شده است (خوانین‌زاده، اژه‌ای و مظاهری، ۱۳۸۴).

یافته‌ها

در پژوهش حاضر متغیرهای اندازه‌گیری شده در مقیاس‌های مختلف اسمی، طبقه‌ای یا مقوله‌ای، فاصله‌ای و نسبتی می‌باشند. در محاسبه ضریب همبستگی با توجه به مقیاس‌های مذکور از ضرایب همبستگی پیرسون^۶، پلی‌کوریک^۷ و پلی‌سریال^۸ استفاده شده است. ابتدا ماتریس همبستگی متغیرها برای کل نمونه ارائه می‌شود (اجرای تحلیل‌ها توسط نرم‌افزار لیزرل نسخه ۸/۵۳ انجام شد).

جدول ۲: ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش برای کل نمونه (۱۸۲ نفر)

نام متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
جنسیت	--											
سن	-۰/۱۱	--										
تحصیلات	۰/۰۷	-۰/۱۰	--									
تعداد فرزندان	۰/۰۷	**۰/۵۶	-۰/۲۹	--								
استرس	۰/۰۷	۰/۰۲	**۰/۲۲	۰/۱۰	--							
ایمن	۰/۰۴	-۰/۱۱	*۰/۱۶	-۰/۰۳	*۰/۲۳	--						
اضطرابی	۰/۰۵	۰/۰۶	-۰/۰۴	۰/۰۵	**۰/۲۴	**۰/۶۸	--					
دوسوگرا	-۰/۰۷	۰/۰۴	-۰/۱۶	-۰/۰۴	*۰/۲۸	**۰/۴۴	**۰/۲۲	--				
تشخیص عواطف	-۰/۰۶	۰/۰۵	**۰/۴۰	-۰/۰۷	**۰/۴۷	*۰/۱۸	*۰/۱۵	**۰/۳۲	--			
توصیف عواطف	-۰/۰۴	۰/۰۸	**۰/۳۴	۰/۰۷	**۰/۳۲	۰/۰۸	*۰/۲۴	-۰/۱۶	**۰/۵۷	--		
تفکر بیرونی	۰/۰۱	-۰/۰۸	-۰/۱۲	-۰/۰۵	*۰/۱۴	-۰/۱۲	*۰/۱۱	-۰/۱۸	**۰/۳۶	**۰/۳۱	--	
آلکسیتمپا	-۰/۰۴	۰/۰۳	**۰/۳۹	-۰/۰۳	**۰/۴۳	*۰/۱۸	**۰/۳۱	-۰/۳۱	**۰/۸۹	**۰/۷۸	**۰/۶۵	--

ملاحظه جدول نشان می‌دهد که متغیرهای جنسیت، سن و تعداد فرزندان آزمودنی‌ها با کلیه متغیرهای پژوهش رابطه نزدیک به صفر و غیر معنادار دارند. از میان این متغیرهای فردی فقط متغیر سال‌های تحصیل رابطه معناداری را با استرس، دل‌بستگی دوسوگرا، دو مؤلفه دشواری در تشخیص و توصیف عواطف و نمره کل ناتوانی هیجانی نشان می‌دهد. متغیر استرس با مؤلفه‌های دل‌بستگی و مؤلفه‌های ناتوانی هیجانی و نمره کل آن روابط معناداری را در سطح $P < 0/05$ و $P < 0/01$ نشان می‌دهد. بیشترین میزان رابطه با مؤلفه دشواری در تشخیص عواطف ($r = -0/47$) و کمترین با مؤلفه تفکر بیرونی ($r = -0/14$) می‌باشد. لازم به ذکر است استرس با مؤلفه‌ها و نمره کل ناتوانی هیجانی رابطه منفی را نشان می‌دهد، به بیان دیگر با کاهش ناتوانی هیجانی در افراد شاهد افزایش استرس آن‌ها هستیم. همچنین استرس رابطه منفی فقط با مؤلفه دل‌بستگی ایمن نشان می‌دهد، یعنی با افزایش دل‌بستگی ایمن در آزمودنی‌ها کاهش استرس در آن‌ها دیده می‌شود. رابطه استرس با دو مؤلفه دیگر دل‌بستگی مثبت می‌باشد.

مؤلفه‌های دل‌بستگی رابطه معناداری را با نمره کل ناتوانی هیجانی نشان می‌دهند، اما شکل رابطه متفاوت است، بدین معنا که رابطه دل‌بستگی ایمن با ناتوانی هیجانی مثبت است، اما دو مؤلفه دیگر رابطه منفی دارند. به بیان دیگر با افزایش دل‌بستگی ایمن شاهد افزایش ناتوانی هیجانی در آزمودنی‌ها هستیم، در صورتی‌که با افزایش دو نوع دل‌بستگی دیگر یعنی اضطرابی و دوسوگرا شاهد کاهش ناتوانی هیجانی می‌باشیم. این روابط مثبت و منفی در میان مؤلفه‌های دل‌بستگی با مؤلفه‌های ناتوانی هیجانی مشاهده می‌شود، یعنی در همه موارد افزایش دل‌بستگی ایمن منجر به افزایش مؤلفه‌های ناتوانی هیجانی می‌شود و افزایش دل‌بستگی اضطرابی و دوسوگرا منجر به کاهش مؤلفه‌های ناتوانی هیجانی می‌گردد.

بررسی رابطه بین مؤلفه‌های دل‌بستگی حاکی از آن است که دل‌بستگی ایمن رابطه منفی و معناداری را با دو نوع اضطرابی و دوسوگرا دارد ($P < 0/01$). به ویژه رابطه منفی و به نسبت قوی بین ایمن و اجتنابی ($r = 0/68$) مشاهده می‌شود. اما رابطه دل‌بستگی اجتنابی و دوسوگرا مثبت و معنادار ($r = 0/32$)، $P = 0/01$ می‌باشد.

همچنین بررسی رابطه بین مؤلفه‌های ناتوانی هیجانی و نمره کل آن حاکی از روابط مثبت و معنادار بین مؤلفه‌های ناتوانی هیجانی با یکدیگر در دامنه ۰/۳۱ الی ۰/۵۷ و نمره کل ناتوانی هیجانی با مؤلفه‌هایش در دامنه ۰/۶۵ الی ۰/۸۹ می‌باشد. این نتایج حاکی از اعتبار مناسب سازه ناتوانی هیجانی نیز تفسیر می‌شود.

شایان ذکر است که در ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش برای نمونه زنان و مردان به‌طور جداگانه رابطه بین متغیرها با کل نمونه تفاوت چندانی ندارد.

برای بررسی این نکته که ناتوانی هیجانی از طریق کدام متغیرهای اندازه‌گیری شده به صورت مناسب پیش‌بینی می‌شود از تحلیل رگرسیون چندگانه با حضور ۸ متغیر پیش‌بین جنسیت، سن، استرس، دلبستگی ایمن، اجتنابی، دوسوگرا، میزان تحصیلات و تعداد فرزندان استفاده شد. در جدول زیر خلاصه تحلیل رگرسیون ناتوانی هیجانی آمده است.

جدول ۵: خلاصه تحلیل رگرسیون ناتوانی هیجانی بر حسب ۸ متغیر پیش‌بین

سطح معناداری	DF _{1,2}	F	SE	R ² تعدیل شده	R ²	R	مدل
۰/۰۰۰۱	۸ و ۱۷۳	۱۰/۴۴	۸/۷	۰/۳۹	۰/۳۲	۰/۵۷	ورود همزمان هشت متغیر پیش‌بین

اجرای تحلیل رگرسیون گام به گام حاکی از آن است که فقط سه متغیر به ترتیب استرس، میزان تحصیلات و دلبستگی دوسوگرا وارد معادله می‌شوند. در جدول زیر نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام گزارش شده است:

جدول ۶: خلاصه تحلیل رگرسیون گام به گام ناتوانی هیجانی

سطح معناداری	DF _{1,2}	F تغییر	SE	R ² تغییر	R ² تعدیل شده	R ²	R	ورود متغیرها
۰/۰۰۰۱	۱ و ۱۸۰	۴۲/۳۳	۹/۳۴	۰/۱۹	۰/۱۸	۰/۱۹	۰/۴۳	گام اول استرس
۰/۰۰۰۱	۱ و ۱۷۹	۲۲/۸۲	۸/۸۲	۰/۰۹	۰/۲۷	۰/۲۸	۰/۵۳	گام دوم تحصیلات
۱/۰۱۵۰	۱ و ۱۷۸	۵/۹۷	۸/۷	۰/۰۲	۰/۲۹	۰/۳۰	۰/۵۵	گام سوم دلبستگی دوسوگرا

همان‌طور که ملاحظه می‌شود فقط با حضور سه متغیر پیش‌بین می‌توان حدود ۳۰٪ تغییرات ناتوانی هیجانی را پیش‌بینی کرد. در گام اول ورود استرس به تنهایی ۱۹٪ تغییرات را نشان می‌دهد. همچنین در گام دوم با ورود میزان تحصیلات تغییر R² معادل ۰/۰۹ می‌باشد و با وجود دو متغیر مذکور می‌توان حدود ۲۸٪ تغییرات را محاسبه کرد. همچنین در گام سوم دلبستگی دوسوگرا وارد معادله می‌شود، اما R² تغییر تنها حدود ۰/۰۲ می‌باشد.

در جدول بعدی ضرایب رگرسیون سه پیش‌بین مذکور در گام سوم گزارش شده است:

جدول ۷: ضرایب رگرسیون سه پیش‌بین وارد شده در معادله ناتوانی هیجانی

سطح معناداری	t	B	SEb	b	نام متغیرها
۰/۰۰۰۱	-۴/۸	-۰/۳۲	۰/۰۹	-۰/۴۳	استرس
۰/۰۰۰۱	۴/۴	۰/۲۹	۰/۲۰	۰/۸۹	میزان تحصیلات
۰/۰۱۵۰	-۲/۴	-۰/۱۶	۰/۲۱	-۰/۵۳	دل‌بستگی دوسوگرا

ملاحظه ضرایب نشان می‌دهد که ضریب دو پیش‌بین استرس و دوسوگرایی با ناتوانی هیجانی منفی است و ضریب میزان تحصیلات مثبت بدست آمده است. این بیانگر آن است که با افزایش میزان تحصیلات بر میزان ناتوانی هیجانی افراد افزوده می‌شود، اما افزایش استرس و دوسوگرایی منجر به کاهش آن می‌گردد و برعکس.

برای بررسی این نکته که از میان زنان و مردان به هنگام تصمیم به جدایی کدامیک استرس بیشتری را تحمل می‌کنند از تحلیل واریانس برای مقایسه دو گروه استفاده شد. نتایج تفاوت معناداری را بین دو گروه نشان نداد. به نظر می‌رسد دو گروه میزان استرس نزدیک و مشابهی را تجربه می‌کنند، میزان دل‌بستگی در زنان برابر با ($M= ۳۱/۴$ و $Sd= ۷/۷$) و در مردان برابر با ($M= ۳۰/۵$ و $Sd= ۷/۶$) می‌باشد. همان‌طور که مشخص است حتی پراکندگی نمرات زنان و مردان نزدیک به هم است.

از طرف دیگر این موضوع حاکی از آن است که عامل جنسیت را می‌توان در تحلیل‌های مربوط نادیده گرفت و هر دو گروه زن و مرد را در کنار هم به منزله تعداد آزمودنی‌ها واحد تحلیل کرد. این قضیه به‌ویژه زمانی بیشتر برجسته می‌شود که بدانیم اجرای تحلیل واریانس برای مقایسه دو جنس در مؤلفه‌های ناتوانی هیجانی نیز تفاوت معناداری را بین دو جنس نشان نداد و میانگین‌ها و انحراف معیارهای دو گروه در یکایک مؤلفه‌ها نزدیک به هم بود.

برای پاسخ به این سؤال که از میان سه نوع دل‌بستگی کدامیک در مؤلفه‌های سه‌گانه ناتوانی هیجانی تفاوت دارند، از تحلیل واریانس چندمتغیری (MANOVA) با حضور متغیر مستقل دل‌بستگی با سه سطح ایمن، اضطرابی، دوسوگرا و سه متغیر وابسته دشواری در تشخیص عواطف، توصیف عواطف و تفکر بیرونی استفاده شد.

در ابتدا مشخصه‌های توصیفی مؤلفه‌ها به تفکیک سه گروه آزمودنی گزارش می‌شود.

جدول ۸: مشخصه‌های توصیفی مؤلفه‌های ناتوانی هیجانی بر حسب نوع دل‌بستگی

نام متغیرها	نوع دل‌بستگی	تعداد افراد	میانگین	انحراف معیار
تشخیص عواطف	ایمن	۱۲۷	۱۹/۷	۶/۲
	اضطرابی	۲۵	۱۷/۲	۵/۱

ادامه جدول ۸

۵/۱	۱۷/۱	۳۰	دوسوگرا	
۵/۹	۱۸/۹	۱۸۲	کل نمونه	
۳/۸	۱۴/۸	۱۲۷	ایمن	توصیف عواطف
۲/۹	۱۳/۱	۲۵	اضطرابی	
۳/۰	۱۴/۹	۳۰	دوسوگرا	
۳/۶	۱۴/۶	۱۸۲	کل نمونه	
۳/۲	۲۳/۶	۱۲۷	ایمن	تفکر بیرونی
۳/۵	۲۳/۶	۲۵	اضطرابی	
۳/۷	۲۳/۰	۳۰	دوسوگرا	
۳/۳	۲۳/۵	۱۸۲	کل نمونه	

ملاحظه میانگین‌ها نشان می‌دهد که در زمینه تفکر بیرونی میانگین سه گروه آزمودنی‌ها نزدیک به هم است. در توصیف عواطف افراد اضطرابی میانگین کمتری را در مقایسه با دو گروه دیگر دارند و در تشخیص عواطف میانگین افراد ایمن بالاتر از دو گروه دیگر است.

قبل از اجرای آزمون تحلیل واریانس، فرض برابری واریانس‌های گروه‌ها برای ۳ متغیر وابسته اجرا شد. نتایج آزمون لوین برای دشواری در تشخیص عواطف (۱۷۹ و $df = 2$ و $F=0/55$)، برای دشواری در توصیف عواطف (۱۷۹ و $df=2$ و $F=1/64$) و تفکر بیرونی (۱۷۹ و $df = 2$ و $F=0/02$) در سطح $P < 0/05$ معنادار نبود. از همین رو فرض همگنی واریانس‌ها برقرار است و می‌توان نتایج آزمون تحلیل واریانس چند متغیری را گزارش کرد.

ابتدا آزمون‌های چند متغیری برای بررسی اثرات نوع دلبستگی بر ترکیب متغیرهای وابسته اجرا شد. نتایج این آزمون در جدول زیر ارائه می‌شود:

جدول ۹: آزمون‌های چند متغیری برای بررسی اثرات نوع دلبستگی

نوع آزمون	ارزش مشاهده شده	F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معناداری
اثر فیلابی	۰/۰۷	۲/۲۹	۶	۳۵۶	۰/۰۳۴
لاندا و یلکز	۰/۹۲	۲/۲۸	۶	۳۵۴	۰/۰۳۵
اثر هاتلینگ	۰/۰۷	۲/۲۷	۶	۳۵۲	۰/۰۳۶
بزرگ‌ترین ریشه روی	۰/۰۴	۲/۵۴	۳	۱۷۸	۰/۰۵۸

همان‌طور که نتایج جدول نشان می‌دهد اثر نوع دلبستگی بر اساس سه آزمون فیلابی، ویلکز و هاتلینگ در سطح $P < 0/05$ معنادار است، اما آزمون روی اثر معناداری در سطح $P < 0/05$ نشان نمی‌دهد. در این‌جا با تأکید بر معناداری در سه آزمون مذکور اثر نوع دلبستگی را بر مؤلفه‌های

ناتوانی هیجانی معنادار تلقی می‌کنیم و برای بررسی این نکته که معناداری حاصل کدامیک از متغیرهای وابسته است، نتایج آزمون F تک متغیری را در جدول بعدی گزارش می‌کنیم.

جدول ۱۰: آزمون‌های F تک متغیری برای بررسی اثر نوع دل بستگی بر مؤلفه‌های ناتوانی هیجانی

منابع تغییرات	متغیرهای وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F مشاهده شده	سطح معناداری	توان
نوع دل بستگی	تشخیص عواطف	۲۴۸/۲	۲	۱۲۴/۱	۳/۵	۰/۰۳۰	۰/۶۵
	توصیف عواطف	۶۳/۱	۲	۳۱/۵	۲/۴	۰/۰۸۹	۰/۴۸
	تفکر بیرونی	۱۰/۲	۱	۵/۱	۰/۴	۰/۶۴۱	۰/۱۲
خطا	تشخیص عواطف	۶۲۰۵/۳	۱۷۹	۳۴/۶			
	توصیف عواطف	۲۳۰۳/۸	۱۷۹	۱۲/۸			
	تفکر بیرونی	۲۰۶/۱۰	۱۷۹	۱۱/۵			
کل	تشخیص عواطف	۶۴۵۳/۶	۱۸۱				
	توصیف عواطف	۲۳۶۵/۹	۱۸۱				
	تفکر بیرونی	۲۰۷۱/۳	۱۸۱				

ملاحظه آزمون‌های F برای معناداری اثر نوع دل بستگی حاکی از آن است که فقط در مؤلفه تشخیص عواطف می‌توان اثر معناداری را در سطح $P < 0.05$ بدست آورد. همچنین توان مشاهده شده در مقایسه با دو مؤلفه دیگر به نسبت بالاتر ($Power = 0.65$) است. بررسی میانگین‌های سه گروه نشان می‌دهد که افراد ایمن در مقایسه با دو گروه افراد اضطرابی و دوسوگرا در مؤلفه دشواری در تشخیص عواطف نمره بالاتری دارند. اجرای آزمون‌های پی‌گیری براساس روش کمترین تفاوت مجذورها (LSD) نشان می‌دهد که فقط تفاوت افراد ایمن با افراد دوسوگرا در سطح $P < 0.05$ معنادار است. برای بررسی این موضوع که آیا آزمودنی‌ها با سه نوع دل بستگی میزان استرس متفاوتی را نشان می‌دهند یا خیر از آزمون تحلیل واریانس برای مقایسه سه گروه استفاده شد. ابتدا مشخصه‌های توصیفی سه گروه گزارش می‌شود.

جدول ۱۱: مشخصه‌های توصیفی استرس به تفکیک سه نوع دل بستگی

نوع دل بستگی	تعداد افراد	میانگین	انحراف معیار
ایمن	۱۲۷	۳۰/۰۶	۷/۷
اجتنابی	۲۵	۳۳/۰۸	۷/۱
دوسوگرا	۳۰	۳۴/۳۰	۶/۱

بررسی میانگین‌ها نشان می‌دهد که افراد ایمن در مقایسه با دو گروه دیگر استرس کمتری دارند. در جدول بعدی خلاصه تحلیل واریانس گزارش می‌شود. لازم به ذکر است اجرای آزمون لوین برای بررسی فرض همگنی واریانس‌ها اجرا شد و مفروضه مذکور برقرار است ($F=1/17$ و $df = 2$ و 179).

جدول ۱۲: خلاصه تحلیل واریانس برای بررسی اثر نوع دل بستگی بر میزان استرس

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
بین گروهی	۵۴۰/۷	۲	۲۷۰/۳		
درون گروهی (خطا)	۱۰۱۲۹/۶	۱۷۹	۵۶/۵	۴/۷۷	۰/۰۱۰
کل	۱۰۶۷۰/۳	۱۸۱	—		

ملاحظه F نشان می‌دهد که اثر نوع دل بستگی بر میزان استرس در سطح $P < 0/01$ معنادار است. برای بررسی این موضوع که معناداری موجود ناشی از تفاوت کدام یک از میانگین‌هاست آزمون پی‌گیری توکی به عمل آمد. نتایج نشان داد که فقط میانگین افراد ایمن با افراد دوسوگرا تفاوت معنادار ($P < 0/05$) دارد. به بیان دیگر افراد ایمن به مراتب استرس کمتری را در مقایسه با افراد دوسوگرا نشان می‌دهند (میانگین افراد ایمن $M=30/06$ در برابر افراد دوسوگرا $M=34/30$).

نتیجه‌گیری نهایی از تحلیل‌های واریانس نشان می‌دهد که متغیر جنسیت متغیر معناداری نیست و دو جنس، تفاوت معناداری را در استرس و ناتوانی هیجانی نشان نمی‌دهند. متغیر نوع دل بستگی متغیر معناداری است، به‌ویژه دو گروه افراد ایمن و دوسوگرا بیشترین تمایزها را ایجاد می‌کنند.

بحث

یافته‌های پژوهش ما حاکی از آن است که استرس با مؤلفه‌های دل بستگی و مؤلفه‌های ناتوانی هیجانی روابط معناداری را نشان می‌دهد. همان‌طور که تصور می‌شد استرس با دل بستگی ایمن همبستگی منفی و با دل بستگی اضطرابی و دوسوگرا همبستگی مثبت دارد (وپ، ۱۹۸۹؛ کانلی و دنی، ۲۰۰۷؛ لین، ژائو و یان، ۲۰۰۵). به این معنا که برخورداری از دل بستگی ایمن منجر به کاهش استرس می‌شود. تحلیل واریانس نیز حاکی از آن بود که گروهی که دل بستگی ایمن داشتند در مقایسه با دو گروه دیگر استرس کمتری دارند و برخورداری از دل بستگی دوسوگرا و اضطرابی مصادف با افزایش استرس است. به‌طوری که هرچه آرامش بیشتری احساس شود فشار روانی کاهش می‌یابد و بر عکس.

از سوی دیگر، استرس رابطه‌ای منفی را با هر سه مؤلفه ناتوانی هیجانی و نمره کل ناتوانی هیجانی نشان می‌دهد. ون هیول و دسمت (۲۰۰۶)، پیکاردی و پاسکویینی (۲۰۰۶)، کرو جانسون (۲۰۰۴)

نیز در تحقیقات خود به نتایج مشابهی دست یافته‌اند. این موضوع از دو منظر قابل بررسی است. ابتدا روابط منفی با هر سه زیرمقیاس که نشان از قبول این فرض دارد که اگر نتوان به تشخیص درست احساسات، عواطف و توصیف عواطف پرداخت، استرسی هم در کار نخواهد بود. این ناتوانی هیجانی، باعث کم رنگ شدن روابط، رنگ باختن آن‌ها و در نتیجه تقلیل استرس می‌شود که هر شخصی در نتیجه تعامل با دیگران و تأثیر و تأثر عاطفی با آنان متحمل می‌شود. اما نکته دوم به میزان رابطه منفی استرس با زیرمقیاس‌های ناتوانی هیجانی برمی‌گردد. همان‌طور که در بخش یافته‌ها دیده می‌شود بیشترین میزان رابطه و استرس با عدم توانایی در تشخیص عواطف (-۰/۴۷) و کمترین آن با عدم توانایی در تفکر بیرونی (-۰/۱۴) است. این مسئله می‌تواند حاکی از یک نکته مهم باشد و آن این‌که در ارتباطات و توانایی‌های هیجانی بیشترین عامل تأثیرگذار در میزان استرس ناتوانی در تشخیص عواطف است و کمترین عامل تأثیرگذار تفکر بیرونی است. یعنی در واقع این تشخیص عواطف دیگری و اثر پذیرفتن از آن است که بر فرد بیشترین استرس را وارد می‌کند و در جایی که این توانایی وجود نداشته باشد استرس هم تحمل نمی‌شود. افراد در نتیجه درک عواطف دیگران، درک خوشحالی و ناراحتی آن‌ها متحمل بیشترین استرس می‌شوند و در جایی که این توانایی موجود نباشد ظاهراً با آرامشی مرضی روبه‌رو خواهیم شد.

یافته دیگر پژوهش ما که جالب‌ترین یافته این پژوهش است به رابطه انواع دل‌بستگی و مؤلفه‌های ناتوانی هیجانی برمی‌گردد. دل‌بستگی ایمن، از میان سه مؤلفه ناتوانی هیجانی با مؤلفه ناتوانی در تشخیص عواطف دارای رابطه معنادار است. این در حالی است که برخی از محققان (هیندی، شوارتز، ۱۹۹۴؛ روت بارد و شور، ۱۹۹۴) در تحقیقات خود به این نتیجه رسیده بودند که دل‌بستگی ایمن در بردارنده عواطف منفی کمتری خواهد بود و پارکر (۱۹۸۲) ناایمن‌ها را دارای تجارب عاطفی مثبت کمتری گزارش کرده بود و کالینز و رید (۱۹۹۰) بازخوردهای هیجانی مثبت‌تری را در ایمن‌ها نسبت به ناایمن‌ها مشاهده کرده‌اند. از یاد نباید برد که نمونه مورد بررسی زنان و مردانی بوده‌اند که در شرف طلاق می‌باشند. حال نکته این‌جاست که در این صورت با مردان و زنانی روبه‌رویییم که گرچه از دل‌بستگی ایمن برخوردارند اما به جهت ناتوانی در تشخیص عواطف شریک زندگی خود در آستانه طلاق قرار گرفته‌اند. در این حال نمی‌توان هم شخص را دارای دل‌بستگی ایمن فرض کرد و هم آن‌که او را ناتوان از درک و تشخیص عواطف دیگری. از این‌روست که باید نقش استرس بر روابط بین فردی را پررنگ‌تر دانست. به این ترتیب که استرس و فشار روانی می‌تواند برهم زننده روابط و مخدوش‌کننده اثر کیفیت دل‌بستگی بر روابط زناشویی باشد. نکته‌ای که شاید خود علت جدایی نمونه مورد بررسی باشد. نتایج تحلیل واریانس نیز مؤید این نکته است که تنها در مؤلفه تشخیص عواطف است که می‌توان اثر معناداری را در سطح $P < 0.05$ شاهد بود.

یافته دیگر پژوهش ما متوجه متغیرهایی بود که به وسیله آن‌ها ناتوانی هیجانی پیش‌بینی می‌شود. در این تحلیل سه متغیر میزان تحصیلات، استرس و دلبستگی دوسوگرا ۰/۳۲ تغییرات ناتوانی هیجانی را پیش‌بینی می‌کردند. اما اثرگذارترین عامل پیش‌بین استرس با ۰/۱۹ و تحصیلات با ۰/۰۹٪ بود و دلبستگی دوسوگرا با ۰/۰۲ بود. اما نکته مهم جهت ضرایب متغیرهای پیش‌بین بود که در آن تحصیلات مثبت و استرس و دلبستگی دوسوگرا منفی بود. این به آن معنا بود که افزایش ناتوانی هیجانی مصادف با کاهش استرس و دلبستگی دوسوگرا بود و این نکته‌ای بود که در رابطه استرس با ناتوانی هیجانی و مؤلفه‌های آن نیز دیده شده بود و مورد بحث قرار گرفت. اما نکته جالب در متغیرهای پیش‌بین آن بود که با افزایش تحصیلات بر ناتوانی هیجانی افزوده می‌شود. یعنی به عبارتی شاید بتوان گفت که در نمونه خاص این تحقیق که در شرف طلاق بودند گویا افزایش تحصیلات زوج و زوجه در عدم درک و تشخیص عاطفی یکدیگر نقش داشته است؛ نقشی که خود می‌تواند از مؤثرترین عوامل طلاق باشد.

یافته دیگر این تحقیق آن بود که با توجه به استرس‌زا بودن فرایند جدایی، این استرس در زنان و مردان تفاوت معناداری ندارد و گویا هر دو جنس تحت استرس مشابهی هستند و می‌توان عامل جنسیت را از این گونه تحقیقات حذف کرد. در پایان پیشنهاد می‌شود که در تحقیقات بعدی گروهی از افراد در شرف طلاق با یک گروه عادی مقایسه شوند و متغیرهایی نظیر افسردگی، اضطراب و عاطفه مثبت و منفی نیز مورد سنجش قرار گیرد. علاوه بر این می‌توان گروه‌هایی با تحصیلات عالی و زیردپلم را با در نظر داشتن مؤلفه‌های ناتوانی هیجانی در زوج‌های در شرف طلاق مورد بررسی قرار داد.

یادداشت‌ها

1. Alexithymia
2. Sifneos
3. Nemiah
4. Psychic
5. 20-item Toronto Alexithymia scale
6. Pearson
7. Poly choric
8. Poly serial

منابع

- Bach, M., de Zwaan, M., Ackard, D., Nutzinger, D. O., & Mitchell, J. E. (1994). Alexithymia: Relationship to personality disorders. *Comprehensive Psychiatry*, 35, 239–243.

- Bach, M., & Bach, D. (1995). Predictive value of alexithymia: A prospective study in somatizing patients. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 64, 43-48.
- Berman, W. H., & Sperling, M. B. (1994). The structure and function of adult attachment. In M. B. Sperling, & W. H. Berman (Eds.), *Attachment in adults. Clinical and developmental perspectives* (pp.3-28). New York, London: The Guilford Press.
- Berenbaum, H., & James, T. (1994). Correlates and retrospectively reported antecedents of alexithymia. *Psychosomatic Medicine*, 56, 353-359.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 633-644.
- Connelly, M., & Denney, D. R. (2007). Regulation of emotions during experimental stress in alexithymia. *Psychosomatic Review*, 62(6), 649-56.
- Deary, I. J., Scott, S., & Wilson, J. A. (1997). Neuroticism, alexithymia and medically unexplained symptoms. *Personality and Individual Differences*, 22, 551-564.
- Fukunishi, I., Sei, H., Morita, Y., & Rahe, R. H. (1999). Sympathetic activity in alexithymics with mother's low care. *Journal of Psychosomatic Research*, 6, 579-589.
- Goldberg, S. (1991). Recent developments in attachment theory and research. *Canadian Journal of Psychiatry*, 36, 393-400.
- Haviland, M. G., Warren, W. L., & Riggs, M. L. (2000). An observer scale to measure alexithymia. *Psychosomatics*, 41, 385-392.
- Hindy, C. G., & Schwarz, J. C. (1994). Anxious romantic attachment in adult relationships. In M. B. Sperling, & W. H. Berman (Eds.), *Attachment in adults. Clinical and developmental perspectives* (pp.223-288). New York, London: The Guilford Press.
- Kerr, S., & Johnson, V. K. (2004). Predicting adjustment during the transition to college: Alexithymia, perceived stress, and Psychological Symptoms. *Journal of College Student Development*, 54(4), 276-290.
- Kopp, C. B. (1989). Regulation of stress and negative emotions: A developmental view. *Developmental Psychology*, 25, 343-54.
- Lin, S., Zhao, S. F., & Yan, F. H. (2005). The influence of alexithymia in stress on secretory IgA and cortisol in saliva. *Psychological Review*, 68(4), 345-356.
- Parker, G. (1982). Parental representations and affective disorder: Examination for an hereditary link. *British Journal of Medical Psychology*, 55, 57-61.
- Picardi, A., & Pasquini, P. (2003) Stressful life events, social support, attachment security and alexithymia in Vitiligo. *Psychotherapy Psychosomatic*, 72, 150-158.
- Taylor, G. J., Bagby, R. M., & Parker, J. D. A. (1997). Disorders of affect regulation. Alexithymia in medical and psychiatric illness in R. verissimo & R. mota-Cardoso (Eds.), (pp. 301-319). Cambridge University Press.
- Rothbard, J. C., & Shaver, P. R. (1994). Continuity of attachment across the life span. In M. B. Sperling, & W. H. Berman (Eds), *Attachment in adults* (pp. 31-71). New York: Guilford.
- Vanheule, S., & Desmet, P. (2005). Alexithymia and interpersonal problems. *Journal of Emotional Behavior*, 63, 109-117.
- Yelsma, P. (1995). Self esteem and alexithymia. *Psychological Reports*, 77, 735-738.