[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

[DOR: 20.1001.1.20080166.1395.10.4.1.2]

[DOI: 10.18869/acadpub.rph.10.4.30]

مدل یابی معادلات ساختاری تعیین‌گرهای ناگویی خلقی: نقش سیستم فعال ساز/بازداری رفتار ی و ذهن آگاهی رگه

رسول حشمتی[۱]

Structural Equation Modelling of Alexithymia Determinants: The Role of BAS/BIS and Dispositional Mindfulness

Rasoul Heshmati

تاریخ دریافت۱۳۹۵/۲/۴ پذیرش اولیه: ۱۳۹۵/۱۰/۲۰ پذیرش نهایی: ۱۳۹۵/۱۲/۲

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی روابط ساختاری سیستم های فعال ساز و بازداری رفتاری ، ذهن آگاهی رگه و ناگویی خلقی در قالب یک مدل مفروض است. برای این منظور در یک تحقیق توصیفی-همبستگی و گذشته نگر، ۱۸۰ دانشجو از مقاطع مختلف دانشگاه تبریز به روش در دسترس انتخاب و به مقیاس ناگویی خلقی تورنتو ، پرسشنامه پنج وجهی ذهن آگاهی و مقیاس سیستم های بازداری/ فعال سازی رفتاری پاسخ دادند. یافته ها نشان داد که سیستم بازداری رفتاری بر ناگویی خلقی و ذهن‌آگاهی رگه اثر مستقیم و مثبت دارد و سیستم فعال ساز رفتاری نیز بر ذهن‌آگاهی رگه اثر مستقیم دارد. ذهن‌آگاهی با ناگویی خلقی رابطه ندارد و اثر غیر مستقیم سیستم فعال‌ساز و بازداری رفتاری با ناگویی خلقی معنا دار نیست. بر اساس یافته‌ها می‌توان نتیجه گرفت که سیستم بازداری رفتاری یکی از تعیین کننده‌های اساسی سطوح ذهن آگاهی و ناگویی خلقی است. همچنین، مدل مفروض آزمون شده مدلی مطلوب در تبیین ناگویی خلقی افراد سالم است.

واژه‌های کلیدی: ناگویی خلقی، سیستم بازداری رفتاری، سیستم فعال ساز رفتاری، ذهن‌آگاهی رگه

Abstract

The aim of this study was to investigate the structural relationship among Behavioural inhibition system (BIS) and Behavioural activation system (BAS), dispositional mindfulness and alexithymia. For this reason, in a descriptive-coorelational and retrospective study, ۱۸۰ university students were selected from Tabriz University by convenient sampling method and asked to answer TAS-۲۰, FFMQ and BIS/BAS scale. Results showed that behavioural inhibition system has sinificantly positive and direct effect on dispositional mindfulness and alexithymia. There is not significant relationship between dispositional mindfulness and alexithymia. The indirect effect of behavioural inhibition system and behavioural activation system on alexithymia is not significant. According to the results, the behavioural inhibition system is the important determinants of mindfulness and alexithymia. Also, the tested model able to explain alexithymia in normal people.

Keywords: Alexithymia, Behavioural inhibition system, Behavioural activation system, Dispositional mindfulness

۱.گروه روان شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران. psy.heshmati@gmail.com

مقدمه

ناگویی خلقی در بررسی های آسیب شناسی و سبب شناسی به عنوان یکی از مشخصه‌ها و همبسته‌های مهم اختلالات روان-شناختی و روان‌تنی شناخته شده است. ناگویی خلقی با اختلالات شخصیت (پنفیلیس[۱] و همکاران، ۲۰۱۵)، مصرف مواد (لومینت[۲] و همکاران، ۲۰۱۶)، اضطرابی (گابریل[۳] و همکاران، ۲۰۱۶)، افسردگی (هو[۴] و همکاران، ۲۰۱۶)، سایکوتیک (حشمتی و همکاران،۲۰۱۱) و همچنین با اختلالات روان‌تنی مثل بیماری های التهاب روده و زخم معده واکنشی (پورسلی[۵]، ۲۰۱۴)، و سردردهای میگرنی و صرع (مایرز[۶] و همکاران، ۲۰۱۳) مرتبط است. بر این اساس، بررسی ناگویی خلقی و تعیین‌گرهای آن از اهمیت بسزایی برخوردار است.

ناگویی خلقی سازه ای است که برای اولین بار توسط سیفنوس[۷] و همکارانش (۱۹۷۳) مطرح شد و عبارتست از ناتوانی در پردازش شناختی، اطلاعات هیجانی و تنظیم هیجانات (بگبی[۸] و تیلور[۹]، ۱۹۹۷؛ لین[۱۰]، آهرن[۱۱]، شوارتز[۱۲]، کاسنیاک[۱۳]، ۱۹۹۷؛ تیلور،۲۰۰۰ تیلور و بگبی،۲۰۰۰). این سازه متشکل است از دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات و جهت گیری فکری بیرونی (تیلور و بگبی، ۲۰۰۰؛ پارکر[۱۴]، ۱۹۹۷، و سیفنوس،۲۰۰۰).

بر پایه دانش اخیر درباره زیست شناسی عصبی، برموند[۱۵] (۱۹۹۷) دو شکل از ناگویی خلقی را مطرح کرده است: الف) نوع اول، که از طریق فقدان تجربه هیجانی و بنابراین فقدان ابراز (بیان کردن و شناسایی) هیجانات مشخص می‌شود. ناگویی خلقی نوع اول با کژکاری نیمکره راست مغز مرتبط است، ب) نوعدوم، که به کاهش ابزار هیجانات، علی رغم سطوح تجارب هیجانی سالم و یا حتی عالی اشاره دارد و با نابهنجاریهای جسم پینه¬ای رابطه دارد. علاوه بر این، نوع یک ناگویی خلقی با نقایص و نابهنجاری های قشر کمربندی و اینسولا ارتباط دارد (لارسن[۱۶]، برند[۱۷]، برموند و هیجمن[۱۸]، ۲۰۰۳؛ آلیمان[۱۹]،۲۰۰۵). با پیشرفت علوم اعصاب در دهه¬های اخیر، مطالعات بسیاری در خصوص پایه های عصبی شخصیت صورت گرفته است. از جمله آن‌ها مدل نظری گری[۲۰] (۱۹۷۲ و ۱۹۸۱) است. گری دو بعد شخصیت اضطراب و تکانشگری را مطرح می‌کند و این دو کیفیت شخصیتی تفاوت هایی فردی در پاسخ های حساسیت دو سیستم عصبی-شیمیایی به نشانه های مرتبط محیطی را نشان می‌دهد (چارلز[۲۱]، کارور[۲۲] و وایت[۲۳]، ۱۹۹۴). گری دو سیستم اولیه را شناسایی کرد که حساسیت فردی به سیگنال‌های محیطی پاداش و تنبیه را کنترل می‌کنند. غلبه و فعالیت هر یک از این سیستم‌ها در فرد منجر به حالت های هیجانی متفاوت مانند اضطراب، زود انگیختگی و ترس می گردد و شیوه های رویارویی و واکنش های رفتاری متفاوتی را نیز برمی‌انگیزد (گری، ۱۹۹۴ به نقل از نریمانی، وحیدی و ابوالقاسمی، ۱۳۹۲). سیستم بازداری رفتار به نشانه های تنبیه، عدم پاداش و تازگی حساس است (آمادیو[۲۴]، مستر[۲۵]، لی[۲۶] و تیلور، ۲۰۰۷).

در مقابل سیستم فعال‌سازی رفتار فرد را به سوی تقویت مثبت و منفی سوق می‌دهد. کارور و وایت (۱۹۹۴) سیستم فعالسازی رفتار را در مقیاس سیستم بازداری و فعال‌سازی رفتار خود ساختاری چند وجهی تصور کردند که شامل سه زیرمجموعه

۱. Panfilis
۲. Luminet
۳. Gabriel
۴. Ho
۵. Porcelli
۶. Myers
۷. Sifneos
۸. Bagby
۹. Taylor
۱۰. Lean
۱۱. Ahern
۱۲. Shwartz
۱۳. Casinac
۱۴. Parker
۱۵. Bermond
۱۶. Larsen
۱۷. Brand
۱۸. Hijman
۱۹. Aleman
۲۰. Gray
۲۱. Charls
۲۲. Carver
۲۳. White
۲۴. Amadio
۲۵. Master
۲۶. Lee

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1395.10.4.1.2]
[DOI: 10.18869/acadpub.rph.10.4.30]

است: گرایش به تمرکز روی نتایج مثبت رفتار هدفمند (برای مثال پاسخ پاداش)، تداوم رفتار به دنبال یک هدف (مانند سائق) و تمایل به انجام رفتار خودانگیخته زمانی که احتمال تهییج و پاداش وجود دارد (برای مثال گرایش به سرگرمی).

ناگویی خلقی، نوعی کاهش در ابراز و تجربه هیجانی است. کاهش ابراز هیجانات اساسا بیانگر نوعی فقدان یا بد تنظیمی هیجانات است (بگبی و تیلور،۱۹۹۷). یافته‌های پژوهش‌های متعددی روابط قوی سیستم بازداری رفتار، مولفه سائق سیستم فعال سازی رفتار و تنظیم هیجانی را نشان می‌دهد (مثل هانت[۱] و همکاران، ۲۰۱۳ و پیکت[۲] و همکاران، ۲۰۱۲). تفاوت های فردی در حساسیت سیستم بازداری و فعال سازی رفتار در تفاوت های فردی در توانایی های تنظیم هیجانی نقش دارند.

مولفه دیگری که با ناگویی خلقی و سیستم‌های بازداری و فعال-سازی رفتار ارتباط دارد، ذهن‌آگاهی رگه است. ذهن آگاهی رگه گرایش عمومی به آگاه بودن همراه با توجه هدفمند به حس‌های بدنی، افکار و احساسات زمان کنونی بدون قضاوت است (بیشاپ و همکاران، ۲۰۰۴؛ کابات زین[۳]، ۲۰۰۳). به عبارت دیگر ذهن آگاهی به معنای توجه کردن به شیوه‌ی خاصی است. یعنی توجه و تمرکزی که سه عنصر در آن دخالت دارد: بودن در زمان حال ، هدفمندی و بدون قضاوت بودن. تمرینات ذهن آگاهی مثل مراقبه، می تواند ذهن آگاهی رگه را افزایش دهد (کوکن[۴] و همکاران، ۲۰۱۰) و نشانه ها جسمی و روان شناختی مثل افسردگی و درد را کاهش دهد (گویال[۵] و همکاران، ۲۰۱۴).

از آنجایی که ذهن آگاهی ساختاری چند بعدی است، همواره ضرورت مطالعه ارتباط اجزای آن با فرایند های روانشناختی مورد بحث بوده است. یک مدل چند بعدی از ذهن آگاهی، پنج وجه از ذهن آگاهی را مطرح می‌کند. ۱) مشاهده تجربه بلاواسطه ۲) توصیف و برچسب زنی تجربه به وسیله ی کلمات ۳) عمل با آگاهی ۴) تجربه بدون قضاوت ۵) عدم عکس العمل به تجربه ی درونی (بائر[۶] و همکاران، ۲۰۰۶). در مطالعات انجام شده نشان داده شده است که اجزای اختصاصی ذهن آگاهی به طور مستقیم با تنظیم هیجانی در ارتباط است. تمامی جنبه‌ها به جز مشاهده با بدتنظیمی هیجانی ارتباط دارد (بائر،۲۰۰۶). ووجانوویک، بن[۷] میلر[۸]، برن استاین، مکی[۹] و زولنسکی (۲۰۱۰) نشان دادند که شاخص‌های قضاوت نکردن و آگاهی به نظر می رسد می توانند به طور خاص پیش بینی کننده مشکلات تنظیم هیجانی باشند. همچنین در پژوهش‌هایی ارتباط بین ذهن آگاهی و تفاوت‌های فردی در حساسیت سیستم بازداری و فعال سازی رفتار مورد مطالعه قرار گرفته است. نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد که سطح بالای ذهن آگاهی با حساسیت کمتر در سیستم بازداری رفتار فرد همراه است، در نتیجه رابطه‌ای معکوس میان حساسیت سیستم بازداری رفتار و سطح ذهن آگاهی گزارش شده است (کاون[۱۰]، بستانو[۱۱]، کتچوبی[۱۲] و هاتزینگر[۱۳]، ۲۰۱۲؛ سور[۱۴]، والاچ[۱۵] و کهلز[۱۶]، ۲۰۱۱). همچنین ریس[۱۷]، زیلینسکی[۱۸] و ویلوکس[۱۹] (۲۰۱۵) نشان دادند که سیستم بازداری رفتار به واسطه ذهن آگاهی با مشکلات در مقیاس تنظیم هیجانی در ارتباط است. به بیان دیگر، حساسیت سیستم بازداری رفتار، افزایش بدتنظیمی هیجانی را به طور غیر مستقیم به واسطه استفاده از مهارت‌های ذهن آگاهی (عمل با آگاهی، عدم عکس العمل و قضاوت نکردن) پیش بینی می‌کند. همچنین یافته‌های این پژوهش نشان داد که مولفه سائق سیستم فعال‌سازی رفتار به طور مستقیم افزایش مشکلات بدتنظیمی هیجانی را پیش بینی می کند. همچنین

۱. Hundt
۲. Pickett
۳. Kabat-Zinn
۴. Koven
۵. Guyal

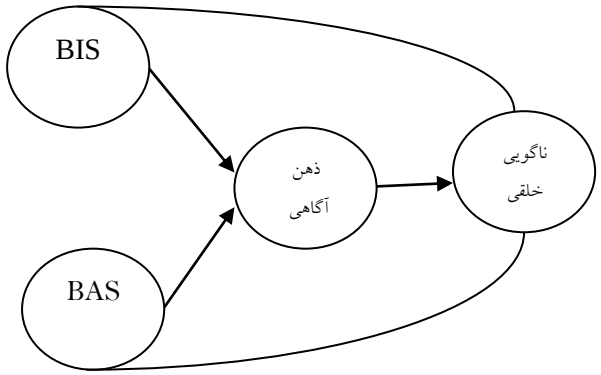
۶. Baer
۷. Ben
۸. Miller
۹. MC Kee
۱۰. Keune
۱۱. Bostanov
۱۲. Kotchoubey
۱۳. Hautzinger
۱۴. Sauer
۱۵. Walach
۱۶. Kohls
۱۷. Reese
۱۸. Zielinski
۱۹. Veilleux

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1395.10.4.1.2]
[DOI: 10.18869/acadpub.rph.10.4.30]

مولفه ی سائق سیستم فعال سازی رفتار به طور مثبت با ذهن آگاهی در ارتباط است (کاون و همکاران، ۲۰۱۲).

تحقیقات روان‌شناختی زیادی در خصوص ذهن آگاهی و نقش آن در مقابله با فشارزاهای زندگی روزمره (کابات-زین، ۱۹۹۰) و نیز درمان مشکلات روان شناختی (بائر، ۲۰۰۳) انجام گرفته است. در تحقیقی ریچارد[۱]، تیخیرا[۲] و پریرا[۳] (۲۰۱۵) نشان دادند که مولفه های ذهن آگاهی همبستگی منفی بالایی با ناگویی خلقی و مولفه های آن دارد. ابعاد ذهن آگاهی و پذیرش میانجی رابطه بین خود تفکیکی و ناگویی خلقی است. با این حال، بیشتر جنبه های روابط بین ذهن آگاهی و تنظیم هیجان هنوز مورد بررسی قرار نگرفته است (هیل[۴] و آپده گراف[۵]، ۲۰۱۲). به خصوص تحقیقی که روابط بین ناگویی خلقی و ذهن آگاهی را مورد هدف قرار دهد خیلی انگشت شمار است. همچنین، با بررسی ادبیات پژوهشی می‌توان گفت تقریباً هیچ تحقیقی در خصوص روابط بین سیستم های بازداری و فعال ساز رفتاری و ناگویی خلقی انجام نشده است.

در این تحقیق با استفاده از مطالعات پیشین و ادبیات پژوهشی در خصوص مبانی روان‌شناختی و نورولوژیک ناگویی خلقی که به برخی از آنها اشاره شد و همچنین با در نظر گرفتن عوامل کلیدی و متغیرهای پیش‌بین و تاثیرگذار، مدلی برای تعیین-گرهای ناگویی خلقی ارایه شده که در شکل زیر آورده شده است:



شکل۱. مدل مفهومی ناگویی خلقی

بر اساس مدل فوق می توان گفت که ناگویی خلقی از جهتی به طور مستقل و مستقیم هم تحت تاثیر سیستم بازداری رفتاری و از جهتی دیگر تحت تاثیر سیستم فعال ساز رفتاری است که هر دوی این سیستم‌ها به عنوان عوامل زیستی ، حلقه زیستی مدل و متغیر برونزا است. سیستم فعال‌ساز رفتاری می‌تواند از طریق افزایش توان گرایشی فرد برای مواجه‌شدن با احساسات منفی و افزایش توان ابراز هیجانات مثبت از میزان ناگویی خلقی بکاهد. برعکس، سیستم بازداری رفتاری از طریق بازداری احساسات و رفتارها از توان فرد برای شناسایی، مواجهه و ابراز احساسات می-کاهد و بنابراین بر میزان ناگویی خلقی فرد می‌افزاید. همچنین، به نظر می‌رسد سیستم های بازداری و فعال ساز رفتاری می‌تواند از طریق ذهن آگاهی و با تاثیرگذاری بر آن به شکلی غیر مستقیم نیز ناگویی خلقی را تحت تاثیر قرار دهد. ذهن آگاهی نیز تحت تاثیر عوامل زیستی سیستم های مغزی-رفتاری و با افزایش میزان آگاهی نسبت به احساسات و تجارب درونی و شناخت بیشتر آنها، پذیرش و قضاوت نکردن آنها توان فرد برای توصیف، شناسایی و ابراز عواطف را بیشتر می کند و از میزان ناگویی خلقی می کاهد؛ بنابراین، ذهن‌آگاهی می‌تواند به عنوان متغیر واسطه‌ای در مدل باشد. نکته قابل تامل در خصوص روابط متقابل این مدل به مشترک بودن تمامی متغیرها در عامل هیجان مربوط است. چرا که همه این متغیرها یا بر بازداری یا ابراز هیجانات (یعنی سیستم های بازداری و فعال ساز رفتاری)، یا آگاهی و توجه به هیجانات و تجارب درون‌روانی (ذهن‌آگاهی) و یا شناسایی

[۱]. Ricardo
[۲]. Teixeira
[۳]. Pereira
[۴]. Hill
[۵]. Updegraff

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1395.10.4.1.2]
[DOI: 10.18869/acadpub.rph.10.4.30]

هیجانات (ناگویی خلقی) تاکید دارند. بدین ترتیب هدف این پژوهش بررسی نقش مستقیم سیستم‌های فعال سازی و بازداری رفتاری و نقش واسطه‌ای ذهن‌آگاهی در پیش‌بینی ناگویی خلقی است.

روش

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

روش پژوهش حاضر از نوع گذشته نگر، توصیفی-همبستگی و مقطعی است. جامعه پژوهش شامل کلیه دانشجویان مقاطع لیسانس، فوق لیسانس و دکتری دانشگاه تبریز بودند که در سال تحصیلی ۱۳۹۴ مشغول به تحصیل بودند.

برای تعیین حجم نمونه در پژوهش حاضر از پیشنهاد جیمز استیونس استفاده شد. مطابق پیشنهاد جیمز استیونس، تعداد پانزده مورد برای هر متغیر پیش بین در تحلیل رگرسیون چند گانه در نظر گرفته می شود و چون مدل سازی معادلات ساختاری در برخی جنبه ها کاملا مرتبط با رگرسیون چندگانه است تعداد پانزده مورد به ازای هر متغیر اندازه گیری شده در مدل سازی معادلات ساختاری در نظر گرفته شد. تحقیق حاضر و مدل پیشنهادی ما دارای ۱۱ متغیر اندازه‌گیری شده است. اگر ۱۱ در ۱۵ ضرب گردد حجم نمونه ۱۶۵ نفر خواهد بود. با توجه به اینکه افزایش حجم نمونه اعتبار درونی و بیرونی پژوهش را افزایش داده و باعث می‌شود که پژوهشگر با اطمینان بیشتری یافته‌های نمونه را به جامعه مورد مطالعه تعمیم دهد، و از جهتی نیز در تحلیل نهایی برخی از شرکت کنندگان به دلیل پاسخ‌های پرت از تحلیل کنار گذاشته می‌شوند، بنابراین حجم نمونه به ۱۸۰ نفر افزایش داده شد که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. میانگین سنی و انحراف معیار شرکت‌کنندگان برای گروه مردان ۲۱ (۱/۳۷) و برای گروه زنان ۲۳ (۲/۱۴) و برای کل گروه ۲۲/۵ (۲/۰۷) بود. از بین تمامی شرکت کنندگان یعنی ۱۸۰ نفر، ۹۸ نفر (۶۲ درصد) زن و ۵۸ نفر (۳۷ درصد) مرد بود. اکثر آزمودنی های مورد پژوهش مجرد (۸۸ درصد) و دارای وضعیت اجتماعی اقتصادی (۸۷ درصد) متوسط بودند. همچنین بیشتر شرکت-کنندگان دارای مقطع تحصیلی لیسانس (۵۱ درصد) بودند. خلاصه اطلاعات جمعیت‌شناختی در جدول زیر آمده است.

جدول ۱: آماره های توصیفی مشخصه های بالینی بیماران به تفکیک جنسیت

متغیر		F	%
جنسیت	زن	۹۸	۸,۶۲
	مرد	۵۸	۲,۳۷
	کل	۱۵۶	۱۰۰
وضعیت تاهل	متاهل	۱۴	۹
	مجرد	۱۳۸	۸۸,۵
	طلاق گرفته	۴	۲,۶
	کل	۱۵۶	۱۰۰
وضعیت اجتماعی-اقتصادی	بالا	۱۰	۴,۶
	متوسط	۱۳۶	۸۷,۲
	پایین	۸	۵,۱
	کل	۱۵۴	۹۸,۷
وضعیت شغلی	تمام وقت	۸	۵,۱
	پاره وقت	۱۲	۷,۷
	کل	۲۰	۱۲,۸
وضعیت تحصیلی	فوق دیپلم	۱۲	۷,۷
	لیسانس	۸۰	۵۱,۳
	فوق لیسانس	۵۸	۳۷,۲
	کل	۱۵۰	۹۶,۲

برای اجرای، ابتدا به کلاس های از قبل تعیین شده مراجعه کرده و قبل از توزیع پرسشنامه ها توضیحاتی در خصوص هدف پژوهش و دستور العمل نحوه پاسخ دهی به سوالات به دانشجویان داده شد. به شرکت کنندگان توضیح داده شد که به دقت سؤالات را مطالعه نموده و پاسخ های موردنظر را متناسب با ویژگی‌ها، باورها، احساسات، تجارب و رفتار خود انتخاب نمایند و سؤالی را تا حد امکان بی جواب نگذارند. برای مراعات ملاحظات اخلاقی، تنها از کسانی استفاده شد که خود راضی و مایل به شرکت در پژوهش بودند.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1395.10.4.1.2]
[DOI: 10.18869/acadpub.rph.10.4.30]

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1395.10.4.1.2]
[DOI: 10.18869/acadpub.rph.10.4.30]

ابزار

۱- مقیاس ناگویی خلقی تورنتو (TAS-۲۰[۱]): مقیاس ناگویی خلقی تورنتو (بگبی، پارکر و تیلور، ۱۹۹۴) یک آزمون ۲۰ سؤالی است و سه زیرمقیاس دشواری در شناسایی احساسات (DIF[۲]) شامل ۷ آیتم، دشواری در توصیف احساسات (DDF[۳]) شامل ۵ سوال ، وجهت گیری فکری بیرونی (EOT[۴]) شامل ۸ آیتم را در اندازه های پنج درجه‌ای لیکرت از نمرة ۱ (کاملا مخالف) تا نمرة ۵ (کاملا موافق) می‌سنجد. یک نمرة کل نیز از جمع نمره های سه زیرمقیاس برای ناگویی خلقی کلی محاسبه می شود. ویژگی های روانسنجی مقیاس ناگویی خلقی تورنتو-۲۰ در پژوهش های متعدد بررسی و تایید شده است (پارکر، تیلور و بگبی، ۲۰۰۱، ۲۰۰۳؛ پالمر، گیگانس، مانوکا و استاف، ۲۰۰۴؛ پاندی، مندال، تیلور و پارکر، ۱۹۹۶؛ تیلور و بگبی، ۲۰۰۰). قربانی و همکاران (۲۰۰۲) این مقیاس را بر روی نمونه‌های ایرانی وآمریکایی اعتباریابی کرده وضریب آلفای زیر مقیاس های DDF،DIF،EOT را در نمونه ایرانی به ترتیب ۰/۷۴/۵۰، ۰/۰ و۰/۶۱ و در نمونه های آمریکایی به ترتیب۰/۸۲/۶۰، ۰/۰ و۰/۷۷ بدست آورده اند. در تحقیق حشمتی و همکاران (۲۰۱۰) ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس در یک جمعیت بیماران و افراد سالم ۰/۷۷ به دست آمد.

۲- مقیاس سیستم‌های بازداری/ فعال‌سازی رفتاری[۵]: این مقیاس توسط وایت و کارور به منظور ارزیابی تفاوت های فردی در حساسیت به نظام بازداری رفتاری و فعال سازی رفتاری ساخته شد (گری، ۱۹۹۵). مقیاس سیستم های بازداری/ فعال سازی رفتاری دارای ۲۴ سوال است و شرکت کنندگان به این سوالات در مقیاس لیکرت ۴ نقطه‌ای از درست نیست (۱) تا کاملا درست است (۴) پاسخ می‌دهند. این مقیاس متشکل از ۴ خرده مقیاس است. سیستم بازداری رفتاری و سیستم فعال ساز رفتاری متشکل از ۳ خرده مقیاس پاسخ به پاداش، پاسخ به سائق و جستجوی شادی و تفریح است. لوکستون و داو (۲۰۰۱) ثبات درونی بازداری رفتاری ۰/۷۲ و روایی افتراقی آن با اضطراب را ۰/۵۵ گزارش کردند. همچنین ضریب آلفای کرونباخ بازداری و فعال‌سازی را به ترتیب ۰/۷۸ و ۰/۸۱ گزارش شده است (گری، ۱۹۹۵).

۳- پرسشنامه پنج وجهی ذهن آگاهی (FFMQ)[۶]: پرسشنامه پنج وجهی ذهن آگاهی (بائر، اسمیت، هاپکینس، کریتمایر، و تونی، ۲۰۰۶) یک پرسشنامه خودگزارشی ۳۹ ماده ای است که پنج وجه از ذهن آگاهی را می سنجد. زیر مقیاس‌ها عبارتند از: عمل با آگاهی، عدم قضاوت به تجارب درونی، عدم واکنش به تجارب درونی، توصیف، مشاهده. عامل مشاهده در برگیرنده توجه به محرکهای بیرونی و درونی مانند احساسات، شناختها، هیجانها، صداها و بوها است. توصیف به نامگذاری تجربه های بیرونی با کلمات مربوط میشود، عمل توأم با هوشیاری در برگیرنده عمل کردن با حضور ذهن کامل در هر لحظه است و در تضاد با عمل مکانیکی است که در هنگام وقوع ذهن فرد در جای دیگری است. غیر قضاوتی بودن به تجربه درونی شامل حالت غیر قضاوتی داشتن نسبت به افکار و احساسات است و غیر واکنشی بودن به تجربه درونی اجازه آمد و رفت به افکار و احساسات درونی است بی آنکه فرد در آنها گیر کند. از شرکت کنندگان خواسته می شود که هر کدام از عبارت ها را بر اساس مقیاس ۵ پزینه ای لیکرت درجه بندی کنند (۱= هرگز یا خیلی به ندرت درست، ۵= تقریبا همیشه یا همیشه درست). در تحقیقات گذشته نشان داده شده است که جنبه های FFMQ از همسانی درونی خوب تا عالی برخوردار است (α=۰/۹۱-۰/۷۵) (بائر و همکاران، ۲۰۰۶). همبستگی بین عامل‌ها متوسط و در همه موارد معنی‌دار بود و در طیفی بین ۰/۱۵ تا ۰/۳۴ قرار داشت (نئوسر، ۲۰۱۰).

همچنین در مطالعه ای که بر روی اعتباریابی و پایایی این پرسشنامه در ایران انجام گرفت، ضرایب همبستگی آزمون-بازآزمون پرسشنامه FFMQ در نمونه ایرانی بین ۵۷/= r۰ (مربوط به غیرقضاوتی بودن) و ۸۴/=r۰ (عامل مشاهده) مشاهده

۱ . Toronto Alexithymia Scale (TAS-۲۰)
۲ . Difficulty Identifying Feeling
۳ . Difficulty Describing Feelings
۴ . Externally-Oriented Thinking
۵ . Behavioral Avoidance/Inhibition (BIS/BAS) Scales
۶. Five Facet Mindfulness Questionnaire (FFMQ)

گردید. همچنین، ضرایب آلفا در حد قابل قبولی (بین α=۰/۵۵ مربوط به عامل غیرواکنشی بودن و α=۰/۸۳ مربوط به عامل توصیف) بدست آمد (احمدوند، ۱۳۹۰).

یافته‌ها

جدول ۲ نتایج آزمون t را برای بررسی تفاوت دو گروه زنان و مردان در متغیرهای ناگویی خلقی، ذهن آگاهی و سیستم های بازداری/فعالسازی رفتاری و زیر مقیاس‌های آن‌ها نشان داده است. همان‌طوری که مشاهده می‌شود دو گروه از بین مولفه های ناگویی خلقی در متغیرهای مشکل در توصیف احساسات (p<۰/۰۵) تفاوت معنادار دارند. بررسی‌های بیشتر و توجه به میانگین‌های دو گروه نشان می‌دهد که گروه مردان در این متغیر میانگین بیشتری نسبت به گروه زنان دارند. این یافته نشان می‌دهد که مردان مشکلات بیشتری در توصیف احساسات خود دارند. در متغیر ذهن آگاهی و مولفه های آن دو گروه زن و مرد تفاوت معنی داری ندارند. بدین معنا که در این ویژگی ها هر دو گروه شبیه به هم هستند. همچنین دو گروه در متغیر سیستم بازداری رفتاری (p<۰/۰۱) تفاوت معناداری دارند. توجه به میانگین‌ها نشان می‌دهد که گروه زنان در این متغیر دارای میانگین بیشتری نسبت به میانگین مردان هستند. بدین معنا که زنان نسبت به مردان بازداری بیشتری در افکار، احساسات و رفتارهای خود دارند. در نهایت، در متغیر سیستم فعال ساز رفتاری و مولفه‌های آن دو گروه زن و مرد تفاوت معنی‌داری ندارند. بدین معنا که در این ویژگی‌ها هر دو گروه شبیه به هم هستند.

جدول ۲. تفاوت دو گروه مردان و زنان در متغیرهای روان شناختی پژوهش

متغیر	جنس	M	SD	T	Sig.
ناگویی خلقی	زن	۴۹/۰۱	۱۰/۲۲	-۰/۸۹	۰/۳۷
	مرد	۵۰/۵۷	۱۱/۰۹		
بهوشیاری	زن	۱۷۵/۰۷	۱۳/۶۱	-۰/۳۳	۰/۷۳
	مرد	۱۷۵/۹۰	۱۶/۲۶		
سیستم بازداری رفتاری	زن	۲۱/۱۸	۲/۵۶	۳/۵۳	۰/۰۰۱
	مرد	۱۹/۶۳	۲/۷۴		
سیستم فعال ساز رفتاری	زن	۴۱/۴۲	۳/۸۰	۱/۷۱	۰/۰۸
	مرد	۳۹/۸۵	۷/۶۰		

بر اساس نتایج آزمون همبستگی پیرسون (r) متغیر ناگویی خلقی با ذهن آگاهی رابطه مثبت و معنادار دارد (p<۰/۰۱). بدین معنا که با افزایش ناگویی خلقی سطح ذهن آگاهی نیز افزایش می‌یابد. همچنین از بین مولفه های ذهن آگاهی، مولفه های توصیف و عمل در سطح یک صدم و به صورت منفی با ناگویی خلقی رابطه دارند (p<۰/۰۱). بدین معنا که با افزایش ناگویی خلقی، مولفه های توصیف و عمل کاهش می‌یابد؛ اما مولفه عدم قضاوت در سطح پنج صدم و به صورت مثبت با ناگویی خلقی معنی دار میباشد (p<۰/۰۵). بدین معنا که با افزایش ناگویی خلقی سطح عدم قضاوت نیز افزایش می‌یابد. مولفه های توصیف و عدم واکنش رابطه معنی داری با ناگویی خلقی ندارد. از بین مولفه های سیستم فعال ساز رفتاری تنها مولفه سرگرمی رابطه مثبت و معنی دار با ناگویی خلقی دارد (p<۰/۰۱). بدین معنا که با افزایش مولفه سرگرمی، ناگویی خلقی نیز افزایش می یابد. سایر مولفه های سیستم فعال ساز رفتاری و همچنین سیستم بازداری رفتاری رابطه معنی داری با ناگویی خلقی ندارد.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1395.10.4.1.2]
[DOI: 10.18869/acadpub.rph.10.4.30]

ارزیابی بخش ساختاری مدل مفروض تحقیق در دو بخش انجام گرفت. در بخش اول اثرات مستقیم متغیرهای مکنون برونزا بر متغیرهای مکنون درونزا بررسی شد. در بخش دوم به تاثیرات مستقیم متغیرهای مکنون درونزا بر متغیرهای مکنون درونزا پرداخته‌شد.

جدول ۳. اثرات مستقیم متغیرهای مکنون برونزا بر متغیرهای مکنون درونزا در بخش ساختاری مدل (اثرات مستقیم KSI بر ETA)

متغیرهای مکنون برون زا← متغیر مکنون درون زا	شاخص	برآورد پارامتر استاندارد نشده	پارامتر استاندارد شده	خطای برآورد استاندارد نشده	آماره t
سیستم بازداری رفتاری← ذهن آگاهی	γ_1	۰/۳۲	۰/۲۸	۰/۱۲	۲/۶۷
سیستم بازداری رفتاری← ناگویی خلقی	γ_2	-۰/۲۴	-۰/۲۳	۰/۰۹	-۲/۶۶
سیستم فعال ساز رفتاری← ناگویی خلقی	γ_3	۰/۱۹	۰/۴۹	۰/۰۹	۲/۰۷

همان‌طوری که نتایج مربوط به اثرات مستقیم متغیرهای مکنون برونزا بر متغیرهای مکنون درونزا نشان می‌دهند ضرایب مسیر همه روابط معنی دار است. مسیر مستقیم بین متغیر سیستم بازداری رفتاری و ذهن آگاهی بالاترین ضریب را به خود اختصاص داده است (t=-۲/۶۷،β=-۰/۲۸). مثبت بودن پارامتر این مسیر نشان می دهد که یک واحد تغییر در سیستم بازداری رفتاری موجب ۰/۲۸ واحد افزایش در متغیر ذهن آگاهی خواهد شد. پس از آن مسیر مستقیم رابطه بین سیستم بازداری رفتاری و ناگویی خلقی قرار دارد (t=-۲/۶۶،β=-۰/۲۳). منفی بودن ضریب مسیر این رابطه نشان می‌دهد که یک واحد تغییر در متغیر سیستم بازداری رفتاری موجب ۰/۲۳ واحد افزایش در متغیرناگویی خلقی می‌شود. بعد از آن ضریب مسیر رابطه بین متغیر سیستم فعال ساز رفتاری و ناگویی خلقی مثبت و معنی دار است (t=-۲/۰۷،β=-۰/۴۹). این یافته نشان می‌دهد که یک واحد تغییر در سیستم فعال ساز رفتاری موجب ۰/۴۹۸ واحد افزایش در متغیر ناگویی خلقی خواهد شد.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1395.10.4.1.2]
[DOI: 10.18869/acadpub.rph.10.4.30]

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

[DOR: 20.1001.1.20080166.1395.10.4.1.2]

[DOI: 10.18869/acadpub.rph.10.4.30]

جدول ۴. اثرات مستقیم متغیرهای مکنون درونزا بر متغیرهای مکنون درونزا در بخش ساختاری مدل

متغیر مکنون درون زا←متغیر مکنون درون زا	شاخص	برآورد پارامتر استاندارد نشده	پارامتر استاندارد شده	خطای برآورد استاندارد نشده	آماره t
ذهن آگاهی←ناگویی خلقی	β_1	۱/۲۹	۰/۶۳	۰/۹	۱/۴۳

جدول ۴ اثرات مستقیم متغیرهای مکنون درونزا بر متغیرهای مکنون درونزا را نشان داده است. یافته ها نشان می دهد که اثر مستقیم ذهن آگاهی بر ناگویی خلقی معنی دار نمی باشد (t= ۱/۴۳،β=۰/۶۳). این یافته نشان می دهد که تغییرات ذهن آگاهی منجر به تغییر ناگویی خلقی نمی گردد.

بعد از اصلاح مدل شاخص‌های برازندگی دوباره مورد بررسی قرار گرفت. یافته های سه گروه شاخص برازندگی در جدول ۵ آورده شده است.

جدول ۵. شاخص‌های مطلق، تطبیقی و مقتصد برای بررسی برازندگی مدل مفروض اصلاح شده

شاخص‌های مقتصد برازندگی			شاخص‌های تطبیقی برازندگی				شاخص‌های مطلق برازندگی			AIC
X^2 /df	RMSEA	PGFI	PNFI	IFI	CFI	NFI	GFI	P	χ^2	۱۴۴
۲/۷۶	۰/۱	۰/۵۵	۰/۵۲	۰/۹۱	۰/۸۹	۰/۹۱	۰/۸۹	۰/۰	۱۳۲	

همان طوری که مشاهده می‌شود مقادیر هر سه گروه شاخص های مطلق، تطبیقی و مقتصد برازندگی نشان می‌دهند که مدل از برازش خوب و قابل قبول برخوردار است. در اینجا می‌توان از طریق آزمون تفاوت میانگین‌های χ^2 (آزمون D۲) به مقایسه نتایج قبل از اصلاح و بعد از اصلاح مدل پرداخت که در فرمول زیر نشان داده شده است:

D^2= قبل اصلاح χ^2 - بعد اصلاح χ^2=۱۳۲-۱۴۵=۱۳

تفاوت درجه آزادی دو χ^2 قبل و بعد اصلاح عبارتست از:

df=۴۸-۵۰=۲

بدین ترتیب D^2 =۱۳ با درجه آزادی ۲ معنی دار است که نشان از مطلوب بودن مدل اصلاح شده نسبت به مدل اصلاح نشده دارد. با این حال شاخص χ^2 بعد از اصلاح نیز معنادار است (p=۰/۰۱)، اما این شاخص تحت تأثیر حجم نمونه قرار دارد و بنابراین، نمی‌تواند تنها معیار تصمیم گیری در خصوص برازندگی مدل باشد. شاخص GFI نزدیک به یک و در محدوده قابل قبول است. بنابراین شاخص‌های مطلق به جزءχ^2 نشان می‌دهند که داده های پژوهش حاضر از مدل مفهومی تحقیق حمایت می کنند. تمام شاخص‌های تطبیقی NFI، CFI، و IFI نیز نزدیک به یک هستند که نشان از برازندگی خوب مدل دارد. مقادیر شاخص‌های مقتصد PNFI و PGFI بزرگ‌تر از ۰/۵۰ و بنابراین در حد مطلوب هستند. شاخص RMSEA نیز در حد قابل قبول است. مقدار شاخص χ^2/df کوچک‌تر از ۳ و در محدوده مناسب برای پذیرش مدل است. بنابراین شاخص‌های مقتصد نیز نشان می‌دهند که اقتصاد مدل رعایت شده و مدل پیچیده طراحی نشده است. بدین معنا که در آزادگذاری پارامترهای ثابت امساک وجود داشته و پارامترهایی که برای برآورد آزاد گذاشته شده‌اند دارای مبنای نظری و تجربی قوی هستند. معیار اطلاعات آکائیک (AIC) برای مدل اصلاح شده پایین‌تر از مدل اصلاح نشده است (۱۹۲ در برابر ۲۰۰) که نشان می‌دهد مدل اصلاح شده برازنده تر از مدل اصلاح نشده است. در مجموع با در نظر گرفتن مقادیر تک تک این شاخص‌ها و مقایر

هر سه گروه باید گفت که مدل مفروض این تحقیق بعد از اصلاح

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی روابط ساختاری سیستم فعال ساز و بازدای رفتاری، ذهن آگاهی و ناگویی خلقی به منظور بررسی تعیین کننده‌های ناگویی خلقی در دانشجویان و در قالب یک مدل انجام شد. یافته‌ها نشان داد که سیستم فعال ساز اثر مسقیم مثبت و معنی دار و سیستم بازداری رفتاری اثر مستقیم منفی و معنی دار بر ذهن‌آگاهی دارند. این یافته با یافته‌های هامیل[1] و همکاران (۲۰۱۵)، کیون و همکاران (۲۰۱۲) و ریس و همکاران (۲۰۱۵) همسوست. در تبیین این یافته می‌توان به ارتباط هیجان های مثبت ناشی از فعال‌سازی سیستم فعال ساز رفتاری با ذهن آگاهی و هیجان منفی ناشی از سیستم بازداری رفتاری با ذهن آگاهی اشاره کرد. به نظر می‌رسد که هیجانات مثبتی که در نتیجه حس خوشایند لذت و پاداش سیستم فعال‌ساز رفتاری ایجاد می‌شود گرایش فرد نسبت به آگاهی و حضور ذهن در خصوص موقعیت یا فعالیت را افزایش می‌دهد. همچنین، رابطه مثبت بین این دو متغیر می‌تواند به فرایندهای گرایش به موقعیت و لذت بردن از آن مربوط شود، چرا که گرایش به لذت منجر به افزایش توجه فرد برای حس کردن تجربه آن موقعیت و ماندن در آن می شود. از جهتی دیگر، هیجانات ناخوشایند ناشی از سیستم بازداری رفتاری با ایجاد احساسات آزارنده منجر به فرار از موقعیت و عدم توجه و آگاهی از آن همراه می شود. چرا که سیستم بازداری رفتاری با اجتناب همراه است و فرد سعی می‌کند با فرار و حواس‌پرتی خود را از موقعیت دور نگه دارد. بدین ترتیب، رابطه منفی سیستم بازداری رفتاری و ذهن آگاهی در تحقیق حاضر قابل توجیه است. بدین معنا که با افزایش سیستم بازداری رفتاری از میزان ذهن آگاهی کاسته می‌شود. بر این اساس، می توان گفت که در نتیجه سیستم بازداری رفتاری فرایندهای ذهنی توجه و آگاهی درگیر می شوند و فرد با اجتناب از فکر کردن، توجه و آگاهی به موقعیت خود را از هیجانات منفی و حالت های ناخوشایند دور نگه می دارد.

همچنین یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که سیستم بازداری رفتاری بر ناگویی خلقی اثر مثبت و معنی دار دارد. این یافته با یافته های هاویلند[2] (۲۰۱۶)، و کوون (۲۰۱۴) همسوست. در تبیین این یافته می توان به مکانیسم های مشترک بین سیستم بازداری رفتاری و ناگویی خلقی اشاره کرد. سیستم بازداری رفتاری با بازداری، فرار و اجتناب از موقعیت مشخص می شود. از جهتی دیگر ناگویی خلقی با مشکل در توصیف و شناسایی هیجان ها و تفکر عینی مشخص می شود. به نظر می رسد که افراد دارای سطوح بالای ناگویی خلقی دارای رگه شخصیتی سیستم بازداری رفتاری هستد و عدم توانایی این افراد در شناسایی و توصیف هیجان های خود در نتیجه بازداری هیجان ها و فرار از آنها به جای تجربه و لمس کردن آنها باشد. عدم تجربه هیجان ها منجر می شود که فرد در طولانی مدت از حالت های درونی خود دور نگه داشته شود و بنابراین نتواند آنها را شناسایی و توصیف نماید. عدم گریز از هیجانات ناخوشایند و تجربه و لمس نمودن آنها ظرفیت فرد برای دریافت و پذیرش احساسات را افزایش می دهد و بالعکس فرار و بازداری احساسات از ظرفیت درونی فرد جهت پذیرش می کاهد. بنابراین، به نظر می رسد که مکانیسم اصلی در توان فرد برای شناخت و توصیف احساسات درونی خود ناشی از گرایش به احساسات خوشایند و ناخوشایند و تمایل به تجربه و لمس آنها مربوط باشد. اما این موضوع در خصوص افراد با سطوح بالای سیستم بازداری رفتاری توان فرد در نتیجه گریز مداوم از احساسات می کاهد و فرد از شناخت و توصیف حالت های درونی خود باز می ماند و به تفکر عینی و سطحی روی می آورد. چرا که

[1]. Hamill

[2]. Haviland

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1395.10.4.1.2]
[DOI: 10.18869/acadpub.rph.10.4.30]

تفکر وقتی عمق می گیرد که فرد در گام اول روی موضوعی متمرکز شود و آن را از جوانب مختلف بررسی کند، چیزی که در افراد با سطوح بالای ناگویی خلقی در نتیجه فرار و عدم توجه و تمرکز دچار مشکل می شود.

یافته های تحقیق حاضر نشان داد که مدل مفهومی و فرضی تدوین شده با داده های پژوهش برازش دارد و مدلی قابل قبول در تبیین ناگویی خلقی می باشد. در این مدل دو عامل اصلی سیستم فعال ساز و سیستم بازداری رفتاری به عنوان تعیین کننده های ناگویی خلقی با واسطه گری ذهن آگاهی پیش بینی کننده های ناگویی خلقی در نظر گرفته شده است. بر مبنای ضرایب مسیر بین متغیرها، همه متغیرهای موجود در مدل به جزء ضریب مسیر رابطه بین ذهن آگاهی با ناگویی خلقی معنی دار است.

بر اساس مدل آزمون شده، سیستم فعال ساز و بازداری رفتاری به شکلی مستقیم توان بالایی در پیش بینی و تعیین ناگویی خلقی دارد. در حالی که این سیستم های شخصیتی با میانجیگری متغیر ذهن آگاهی قادر به تبیین و تعیین ناگویی خلقی نیستند. به نظر می رسد سیستم بازداری رفتاری از طریق مکانیسم های ذهنی اجتناب و افزایش نشخوار ذهنی نسبت به لحظه کنونی از میزان ذهن آگاهی فرد می کاهد. در حوزه ذهن آگاهی اجتناب و نشخوار ذهنی یک آسیب پذیری عمومی محسوب می شود. سیستم بازداری رفتاری با این آسیب پذیری ارتباط تنگاتنگ دارد. این در حالی است که بر اساس مدل تحقیق حاضر سیستم بازداری رفتاری نمی تواند با میانجیگری ذهن آگاهی بر ناگویی خلقی تاثیر بگذارد. این یافته نشان می دهد که سیستم بازداری رفتاری نمی تواند با افزایش آسیب پذیری نسبت به اجتناب و نشخوار ذهنی و در نهایت جدایی فرد از لحظه کنونی، هدایت خودکار و سرگردانی ذهنی منجر به افزایش یا کاهش سطوح ناگویی خلقی گردد. احتمالاً عوامل روان‌شناختی دیگری وجود دارند که اثر سیستم بازداری رفتاری بر ناگویی خلقی را هنگامی که آن با ذهن آگاهی همراه گردد خنثی می‌سازد.

همچنین، سیستم فعال‌ساز رفتاری از طریق ساز وکارهای گرایش فرد به موقعیت و افزایش سائق، پاداش جویی و تفریح طلبی زمینه تجربه لمس و حس کردن موقعیت کنونی را فراهم می‌کند. بر مبنای تحقیق حاضر، به نظر می‌رسد گرایش به موقعیت در افراد دارای سطوح بالای سیستم فعال ساز رفتاری زمینه افزایش ذهن آگاهی صفتی را ایجاد می‌کند. اما بر اساس این یافته، سیستم فعال ساز رفتاری از طریق میانجیگری متغیر ذهن آگاهی قادر به تغییر سطوح ناگویی خلقی در افراد سالم نیست. به نظر می‌رسد یکی از دلایل معنی دار نبودن این رابطه به شرایط تحقیق حاضر و پرسشنامه بکار رفته مربوط باشد. تحقیق حاضر بر روی افراد سالم و دانشجویان انجام شد. سطوح ناگویی خلقی در افراد سالم پایین تر از افراد بیمار است. از جهتی دیگر، انتظار می رود سطوح ذهن آگاهی در افراد سالم بالا باشد. بر این اساس انتظار می رود رابطه معکوس بین این دوسازه باشد. همچنین، در خصوص سیستم فعال ساز رفتاری و ناگویی خلقی نیز انتظار بر این است که رابطه معکوسی داشته باشند. به نظر می رسد در افراد سالم وقتی ذهن آگاهی بین سیستم فعال ساز رفتاری و ناگویی خلقی میانجیگری می کند، سیستم فعال ساز رفتاری قادر به تبیین واریانس ناگویی خلقی نمی باشد. شاید استفاده از پرسشنامه دیگر برای سنجش ذهن‌آگاهی نتایج دیگری حاصل کند. غیر از این تبیین ممکن است آن گونه که شواهد تجربی خارجی از ذهن آگاهی به عنوان یک فرایند روان‌شناختی موثر در پیشگیری از مشکلات هیجانی یاد می کنند، این عامل در فرهنگ ایرانی آن فرایند قدرتمند محافظ آسیب‌شناسی نیست که در پژوهش های خارجی شناسایی شده است. پژوهش های آینده در این زمینه می تواند بینش های بیشتری به دست دهند. بر اساس یافته های پژوهش حاضر می توان نتیجه گرفت که سیستم بازداری رفتاری به عنوان رگه شخصیتی یکی از تعیین کننده های اساسی سطوح ذهن آگاهی و ناگویی خلقی است. همچنین،

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1395.10.4.1.2]
[DOI: 10.18869/acadpub.rph.10.4.30]

مدل مفروض آزمون شده مدلی مطلوب در تبیین ناگویی خلقی افراد سالم می باشد.

پژوهش حاضر دارای محدودیت‌هایی است. اولین محدودیت مربوط می‌شود به در دسترس بودن نمونه مورد مطالعه. در این تحقیق تنها از بخشی از دانشجویان دانشگاه تبریز استفاده شد که طبیعتاً نمی‌تواند معرف کل دانشجویان در کشورمان باشد. بنابراین، یافته های این پژوهش را باید با احتیاط به کل جامعه دانشجویان کشورمان تعمیم داد. از طرف دیگر، حجم بیشتر آزمودنی‌های تحقیق ما دارای وضعیت اجتماعی اقتصادی متوسط بودند که نمی‌تواند تمام دانشجویان دارای وضعیت اجتماعی-اقتصادی بالا و پایین را پوشش دهد. بنابراین، پیشنهاد می‌شود که در تحقیقات آتی از روش‌های نمونه گیری تصادفی و دانشجویان در ابعاد مختلف مشخصه های جمعیت شناختی به روش‌های طبقه ای یا خوشه ای استفاده شود.

در این تحقیق اثر مستقیم ذهن‌آگاهی بر ناگویی خلقی معنادار نشد. یکی از دلایل آن می‌تواند به وجود تعداد زیادی متغیرهای اندازه گیری شده در مدل ما باشد که ناشی از ابزارهای انتخاب شده برای سنجش متغیرها بود. استفاده از اصل امساک گرایی و انتخاب ابزارهایی با مؤلفه های کمتر می‌تواند از پیچیدگی مدل کاسته و احتمال برازندگی مدل را افزایش دهد. بنابراین، پیشنهاد می‌گردد که در تحقیقات آتی از ابزارهای ساده تری استفاده شود.

منابع

Ahmadvand Z., Heidarinasab, L., Shaeiri, M. (۲۰۱۳). Explanation of psychological well-being on mindfulness components. *Health Psychology*, ۲, ٦۰-٦۹. [Prsian]

Aldao, A.,Nolen-Hoeksema,S. (۲۰۱۰).Specificity of cognitive emotion regulation strategies:atransdiagnosticexamination. *Behaviour Research and Therapy*.٤۸, ۹۷٤–۹۸۳.

Aleman, A. (۲۰۰۵). Feelings you can't imagine: towards a cognitive neuroscience of alexithymia. *Trends in Cogntive Sciences* ,۹,۵۵۳- ۵۵۵.

Baer, R. A. (۲۰۰۳). Mindfulness training as a clinical intervention: a conceptual and empirical review. *Clinical Psychology: Science and Practice*, ۱۰, ۱۲۵–۱٤۳.

Borrill, J., Fox, P., Flynn, M., & Roger, D. (۲۰۰۹). Students who self-harm: Coping style, rumination and alexithymia. *Counselling Psychology Quarterly*, ۲۲, ۳٦۱–۳۷۲.

Chambers, R., Gullone, E., & Allen, N. B. (۲۰۰۹). Mindful emotion regulation: An integrative review. *Clinical Psychology Review*, ۲۹, ٥٦۰–٥۷۲.

Gabriel, B., Untas, A., Lavner, J.A., Koleck, M., Luminet, O. (۲۰۱٦). Gender typical patterns and the link between alexithymia, dyadic coping and psychological symptoms, *Personality and Individual Differences*, ۹٦, ۲٦٦-۲۷۱.

Gilbert, P., McEwan, K., Gibbons, L., Chotai, S., Duarte, J., & Matos, M. (۲۰۱۲). Fears of compassion and happiness in relation to alexithymia, mindfulness, and self-criticism. *Psychology and Psychotherapy*: *Theory, Research and Practice*, ۸٥, ۳۷٤–۳۹۰.

Hamill, T.S., Pickett, S.M., Amsbaugh, H.M., Aho, K.M. (۲۰۱٥). Mindfulness and acceptance in relation to Behavioral Inhibition System sensitivity and

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1395.10.4.1.2]
[DOI: 10.18869/acadpub.rph.10.4.30]

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

[DOR: 20.1001.1.20080166.1395.10.4.1.2]

[DOI: 10.18869/acadpub.rph.10.4.30]

Keune, P. M., Bostanov, V., Kotchoubey, B., & Hautzinger, M. (٢٠١٢). Mindfulness versus rumination and behavioral inhibition: A perspective from research on frontal brain asymmetry. *Personality and Individual Differences*, ٥٣, ٣٢٣–٣٢٨.

Keune, P.M, Bostanov, V., Kotchoubey, B. & Hautzinger, M. (٢٠١٢). Mindfulness versus rumination and behavioral inhibition: A perspective from research on frontal brain asymmetry, *Personality and Individual Differences*, ٥٣, ٣٢٣–٣٢٨.

Koven, N.S. (٢٠١٤). Abnormal valence differentiation in alexithymia. *Personality and Individual Differences*, ٦٨, ١٠٢-١٠٦.

Larsen, J.K., Brand, N., Bermond, B., Hijman, R. (٢٠٠٣).Cognitive and emotional characteristics of alexithymia—a review of eurobiological studies. *Journal of Psychosomtic Research*, ٥٤,٥٣٣- ٤١.

Luminet, O., de Sousa Uva, M.C., Fantini, C., de Timary, P. (٢٠١٦). The association between depression and craving in alcohol dependency is moderated by gender and by alexithymia factors, *Psychiatry Research*, ٢٣٩, ٣٠, ٢٨-٣٨

Lykins, E. L. B., & Baer, R. A. (٢٠٠٩). Psychological functioning in a sample of long-term practitioners of mindfulness meditation. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, ٢٣, ٢٢٦–٢٤١.

Lyvers, M., Thorberg, F. A., Ellul, A., Turner, J., & Bahr, M. (٢٠١٠). Negative mood regulation expectancies, frontal lobe related behaviors and alcohol use. *Personality and Individual Differences*, ٤٨, ٣٣٢–٣٣٧.

psychological distress, *Personality and Individual Differences*, ٧٢, ٢٤–٢٩.

Haviland, M.G. (٢٠١٦). Alexithymia, Encyclopedia of Mental Health (Second Edition), ٤٧-٥٣.

Heshmati, R., Allahverdipour, H., Tabatabaei, M.G., Kamrani, S. (٢٠١١). Toronto Alexithymia Scale (TAS-٢٠): a study of patients with schizophrenia spectrum disorders, Procedia - *Social and Behavioral Sciences*, ٣٠, ٧٧١ – ٧٧٥.

Heshmati, R., Jafari, E., Hoseinifar, J., Ahmadi, M. (٢٠١٠). Comparative study of alexithymia in patients with schizophrenia spectrum disorders, non-psychotic disorders and normal people, *Procedia Social and Behavioral Sciences*, ٥, ١٠٨٤–١٠٨٩.

Hill, C. L., & Updegraff, J. A. (٢٠١٢).Mindfulness and its relationship to emotional regulation. *Emotion*, ١٢, ٨١–٩٠.

Ho, N.S.P., Wong, M.M.C., Lee, T.M.C. (٢٠١٦). Neural connectivity of alexithymia: Specific association with major depressive disorder, *Journal of Affective Disorders*, ١٩٣, ١٥, ٣٦٢-٣٧٢.

Hundt, N. E., Brown, L. H., Kimbrel, N. A., Walsh, M. A., Nelson-Gray, R., & Kwapil, T. R. (٢٠١٣). Reinforcement sensitivity theory predicts positive and negative affect in daily life. *Personality and Individual Differences*, ٥٤, ٣٥٠–٣٥٤.

Kabat-Zinn, J. (١٩٩٠). *Full catastrophe living: using the wisdom of your mind to face stress, pain, and illness*. New York: Dell Publishing.

Marchesi, M., Giaracuni, G., Paraggio, C., Ossola, P., Tonna, M., Panfilis, C.D. (۲۰۱٤).Pre-morbid alexithymia in panic disorder: A cohort study, *Psychiatry Research*, ۱, ۳۰,۱٤۱-۱٤٥.

Myers, L., Matzner, B., Lancman, M., Perrine, K., Lancman, M. (۲۰۱۳). Prevalence of alexithymia in patients with psychogenic non-epileptic seizures and epileptic seizures and predictors in psychogenic non-epileptic seizures. *Epilepsy & Behavior*, ۲٦(۲), ۱٥۳-۱٥۷.

Neuser, N. J. (۲۰۱۰), "Examining the Factors of mindfulness: A confirmatory Factot Analysis of the Five Facet mindfulness Questionnaire", *School of professional psychology paper*. ۱۲۸,۳,۲۳-۲۸.

Panfilis, C.D., Ossola, P., Tonna, M., Catania, L., Marchesi, C. (۲۰۱٥). Finding words for feelings: The relationship between personality disorders and alexithymia, *Personality and Individual Differences*, ۷٤, ۲۸٥-۲۹۱

Pickett, S.M., Bardeen, J.R., Orcutt, H.K., ۲۰۱۱.Experiential avoidance as a moderator of the relationship between behavioral inhibition system sensitivity and posttraumatic stress symptoms. *Journal of Anxiety Disorders*, ۲٥, ۱۰۳۸–۱۰٤٥.

Picket,S.M.Lodis,C.S.,Parkhill,M.R.,Orcutt,H.K.,۲۰۱۲.Personality and experiential avoidance :a model of anxiety sensitivity. *Personality and Individual Differences*. ٥۳,۲٤٦–۲٥۰.

Porcelli, P., Carne, M.D., Leandro, G. (۲۰۱٤). Alexithymia and gastrointestinal-specific anxiety in moderate to severe irritable bowel syndrome, *Comprehensive Psychiatry*, ٥٥, ۷, ۱٦٤۷-۱٦٥۳

Reese, E.D., Zielinski, M.J., & Veilleux, J.C. (۲۰۱٥). Facets of mindfulness mediate behavioral inhibition systems and emotion dysregulation. *Personality and Individual Differences*, ۷۲, ٤۱-٤٦.

Ricardo J. Teixeira & Pereira, M. G. (۲۰۱٥). Examining Mindfulness and Its Relation to Self-Differentiation and Alexithymia. *Mindfulness*, ٦:۷۹–۸۷.

Sauer, S., Walach, H., & Kohls, N. (۲۰۱۱). Gray's behavioral inhibition system as a mediator of mindfulness towards well-being. *Personality and Individual Differences*, ٥۰, ٥۰٦–٥۱۱.

Shapiro, S. L., Carlson, L. E., Astin, J. A., & Freedman, B. (۲۰۰٦). Mechanisms of mindfulness. *Journal of Clinical Psychology*, ٦۲, ۳۷۳–۳۸٦.

Sifneos, P.E. (۱۹۷۳).The prevalence of dalexithymicT characteristics in psychosomatic patients. *Psychother Psychosom*, ۲۲,۲٥٥- ۲٦۲.

Stasiewicz, P. R., Bradizza, C. M., Gudleski, G. D., Coffey, S. F., Schlauch, R. C., Bailey, S. T., et al. (۲۰۱۲). The relationship of alexithymia to emotional dysregulation within an alcohol dependent treatment sample. *Addictive Behaviors*, ۳۷(٤), ٤٦۹–٤۷٦.

Taylor, G.J., Parker, J.D.A., Bagby, R.M. (۱۹۹۰). A preliminary investigation of alexithymia in men with psychoactive

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1395.10.4.1.2]
[DOI: 10.18869/acadpub.rph.10.4.30]

substance dependence. *American Journal of Psychiatry*, ١٤٧, ١٢٢٨–١٢٣٠.

Thorberg, F. A., & Lyvers, M. (٢٠٠٦). Negative mood regulation (NMR) expectancies, mood, and affect intensity among clients in substance disorder treatment facilities. *Addictive Behaviors*, ٣١, ٨١١–٨٢٠.

Thorberg, F. A., Young, R., Sullivan, K. A., & Lyvers, M. (٢٠٠٩). Alexithymia and alcohol use disorders: A critical review. *Addictive Behaviors*, ٣٤, ٢٣٧–٢٤٥.

Tull, M. T., Gratz, K. L., Latzman, R. D., Kimbrel, N. A., & Lejuez, C. W. (٢٠١٠).Reinforcement sensitivity theory and emotion regulation difficulties: A multimodal investigation. *Personality and Individual Differences*, ٤٩, ٩٨٩–٩٩

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

[DOR: 20.1001.1.20080166.1395.10.4.1.2]

[DOI: 10.18869/acadpub.rph.10.4.30]