

## The Effect of Attachment Styles on The Symptoms of Depression and Emotional Dysregulation with the Mediation of Mentalization in Nurses

**Massoumeh Zahadian<sup>1</sup>, Fereshteh Arsalandeh<sup>2\*</sup>, Mahdis Shahini<sup>3</sup>, Najmeh Eftekhari<sup>4</sup>**

1- Master student in clinical psychology, Rudehen Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

2- PhD student in health psychology, Kharazmi University, Tehran, Iran.

3- Master of General Psychology, Gorgan Branch, Islamic Azad University, Gorgan, Iran.

4- Master of General Psychology, Farvardin Institute of Higher Education Qaemshahr, Mazandaran, Iran.

**Corresponding Author:** Fereshteh arsalandeh, PhD student in health psychology, Kharazmi University, Tehran, Iran.

Email: fereshteharsalan88@gmail.com

### Abstract

**Introduction:** As one of the most important members of the health care team, nurses play a vital role in the care-treatment system. Therefore, the present study was conducted with the aim of investigating the effect of attachment styles on the symptoms of depression and emotional dysregulation with the mediation of mentalization in nurses.

**Methods:** The present research is a descriptive-correlation type of structural equations. The research community included all the nurses working in hospitals and medical centers in Tehran, and 220 of them were selected by available sampling method. In order to collect data, Beck Depression Inventory-II, adult attachment inventory, reflective functioning questionnaire, and difficulties in emotion regulation Scale were used. For data analysis, Pearson correlation, structural equation modeling and SPSS version 26 and AMOS version 24 software were used.

**Results:** The results of the findings show the fit of the assumed model. Also, the coefficients of the direct paths of secure attachment style ( $\beta = -0.19$ ,  $T = -2.301$ ), avoidant ( $\beta = 0.46$ ,  $T = 3.39$ ) and ambivalent ( $\beta = 0.61$ ,  $T = 3.09$ ) was significant to depression. Direct paths of attachment style - secure ( $\beta = -0.40$ ,  $T = -0.28$ ), avoidant ( $T = 10/13$ ,  $\beta = -0/65$ ) and ambivalent ( $\beta = 0.52$ ,  $T = 3.79$ ) was significant to emotional dysregulation. Also, the analysis of research findings indicated the mediating role of mentalization in the relationship between attachment styles and symptoms of depression and emotional dysregulation.

**Conclusions:** According to the findings of the current research, mentalization has an important effect on the symptoms of depression and emotional dysregulation. Therefore, targeted interventions that are used in order to increase the capacity of mentalization, can probably have better clinical outcomes for nurses.

**Keywords:** Attachment styles, Depression symptoms, Emotional dysregulation, Mentalization.

## تأثیر سبک های دلستگی بر علائم افسردگی و بدنظمی هیجانی با میانجیگری ذهنی سازی در پرستاران

معصومه زاهدیان<sup>۱</sup>، فرشته ارسلان<sup>۵\*</sup>، مهدیس شاهینی<sup>۳</sup>، نجمه افتخاری<sup>۴</sup>

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۲- دانشجوی دکتری روانشناسی سلامت، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران.

۳- کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، واحد گرجان، دانشگاه آزاد اسلامی، گرجان، ایران.

۴- کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، موسسه آموزش عالی فروردین قائمشهر، مازندران، ایران.

نویسنده مسئول: فرشته ارسلان ده، دانشجوی دکتری روانشناسی سلامت، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران.

ایمیل: fereshteharsalan88@gmail.com

### چکیده

**مقدمه:** پرستاران به عنوان یکی از مهم ترین اعضا تیم مراقبت های بهداشتی، نقش حیاتی در سیستم مراقبتی - درمانی ایفا می کنند. از این رو پژوهش حاضر با هدف بررسی تاثیر سبک های دلستگی بر علائم افسردگی و بدنظمی هیجانی با میانجیگری ذهنی سازی در پرستاران انجام شد.

**روش کار:** پژوهش حاضر توصیفی - همبستگی از نوع معادلات ساختاری است. جامعه پژوهش شامل تمامی پرستاران مشغول به کار در بیمارستان ها و مراکز درمانی شهر تهران بودند که از میان آنها ۲۲۰ نفر به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. جهت جمع آوری داده ها از پرسشنامه افسردگی بک ویرایش دوم، پرسشنامه سبک های دلستگی بزرگسالان، پرسشنامه کارکرد تأملی و مقیاس دشواری در تنظیم هیجان استفاده شد. برای تحلیل داده ها از همبستگی پیرسون، مدل یابی معادلات ساختاری و از نرافزار SPSS-26 و AMOS-24 استفاده شد.

**یافته ها:** نتایج یافته ها نشان از برآنش مدل مفروض است. همچنین ضرایب مسیرهای مستقیم سبک دلستگی ایمن ( $T=-0.19$ ,  $T=-0.30$ )، اجتنابی ( $T=0.46$ ,  $T=0.39$ ) و دوسوگرا ( $\beta=0.61$ ,  $\beta=0.69$ ) به افسردگی معنادار بود. مسیرهای مستقیم سبک دلستگی ایمن ( $T=-0.28$ ,  $T=-0.40$ )، اجتنابی ( $T=0.13$ ,  $T=0.28$ ) و دوسوگرا ( $\beta=0.52$ ,  $\beta=0.79$ ) به بدنظمی هیجانی معنادار بود. همچنین تجزیه و تحلیل یافته های پژوهش حاکی از نقش میانجی ذهنی سازی در رابطه بین سبک های دلستگی با علائم افسردگی و بدنظمی هیجانی بود.

**نتیجه گیری:** با توجه به یافته های پژوهش حاضر ذهنی سازی بر علائم افسردگی و بدنظمی هیجانی تاثیر مهمی دارد. بنابراین مداخلات هدفمندی که در جهت افزایش ظرفیت ذهنی سازی بکار گرفته می شوند، احتمالاً می توانند پیامدهای بالینی بهتری برای پرستاران داشته باشند.

**کلیدواژه ها:** سبک های دلستگی، علائم افسردگی، بدنظمی هیجانی، ذهنی سازی.

### مقدمه

جزء یکی از حرفه های استرس آور است، که در این حرفه پرستاران نقش مراقبت دهنده بیمار و اداره کنندگان وضعیت جسمی و روانی بیماران را بر عهده دارند (۱). پرستاران به دلیل شیفت های کاری طولانی و خستگی ناشی از آن همیشه مستعد به خطر افتادن سلامتی شان هستند. پرستارانی که از سلامت روانی و جسمی مناسب برخوردار نباشند، به درستی

توجه به بهداشت روانی افراد در همه عرصه های زندگی از جمله زندگی فردی، اجتماعی و شغلی حائز اهمیت می باشد، در این بین حرفه پرستاری، بیشترین مشاغل بخش بهداشت و درمان را به خود اختصاص می دهد و

وجود دارد (۱۲)، به عنوان مثال، در سبک‌های فرزندپروری مشکل‌ساز مشاهده شده است (۱۳). در این راستا مارتین (Martin) و همکاران (۱۴) در پژوهش خود نشان دادند که ایجاد دلبستگی بین نگاره‌های مهم (significant figures) و کودکان برای عملکرد روان شناختی مناسب اساسی است، زیرا رشد اجتماعی-هیجانی و شناختی نوزاد را تضمین می‌کند. افزون بر این بدتنظیمی هیجانی با افسردگی، اختلالات خوردن (eating disorder)، اعتیاد (addiction) و اختلالات شخصیت (personality disorders) مرتبط است (۱۵).

از سوی دیگر، تنظیم هیجانات به شدت با سبک‌های دلبستگی (attachment styles) مرتبط است. در واقع، مطالعات نظری و تجربی متعددی ظرفیت تنظیم هیجان را به عنوان یک بسط طبیعی سیستم دلبستگی شناسایی کردند (۱۶). اهمیت رابطه بین دلبستگی و تنظیم هیجانات در این واقعیت نهفته است که یک نوزاد ظرفیت محدودی برای تنظیم هیجان در سال‌های اول زندگی دارد. در نتیجه، کودک برای حفظ سطح فعال‌سازی فیزیولوژیکی خود به تنظیمی که توسط نگاره‌های دلبستگی (attachment) ارائه می‌شود، وابسته است (۱۷). در واقع مشاهده شده است که افراد دارای سبک‌های دلبستگی ایمن تمایل به جلب حمایت و صمیمیت از دیگران به شیوه‌ای آرامش بخش دارند. این به آنها اجازه می‌دهد تا ظرفیت بیشتری برای تنظیم هیجانات خود داشته باشند. در مقابل، سبک‌های دلبستگی نایمن تمایل به نشان دادن راهبردهای بیش فعالی دارند، و آنها را به تجربه هیجانات طاقت فرساً و جستجوی راهبردهای پرانرژی برای حفظ نزدیکی با دیگران سوق می‌دهد (۱۸، ۱۶). در همین راستا، دلبستگی در برابر تغییرات بسیار مقاوم است و به طور کامل در ۱۲ ماه اول زندگی، براساس واکنش‌های مراقب به نوزاد در زمان‌های حیاتی ایجاد می‌شود. این مورد توجه ویژه‌ای در مطالعات بالبی (Bowlby) و اینسورث (Ainsworth) (۱۹) است. که انواع دلبستگی را ایمن، اجتنابی، دوسوگرا / مقاوم و آشفته که اخیراً اضافه شده است را پیشنهاد می‌کنند (۲۰). با توجه به سبک‌های دلبستگی، مشاهده شده است که به عنوان مثال، سبک دلبستگی اجتنابی به طور فعال میل کودک برای تماس را خنثی می‌کند، که نوزاد با نشان دادن تمایل کمی برای نزدیکی به دیگران در بزرگسالی با آن سازگار می‌شود (۲۱). از سوی دیگر، مراقبان دوسوگرا که غیرقابل

قادر نخواهند بود که مراقبت‌های مطلوبی همانند حمایت‌های فیزیکی و روانی از بیماران به عمل آورند (۲). در محیط کار محرک‌های فیزیکی، روانی و اجتماعی هر کدام می‌توانند عامل ایجاد استرس و افسردگی (depression) به حساب آیند (۳). افسردگی از جمله اختلالاتی است که پرسنل درمانی به علت مواجهه با استرس‌هایی نظری مرگ و میر بیماران در خطر بروز آن می‌باشند و منجر به اختلال در عملکرد شغلی، روابط اجتماعی و بین فردی شان می‌شود (۴). همچنین حیطه‌های گسترده فعالیت پرستاران آنها را در معرض مشکلات و فشارهای مختلفی قرار می‌دهد و از آنجا که رابطه‌ای مستقیم بین افسردگی و استرس وجود دارد، تجمع استرس‌هایی که به دلیل محرک‌های فیزیکی، روانی و اجتماعی در محل کار بروز پیدا کرده می‌تواند منجر به خستگی مزمن، نامیدی و افسردگی شان گردد (۵). براساس آمارهای اعلام شده از سوی سازمان نظام پرستاری ایران ۷۵/۰ پرستاران دچار استرس، افسردگی، اضطراب و انواع ناراحتی‌های جسمی و روحی هستند (۶). از سوی دیگر، تنظیم هیجان (Emotion regulation) یکی از عوامل اساسی بهزیستی و کنش وری موفق بوده و نقش مهمی در سازگاری با واقعیت استرس زای زندگی ایفا می‌کند که با پیامدهای سلامت جسمانی، روانی، عملکرد حرفة‌ای و اجتماعی همراه است (۷).

تنظیم هیجان یک مهارت بنیادی است که برای عملکرد انطباقی در حوزه‌های مختلف ضروری است و به عنوان فرآیندهای درونی و بیرونی درگیر در نظارت، ارزیابی و اصلاح واکنش‌های هیجانی برای دستیابی به اهداف تعريف می‌شود (۸). اگرچه مفهوم تنظیم هیجان تابع تعاریف و تفاسیر مختلفی است، اما اغلب به عنوان فرآیندهای راهبردهایی برای مدیریت برانگیختگی هیجانی استفاده می‌شود تا عملکرد بین فردی مناسب ممکن شود (۹). از سوی دیگر، بدتنظیمی هیجانی غالباً با تلاش‌های ناموفق در راستای اجتناب از هیجان مشخص می‌شود که باعث به کارگیری راهبردهای سازش نایافته برای پاسخ دهنده به هیجان‌ها می‌شود. پاسخ‌های غیرقابل پذیرش، دشواری در کنترل رفتارها هنگام مواجهه با آشفتگی‌های هیجانی و نقص در استفاده کارآمد از اطلاعات هیجانی نمونه‌هایی از این راهبردها هستند (۱۰، ۱۱). در نتیجه، بدتنظیمی هیجانی در تعدادی از زمینه‌های مختلف مشاهده شده است و به عنوان یک عنصر مشترک در بسیاری از اختلالات روانی

موجب افزایش تنظیم هیجان، کاهش تکانشگری، افزایش خودمهارگری و بهبود روابط بین فردی می شود. در نتیجه کسب ظرفیت ذهنی سازی، کاهش استرس بین فردی و ترس از صمیمیت ایجاد می شود (۳۰). به عبارت دیگر ظرفیت ذهنی سازی با کیفیت روابط بین فردی و تاب آوری ارتباط نزدیکی دارد. در نهایت، ذهنی سازی به فرد اجازه می دهد تا افکار را از واقعیت هیجانی تمایز کند و در فضای بازنمایی حرکت کند (۳۲، ۳۱).

شواهدپژوهشی نشان می دهد که سبکهای دلبستگی نایمن دقیت کمتری در ذهنی سازی نشان می دهند و تمایل بیشتری به حساسیت بیش از حد به حالات روانی دیگران دارند (۳۳). داده های مشابه در گروه های مختلف مانند اختلالات علائم جسمانی و اختلالات خلقی مخرب ثبت شده است. در هر دو مورد، آزمونی ها مشکلات بیشتری را در ذهنی سازی نشان می دهند که به نوبه خود به سبکهای دلبستگی نایمن مربوط می شود (۳۴). به همین ترتیب، مشخص شده است که در مورد اختلالات شخصیت مرزی، تمایل بیشتری به سبکهای دلبستگی نایمن و عملکرد انعکاسی ناقص وجود دارد (۳۵). همچنین، شواهد تجربی وجود دارد که نشان می دهد والدین با سطوح ذهنی سازی کافی حساسیت بیشتری در تعامل با فرزندان خود نشان می دهند، در حالی که والدینی که شاخص های دلبستگی نایمن و نقص ذهنی سازی در نسل های بعدی نشان می دهند (۳۶). در نهایت، نقص در ذهنی سازی با رویدادهای استرس زا اولیه زندگی، به ویژه، ظرفیت کمتر فرد برای انعکاس افکار و احساسات، آگاهی کمتر از حالت عاطفی، و حتی ناراحتی بیشتر در مواجهه با تجربیات منفی دیگران مرتبط است (۳۷). در همین راستا، مطالعاتی وجود دارد که ارتباط بین سبکهای دلبستگی نایمن و تمایل بیشتر به رویدادهای استرس زا اولیه زندگی و همچنین پریشانی بین فردی (interpersonal distress) (بیشتر را نشان می دهد) (۳۸). از سویی دیگر، بهبود ظرفیت ذهنی سازی، کاهش استرس بین فردی و افزایش اطمینان در نتیجه روابط دلبسته ایمن موجب می شود که افراد در شرایط استرس زا از مکانیسم های پخته تر استفاده کنند و توانایی تنظیم هیجان را داشته باشند؛ لذا وجود ظرفیت ذهنی سازی، بعدها تاب آوری افراد را بالا برده و آنها را در برابر پریشانی های

پیش بینی هستند، رفتار محتاطانه، خشم یا غم و اندوه را در کودک بر می انگیزند، هم به دلیل برخورد و هم به دلیل جدایی از نگاره دلبستگی (۲۲). در نهایت، در دلبستگی آشفته، مراقبان اغلب تغییرات ناگهانی را بدون ایجاد ترمیم رابطه در کودک ایجاد می کنند و با ایجاد سطوح شدید تحریک و فعال سازی فیزیولوژیکی، محافظت کمی را ارائه می کنند (۲۳) روابط نایمن دلبستگی موجب می شود احساسات ایمنی به مقدار بسیار کمی درونی شوند. افراد دارای دلبستگی های نایمن هنگام مواجهه با پریشانی، خزانه مقابله ای کمتری دارند و مستعد خلق افسرده هستند (۲۴). همچنین ممکن است افراد با دلبستگی نایمن، رویدادهای بین فردی منفی را به معنای ناشایستگی و بی کفایتی خود تفسیر کنند که این تفسیرها می توانند با ایجاد نشانه های افسردگی ارتباط پیدا کند (۲۵).

یکی از سازه های مهم دیگر که از طریق روابط بین فردی در دوران کودکی به خصوص روابط دلبستگی بدست می آید ظرفیت ذهنی سازی (mentalization) است. مراقبانی که دلبستگی ایمن ایجاد می کنند، معمولاً ظرفیت خوبی برای ذهنی سازی دارند که تنظیم هیجانات را در فرد تسهیل می کند (۲۶). ذهنی سازی یا عملکردهای بازتابی (reflective functions) به ما امکان می دهد رفتار خود و دیگران را تفسیر کنیم (۲۷). به اعتقاد فوناگی دو مولفه دلبستگی و ظرفیت ذهنی سازی رابطه تنگاتنگی دارند. براساس صورت بندی جدید وی از دیدگاه دلبستگی، ظرفیت ذهنی سازی تعیین کننده مهمی در سازماندهی خود و گسترش ظرفیت نظم جویی در زمینه هیجان و اعمال است؛ بنابراین خود و ظرفیت نظم جویی آن از طریق تعامل و در روابط بین فردی شکل می گیرد (۲۸). این مولفه، یک رویکرد بازتابی تلقی می شود و نوعی توانایی در کحالات ذهنی خود و دیگران است. ذهنی سازی به مثابه یک شکلی از تصوری است که به ما اجازه می دهد رفتار انسان را در اصطلاح حالت های ذهنی درونی (نیازها، امیال، باورها، اهداف، قصد و دلایل) درک و تفسیر کنیم در نتیجه این ظرفیت موجب افزایش عاملیت، تنظیم هیجان و خودکنترلی می شود (۲۸). براساس نظریه فوناگی افراد دارای دلبستگی نایمن مشکلات بیشتری در توانایی ذهنی سازی دارند. روابط دلبستگی ایمن و به نوعی ظرفیت والدین برای ذهنی سازی موجب افزایش توانایی ذهنی سازی کودکان می شود (۲۹). این ظرفیت ذهنی سازی در مراحل بعدی رشد و بزرگسالی

خروج از پژوهش تکمیل ناقص پرسشنامه های پژوهش بود. در این پژوهش ملاحظات اخلاقی از جمله، اصل محترمانگی و رازداری، رضایت هر فرد برای شرکت در پژوهش و امکان انصراف از همکاری در صورت عدم تمایل، مورد توجه قرار گرفت. روش تحلیل داده ها با استفاده از شاخص های توصیفی، ضریب همبستگی و مدل سازی معادلات ساختاری بود. داده های حاصل از پرسشنامه های مدنظر به وسیله برنامه آماری AMOS-24 و SPSS-26 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. برای گردآوری داده ها از ابزارهای زیر استفاده شد.

**پرسشنامه افسردگی بک ویرایش دوم (Beck Depression Inventory-II (BDI-II))**: این آزمون ابتدا در سال ۱۹۶۱ از سوی بک (Beck) معرفی شد، در سال ۱۹۷۱ در آن تجدید نظر شد و در سال ۱۹۷۸ منتشر گردید. همچنین این آزمون در مجموع از ۲۱ ماده مرتبط با شانه های مختلف تشکیل می شود و از آزمودنی خواسته می شود شدت نشانه ها را براساس یک مقیاس از ۰ تا ۳ درجه بندی کند. نمره ۱۴-۰ نشانگر هیچ یا کمترین افسردگی، نمره ۱۹-۰ نشانگر افسردگی خفیف، نمره ۲۰-۲۸ نشانگر افسردگی متواتر و نمره ۲۹-۶۳ نشانگر افسردگی شدید می باشد (۴۱). نتایج پژوهش بک و همکاران (۴۱) نشان داد که این پرسشنامه ثبات درونی بالایی دارد (ضریب الگای ۹۱٪) و پایایی بازآمایی این مقیاس را در طی یک هفته (۹۳٪) و گزارش کرده اند. همپنیین نتایج پژوهش بک (Beck) و همکاران نشان داد که همبستگی این پرسشنامه با مقیاس Hamilton درجه بندی روانپردازی افسردگی همیلتون (Depression Rating Scale (DRS)) برای جمعیت بالینی و غیربالینی به ترتیب ۷۳٪ و ۷۲٪ می باشد که تاییدی در جهت روابی همگرا مطلوب پرسشنامه بود (۴۱). در پژوهشی دیگر برای این ابزار ضریب الگای کرونباخ ۹۱٪ و همبستگی معناداری با نامیدی گزارش شده است (۴۲). حمیدی و همکاران (۴۳) برای این ابزار ضریب الگای کرونباخ ۹۳٪ و همبستگی آن را با پرسشنامه سلامت عمومی ضریب همبستگی ۸۰٪ به عنوان شاخصی از روابی همگرا گزارش کردند.

**پرسشنامه سبکهای دلبستگی بزرگسالان (adult attachment inventory)**: پرسشنامه سبکهای دلبستگی بزرگسال، با استفاده از مواد آزمون دلبستگی هازان و شیور در سال ۱۹۸۷ (۴۴) ساخته و در مورد نمونه های دانشجویی، دانش آموزی و جمعیت ایرانی هنجاریابی

روان‌شناختی از جمله افسردگی محافظت می نماید (۳۹). به طور کلی می توان بیان نمود که در صورت عدم ایجاد ظرفیت ذهنی سازی و دلبستگی ایمن توسعه والدین در دوران کودکی، افراد احساس می کنند که فهمیده نشده اند و مستعد تجربه احساسات خودآگاهی چون شرم و احساس گناه کاذب هستند؛ بنابراین تخریب و یا نقص ظرفیت ذهنی سازی در بزرگسالی به ویژه در موقعیت های استرس زای پرستاران، می تواند هیجاناتی دردناک و تنظیم نشده با ماهیتی ویرانگر را به دنبال داشته باشد و بر روابط بین فردی آنها با بیماران و دیگر پرسنل تاثیر بگذارد (۴۰).

پرستاران از اعضای مهم سیستم خدمات سلامت هستند که جامعه بشری به خدمات آنها نیازمند است و آنها تاثیر خود را در نظام سلامت از طریق ایفای نقش های مختلف انجام می دهند. لذا، توجه به سلامت عمومی پرستاران از اهمیت مضاعفی برخوردار است، زیرا نه تنها سلامتی خود آنها مهم است، بلکه از نظر افزایش کیفیت خدمات و بهره وری موسسات بهداشتی نیز حائز اهمیت است، از سوی دیگر افسردگی و تنظیم هیجان از عوامل موثر در سلامت روان شناختی پرستاران به شمار می روند، بنابراین شناسایی مؤلفه های زیربنایی آنها ضروری است. زیرا فقدان شناخت و کنترل نشدن این مؤلفه ها باعث اختلال در عملکرد بینه، ارائه مراقبت ها و خدمات با کیفیت مناسب به بیماران و غیبت از کار می شود. لذا پژوهش حاضر با هدف بررسی تاثیر سبکهای دلبستگی بر علائم افسردگی و بدبندی هیجانی با میانجیگری ذهنی سازی در پرستاران انجام شد.

## روش کار

پژوهش حاضر توصیفی- همبستگی از نوع الگوی معادلات ساختاری است. جامعه پژوهش شامل تمامی پرستاران مشغول به کار در بیمارستان ها و مراکز درمانی شهر تهران بودند. که از میان آنها تعداد ۲۰۰ نفر به روش نمونه گیری دردسترس انتخاب شدند. در این پژوهش، بعد از اخذ مجوز و انجام هماهنگی های لازم، به پرستاران هر بخش در مورد اهداف پژوهش توضیح داده شد. به علاوه پس از اطمینان داده شدن به آزمودنی ها جهت رعایت گمنامی، پرسشنامه ها که شامل رضایت نامه کتبی هم بود، در اختیار آنها قرار گرفت. ملاک های ورود به پژوهش شامل نداشتن بیمارهای مزمن جسمی و روان شناختی و ملاک های

ایران ترجمه و روایی مقیاس با روش تحلیل عاملی بررسی و مقادیر نسبت کای اسکوئر به درجه آزادی  $d^2/X$ ، شاخص نیکویی برازش تعديل شده یا انطباقی (AGFI)، شاخص برازش مقایسه‌ای (CFI) و خطای ریشه‌ی مجدور میانگین تقریب (RMSEA) به ترتیب  $.160$ ،  $.0920$ ،  $.0980$  و  $.047$  به دست آمده است و برای بررسی پایایی مقیاس از آلفای کرونباخ استفاده شده است که ضرایب در دامنه  $.66$  تا  $.88$  محاسبه شده است (۴۹).

**مقیاس دشواری در تنظیم هیجان (Difficulties in Emotion Regulation Scale):** یک ابزار سنجش ۳۶ ایتمی است که برای ارزیابی دشواری در تنظیم هیجان توسط گراتز و رومر (Gratz & Roemer) (۵۰) توسعه شده است. تحلیل عاملی، وجود ۶ عامل عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی، دشواری در انجام رفتار هدفمند، دشواری در کنترل تکانه، فقدان آگاهی هیجانی، دسترسی محدود به راهبردهای تنظیم هیجانی و عدم وضوح هیجانی را در این مقیاس نشان داده است. نمره هر گزینه به این صورت مشخص می‌شود، تقریبا هرگز = ۱، به ندرت = ۲، بعضی وقت = ۳، اغلب = ۴، تقریبا همیشه = ۵. برای نمره گذاری، ابتدا نمره گویه‌های  $1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 17, 20, 22, 24, 34$  معکوس می‌شود. سپس نمره هر یک از زیرمقیاس‌های شش گانه با جمع نمره گویه‌های هر زیر مقیاس محاسبه می‌شود (۵۱). نتایج پژوهش گراتز و رومر حاکی از آن است که پایایی این مقیاس به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفای کرونباخ  $.92$  است. همچنین روایی همزمان با پرسشنامه پذیرش و عمل مورد بررسی و برابر با  $.69$  بود که نشان‌دهنده روایی مطلوب این پرسشنامه است (۵۰). در ایران، ضریب پایایی این مقیاس براساس آلفای کرونباخ در پژوهش عزیزی و همکاران (۱۳۸۹)  $.92$  به دست آمده است. براساس نتایج پژوهش عزیزی و همکاران (۵۲) تمامی زیر مقیاس‌های این مقیاس با وابستگی به نیکوتین همبستگی مثبت و معنادار و با مقیاس تحمل آشфтگی هیجانی رابطه منفی و معناداری دارد که نشان دهنده روایی ملاکی و سازه این پرسشنامه است (۵۲).

### یافته‌ها

بر اساس نتایج  $۹۲$  نفر ( $41/8$  درصد) لیسانس و  $۱۲۸$  نفر ( $58/2$  درصد) فوق لیسانس بودند. میانگین و انحراف معیار سن  $۳۱/۳۲$  و  $۲/۳۶$  بود. پیش از تحلیل داده‌ها مفروضه‌های

شده است. یک آزمون  $15$  گویه‌ای است و سه زیر خرده مقیاس شامل سبک دلبستگی ایمن؛ سبک دلبستگی نایمن دوسوگرای اضطرابی؛ سبک دلبستگی نایمن اجتنابی را اندازه‌گیری می‌کند. سوالات پرسشنامه توسط علامت گذاری روی یک مقیاس  $5$  درجه‌ای از نوع لیکرت شامل هرگز نمره  $0$ ، به ندرت نمره  $1$ ، بعضی اوقات نمره  $2$ ، اغلب اوقات نمره  $3$  و تقریبا همیشه نمره  $4$  نمره گذاری می‌شود. حداقل و حداکثر نمره برای سبک دلبستگی ایمن  $1$  تا  $35$  برای سبک اجتنابی  $1$  تا  $30$  و برای سبک دوسوگرا  $1$  تا  $35$  است. هر چه در عبارات مربوط به هر سبک نمره بالاتری کسب شود به همان میزان شخص از آن سبک دلبستگی برخوردار است. هازان و شیور (۴۵) پایایی بازآزمایی کل این پرسشنامه را  $.81$  و کولینز و رید (۴۶) نیز پایایی را با استفاده از روش آلفای کرونباخ  $.79$ . به دست آورده‌اند. روایی مقیاس دلبستگی کولینز و رید به استخراج سه عامل عمده منجر شد که توسط پژوهشگران به عنوان ظرفیت پیوستن به روابط صمیمی و نزدیک تفسیر می‌شود. دیواندری (۴۷) با مطالعه‌ای که بر روی  $513$  تن از دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد کاشمر انجام داد روایی همگرایی پرسشنامه سبک‌های دلبستگی با روش محاسبه میانگین واریانس استخراج شده را  $.70$  و پایایی به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفای کرونباخ نمونه فوق را  $.94$ /گزارش کرد.

**پرسشنامه کارکرد تاملی (reflective functioning questionnaire):** این پرسشنامه  $26$  سوال دارد و دو مؤلفه اطمینان(قطعيت) با سوالات  $1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9$  و عدم اطمینان(عدم قطعيت) با سوالات  $10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20$  را اندازه‌گیری می‌کند. نمره گذاری آن  $7$  درجه‌ای از از کاملاً مخالف  $1$  نمره تا کاملاً موافق  $7$  نمره تعلق می‌گیرد. برای مؤلفه عدم اطمینان یعنی سوالات  $10, 11, 12, 13$  و  $14$  به صورت معکوس نمره گذاری می‌شود به این صورت که از کاملاً مخالف  $7$  نمره، تا حدودی مخالف  $6$  نمره، مخالف  $5$  نمره، نظری ندارم  $4$  نمره، موافق  $3$  نمره، تا حدودی موافق  $2$  نمره و کاملاً موافق  $1$  نمره تعلق می‌گیرد. فوناگی و همکاران (۴۸) همسانی درونی برای مؤلفه اطمینان و عدم اطمینان را به ترتیب  $0/673$  و  $0/67$  در نمونه غیربالینی گزارش کردند و پایایی آزمون را با روش آزمون-بازآزمون با فاصله سه هفته  $0/84$  برای عدم اطمینان و  $0/74$  برای مؤلفه اطمینان به دست آورده‌اند (۴۸). این پرسشنامه در

مفروضه‌ی عدم هم خطی از آماره‌های عامل تورم واریانس (VIF) و شاخص تحمل استفاده شد که با توجه به اینکه هیچ یک از مقادیر مربوط به شاخص تحمل کمتر از  $40/0$  و هیچ یک از مقادیر مربوط به عامل تورم واریانس بیشتر از  $10$  نمی‌باشد، بر این اساس می‌توان نسبت به مفروضه عدم همخطی نیز اطمینان حاصل کرد. در جدول ۱ شاخص‌های توصیفی و همچنین همبستگی متغیرهای پژوهش شده است.

نرمال بودن و عدم همخطی بررسی شد که نتایج آن در ادامه بیان می‌شود. محاسبه چولگی و کشیدگی هر یک از متغیرهای مشهود، روشی رایج برای ارزیابی نرمال بودن است. چو و بنتلر (Chou & Bentler) (۱۹۹۵) نقطه برش  $3 \pm 3$  را برای مقدار چولگی مناسب می‌دانند (۵۳). برای شاخص کشیدگی نیز به طور کلی مقادیر بیش از  $10 \pm 2$  در مدلیابی معادلات ساختاری مسئله آفرین است (۵۴). مقادیر بدست آمده برای چولگی و کشیدگی متغیرها حاکی از تحقق پیش فرض نرمال بودن در متغیرهای پژوهش دارد. برای بررسی

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

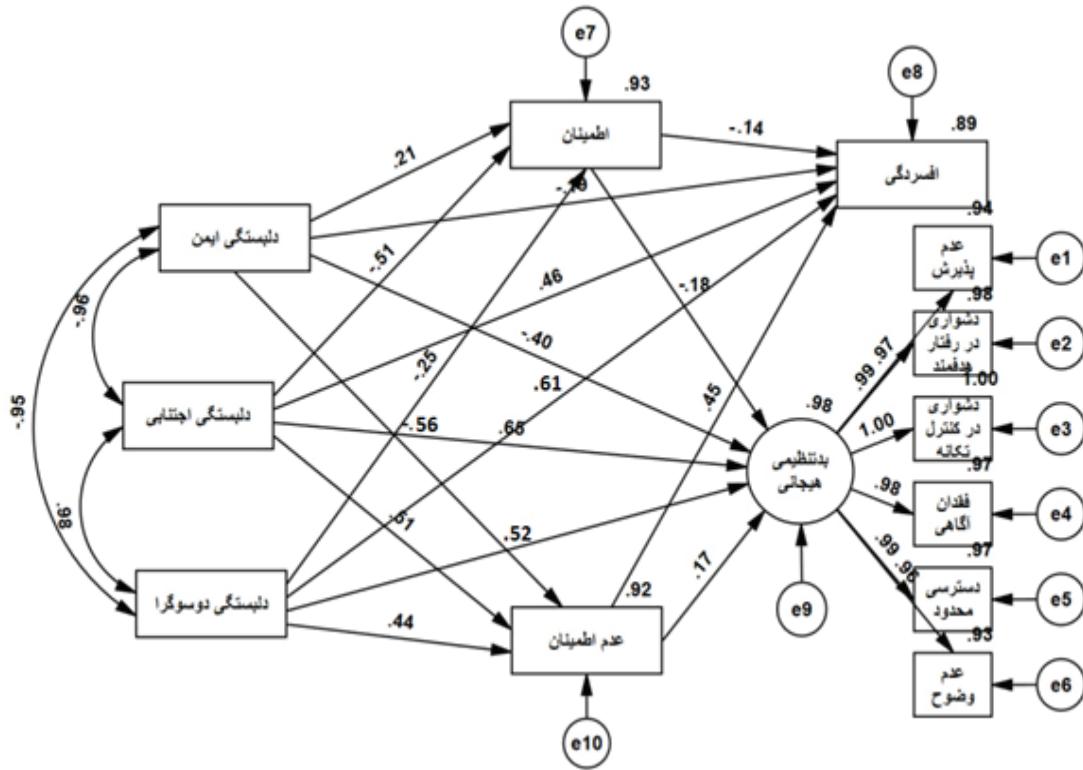
متغیر	۱	SD	M	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳
-۱- افسردگی	۱	۷/۰۴	۱۶/۷۷													
-۲- عدم پذیرش پاسخ	۱	۰/۴۸***	۷/۰۸	۱۳/۴۹												
-۳- دشواری در رفتار	۱	۰/۶۲***	۰/۶۹***	۷/۷۹	۱۳/۴۸											
-۴- دشواری در کنترل	۱	۰/۶۱***	۰/۴۵***	۰/۶۷***	۶/۹۳	۱۳/۹۰										
-۵- فقدان آگاهی	۱	۰/۷۵***	۰/۵۲***	۰/۵۱***	۰/۴۷***	۶/۸۱	۱۳/۶۲									
-۶- دسترسی محدود	۱	۰/۷۱***	۰/۶۰***	۰/۶۵***	۰/۵۶***	۰***/۵۹	۷/۳۸	۱۳/۱۳								
-۷- عدم وجود	۱	۰/۶۲***	۰/۶۵***	۰/۵۲***	۰/۵۷***	۰/۶۴***	۶/۴۹	۱۳/۲۳								
-۸- نمره کل بدنتظیمی	۱	۰/۷۵***	۰/۶۶***	۰/۶۲***	۰/۵۰***	۰/۵۰***	۰/۶۷***	۴۱/۸۱	۸۰/۸۵							
-۹- اطمینان	۱	-۰/۶۵***	-۰/۵۲***	-۰/۴۵***	-۰/۷۰***	-۰/۶۵***	-۰/۴۱***	-۰/۶۵***	-۰/۵۵***	۸/۱۰	۱۸/۵۲					
-۱۰- عدم اطمینان	۱	-۰/۴۵***	-۰/۵۵***	-۰/۷۰***	-۰/۶۵***	-۰/۵۶***	-۰/۶۵***	-۰/۳۵***	-۰/۵۶***	۷/۵۸	۱۵/۰۳					
-۱۱- دلبستگی این	۱	-۰/۶۵***	-۰/۷۰***	-۰/۷۰***	-۰/۶۵***	-۰/۵۴***	-۰/۵۰***	-۰/۴۵***	-۰/۶۶***	۹/۳۰	۲۰/۵۸					
-۱۲- دلبستگی اجتنابی	۱	-۰/۶۵***	-۰/۶۸***	-۰/۶۲***	-۰/۵۲***	-۰/۵۰***	-۰/۴۵***	-۰/۴۲***	-۰/۴۶***	۷/۱۱	۱۷/۱۹					
-۱۳- دلبستگی دسوگرا	۱	-۰/۶۶***	-۰/۵۴***	-۰/۶۷***	-۰/۷۱***	-۰/۵۱***	-۰/۶۵***	-۰/۳۵***	-۰/۶۰***	۰/۵۰***	۰/۵۰***	۵/۹۰	۱۳/۸۸			

\*\*\*p&lt;0.01

\*p&lt;0.05

هیجانی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ( $P<0.01$ ). در ادامه برای بررسی اثرهای مستقیم و واسطه‌ای از روش مدلسازی معادلات ساختاری استفاده شد که نتایج آن در قالب شکل ۱ و جداول اثرات مستقیم و غیر مستقیم ارائه می‌شود.

بر اساس نتایج جدول ۱ بین سبک دلبستگی این و اطمینان با افسردگی و بدنتظیمی هیجانی رابطه منفی و معناداری وجود دارد ( $P<0.01$ ). بین سبک دلبستگی نایمن (اجتنابی و دسوگرا) و عدم اطمینان با افسردگی و بدنتظیمی



شکل ۱. ضرایب مسیر استاندارد متغیرهای پژوهش در مدل اصلی

جدول ۲ نشان داده شده است. همان گونه که مندرجات این جدول نشان می‌دهد شاخص‌های برازش مدل ساختاری نشانگر برازش خوب مدل است. شاخص‌های برازش مدل نیز در محدوده پذیرش مدل قرار دارند، بنابراین ساختار مدل فرضی پژوهش مورد تایید می‌باشد.

در شکل ۱ ضرایب مسیر استاندارد متغیرهای پژوهش در مدل اصلی نشان داده شده است که ۰.۸۹ درصد از سهم افسردگی توسط سبک‌های دلبستگی با میانجی گری ذهنی سازی و همچنین ۰.۹۸ درصد از سهم بدنظمی هیجانی توسط سبک‌های دلبستگی با میانجی گری ذهن سازی تبیین می‌شود. در ادامه شاخص‌های برازش مدل ساختاری در

جدول ۲: شاخص‌های برازش مدل ساختاری

شاخص برازنده	مقادیر به دست آمده	دامنه قابل پذیرش
خی دو ( $\chi^2$ )	۱۱۰/۶۲۸	-
نسبت خی دو به درجه آزادی	۲/۶۹۸	کمتر از ۳
شاخص برازنده‌گی تطبیقی (CFI)	۰/۹۴۱	بزرگتر از ۰/۹۰
شاخص برازنده‌گی فراینده (IFI)	۰/۹۳۵	بزرگتر از ۰/۹۰
شاخص نیکویی برازش (GFI)	۰/۹۳۱	بزرگتر از ۰/۹۰
ریشه دوم برآورده واریانس خطای تقریب (RMSEA)	۰/۰۶۶	کمتر از ۰/۰۸
ریشه دوم میانگین مربعات باقی‌مانده (SRMR)	۰/۰۵۱	کمتر از ۰/۰۸

متغیرهای پژوهش در افسردگی و بدنظمی هیجانی در پرسنتران پرداخت.

در ادامه نتایج جدول ۳ و ۴ اثرات مستقیم و واسطه ای متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد و بر اساس آن می‌توان به تایید یا رد اثرات مستقیم و غیرمستقیم

جدول ۳. بررسی روابط مستقیم متغیرها در مدل تحقیق

متغیر مستقل	متغیر وابسته	ضرایب استاندارد	خطای استاندارد	ضرایب غیر استاندارد	t	p
دبستگی ایمن	افسردگی	-0.19	-0.15	0.06	-2/۳۰	0/۰۲۱
دبستگی اجتنابی	افسردگی	0.46	0.46	0.14	2/۳۹	0/۰۰۱
دبستگی دوسوگرا	افسردگی	0.61	0.52	0.14	3/۰۹	0/۰۳۲
دبستگی ایمن	بدتنظیمی هیجانی	-0.40	-0.30	0.03	-10/۲۸	0/۰۰۱
دبستگی اجتنابی	بدتنظیمی هیجانی	0.65	0.63	0.06	10/۱۳	0/۰۰۱
دبستگی دوسوگرا	بدتنظیمی هیجانی	0.52	0.51	0.06	3/۷۹	0/۰۲۹
اطمینان	افسردگی	-0.14	-0.12	0.09	2/۴۲	0/۰۲۵
عدم اطمینان	افسردگی	0.45	0.42	0.09	4/۸۲	0/۰۰۱
اطمینان	بدتنظیمی هیجانی	-0.18	-0.15	0.04	-3/۹۳	0/۰۰۱
عدم اطمینان	بدتنظیمی هیجانی	0.17	0.15	0.04	3/۸۱	0/۰۰۱

با توجه به جدول ۳ در مواردی که آماره T خارج از بازه (-1/۹۶ و +1/۹۶) قرار دارد یا سطح معنی‌داری کمتر از 0/۰۵ است دو متغیر با یکدیگر ارتباط منادار دارند. با توجه به جدول ۳ می‌توان مشاهده کرد که مسیرهای مستقیم سبک دبستگی ایمن ( $\beta = -0/۱۹$ ,  $T = -2/۳۰$ )، اجتنابی ( $\beta = 0/۰۲۱$ ,  $T = 3/۰۹$ ) و دوسوگرا ( $\beta = 0/۴۶$ ,  $T = 0/۰۰۱$ ) به افسردگی معنادار بود. مسیرهای مستقیم سبک دبستگی ایمن ( $\beta = -0/۱۵$ ,  $T = -0/۰۳۲$ )، اجتنابی ( $\beta = 0/۰۰۱$ ,  $T = 10/۱۳$ ) و دوسوگرا ( $\beta = 0/۰۶$ ,  $T = 0/۰۰۱$ ) به بدتنظیمی هیجانی معنادار بود. در جدول ۴ ضرایب غیرمستقیم آمده است.

با توجه به جدول ۳ در مواردی که آماره T خارج از بازه (-1/۹۶ و +1/۹۶) قرار دارد یا سطح معنی‌داری کمتر از 0/۰۵ است دو متغیر با یکدیگر ارتباط منادار دارند. با توجه به جدول ۳ می‌توان مشاهده کرد که مسیرهای مستقیم سبک دبستگی ایمن ( $\beta = -0/۱۹$ ,  $T = -2/۳۰$ )، اجتنابی

جدول ۴. بررسی روابط غیرمستقیم متغیرها در مدل تحقیق

متغیر مستقل	متغیر میانجی	متغیر وابسته	ضریب غیر استاندارد	حد پایین	حد بالا	P
دبستگی ایمن	اطمینان	افسردگی	0.14	0/۱۵۸	0/۳۵۴	0/۰۰۱
دبستگی اجتنابی	اطمینان	افسردگی	-0.16	0/۱۷۵	0/۴۱۲	0/۰۰۲
دبستگی دوسوگرا	اطمینان	افسردگی	-0.17	0/۱۶۶	0/۶۵۱	0/۰۰۳
دبستگی ایمن	عدم اطمینان	افسردگی	-0.35	0/۱۵۸	0/۵۴۱	0/۰۰۲
دبستگی اجتنابی	عدم اطمینان	افسردگی	0.36	0/۲۷۵	0/۷۱۱	0/۰۰۲
دبستگی دوسوگرا	عدم اطمینان	افسردگی	0.37	0/۳۷۷	0/۴۲۵	0/۰۰۱
دبستگی ایمن	اطمینان	بدتنظیمی هیجانی	0.38	0/۳۵۹	0/۴۱۱	0/۰۰۱
دبستگی اجتنابی	اطمینان	بدتنظیمی هیجانی	-0.41	0/۳۶۶	0/۵۴۱	0/۰۰۲
دبستگی دوسوگرا	اطمینان	بدتنظیمی هیجانی	-0.47	0/۴۷۰	0/۶۷۰	0/۰۰۱
دبستگی ایمن	عدم اطمینان	بدتنظیمی هیجانی	-0.52	0/۵۵۹	0/۶۰۱	0/۰۰۱
دبستگی اجتنابی	عدم اطمینان	بدتنظیمی هیجانی	0.60	0/۶۷۵	0/۷۰۲	0/۰۰۲
دبستگی دوسوگرا	عدم اطمینان	بدتنظیمی هیجانی	0.52	0/۶۵۲	0/۷۳۵	0/۰۰۴

اثر غیرمستقیم متغیر دبستگی اجتنابی به متغیر افسردگی از طریق نقش میانجی اطمینان معنی دار است ( $p < 0/05$ ,  $b = -0/16$ ,  $b = -0/05$ ). اثر غیرمستقیم متغیر دبستگی دوسوگرا به متغیر افسردگی از طریق نقش میانجی اطمینان معنی دار است ( $p < 0/05$ ,  $b = -0/17$ ,  $b = -0/05$ ). اثر غیرمستقیم متغیر دبستگی ایمن به متغیر افسردگی از طریق نقش میانجی عدم اطمینان معنی دار است ( $p < 0/05$ ,  $b = -0/35$ ,  $b = -0/05$ ). اثر غیرمستقیم

برای تعیین اثر غیرمستقیم از روش بوت استرپ با ۲۰۰۰ بار فرایند نمونه‌گیری استفاده گردید که با توجه به جدول ۴ می‌توان مشاهده کرد که اثر غیرمستقیم سبک های دبستگی به افسردگی و بدتنظیمی هیجانی از طریق نقش میانجی ذهنی سازی معنی دار است. به این صورت که اثر غیرمستقیم متغیر دبستگی ایمن به متغیر افسردگی از طریق نقش میانجی اطمینان معنی دار است ( $p < 0/05$ ,  $b = 0/14$ ,  $b = 0/05$ ).

می تواند آسیب پذیری به افسرده‌گی های بعدی ایجاد کند (۵۵). دلبستگی های نایمن، مخصوصی از تجربه های فقدان یا نوسان در دسترسی بی ثبات به موضوع دلبستگی است. این بی ثباتی و نوسان می تواند خود را در بی نظمی ها و نوسانات خلقی آشکار سازد. افراد با سبک دلبستگی نایمن خودکفایی کمتری در روابط بین فردی احساس می کنند و این نگرش منفی به خود مانع از ایجاد پیوندهای عمیق و کارآمد در زمینه های بین فردی می شود. بنابراین، این حالت انزوا و در صدد برقراری روابط بینیامدن در افراد نایمن می تواند احتمال ابتلا به افسرده‌گی را افزایش دهد (۵۶). از سویی دیگر، در موقعیت های پراسترس، بزگسالان ایمن بیشتر به دنبال حمایت می گردند، یکی از دلایلی که آنها بیشتر به دنبال حمایت هستند، انتظارات مثبت آنها در خصوص دردسترس بودن و مایل بودن دیگران است (۵۷)، بنابراین، برقراری روابط بین فردی با دیگران در افراد با دلبستگی ایمن می تواند به عنوان عامل محافظتی در برابر افسرده‌گی نقش داشته باشد. در نتیجه، تعاملات اولیه والد فرزند، می تواند به عنوان الگویی منفی یا مثبت برای روابط بین فردی و انتظارات موجود در روابط آینده بازی کند. از سویی دیگر، براساس نظریه فوناگی افراد دارای دلبستگی نایمن مشکلات بیشتری در توانایی ذهنی سازی دارند. روابط دلبستگی ایمن و به نوعی ظرفیت والدین برای ذهنی سازی موجب افزایش توانایی ذهنی سازی کودکان می شود (۲۹). همچنین، شواهد پژوهشی نشان می دهد، والدین با سطوح ذهنی سازی کافی حساسیت بیشتری در تعامل با فرزندان خود نشان می دهند، در حالی که والدین که شاخص های ذهنی سازی پایین تری دارند، تمایل بیشتری به ترتیب فرزندان خود به شیوهای غیرحسنه و پرورش سبک های دلبستگی نایمن و نقص ذهنی سازی در نسل های بعدی نشان می دهند (۳۶). از سویی دیگر، بهبود ظرفیت ذهنی سازی، کاهش استرس بین فردی و افزایش اطمینان در نتیجه روابط دلبستگی ایمن موجب می شود که افراد در شرایط استرس زا از مکانیسم های پخته تر استفاده کنند و توانایی تنظیم هیجان را داشته باشند؛ لذا وجود ظرفیت ذهنی سازی، بعدها تاب آوری افراد را بالا برده و آنها را در برابر پریشانی های روان شناختی از جمله افسرده‌گی محافظت می نماید (۳۹). لذا با توجه با مبانی نظری و پژوهشی می توان چنین اظهار کرد که پرستاران با سبک دلبستگی ایمن، ظرفیت ذهنی سازی بالاتری دارند و در نتیجه

متغیر دلبستگی اجتنابی به متغیر افسرده‌گی از طریق نقش میانجی عدم اطمینان معنی دار است ( $p < 0.05$ ,  $b = 0.36$ ). اثر غیرمستقیم متغیر دلبستگی دوسوگرا به متغیر افسرده‌گی از طریق نقش میانجی عدم اطمینان معنی دار است ( $p < 0.05$ ,  $b = 0.37$ ). اثر غیرمستقیم متغیر دلبستگی ایمن به متغیر بدبنتظامی هیجانی از طریق نقش میانجی اطمینان معنی دار است ( $p < 0.05$ ,  $b = 0.38$ ). اثر غیرمستقیم متغیر دلبستگی اجتنابی به متغیر بدبنتظامی هیجانی اطمینان معنی دار است ( $p < 0.05$ ,  $b = 0.41$ ). اثر غیرمستقیم متغیر دلبستگی دوسوگرا به متغیر بدبنتظامی هیجانی از طریق نقش میانجی اطمینان معنی دار است ( $p < 0.05$ ,  $b = 0.47$ ). اثر غیرمستقیم متغیر دلبستگی ایمن به متغیر بدبنتظامی هیجانی عدم اطمینان معنی دار است ( $p < 0.05$ ,  $b = 0.52$ ). اثر غیرمستقیم متغیر دلبستگی هیجانی از طریق نقش میانجی عدم اطمینان معنی دار است ( $p < 0.05$ ,  $b = 0.60$ ). اثر غیرمستقیم متغیر دلبستگی دوسوگرا به متغیر بدبنتظامی هیجانی از طریق نقش میانجی عدم اطمینان معنی دار است ( $p < 0.05$ ,  $b = 0.52$ )

## بحث

هدف پژوهش حاضر بررسی تاثیر سبک های دلبستگی بر علائم افسرده‌گی و بدبنتظامی هیجانی با میانجی گری ذهنی سازی در پرستاران بود. براساس مبانی نظری، الگویی ارائه شد و مورد آزمون قرار گرفت. نتایج تحلیل نیز در باب مدل پیشنهادی با داده های این پژوهش برازش خوبی برقرار کرد.

یافته های پژوهش نشان داد که سبک های دلبستگی هم به صورت مستقیم و هم به صورت غیرمستقیم با میانجی گری ذهنی سازی بر علائم افسرده‌گی تاثیر دارد. این یافته با پژوهش های لویتن (Luyten) و همکاران (۲۹)، هونفلد (Hünfeldt) و همکاران (۳۳)، بیزی (Bazzi) و همکاران (۳۴)، انسینک (Ensink) و همکاران (۳۶) و دوبا (Doba) و همکاران (۳۹) همسو است. در تبیین یافته های این پژوهش مبنی بر مبانی نظری و پژوهشی، می توان گفت کیفیت دلبستگی به مراقب اولیه سازه اصلی در آسیب پذیری به افسرده‌گی است. الگوهای نایمن و آشفته روابط با مراقب اولیه به شکل بازنمایی های ذهنی در کودک درونی می شود و این بازنمایی های ذهنی آسیب دیده براساس روابط آشفته اولیه

هیجانی بیشتر و اکنیش نشان می‌دهند و در شناسایی واضح هیجانات مشکلات بیشتری دارند (۶۰). افزون بر این، افراد در صورت اکتساب ظرفیت بالای روان شناختی و درک و بیشن نسبت به فرایندهای ذهنی خود و خودکنترلی بر فرایندهای درونی، توانایی تنظیم هیجان را دارا خواهند بود، ظرفیت ذهنی سازی (mentalizing capacity) که یک کارکرد بازتابی تلقی می‌شود، توانایی درک حالات ذهنی خود و دیگران است که از طریق روابط بین فردی در دوران کودکی به خصوص روابط دلبستگی به دست می‌آید و زیربنای رفتارهای آشکار است (۲۸). براساس یافته‌ها و نظریه فوناگی (Fonagy) افراد دارای دلبستگی آشفته مشکلات بیشتری در توانایی ذهنی سازی دارند. روابط دلبستگی اینم و ظرفیت والدین برای ذهنی سازی موجب افزایش توانایی ذهنی سازی کودکان می‌شود (۲۹). این ظرفیت ذهنی سازی در مراحل بعدی رشد و بزرگسالی موجب افزایش تنظیم هیجان، کاهش تکانشگری (Impulsivity)، افزایش خودمهارگری (self-control) و بهبود روابط بین فردی می‌شود. افزایش عاملیت، تنظیم هیجان و خودکنترلی می‌تواند در نتیجه ذهنی سازی در مراحل بعدی رشد و بزرگسالی موجب شود (۲۸). اما از سوی دیگر شواهد پژوهشی نشان می‌دهد که آسیب‌پذیری با سطح پایین ذهنی سازی ارتباط دارد و این سطح پایین ذهنی سازی باعث بدتنظیمی هیجانی شده و منجر به رفتارهای خودآسیب رسان می‌شود (۳۹).

### نتیجه گیری

بنابراین براساس مبانی نظری و شواهد پژوهشی اگر درک کنیم که دلبستگی نسبتاً پایدار است و اصلاح آن دشوار است، در نهایت به نحوه احساس، تفکر و عمل فرد می‌انجامد. در نتیجه، ذهنی سازی چیزی است که می‌توان به طور فعال روی آن کار کرد تا احتمال اختلال در تنظیم هیجان و افسردهای را کاهش داد. در واقع، در حال حاضر درمان‌هایی وجود دارد که به طور خاص روی ذهنی سازی به روشهای مستقیم کار می‌کنند افزون بر این، بسیاری از افراد ممکن است از افزایش ظرفیت ذهنی سازی برای راهبردهای تنظیم هیجانی بهتر بهره ببرند، مانند افرادی که دارای علائم افسردهای، اضطراب، اختلالات شخصیت، اعتیاد و سایر اختلالات هستند و همچنین افرادی که هیچ آسیب شناسی روانی ندارند. لذا، با توجه به نقش مهم

این ظرفیت به آنها کمک می‌کند که در شرایط استرس زا از مکانیسم‌ها و راهبردهای مقابله‌ای بهتری استفاده کنند و علائم افسردهای کمتری را تجربه می‌کنند. از سویی دیگر پرستارانی با سبک دلبستگی نایمین ظرفیت ذهنی سازی پایین تری دارند لذا تاب آوری کمتر و توانایی کمتری در مدیریت شرایط استرس را دارند که متعاقباً منجر به تجربه علائم افسردهای در آنها می‌شود.

از سویی دیگر یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که سبکهای دلبستگی هم به صورت مستقیم و هم به صورت غیرمستقیم از طریق ذهنی سازی بر بدتنظیمی هیجانی پرستاران تاثیر دارد. این یافته به صورت مستقیم و غیرمستقیم با پژوهش‌های بزوی (Bovy) و همکاران (Mikulincer and Shaver) (۱۵)، دوبا (Doba) و همکاران (۳۹) و بابایی و همکاران (۵۸) همسو است. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت افراد دارای سبک دلبستگی اینم تمایل به جلب حمایت و صمیمیت از دیگران به شیوه‌ای آرامش بخش دارند. این به آنها اجازه می‌دهد تا ظرفیت بیشتری برای تنظیم هیجانات خود داشته باشند. در مقابل، سبکهای دلبستگی نایمین تمایل به نشان دادن راهبردهای بیش فعالی دارند، و آنها را به تجربه هیجانات طاقت فرسا و جستجوی راهبردهای پرانرژی برای حفظ تزدیکی با دیگران سوق می‌دهد (۱۶، ۱۸). همچنین بزرگسالانی که دلبستگی اینم دارند برای مدیریت موقعیت‌های پراسترس، بهتر تجهیز شده‌اند؛ زیرا از یک طرف آنها اعتقاد دارند که قادر به کنترل محیط‌شان هستند و از طرفی به درسترس بودن دیگران در هنگام نیاز به کمک ایمان دارند. در مقابل، افرادی که دلبستگی نایمین دارند، برای روبه رویی با موقعیت‌های پراسترس کمتر مجهز شده‌اند که بخشی از آن به دلیل انتظارات منفی درباره توانایی کنترل محیط است. بخشی از آن نیز به همین نوع انتظارات درباره درخور اعتماد و اطمینان بودن دیگران باز می‌گردد. بنابراین ممکن است افراد دلبستگی نایمین در مواجهه با شرایط پراسترس یا تهدیدآمیز، فاقد ذخایر فردی و بین فردی لازم برای تنظیم موثر هیجاناتشان باشند (۵۹). از سویی دیگر، سبکهای دلبستگی مضطرب، اجتنابی و آشفته، سطوح پایین تری از ذهنی سازی را نشان می‌دهند. به ویژه، آنها ناتوانی بیشتری در جهت دادن توجه به عناصر هیجانی، و تمایل بیشتری برای قضاوت منفی تجربه هیجانی خود نشان می‌دهند، در نتیجه با احساس شرم و آشفتگی

متغیرهای شناختی و هیجانی در تبیین علائم افسردگی و بدبتنظیمی هیجانی پرستاران توجه شود.

### سپاسگزاری

بدین وسیله از تمامی پرستارانی که در این مطالعه شرکت نموده اند، صمیمانه تقدير و تشکر می شود.

### تضاد منافع

بنابر اظهار نویسنندگان، مقاله فاقد هرگونه تعارض منافع بوده است.

### Reference

1. Tung YJ, Lo KK, Ho RC, Tam WS. Prevalence of depression among nursing students: A systematic review and meta-analysis. *Nurse education today*. 2018 Apr 1;63:119-29.
2. Mahmoodi S, Zehni K. Comparison of Depression in nursing shifts in educational hospitals Kordestan University of medical sciences. *J Nurs Res*. 2013;8(28):29-38.
3. Mirmohammadi S, Mehrparvar A, Mehrjerdi A. Effect of working shift in depression in nurses, *Quarterly Occupational Medicine*. ,2009;1(1):27-24.
4. Khamseh F, Roohi H, Ebaady A, Hajiamini Z, Salimi H, Radfar S. Survey Relationship between demographic factors and stress, anxiety and depression in nurses working in selected hospitals in Tehran city. *Journal of holistic nursing and midwifery*. 2011 Apr 10;21(1):13-21.
5. Khajeh Nasiri F. A study of depression prevalence of nurses and its effective factors in Tehran Emam Khomeini Hospital. *Tehran University Medical Journal TUMS Publications*. 2000 Apr 10;58(1):10-4.
6. Mazlom SR, Darban F, Vaghei S, Modarres Gharavi M, Kashani Lotfabadi M, Shad M. The Effect Of Stress Inoculation Program (SPI) on Nurss Perceived Stress in Psychiatric Wards.2012, 2 (2): 35-43.
7. Abdollahi A, Hosseiniyan S, Zamanshoar E, Beh-Pajooch A, Carlbring P. The moderating effect of hardiness on the relationships between problem-solving skills and perceived stress with suicidal ideation in nursing students. *Studia Psychologica*. 2018;60(1):30-41.
8. Kazemi Rezaei SA, moradi A, Shahgholian M, Abdollahi M, Parhoon H. Psychometric properties of Persian Version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale-Positive (DERS-P). *Journal of Clinical Psychology*. 2022 Jun 22;14(2).
9. Calkins SD. Origins and outcomes of individual differences in emotion regulation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*. 1994;59(2-3):53-72.
10. Khoshshorour S, Rezaei SA. The role of cognitive emotion regulation strategies and perceived social support in predicting quality of life and severity of symptoms of patients with irritable bowel syndrome (IBS). *Iranian journal of rehabilitation research*. 2019 Oct 10;6(1):60-8.
11. kazemi rezaei A, Moradi A, shagholian M, Abdollahi M H, parhoon H. The effect of memory specificity training on reducing cognitive and emotional symptoms in people with post-traumatic stress disorder. *IJPN* 2022; 10 (3) :14-29
12. Barnicot K, Crawford M. Dialectical behaviour therapy v. mentalisation-based therapy for borderline personality disorder. *Psychological Medicine*. 2019 Sep;49(12):2060-8.
13. Parada-Fernández P, Herrero Fernández D, Oliva-Macías M, Rohwer H. Analysis of the mediating effect of mentalization on the relationship between attachment styles and emotion dysregulation. *Scandinavian Journal of Psychology*. 2021 Jun;62(3):312-20.
14. Martin CG, Roos LE, Zalewski M, Cummins N. A dialectical behavior therapy skills group case study on mothers with severe emotion dysregulation. *Cognitive and Behavioral Practice*. 2017 Nov 1;24(4):405-15.
15. Bovy L, Tendolkar I, Fernández G, Dresler M. Sleep, emotional memories, and depression. InHandbook of behavioral neuroscience 2019 Jan 1 (Vol. 30, pp. 519-531). Elsevier.

ذهنی سازی، می تواند به عنوان یک مداخله هدفمند در کاهش بدبتنظیمی هیجانی و علائم افسردگی پرستاران تلقی شود. در بیان محدودیت های پژوهش باید خاطر نشان کرد که چرایی درک علائم افسردگی و بدبتنظیمی هیجانی و نقش میانجی معنادار ذهنی سازی، به معنای درک روابط علت و معلولی نیست، چون پژوهش ما مبتنی بر یک مطالعه همبستگی بوده است. همچنین شرکت کنندگان این مطالعه را پرستاران شهر تهران تشکیل دادند، این باعث می شود که در تعیین نتایج پژوهش احتیاط های لازم صورت گیرد. پیشنهاد می شود که پژوهش بر روی سایر گروه های بالینی و غیر بالینی صورت گیرد و همچنین به نقش سایر

16. Mikulincer M, Shaver PR. Attachment orientations and emotion regulation. *Current opinion in psychology*. 2019 Feb 1;25:6-10.
17. Fonagy P, Luyten P, Allison E, Campbell C. Mentalizing, epistemic trust and the phenomenology of psychotherapy. *Psychopathology*. 2019 Sep 6;52(2):94-103.
18. Marszał M, Jańczak A. Emotion dysregulation, mentalization and romantic attachment in the nonclinical adolescent female sample. *Current Psychology*. 2018 Dec;37:894-904.
19. Ainsworth MD, Blehar MC, Waters E, Wall SN. Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Psychology Press; 2015 Jun 26.
20. Main M, Solomon J. Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention*. 1990;1:121-60.
21. Trub L, Starks TJ. Insecure attachments: Attachment, emotional regulation, sexting and condomless sex among women in relationships. *Computers in Human Behavior*. 2017 Jun 1;71:140-7.
22. Ballester CG, Mañes RJ, Llario MD. Desorganización del apego y el trastorno traumático del desarrollo (ttd). *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*. 2014 Sep 27;3(1):375-84.
23. Graffi J, Moss E, Jolicoeur-Martineau A, Moss G, Lecompte V, Pascuzzo K, Babineau V, Gordon-Green C, Mileva-Seitz VR, Minde K, Sassi R. The dopamine D4 receptor gene, birth weight, maternal depression, maternal attention, and the prediction of disorganized attachment at 36 months of age: A prospective gene× environment analysis. *Infant Behavior and Development*. 2018 Feb 1;50:64-77.
24. Cummings EM, Cicchetti D. 11• Toward a Transactional Model of Relations between Attachment and Depression. *Attachment in the preschool years. Theory, research, and intervention*. 1990;339-72.
25. Margolese SK, Markiewicz D, Doyle AB. Attachment to parents, best friend, and romantic partner: Predicting different pathways to depression in adolescence. *Journal of youth and adolescence*. 2005 Dec;34:637-50.
26. Bateman AW, Fonagy P, editors. *Handbook of mentalizing in mental health practice*. American Psychiatric Pub; 2019 Apr 18.
27. Bateman A, Fonagy P. Mentalization-based treatment for borderline and antisocial personality disorder. In *Contemporary psychodynamic psychotherapy* 2019 Jan 1 (pp. 133-148). Academic Press.
28. Bateman AW, Fonagy PE. *Handbook of mentalizing in mental health practice*. American Psychiatric Publishing, Inc.; 2012.
29. Luyten P, Mayes LC, Nijssens L, Fonagy P. The parental reflective functioning questionnaire: Development and preliminary validation. *PloS one*. 2017 May 4; 12(5):e0176218.
30. Tahmasebiashtiani E, Vatankhah Amjad F, Soleimani H. The effectiveness of mentalization-based therapy on insecure attachment, fear of intimacy and suicidal ideation in people with major depressive disorder. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*. 2022 Jul 10; 10(2):85-97.
31. Castelli GL. Las polaridades de la Mentalización en la práctica clínica [The polarities of Mentalization in clinical practice]. *Clinica e Investigacion Relacional*, 5, 295–315.
32. Fonagy P, Luyten P. A developmental, mentalization-based approach to the understanding and treatment of borderline personality disorder. *Development and psychopathology*. 2009 Nov;21(4):1355-81.
33. Hünefeldt T, Laghi F, Ortu F, Belardinelli MO. The relationship between ‘theory of mind’ and attachment-related anxiety and avoidance in Italian adolescents. *Journal of adolescence*. 2013 Jun 1;36(3):613-21.
34. Buzzi F, Ensink K, Borelli JL, Mora SC, Cavanna D. Attachment and reflective functioning in children with somatic symptom disorders and disruptive behavior disorders. *European Child & Adolescent Psychiatry*. 2019 May 1;28:705-17.
35. Fonagy P. Attachment and borderline personality disorder. *Journal of the american psychoanalytic association*. 2000 Aug;48(4):1129-46.
36. Ensink K, Borelli JL, Roy J, Normandin L, Slade A, Fonagy P. Costs of not getting to know you: Lower levels of parental reflective functioning confer risk for maternal insensitivity and insecure infant attachment. *Infancy*. 2019 Mar;24(2):210-27.
37. Hayden MC, Müllauer PK, Gaugeler R, Senft B, Andreas S. Mentalization as mediator between adult attachment and interpersonal distress. *Psychopathology*. 2019 Jun 3;52(1):10-7.
38. Parada-Fernández P, Herrero-Fernández D, Oliva-Macías M, Rohwer H. Stressful life events and hopelessness in adults: the mediating role of mentalization and emotional dysregulation. *Brazilian Journal of Psychiatry*. 2020 Oct 19;43:385-92.

39. Doba K, Saloppé X, Choukri F, Nandrino JL. Childhood trauma and posttraumatic stress symptoms in adolescents and young adults: the mediating role of mentalizing and emotion regulation strategies. *Child Abuse & Neglect.* 2022 Oct 1; 132:105815.
40. Mousavi A, Ghorbani N, Ghazitabatabae M. An investigation of psychological self-destruction via selfknowledge, self-criticism and feelings of shame and guilt among patients with autoimmune and non-autoimmune disorders alongside healthy individuals. *J Behav Sci.* 2014; 8(1):1-9.
41. Beck AT, Steer RA, Brown GK. Beck Depression Inventory. second edition manual. San Antonio (TX): The Psychological Corporation; 1996.
42. Smarr KL, Keefer AL. Measures of depression and depressive symptoms: Beck Depression Inventory-II (BDI-II), Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D), Geriatric Depression Scale (GDS), Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS), and Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9). *Arthritis care & research.* 2011;63 Suppl 11:S454-66. doi:10.1002/acr.20556
43. Hamidi R, Fekrizadeh Z, Azadbakht M, Garmaroudi G, Taheri Tanjani P, Fathizadeh S, et al. Validity and reliability Beck Depression Inventory-II among the Iranian elderly Population. *Journal of Sabzevar University of Medical Sciences.* 2015;22(1):189-98. [Persian]
44. Hazan C, Shaver P. Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology.* 1987 Mar; 52(3):511.
45. Besharat M. Standardization of adult attachment scale. Tehran University, 2005.
46. Collins NL, Read S. Cognitive representations of attachment: the structure and function of attachment models. *Attachment processes in adulthood: Advances in personal relationships.* London: Kingsley. 1994.
47. Divandari H. The young schema questionnaire—short form (SQ-SF): investigation psychometric properties and factor structure between students in Islamic Azad University, Kashmar Branch. *Educational researches.* 2009 Oct 23; 5(20):1-29.
48. Fonagy P, Luyten P, Moulton-Perkins A, Lee YW, Warren F, Howard S, Ghinai R, Fearon P, Lowyck B. Development and validation of a self-report measure of mentalizing: The reflective functioning questionnaire. *PLoS One.* 2016 Jul 8; 11(7):e0158678.
49. Drogar, E., Fathi-Ashtiani, A., ashrafi, E. Validation and Reliability of the Persian Version of the MentalizationQuestionnaire. *Journal of Clinical Psychology.* 2020; 12(1): 1-12.
50. Gratz KL, Roemer L. Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of psychopathology and behavioral assessment.* 2004 Mar; 26(1):41-54.
51. Besharat, M. Emotion Regulation Difficulty Scale. *Thoughts and Behavior in Clinical Psychology.* 2019; 13 (47): 89-92.
52. Azizi A, Azadeh M, Shams J. Investigating the relationship between disturbance tolerance and emotional regulation with students' dependence on smoking. *Jornal of Hakim Health System Research (Hakim).* 2011;13 (1): 11-18.
53. Chou, C.-P., & Bentler, P. M. Estimates and tests in structural equation modeling. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modelling: Concepts, issues, and applications.* Sage Publications, Inc.1995.
54. Kline RB. Principles and practice of structural equation modeling. Guilford publications; 2015 May 24.
55. Saedi F, Aghdasi AN. The relationship between attachment styles and depression and anxiety inseventh and eighth female students in Tabriz. *Women and Family Studies.* 2018;11(40):165-89.
56. Nikolić M, Hannigan LJ, Krebs G, Sterne A, Gregory AM, Eley TC. Aetiology of shame and its association with adolescent depression and anxiety: results from a prospective twin and sibling study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry.* 2022 Jan;63(1):99-108.
57. Ognibene TC, Collins NL. *Journal of Social and Personal Relationships.* *Journal of Social and Personal Relationships.* 1998;15:323.
58. Babaei S, Manesh MN, Abouzari F, Karami S. The role of traumatic childhood experiences, mentalization and Alexithymia in predicting depression and suicidal thoughts in women suffering from the trauma of marital betrayal. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing (IJPN) Original Article.* 2023 Feb;10(6).
59. Cooper ML, Shaver PR, Collins NL. Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology.* 1998; 74(5):1380–97.
60. Pérez MA, Botella L. Conciencia plena (mindfulness) y psicoterapia: concepto, evaluación y aplicaciones clínicas. *Revista de psicoterapia.* 2006 Jul 1;17(66/67):77-120.