

## نقش واسطه‌ای مکانیسم‌های دفاعی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی\*

محمدعلی بشارت<sup>۱</sup>

دریافت مقاله: ۹۰/۳/۱۲؛ دریافت نسخه نهایی: ۹۱/۳/۳۱؛ پذیرش مقاله: ۹۱/۴/۴

### چکیده

**هدف:** هدف پژوهش تعیین نقش واسطه‌ای مکانیسم‌های دفاعی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا با ناگویی هیجانی بود. **روش:** روش پژوهش همبستگی و جامعه آماری شامل زنان و مردان ۲۰ تا ۵۵ ساله ساکن شهر تهران، به تعداد تقریبی چهار میلیون نفر بود که از میان آن‌ها ۳۱۴ مرد و ۳۶۲ زن به صورت داوطلب انتخاب و پرسشنامه سبک‌های دفاعی اندروز، سینگ و بوند (۱۹۹۳)، مقیاس دلبستگی بزرگسال هازن و شیور (۱۹۸۷) و مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو بگی، پارکر و تیلور (۱۹۹۴) توسط آن‌ها تکمیل شد. تحلیل داده‌ها با محاسبه ضرایب همبستگی و تحلیل رگرسیون انجام شد. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد رابطه بین ناگویی هیجانی با سبک دلبستگی ایمن منفی و با سبک-های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا مثبت است و مکانیسم‌های دفاعی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی تأثیر واسطه‌ای دارد. سبک‌های دلبستگی ایمن و نایمن از طریق مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته، روان‌آزرده و رشدنیافته در دو جهت متضاد تغییرات مربوط به ناگویی هیجانی را پیش‌بینی می‌کند. **نتیجه‌گیری:** تأثیر واسطه‌ای مکانیسم‌های دفاعی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی جزئی است. مکانیسم‌های دفاعی میزان تأثیر سبک‌های دلبستگی بر ناگویی هیجانی را کاهش می‌دهد اما این تأثیر کامل نیست، یعنی رابطه سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی همچنان معنادار باقی می‌ماند. لذا به منظور بازسازی فرایندهای تنظیم هیجان، علاوه بر تقویت ویژگی‌های ایمنی‌بخش دلبستگی، لازم است زمینه‌های به‌کارگیری مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته نیز فراهم شود.

**واژه‌های کلیدی:** سبک‌های دلبستگی، مکانیسم‌های دفاعی، ناگویی هیجانی، نقش واسطه‌ای

\* این پژوهش با حمایت مالی معاونت پژوهشی دانشگاه تهران انجام شده است.

Email: besharat@ut.ac.ir

۱. استاد دانشگاه تهران

## مقدمه

یکی از نشانگان شناخته شده در زمینه نارسایی هیجانی، ناگویی هیجانی<sup>۱</sup> است. ناگویی هیجانی عبارت از آشفتگی در کنش‌های عاطفی و شناختی، همراه با ناتوانی تبدیل انگیختگی عاطفی تجربه‌ها<sup>۲</sup> به احساسات و تخیلاتی است که نماد و نشانه هیجان‌ها است. از ویژگی‌های ناگویی هیجانی می‌توان به توصیف مداوم نشانه‌های جسمی به جای هیجان‌ها، گفتار و افکار عینی وابسته به وقایع بیرونی، همچنین فقر و محدودیت زندگی تخیلی اشاره کرد (سیف‌نوس<sup>۳</sup>، ۲۰۰۰). افراد دچار ناگویی هیجانی در بازشناسی، آشکارسازی، پردازش و تنظیم هیجان‌ها با دشواری‌هایی مواجهند. ناگویی هیجانی در کل به‌عنوان نقص در خودتنظیم‌گری هیجانی در نظر گرفته می‌شود (کریترلر<sup>۴</sup>، ۲۰۰۲). تنظیم هیجان فرایندی پیچیده شامل تعامل بین سیستم‌های عصبی جسمانی<sup>۵</sup>، حرکتی-اجرائی<sup>۶</sup> و شناختی-تجربی<sup>۷</sup> هیجان است. به‌همین دلیل، ناگویی به شکل‌های مختلف مانند ناتوانی در مفهوم‌پردازی عاطفه، ناتوانی در تفاوت بین هیجان‌ها، ناتوانی در تجربه هشیار هیجان، یا ناتوانی در تشریح استرسی که به‌طور خودکار به نارساکنش‌وری بدنی تبدیل شده است، ظاهر می‌شود (نمیا<sup>۸</sup>، ۲۰۰۰). تجربه‌های کودکی با مراقبانی که هیجان‌های خود را نشان نمی‌دهند و ابراز نمی‌کنند، یا کسانی که هیجان‌های درحال تحول و شکل‌گیری کودک را به رسمیت نمی‌شناسند و با هیجان‌های کودک خوب رفتار نمی‌کنند، می‌تواند تأثیری عمیق بر تنظیم عاطفه در مراحل بعدی زندگی داشته باشد (مینس، هریس-والر و لوید<sup>۹</sup>؛ ۲۰۰۸، هامفریس، وود و پارکر<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۹). بر این اساس، می‌توان تصور کرد که ناگویی هیجانی احتمالاً با سبک دلبستگی<sup>۱۱</sup> مرتبط باشد.

در پژوهش‌های مربوط به دلبستگی، نقش تجربه‌های کودکی در تعیین روابط بین‌شخصی بزرگسال، رفتارهای سالم و سلامت روانی مورد تأیید و توجه پژوهشگران حوزه دلبستگی قرار گرفته است. سبک‌های دلبستگی به الگوهای درون‌کاری<sup>۱۲</sup> معینی از دلبستگی اشاره دارد که

- 
1. alexithymia
  2. affective arousal of experience
  3. Sifneos
  4. Kreidler
  5. neurophysiological
  6. motor-expressive
  7. cognitive-experiential
  8. Nemiah
  9. Meins, Harris-Waller, & Lloyd
  10. Humphreys, Wood, & Parker
  11. attachment styles
  12. internal working models

نقش واسطه‌ای مکانیسم‌های دفاعی در رابطه بین سبک‌های.....

شکل پاسخ‌های رفتاری افراد را به جدایی از نگاره‌های دلبستگی و پیوند مجدد<sup>۱</sup> با این نگاره‌ها تعیین می‌کند. این سبک‌ها که عمدتاً براساس تجربه‌های کودک-مادر (مراقب) شکل می‌گیرد، در مراحل مختلف زندگی نسبتاً پایدار می‌ماند، و بر تعامل‌های اجتماعی تأثیرگذار است (بالبی<sup>۲</sup>، ۱۹۸۸؛ بشارت، ۱۳۹۱؛ واترز، مریک، تریباکس، کراول و آلبرشیم<sup>۳</sup>، ۲۰۰۰). پژوهشگران دلبستگی، تأثیر تجربه‌های نخستین بر تجسم‌های درونی در حال پدیدایی و شکل‌گیری از خود و دیگران را تأیید کرده‌اند و به بررسی چگونگی تأثیرگذاری الگوهای درون‌کاری دلبستگی بر روابط آینده و راهبردهای تنظیم عاطفه در بزرگسالی پرداخته‌اند (اینسورث، بلهار، واترز و وال<sup>۴</sup>، ۱۹۷۸؛ بالبی، ۱۹۶۹، ۱۹۷۳، ۱۹۸۰، ۱۹۸۸). این تجسم‌ها، بر برداشت افراد از خود و دیگران مبنی بر این‌که آیا شایسته مراقبت هستند یا نه و آیا می‌توان به دیگران برای فراهم‌سازی مراقبت اعتماد کرد یا نه، تأثیرگذارند (بارتولومئو و هرویتز<sup>۵</sup>، ۱۹۹۱).

یافته‌های پژوهشی در مورد سبک‌های دلبستگی در کودکی (بالبی، ۱۹۶۹؛ تنانت<sup>۶</sup>، ۱۹۸۸) نشان داده است حساسیت و پاسخدهی مراقب اولیه به حالت‌های هیجانی کودک تعیین‌کننده اصلی یادگیری روش تنظیم عواطف درمانده‌ساز<sup>۷</sup> و رابطه با دیگران است. شواهد نشان می‌دهد که نوزادان پس از سه ماهگی نسبت به دریافت نشانه‌های بیرونی از جمله پاسخ‌های چهره‌ای<sup>۸</sup> و آوایی<sup>۹</sup> مراقب، حساسیت و سوگیری پیدا می‌کنند. این نشانه‌ها نقشی مهم در آموزش تنظیم درماندگی‌های نوزاد دارند (گرگلی و واتسون<sup>۱۰</sup>، ۱۹۹۶). کودکان ایمن پاسخدهی بهینه و منسجمی را از مراقب اولیه تجربه می‌کنند و می‌آموزند که ابراز متعادل هیجان‌ها پیامدهای مثبت دارد. مراقبت نابسند به الگوی رفتار دلبستگی نایمن منتهی می‌شود و مانع تحول مهارت‌های موثر تنظیم عاطفه می‌شود (بشارت، ۱۳۹۱).

در امتداد دلبستگی مراحل قبل، دلبستگی بزرگسال به تمایل پایدار فرد به تلاش جدی برای حفظ مجاورت<sup>۱۱</sup> و تماس با یک یا تعداد معینی از افراد که می‌توانند برای آرامش و امنیت جسمی و روانی وی امکانات ذهنی فراهم سازند، اطلاق می‌شود. این تمایل پایدار به وسیله الگوهای

- 
1. reunion
  2. Bowlby
  3. Waters, Merrick, Treboux, Crowell, & Albersheim
  4. Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall
  5. Bartholomew & Horowitz
  6. Tennant
  7. distressing affects
  8. facial
  9. vocal
  10. Gergely & Watson
  11. proximity

درون کاری دلبستگی تنظیم می‌شود، که روان‌سازه‌های<sup>۱</sup> شناختی - عاطفی - انگیزشی پدیدآمده از تجربه‌های فرد از روابط بین‌شخصی است (برمن و اسپرلینگ<sup>۲</sup>، ۱۹۹۴). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که نوجوانان و بزرگسالان دارای سبک دلبستگی ایمن، سطوح پایین‌تری از عواطف منفی را تجربه می‌کنند و روابط مستحکمی را با کسانی برقرار می‌سازند که هنگام درماندگی هیجانی به آن‌ها برای دریافت حمایت مراجعه می‌کنند. افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن، در مقایسه با ایمن‌ها سطوح پایین‌تری از عواطف مثبت را تجربه می‌کنند و در مدیریت استرس، اضطراب، افسردگی و سایر عواطف منفی ناتوانی نشان می‌دهند (بشارت، ۲۰۱۰؛ هسه و فلویید<sup>۳</sup>، ۲۰۱۱).

جایگاه اصلی نمود این ناتوانی‌ها، نقص و نارسایی در درک، شناسایی و ابراز هیجان‌ها و عواطف است. یافته‌ها نشان داده‌اند ویژگی‌های مربوط به ناگویی هیجانی در سبک‌های دلبستگی ناایمن بیشتر است (بشارت، ۱۳۸۸؛ فناگی، گرگلی، جوریست و تارگت<sup>۴</sup>، ۲۰۰۲؛ کویمن، ولینگا، اسپینهاون، درایجر، تریزبرگر و اویجمنز<sup>۵</sup>، ۲۰۰۴؛ مونتهباروچی، کدیسپوتی، بالداری و روسی<sup>۶</sup>، ۲۰۰۴). کرامر و لودر<sup>۷</sup> (۱۹۹۵) معتقدند دلبستگی ناایمن می‌تواند فراگیری چگونه احساس کردن را با شکست مواجه کند و زمینه را برای ابتلا به ناگویی هیجانی هموار سازد. بشارت (۱۳۸۸) نشان داد که احساسات ناامنی در روابط دلبستگی، پیش‌بینی‌کننده نقص و نارسایی در شناسایی و ابراز هیجان‌ها است. با استناد به شواهد پیش‌گفته، یکی از اهداف مقدماتی پژوهش حاضر، تعیین رابطه سبک‌های دلبستگی با ناگویی هیجانی بود.

یکی از مسایل و دغدغه‌های پژوهشگران، موضوع تاثیرگذاری احتمالی متغیرهای واسطه‌ای در رابطه بین دو یا چندمتغیر روان‌شناختی دیگر (متغیرهای پیش‌بین و ملاک) است. به‌همین دلیل، سؤال و هدف اصلی پژوهش حاضر تعیین نقش واسطه‌ای یکی از متغیرهای مهم روان‌شناختی، یعنی مکانیسم‌های دفاعی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی بود. بررسی این موضوع از آن جهت اهمیت دارد که اولاً سبک‌های دلبستگی، بر شکل‌گیری و رشد توانمندی‌های مرتبط با مکانیسم‌های دفاعی را از کودکی تأثیرگذار است (بشارت، شریفی و ایروانی، ۱۳۸۰؛ فینی و کیرک پاتریک<sup>۸</sup>، ۱۹۹۶)، و ثانیاً اختلال در مکانیسم‌های دفاعی، می‌تواند نقص و نارسایی در شناسایی و ابراز هیجان‌ها را در پی داشته باشد (بشارت، ۱۳۸۷؛ بشارت و شهیدی،

- 
1. schema
  2. Berman & Sperling
  3. Hesse & Floyd
  4. Fonagy, Gergely, Jurist, & Target
  5. Kooiman, Vellinga, Spinhoven, Draijer, Trijsburg, & Rooijmans
  6. Montebanocci, Codispoti, Baldaro, & Rossi
  7. Kraemer & Loader
  8. Feeney & Kirkpatrick

نقش واسطه‌ای مکانیسم‌های دفاعی در رابطه بین سبک‌های.....

۲۰۱۱؛ پارکر، تیلور و بگبی، ۱۹۹۸). مکانیسم‌های دفاعی، فرایندهای تنظیم‌کننده خودکاری هستند که برای کاهش ناهماهنگی شناختی و به حداقل رساندن تغییرات ناگهانی در واقعیت درونی و بیرونی از طریق تأثیرگذاری بر چگونگی ادراک حوادث تهدیدکننده وارد عمل می‌شوند (ویلنت<sup>۱</sup>، ۱۹۹۲، ۱۹۹۴). فروید (۱۹۲۳) سبک دفاع شخصی، یعنی فراوانی استفاده از مکانیسم‌های دفاعی متفاوت را در مقایسه با یکدیگر، متغیر اصلی برای شناخت شخصیت، آسیب‌شناسی و میزان سازش‌یافتگی می‌دانست؛ که فرضیه‌ای است که برحسب یافته‌های پژوهشی تأیید شده است. مکانیسم‌های دفاعی که مسئولیت محافظت از من<sup>۲</sup> را در مواجهه با شکل‌های مختلف اضطراب عهده‌دارند (فروید، ۱۹۲۳)، برحسب نوع کنش‌وری ممکن است بهنجار یا نابهنجار و کارآمد یا ناکارآمد باشند. اندروز سینگ و بوند<sup>۳</sup> (۱۹۹۳) بر اساس طبقه‌بندی سلسله‌مراتبی مکانیسم‌های دفاعی ویلنت (۱۹۷۱، ۱۹۷۶) بیست مکانیسم را به سه سبک دفاعی رشدیافته<sup>۴</sup>، روان‌آزرده<sup>۵</sup> و رشدنا یافته<sup>۶</sup> تقسیم کردند. مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته رشدیافته شیوه‌های مواجهه انطباقی، بهنجار و کارآمد؛ مکانیسم‌های دفاعی روان‌آزرده و رشدنا یافته، شیوه‌های مواجهه غیرانطباقی و ناکارآمد هستند. این مکانیسم‌ها هرچه باشند، برحسب نوع سبک‌های دلبستگی بر روش‌های مواجهه فرد با موقعیت‌های استرس‌زا تأثیرگذارند. درحالی‌که کاهش اضطراب یکی از کنش‌های سبک دلبستگی ایمن است، سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا، استرس و نگرانی فزاینده‌ای بر فرد تحمیل می‌کند و وی را به استفاده از شیوه‌های دفاعی ناکارآمد وادار می‌سازد (بشارت و همکاران، ۱۳۸۰؛ فیینی و کیرک پاتریک، ۱۹۹۶).

باتوجه به هدف پژوهش و ملاحظات نظری و یافته‌های پژوهشی موجود فرضیه‌ها به شرح زیرند:

۱. سبک دلبستگی ایمن با ناگویی هیجانی رابطه منفی دارد.
۲. سبک‌های دلبستگی نایمن با ناگویی هیجانی رابطه مثبت دارد.
۳. مکانیسم‌های دفاعی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی نقش واسطه‌ای دارد.

## روش

هفتصد زن و مرد از جمعیت عمومی ۲۰ تا ۵۵ ساله ساکن شهر تهران از میان تعداد تقریبی چهار میلیون نفر داوطلب شرکت در این پژوهش شدند. شرایط لازم برای شرکت در پژوهش

- 
1. Vaillant
  2. ego
  3. Andrews, Singh, & Bond
  4. mature
  5. neurotic
  6. immature

شامل رضایت داوطلب برای شرکت در پژوهش، داشتن حداقل مدرک دیپلم، و نداشتن بیماری روان‌پزشکی و یا پزشکی مستلزم مصرف دارو در زمان انجام پژوهش بود. پس از جلب مشارکت آزمودنی‌ها، پرسشنامه‌های پژوهش درمورد داوطلبان به صورت فردی اجرا و برای کنترل اثر ترتیب و خستگی، مقیاس‌ها به تناسب با ترتیب‌های متفاوت ارائه شد. ۲۴ پرسشنامه ناقص از تحلیل آماری کنار گذاشته شد و نمونه پژوهش به ۶۷۶ نفر (۳۱۴ مرد، ۳۶۲ زن) تقلیل یافت.

### ابزار پژوهش\*

۱. پرسشنامه سبک‌های دفاعی<sup>۱</sup>. پرسشنامه سبک‌های دفاعی اندروز و همکاران (۱۹۹۳) یک ۴۰ سوال دارد که در مقیاس ۹ درجه‌ای لیکرت (از کاملاً موافق تا کاملاً مخالف) ۲۰ مکانیسم دفاعی را برحسب سه سبک دفاعی رشدیافته، روان‌آزرده و رشدنیافته می‌سنجد. سؤال‌های ۲، ۳، ۵، ۷، ۲۱، ۲۴، ۲۹ و ۳۵ سبک دفاعی رشدیافته، سؤال‌های ۱، ۶، ۱۱، ۱۷، ۲۸، ۳۳، ۳۴ و ۴۰ سبک دفاعی روان‌آزرده و بقیه سؤال‌ها سبک دفاعی رشدنیافته را تعیین می‌کند. مکانیسم‌های سبک دفاعی رشدیافته شامل والایش، شوخ‌طبعی، پیش‌بینی و فرونشانی<sup>۲</sup> و سبک دفاعی روان‌آزرده شامل ابطال، نوع‌دوستی کاذب<sup>۳</sup>، آرمانی‌سازی و واکنش متضاد<sup>۴</sup> است و سبک دفاعی رشدنیافته نیز از دوازده مکانیسم دفاعی فرافکنی، پرخاشگری نافع<sup>۵</sup>، عملی‌سازی<sup>۶</sup>، مجزاسازی، نارزنده‌سازی<sup>۷</sup>، خیال‌پردازی اوتیستیک، انکار، جابجایی، تفرق<sup>۸</sup>، دوپارگی<sup>۹</sup>، دلیل‌تراشی و بدنی‌سازی تشکیل شده است. ضریب آلفای کرونباخ برای پرسش‌های هریک از سبک‌های دفاعی توسط اندروز و همکاران (۱۹۹۳) رضایت‌بخش توصیف شده است. ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی پرسشنامه سبک‌های دفاعی در پژوهش‌های انجام‌شده در سال‌های ۱۳۷۸ تا ۱۳۸۵ در نمونه‌های بیمار (۴۲۳ = تعداد) و بهنجار (۱۳۹۷ = تعداد) بررسی و تأیید شده است (بشارت، ۱۳۸۶، ۱۳۹۰؛ بشارت و همکاران، ۱۳۸۰).

\*علاقه‌مندان می‌توانند جهت تهیه ابزارهای این پژوهش با نشانی الکترونیکی مؤلف مکاتبه کنند.

1. defense style questionnaire
2. suppression
3. psedu-altruism
4. reaction formation
5. passive-aggressive
6. acting-out
7. devaluation
8. dissociation
9. splitting

**۲. مقیاس دلبستگی بزرگسال<sup>۱</sup>.** این مقیاس با استفاده از مواد آزمون دلبستگی هازن و شیور<sup>۲</sup> (۱۹۸۷) ساخته شده و در مورد نمونه‌های دانشجویی و جمعیت عمومی ایرانی هنجاریابی شده است (بشارت، ۱۳۸۴ و ۲۰۱۱). این مقیاس ۱۵ سؤال دارد و سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا را در طیف ۵ درجه‌ای لیکرت (خیلی کم: ۱، کم: ۲، متوسط: ۳، زیاد: ۴، خیلی زیاد: ۵) می‌سنجد. سؤال‌های ۱، ۵، ۹، ۱۱ و ۱۳ سبک دلبستگی ایمن، سؤال‌های ۲، ۶، ۱۰، ۱۲ و ۱۴ سبک دلبستگی اجتنابی و سؤال‌های ۳، ۴، ۷، ۸ و ۱۵ سبک دلبستگی دوسوگرا را تعیین می‌کند. حداقل و حداکثر نمره آزمودنی در زیرمقیاس‌های آزمون به ترتیب ۵ و ۲۵ خواهد بود. ضرایب آلفای کرونباخ پرسش‌های زیرمقیاس‌های ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در مورد نمونه ۱۴۸۰ نفری شامل ۸۶۰ زن، ۶۲۰ مرد برای کل آزمودنی‌ها به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۸۵، ۰/۸۶، ۰/۸۳، ۰/۸۴ و برای مردان ۰/۸۴، ۰/۸۵، ۰/۸۶ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی خوب مقیاس دلبستگی بزرگسال است. ضرایب همبستگی بین نمره‌های یک نمونه ۳۰۰ نفری از آزمودنی‌ها در دو نوبت با فاصله چهار هفته برای سنجش پایایی بازآزمایی در مورد سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا برای کل آزمودنی‌ها به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۸۳، ۰/۸۴، ۰/۸۶، ۰/۸۲، ۰/۸۵ و برای مردان ۰/۸۳، ۰/۸۳، ۰/۸۳ محاسبه شد که نشانه پایایی بازآزمایی رضایت‌بخش مقیاس است (بشارت، ۱۳۸۴ و ۲۰۱۱).

**۳. مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو<sup>۳</sup>:** مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو (بگبی، پارکر و تیلور، ۱۹۹۴) یک آزمون ۲۰ سؤالی است و سه زیرمقیاس دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات و تفکر عینی را در طیف ۵ درجه‌ای لیکرت از نمره ۱ (کاملاً مخالف) تا نمره ۵ (کاملاً موافق) می‌سنجد. سؤال‌های ۱، ۳، ۵، ۸، ۱۱، ۱۷ و ۱۹ دشواری در شناسایی احساسات، سؤال‌های ۲، ۶، ۹، ۱۶ و ۲۰ دشواری در توصیف احساسات و بقیه سؤال‌ها تفکر عینی را تعیین می‌کند. یک نمره کل نیز از جمع نمره‌های سه زیرمقیاس برای ناگویی هیجانی کلی محاسبه می‌شود. ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰ در پژوهش‌های متعدد بررسی و تأیید شده است (پارکر، تیلور و بگبی، ۲۰۰۱، ۲۰۰۳؛ پالمر، گیگانس، مانوکا و استاف<sup>۴</sup>، ۲۰۰۴؛ پندی، مندال، تیلور و پارکر<sup>۵</sup>، ۱۹۹۶؛ تیلور و بگبی، ۲۰۰۰). در نسخه فارسی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰، ضرایب آلفای کرونباخ برای ناگویی هیجانی کل، و سه زیرمقیاس دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات، و تفکر عینی به ترتیب

1. adult attachment inventory
2. Hazan & Shaver
3. Farsi version of the Toronto alexithymia scale-20
4. Palmer, Gignac, Manocha, & Syough
5. Pandey, Mandal, Taylor, & Parker

۰/۸۵، ۰/۸۲، ۰/۷۵ و ۰/۷۲ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی خوب مقیاس است. پایایی بازآزمایی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰ در نمونه ۶۷ نفری در دو نوبت با فاصله چهار هفته از ۰/۸۰ تا ۰/۸۷ برای ناگویی هیجانی کل و زیرمقیاس‌های مختلف تأیید شد (بشارت، ۲۰۰۷).

### یافته‌ها

میانگین سنی کل آزمودنی‌ها ۳۵/۲۰ سال با دامنه ۲۰ تا ۵۵ سال و انحراف استاندارد ۹/۶۰، میانگین سن مردان ۳۷ سال با دامنه ۲۱ تا ۵۵ سال و انحراف استاندارد ۱۰ و زنان ۳۳/۶۰ سال با دامنه ۲۰ تا ۵۲ سال و انحراف استاندارد ۸/۹۰ بود.

### جدول ۱. میانگین و انحراف معیار مکانیسم‌های دفاعی، سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی

متغیر	میانگین	مردان		زنان		کل
		انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	
مکانیسم دفاعی رشدیافته	۶/۱۰	۱/۶۹	۵/۶۵	۱/۷۴	۵/۸۶	۱/۷۳
مکانیسم دفاعی روان‌آزرده	۳/۹۱	۱/۳۰	۴/۱۸	۱/۱۷	۴/۰۵	۱/۲۴
مکانیسم دفاعی رشدنیافته	۳/۳۸	۱/۶۳	۳/۶۰	۱/۵۰	۳/۴۵	۱/۵۷
سبک دلبستگی ایمن	۱۶/۱۳	۴/۱۱	۱۴/۹۱	۳/۹۰	۱۵/۴۸	۴/۰۵
سبک دلبستگی اجتنابی	۱۲/۷۵	۴/۴۳	۱۳/۷۴	۴/۶۷	۱۳/۲۸	۴/۵۸
سبک دلبستگی دوسوگرا	۱۲/۷۸	۳/۳۸	۱۳/۴۰	۳/۷۹	۱۳/۱۱	۳/۶۲
ناگویی هیجانی	۴۴/۰۶	۱۴/۰۸	۴۶/۰۳	۱۰/۳۶	۴۵/۱۱	۱۲/۲۶

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار مکانیسم‌های دفاعی، سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی را به تفکیک زنان و مردان نشان می‌دهد.

### جدول ۲. ضرایب همبستگی پیرسون مکانیسم‌های دفاعی، سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی

متغیر	مکانیسم دفاعی رشدیافته	مکانیسم دفاعی روان‌آزرده	مکانیسم دفاعی رشدنیافته	دلبستگی ایمن	دلبستگی اجتنابی	دلبستگی دوسوگرا	ناگویی هیجانی
مکانیسم دفاعی رشدیافته	۱						
مکانیسم دفاعی روان‌آزرده	**۰/۷۱	۱					
مکانیسم دفاعی رشدنیافته	**۰/۶۸	**۰/۸۰	۱				
دلبستگی ایمن	**۰/۴۲	**۰/۳۹	**۰/۳۵	۱			
دلبستگی اجتنابی	**۰/۴۵	**۰/۳۴	**۰/۳۸	**۰/۵۵	۱		
دلبستگی دوسوگرا	**۰/۵۱	**۰/۴۵	**۰/۴۷	**۰/۶۶	**۰/۶۵	۱	
ناگویی هیجانی	**۰/۶۷	**۰/۶۴	**۰/۶۲	**۰/۵۸	**۰/۴۵	**۰/۵۵	۱

\*\*P<۰/۰۱

جدول ۲ نشان می‌دهد همبستگی سبک دلبستگی ایمن با ناگویی هیجانی منفی معنادار، و همبستگی دلبستگی‌های اجتنابی و دوسوگرا با ناگویی هیجانی مثبت معنادار است.



جدول ۳. خلاصه الگوی رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری اثر واسطه‌ای مکانیسم دفاعی رشد یافته بر رابطه سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی

متغیر	B	SEB	بتا	t
گام اول: دلبستگی ایمن ( $R^2 = 0/33$ )	-۱/۷۵	۰/۰۹۵	-۰/۵۷۸	-۱۸/۳۹**
گام دوم: دلبستگی ایمن و مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته ( $\Delta R^2 = 0/22$ )	-۱/۰۹	۰/۰۸۵	-۰/۳۶۱	-۱۲/۸۰**
گام اول: دلبستگی اجتنابی ( $R^2 = 0/20$ )	۱/۲۲	۰/۰۹۲	۰/۴۵۷	۱۳/۳۲**
گام دوم: دلبستگی اجتنابی و مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته ( $\Delta R^2 = 0/27$ )	۰/۵۱۴	۰/۰۸۳	۰/۱۹۲	۶/۱۷**
گام اول: دلبستگی دوسوگرا ( $R^2 = 0/30$ )	۱/۸۷	۰/۱۰۹	۰/۵۵۴	۱۷/۲۹**
گام دوم: دلبستگی دوسوگرا و مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته ( $\Delta R^2 = 0/20$ )	۰/۹۶۸	۰/۱۰۶	۰/۲۸۶	۹/۱۰**
	-۳/۷۱	۰/۲۲۲	-۰/۵۲۵	-۱۶/۷۵**

\*\* $P < 0/01$

جدول ۳ مجموعه‌ای از تحلیل‌های رگرسیونی دوگامی را نشان می‌دهد که با وارد شدن مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته به عنوان متغیر واسطه‌ای در معادله رگرسیون، ضریب بتا برای سبک دلبستگی ایمن از ۰/۵۷- به ۰/۳۶- کاهش یافت. آزمون سوبل نشان داد این میزان تغییر معنادار است ( $t = -18/39$ ) و درعین حال سبک دلبستگی ایمن همچنان معنادار باقی ماند ( $t = -12/80$ ). نتایج مشابه برای سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا تکرار شد. این نتایج نشان می‌دهد مکانیسم دفاعی رشد یافته توانسته‌اند، به عنوان متغیر واسطه‌ای، رابطه سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا با ناگویی هیجانی را به صورت جزئی تحت تأثیر قرار دهند.

جدول ۴ نشان می‌دهد با وارد شدن مکانیسم‌های دفاعی روان‌آزرده به عنوان متغیر واسطه‌ای در معادله رگرسیون، ضریب بتا برای سبک دلبستگی ایمن از ۰/۵۷- به ۰/۳۸- کاهش یافت. آزمون سوبل نشان داد این میزان تغییر معنادار است ( $t = 17/71$ ) و درعین حال سبک دلبستگی ایمن همچنان معنادار باقی ماند ( $t = -13/68$ ). نتایج مشابه برای سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا تکرار شد. این نتایج نشان می‌دهد مکانیسم‌های دفاعی روان‌آزرده توانسته اند، به عنوان متغیر واسطه‌ای، بر رابطه سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا با ناگویی هیجانی به صورت جزئی تأثیر گذار باشند.

جدول ۴. خلاصه الگوی رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری اثر واسطه‌ای مکانیسم‌های دفاعی نوروتیک بر رابطه سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی

متغیر	B	SEB	بتا	تی	
گام اول: دلبستگی ایمن ( $R^2 = 0/33$ )	-۱/۷۵	۰/۰۹۵	-۰/۵۷۸	-۱۸/۳۹**	
گام دوم: دلبستگی ایمن و مکانیسم‌های دفاعی نوروتیک ( $\Delta R^2 = 0/21$ )	-۱/۱۶	۰/۰۸۵	-۰/۳۸۵	-۱۳/۶۸**	
	۴/۹۴	۰/۲۷۹	۰/۴۹۹	۱۷/۷۱**	$(R^2 = 0/54)$
گام اول: دلبستگی اجتنابی ( $R^2 = 0/20$ )	۱/۲۲	۰/۰۹۲	۰/۴۵۷	۱۳/۳۲**	
گام دوم: دلبستگی اجتنابی و مکانیسم‌های دفاعی نوروتیک ( $\Delta R^2 = 0/27$ )	۰/۷۰۹	۰/۰۷۹	۰/۲۶۵	۸/۹۶**	
	۵/۵۱	۰/۲۹۳	۰/۵۵۷	۱۸/۸۲**	$(R^2 = 0/48)$
گام اول: دلبستگی دوسوگرا ( $R^2 = 0/30$ )	۱/۸۷	۰/۱۰۹	۰/۵۵۴	۱۷/۲۹**	
گام دوم: دلبستگی دوسوگرا و مکانیسم‌های دفاعی نوروتیک ( $\Delta R^2 = 0/19$ )	۱/۱۱	۰/۱۰۳	۰/۳۲۸	۱۰/۷۷**	
	۴/۹۴	۰/۳۰۲	۰/۴۹۹	۱۶/۳۹**	$(R^2 = 0/50)$

\*\* $P < 0/01$ 

جدول ۵. خلاصه الگو رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری اثر واسطه‌ای مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته بر رابطه سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی

متغیر	B	SEB	بتا	تی	
گام اول: دلبستگی ایمن ( $R^2 = 0/33$ )	-۱/۷۵	۰/۰۹۵	-۰/۵۷۸	-۱۸/۳۹**	
گام دوم: دلبستگی ایمن و مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته ( $\Delta R^2 = 0/20$ )	-۱/۲۴	۰/۰۸۵	-۰/۴۱۲	-۱۴/۷۴**	
	۳/۷۴	۰/۲۱۸	۰/۴۸۰	۱۷/۱۹**	$(R^2 = 0/53)$
گام اول: دلبستگی اجتنابی ( $R^2 = 0/20$ )	۱/۲۲	۰/۰۹۲	۰/۴۵۷	۱۳/۳۲**	
گام دوم: دلبستگی اجتنابی و مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته ( $\Delta R^2 = 0/23$ )	۰/۶۸۷	۰/۰۸۳	۰/۲۵۷	۸/۲۷**	
	۴/۰۹	۰/۲۴۲	۰/۵۲۵	۱۶/۹۰**	$(R^2 = 0/44)$
گام اول: دلبستگی دوسوگرا ( $R^2 = 0/30$ )	۱/۸۷	۰/۱۰۹	۰/۵۵۴	۱۷/۲۹**	
گام دوم: دلبستگی دوسوگرا و مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته ( $\Delta R^2 = 0/16$ )	۱/۱۲	۰/۱۰۸	۰/۳۳۳	۱۰/۴۶**	
	۳/۶۱	۰/۲۴۸	۰/۴۶۴	۱۴/۵۷**	$(R^2 = 0/47)$

\*\* $P < 0/01$

نقش واسطه‌ای مکانیسم‌های دفاعی در رابطه بین سبک‌های.....

نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد که با وارد شدن مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته به‌عنوان متغیر واسطه‌ای در معادله رگرسیون، ضریب بتا برای سبک دلبستگی ایمن از  $0/57$  به  $0/41$  کاهش یافت. آزمون سوئل نشان داد که این میزان تغییر معنادار است ( $t = 17/19$ ) و درعین حال سبک دلبستگی ایمن همچنان معنادار باقی ماند ( $t = -14/74$ ). نتایج مشابه برای سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا تکرار شد. این نتایج نشان می‌دهد که مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته توانسته‌اند، به‌عنوان متغیر واسطه‌ای، بر رابطه سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا با ناگویی هیجانی را به‌صورت جزئی تأثیرگذار باشند.

### بحث و نتیجه گیری

نتایج این پژوهش نشان داد که رابطه سبک دلبستگی ایمن با ناگویی هیجانی منفی و رابطه سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا با ناگویی هیجانی مثبت معنادار است. این نتایج که فرضیه اول و دوم پژوهش را تأیید می‌کند و با یافته‌های پژوهش‌های قبلی (بشارت، ۱۳۸۸؛ تروپسی و همکاران، ۲۰۰۱؛ فناگی و همکاران، ۲۰۰۲؛ کوپمن و همکاران، ۲۰۰۴؛ مونتباروچی و همکاران، ۲۰۰۴) مطابقت دارد، برحسب احتمالات زیر تبیین می‌شوند. حساسیت و پاسخدهی مراقب اولیه به حالت‌های هیجانی کودک تعیین‌کننده اصلی یادگیری روش تنظیم عواطف و رابطه با دیگران است (بگی و تیلور، ۱۹۹۷؛ مینس و همکاران، ۲۰۰۸؛ هامفریس و همکاران، ۲۰۰۹). کودکان ایمن پاسخدهی بهینه و منسجم را از مراقب اولیه تجربه می‌کنند و می‌آموزند که ابراز متعادل هیجان‌ها پیامدهای مثبت دارد. بر این اساس، حساسیت و پاسخدهی مادرانه، که درعین حال از مقدمات دلبستگی ایمن محسوب می‌شود (اینسورث و همکاران، ۱۹۷۸؛ بالبی، ۱۹۶۹، ۱۹۸۸)، از طریق تشکیل و استقرار سبک دلبستگی ایمن در کودک، امکانات لازم را برای تنظیم عواطف در اختیار وی قرار می‌دهد. این توانمندی‌ها، رابطه منفی سبک دلبستگی ایمن با ناگویی هیجانی را که مشخصه اصلی آن نقص و ناتوانی در خودتنظیم‌گری هیجانی است (کریتلر، ۲۰۰۲)، تبیین می‌کند. همچنین یافته‌های پژوهشی نشان داده‌اند تجربه‌های کودک با مراقبانی که هیجان‌های خود را بروز نمی‌دهد، یا کسانی که هیجان‌های درحال تحول و شکل‌گیری کودک را به‌رسمیت نمی‌شناسند و با هیجان‌های کودک خوب رفتار نمی‌کنند، تأثیری عمیق بر تنظیم عاطفه در مراحل بعدی زندگی کودک دارد (نوربرگ و همکاران، ۲۰۱۱). افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن، در مقایسه با ایمن‌ها سطوح پایین‌تری از عواطف مثبت تجربه را می‌کنند و در توانایی مدیریت استرس، اضطراب، افسردگی و سایر عواطف منفی ناتوانند (بشارت، ۲۰۱۰؛ هسه و فلویید، ۲۰۱۱). مطابق این یافته‌ها، تجربه‌های هیجانی دوران کودکی نقشی تعیین‌کننده در کنش‌وری یا نارساکنش‌وری‌های هیجانی بازی

می‌کند. بستر اصلی این تأثیرگذاری، سبک دلبستگی فرد است که برحسب آن تجربه‌ها شکل می‌گیرد و از طریق الگوهای درون‌کاری درونی می‌شود و استمرار می‌یابد (بشارت، ۱۳۹۱). به-این‌ترتیب، سبک دلبستگی ایمن با کنش‌وری‌ها و توانمندی‌های هیجانی و سبک‌های دلبستگی ناایمن با نارساکنش‌وری‌ها و ناتوانایی‌های هیجانی در ارتباط قرار می‌گیرد (بشارت، ۱۳۸۸).

نتایج این پژوهش نشان داد مکانیسم‌های دفاعی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی نقش واسطه‌ای دارند. با توجه به این‌که این تأثیر واسطه‌ای در مورد هر سه سبک دفاعی رشدیافته، روان‌آزرده و رشدنیافته جزئی بود، می‌توان نتیجه گرفت که بخشی از رابطه سبک‌های دلبستگی با ناگویی هیجانی از طریق مکانیسم‌های دفاعی اعمال می‌شود. سبک دلبستگی ایمن به‌عنوان عامل اصلی تأثیرگذار بر تحول مهارت‌های موثر تنظیم عواطف (بگبی و تیلور، ۱۹۹۷؛ مینس و همکاران، ۲۰۰۸؛ هامفریس و همکاران، ۲۰۰۹)، با تقویت مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته این امکان را برای فرد فراهم می‌آورد تا در مواجهه با موقعیت‌های استرس‌زا، فرد بتواند با استفاده از آن‌ها با عوامل استرس‌زا مقابله کند (بشارت، ۱۳۸۷؛ بشارت و شهیدی، ۲۰۱۱). یکی از کنش‌های سبک دلبستگی ایمن، کاهش اضطراب است (بشارت، ۱۳۸۷؛ بشارت و همکاران، ۱۳۸۰؛ فینی و کیرک پاتریک، ۱۹۹۶). این ویژگی اضطراب‌زدایی نیز به سهم خود به فرد در استفاده از مکانیسم‌های دفاعی کارآمد کمک می‌کند. برعکس، سبک‌های دلبستگی ناایمن فرصت‌های تحولی بالقوه برای کسب و فراگیری مهارت‌های تنظیم عواطف در چهارچوب روابط مادر-کودک و کودک-محیط را سلب می‌نماید و توانایی‌های فرد برای مواجهه موثر با موقعیت‌های استرس‌زا را تضعیف می‌کند. ضعف در مهارت‌های تنظیم عواطف، زمینه را برای به‌کارگیری مکانیسم‌های دفاعی روان‌آزرده و رشدنیافته فراهم می‌سازد. برعکس ویژگی اضطراب‌زدایی سبک دلبستگی ایمن، سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا، اضطراب و نگرانی فزاینده‌ای را بر فرد تحمیل می‌کند و او را به استفاده از شیوه‌های دفاعی ناکارآمد وادار می‌سازد (بشارت، ۱۳۸۷؛ بشارت و شهیدی، ۲۰۱۱).

محدودیت جامعه آماری پژوهش و نوع پژوهش، محدودیت‌هایی را در زمینه تعمیم‌یافته‌ها، تفسیرها و اسنادهای علت‌شناختی متغیرهای موردبررسی مطرح می‌کند که باید در نظر گرفته شود. نمونه مورد بررسی در این پژوهش یک نمونه از جمعیت عمومی تهرانی بود و در تعمیم یافته‌ها به سایر جمعیت‌ها باید احتیاط شود. برای بررسی دقیق‌تر پیشنهاد می‌شود پژوهش‌هایی در زمینه بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی با مؤلفه‌های ناگویی هیجانی به‌وسیله ابزار سنجش چهارمقوله‌ای دلبستگی انجام شود. همچنین، پیشنهاد می‌شود به‌منظور شناخت بهتر تأثیرهای آسیب‌زای اختلال‌های دلبستگی بر فرایندهای هیجانی، رابطه این دو متغیر در نمونه‌های بالینی

نقش واسطه‌ای مکانیسم‌های دفاعی در رابطه بین سبک‌های.....

شامل نمونه‌های دچار اختلال‌های روان‌شناختی، اختلال‌های شخصیت و مشکلات خانوادگی و بین‌شخصی، بررسی شود.

**تقدیر و تشکر:** از همه کسانی که داوطلبانه به‌عنوان آزمودنی در این پژوهش شرکت کردند و از دانشجویانی که به‌عنوان پرسشگر مسئولیت اجرای پژوهش را برعهده گرفتند، تشکر و قدردانی می‌شود.

## منابع

بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۴). *هنجاریابی مقیاس دلبستگی بزرگسال*. گزارش پژوهشی. دانشگاه تهران.

بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۶). *بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه سبک‌های دفاعی*. گزارش پژوهشی، دانشگاه تهران.

بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۷). *نارسایی هیجانی و سبک‌های دفاعی*. *اصول بهداشت روانی*، ۳۹(۳): ۱۹۰-۱۸۱.

بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۸). *سبک‌های دلبستگی و نارسایی هیجانی*. *پژوهش‌های روان‌شناختی*، ۲۴(۳ و ۴): ۸۰-۶۳.

بشارت، محمدعلی. (۱۳۹۰). *بررسی پایایی، روایی و تحلیل عاملی پرسشنامه سبک‌های دفاعی*. *روان‌شناسی معاصر*، ۱۲ (۲): ، زیر چاپ.

بشارت، محمدعلی. (۱۳۹۱). *مبانی درمانی نظریه دلبستگی، رویش روان‌شناسی*، ۱(۱): ۳۸-۱۵.

بشارت، محمدعلی،، شریفی، ماندانا، ایروانی، محمود. (۱۳۸۰). *بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و مکانیسم‌های دفاعی*. *مجله روان‌شناسی*، ۱۹(۳): ۲۷۷-۲۸۹.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: a psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Andrews, G., Singh, M., & Bond, M. (1993). The Defense Style Questionnaire. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 181(4): 246-256.

Bagby, R. M., Parker, J. D. A., & Taylor, G. J. (1994). The twenty-item Toronto Alexithymia Scale: I Item selection and cross-validation of the factor structure. *Journal of Psychosomatic Research*, 38(1): 23-32

Bagby, R. M., & Taylor, G. J. (1997). Affect dysregulation and alexithymia. In G. J. Taylor, R. M. Bagby, & J. D. A. Parker (Eds.), *Disorders of affect regulation: alexithymia in medical and psychiatric illness* (pp. 26-45). Cambridge: University Press

Bartholomew, K., & Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2):226-244.

- Bernbaum, H., & James, T. (1994). Correlates and retrospectively reported antecedents of alexithymia. *Psychosomatic Medicine*, 56: 353-359.
- Besharat, M. A. (2007). Reliability and factorial validity of Farsi version of the Toronto Alexithymia Scale with a sample of Iranian students. *Psychological Reports*, 101(1): 209-220.
- Besharat, M. A. (2010). Relationship of alexithymia with coping styles and interpersonal problems. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5: 614-497.
- Besharat, M. A. (2011). Development and validation of Adult Attachment Inventory. *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 30: 475-479.
- Besharat, M. A., & Shahidi, S. (2011). What is the relationship between alexithymia and ego defense styles? A correlational study with Iranian students. *Asian Journal of Psychiatry*, 4: 145-149.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. I. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: separation*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: clinical applications of attachment theory*. New York: Basic Books.
- Cramer, P. (1999). Personality, personality disorders, and defense mechanisms. *Journal of Personality*, 67(3): 535-551.
- Feeney, B. C., & Kirkpatrick, L. A. (1996). Effects of adult attachment and presence of romantic partners on physiological responses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2):255-270.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E., & Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. New York: Other Press.
- Freud, S. (1923). The ego and the id. In J. Strachey (Ed. and Trans.), *The complete psychological works* (Vol. 19). New York: Norton, 1976.
- Gergely, G., & Watson, J. S. (1996). The social biofeedback theory of parental affect-mirroring: the development of emotional self-awareness and self-control in infancy. *International Journal of Psychoanalysis*, 77(1): 1-31.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3):511-524.
- Hesse, C., & Floyd, K. (2011). Affection mediates the impact of alexithymia on relationships. *Personality and Individual Differences*, 50:451-456.
- Humphreys, T. P., Wood, L. M., & Parker, J. D. A. (2009). Alexithymia and satisfaction in intimate relationships. *Personality and Individual Differences*, 4:6: 43-47.
- Kooiman, C. G., Vellinga, S., Spinhoven, P. H., Draijer, N., Trijsburg, R. W., & Rooijmans, H. G. M. (2004). Childhood adversities as risk factors for alexithymia and other aspects of affect dysregulation in adulthood. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 73(2): 107-116.

- Kraemer, S., & Loader, P. (1995). Passing through life: alexithymia and attachment disorders. *Journal of Psychosomatic Research*, 39(8): 937-941.
- Kreitler, S. (2002). The psychosemantic approach to alexithymia. *Personality and Individual Differences*, 33: 393-407.
- Meins, E., Harris-Waller, J., & Lloyd, A. (2008). Understanding alexithymia: Associations with peer attachment style and mind-mindedness. *Personality and Individual Differences*, 45:146-152.
- Montebarocci, O., Codispoti, M., Baldaro, B., & Rossi, N. (2004). Adult attachment style and alexithymia. *Personality and Individual Differences*, 36:499-507.
- Nemiah, J. C. (2000). A psychodynamic view of psychosomatic medicine. *Psychosomatic Medicine*, 62(3): 299-303.
- Palmer, B. R., Gignac, G., Manocha, R., & Syough, C. (2004). A psychometric evaluation of the Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test Version 2.0. *Intelligence*, 33:285-305.
- Pandey, R., Mandal, M. K., Taylor, G. J., & Parker, J. D. A. (1996). Cross-cultural alexithymia: development and validation of a Hindi translation of the 20-item Toronto Alexithymia Scale. *Journal of Clinical Psychology*, 52(2):173-176.
- Parker, J. D. A., Taylor, G. J., & Bagby, R. M. (1998). Alexithymia: relationship with ego defense and coping styles. *Comprehensive Psychiatry*, 39(2): 91-98.
- Parker, J. D. A., Taylor, G. J., & Bagby, R. M. (2001). The relationship between emotional intelligence and alexithymia. *Personality and Individual Differences*, 30: 107-115.
- Parker, J. D. A., Taylor, G. J., & Bagby, R. M. (2003). The 20-item Toronto Alexithymia Scale: III reliability and factorial validity in a community population. *Journal of Psychosomatic Research*, 55(3): 269-275.
- Sifneos, P. E. (2000). Alexithymia, clinical issues, politics and crime. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 69(3): 113-116.
- Taylor, G. J., & Bagby, M. (2000). An overview of the alexithymia construct. In R. Bar-On & J. D. A. Parker (Eds.), *The handbook of emotional intelligence* (pp. 263-276). San Francisco: Jossey-Bass.
- Tennant, C. (1988). Parental loss in childhood: it's effect in adult life. *Archives of General Psychiatry*, 45(11): 1045-1050.
- Thorberg, F. A., Young, R. McD., Sullivan, K. A., & Lyvers, M. (2011). Parental bonding and alexithymia: A meta-analysis. *European Psychiatry*, 26(3): 187-193.
- Vaillant, G. E. (1971). Theoretical hierarchy of adaptive ego mechanisms. *Archives of General Psychiatry*, 24(2): 107-118.
- Vaillant, G. E. (1976). Natural history of male psychological health V. the relation of choice of ego mechanisms of defense to adult adjustment. *Archives of General Psychiatry*, 33(5):535-545.

- Vaillant, G. E. (1992). The historical origins of Sigmund Freud's concept of the mechanisms of defense. In G. E. Vaillant (Ed.), *Ego mechanisms of defense: A guide for clinicians and researchers* (pp. 3-28). Washington, DC: American Psychiatric Press.
- Vaillant, G. E. (1994). Ego mechanisms of defense and personality psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(1): 44-50.
- Waters, E. Merrick, S., Treboux, D., Crowell, J., & Albersheim, L. (2000). Attachment security in infancy and early adulthood: a twenty-year longitudinal study. *Child Development*, 71(3):684-689.