

مقاله اصلی

مدل‌یابی ساختاری ترس از صمیمیت بر اساس سبک‌های پردازش هیجانی با نقش میانجی خودشفقت‌ورزی در افراد با بازه‌ی سنی ۲۵ تا ۵۰ سال

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۴/۰۳ - تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۶/۳۰

خلاصه

مقدمه: پژوهش حاضر با هدف مدل‌یابی ساختاری ترس از صمیمیت بر اساس سبک‌های پردازش هیجانی با نقش میانجی خودشفقت‌ورزی در افراد با بازه‌ی سنی ۲۵ تا ۵۰ سال انجام شد. پژوهش روش توصیفی - همبستگی و از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری است.

روش کار: جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه افراد در بازه سنی ۲۵ تا ۵۰ سال که به مراکز مشاوره و کلینیک‌های روانشناسی سطح شهر تهران در سال ۱۴۰۲، بودند. تعداد ۳۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. داده‌ها در این پژوهش توسط پرسشنامه‌های ترس از صمیمیت (دسکاتر و تین، ۱۹۹۱)، سبک‌های پردازش هیجانی (باکر و همکاران، ۲۰۱۰)، و خودشفقتی (ریس و همکاران، ۲۰۱۱) به دست آمد. تجزیه و تحلیل اطلاعات با استفاده از نرم افزار Smart PLS-V3 انجام شد.

نتایج: نتایج پژوهش نشان داد سبک‌های پردازش هیجانی به صورت مستقیم و غیرمستقیم با نقش میانجی خودشفقت‌ورزی توان پیش‌بینی ترس از صمیمیت در افراد با بازه‌ی سنی ۲۵ تا ۵۰ سال را دارد. همچنین نتایج حاکی از آن بود که مدل آزمون شده در نمونه مورد بررسی برازش مناسبی دارد و با توجه به اینکه بارهای عاملی تمامی متغیرهای آشکار مدل بیشتر از ۰/۴ و معناداری بیشتر از ۱/۹۶ است، می‌توان گفت سازه حاضر از روایی مطلوبی برخوردار است.

نتیجه‌گیری: این یافته‌ها می‌تواند به متخصصان روانشناسی و مشاوره در طراحی مداخلات مؤثر برای کاهش ترس از صمیمیت و بهبود روابط بین فردی کمک کند. همچنین، این پژوهش به درک بهتر از پیچیدگی‌های عاطفی و اجتماعی در افراد در سنین بزرگسالی و میانسالی می‌پردازد و بر اهمیت خودشفقت‌ورزی به عنوان یک عامل مؤثر در ارتقاء کیفیت روابط بین فردی و بهبود سلامت روانی، تأکید می‌کند.

کلمات کلیدی: ترس از صمیمیت، سبک‌های پردازش هیجانی، خودشفقت‌ورزی

لیلا اصغر نیا^۱

طاهره حمزه پور حقیقی^۲

مه‌دی خاص محمدی^۱

نوشین پردلان^۱

^۱گروه مشاوره، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

^۲گروه روانشناسی، واحد لاهیجان، دانشگاه آزاد اسلامی، لاهیجان، ایران. (نویسنده مسئول)

Email:

Hamzehpoor.tahereh@iau.ac.ir

مقدمه

صمیمیت مفهومی پویا در ارتباطات انسانی است که به معنای باز بودن و عدم بازداری در روابط و نزدیکی دو یا چند فرد در ابعاد گوناگون هیجانی، منطقی و عملکردی می‌باشد (۱). در واقع صمیمیت به معنای نزدیکی، تشابه و رابطه صمیمانه با دیگری، فعالیت‌های مشترک، شناخت یکدیگر، رفتارهای عاطفی و اشتراک‌گذاری ارزش‌ها و ایده‌هاست (۲) که فرایندی تعاملی همراه با شناخت، درک، همدلی، قدردانی و پذیرش محسوب می‌شود (۳). وقتی ظرفیت و توانمندی فرد برای ابراز صمیمیت کاسته شود، ترس از صمیمیت ایجاد می‌شود. با افزایش ترس از صمیمیت، برقراری و تداوم ارتباط، احساس مثبت نسبت به روابط نزدیک و ابراز احساسات و عواطف با مشکل مواجه می‌شود (۴). به نظر می‌رسد افرادی که ترس از صمیمیت دارند، به دلیل عدم تجربیات درونی اعم از افکار، احساسات و عواطف که می‌توانند منبع اضطرابی داشته باشند، نه درک می‌شوند و نه درک می‌کنند (۵).

ترس از صمیمیت یک عامل خطر برای وجود مشکلات هیجانی است (۶) و ایجاد و دوام روابط صمیمانه توسط پیوندهای هیجانی خاصی تقویت می‌شود (۷). اجتناب از صمیمیت می‌تواند اثرات نامطلوبی بر سلامت هیجانی داشته باشد که منجر به تنهایی، انزوای هیجانی و پاسخ ناکارآمد به استرس می‌شود (۸). یکی از ویژگی‌های ترس از صمیمیت، ظرفیت هیجانی پایین است. یعنی افرادی که از صمیمیت می‌ترسند از بیان اطلاعاتی که بار هیجانی دارند امتناع می‌کنند (۹). پردازش هیجان^۱ یک فرایند پیچیده است که به توانایی افراد در نظارت، ارزیابی و تغییر یک پاسخ هیجانی، برای دستیابی به نیازها و اهداف و توانایی درک موثر موقعیت‌های هیجانی اشاره دارد (۱۰). مشکلات پردازش هیجانی باعث پیشرفت افسردگی می‌شود (۱۱). نتایج پژوهشی نشان می‌دهد افرادی که هنگام پردازش هیجانی، سبک‌های ناکارآمدی را انتخاب می‌کنند در برابر مشکلات هیجانی آسیب‌پذیرتر هستند (۱۲). لایورز^۲ و

همکاران (۱۳) نشان دادند که رضایت از رابطه کم گزارش شده توسط افراد مبتلا به مشکلات هیجانی را می‌توان با نقش میانجی ترس از صمیمیت، دلبستگی ناایمن و عاطفه‌ی منفی توضیح داد. پردازش هیجانی می‌تواند علاوه بر تأثیر مستقیم، از طریق نقص در شفقت به خود، فرد را مستعد ترس از صمیمیت کند. افرادی که نسبت به خود شفقت دارند، توسط دیگران به صورت افرادی دارای ارتباط هیجانی بیشتر و پذیراتر توصیف می‌شوند. این افراد کنترل زیادی بر پرخاشگری فیزیکی و کلامی در رابطه‌شان دارند (۱۴). همچنین از آنجا که افراد دارای شفقت بر خود، بیشتر نیازهای خود را برای مراقبت و حمایت محقق می‌کنند، منابع هیجانی بیشتر در دسترس دارند که نسبت به دیگری ابراز نمایند در نتیجه افراد در رابطه با آنها، رضایت بیشتری را تجربه می‌کنند (۱۵). شفقت به خود شامل ارتباط با درد و رنج خود و تمایل به رفع آن است و بر پذیرش خود و تجربه خود تأکید دارد (۱۶؛ ۱۷). بر اساس تعریف نف (۱۸)، شفقت به خود از سه مولفه تشکیل می‌شود: مهربانی با خود، احساس مشترکات انسانی و هوشیاری. افراد ممکن است در مواجهه با چالش‌ها، به جای ارزیابی هوشیارانه از خود، به طور ناهوشیار خود را مورد قضاوت منفی قرار دهند (۱۹). شفقت به خود نیازمند پاسخ‌های متعادل و ذهن آگاه در برابر ناراحتی است و به جای سرزنش خود، به مهربانی با خود می‌پردازد، که تأثیر تجربه‌های هیجانی منفی را کاهش می‌دهد (۲۰). کسانی که نمرات پایین‌تری در خودشفقت‌ورزی دارند، قضاوت‌های سخت‌گیرانه‌تری درباره خود انجام می‌دهند و به سمت خودانتقادی افراطی می‌روند (۲۱). این افراد در روابط با دیگران نیز کنترل‌گر و غیرصمیمی هستند و ارتباطات کلامی پرخاشگرانه‌ای دارند (۲۲). مطالعات نشان داده‌اند که افراد با شفقت پایین‌تر نسبت به خود، سطوح بالاتری از افسردگی و اضطراب و نشخوار فکری را در موقعیت‌های ارتباطی چالش‌برانگیز تجربه می‌کنند و از رضایت زندگی کمتری برخوردارند (۲).

در تبیین علت‌شناسی ترس از صمیمیت، عوامل روانشناختی متعددی تأثیرگذارند که می‌توان آن‌ها را از طریق نظریه‌های

1 - Emotional Process

2 - Lyvers

آسیب‌شناسی روانی، از جمله رویکردهای هیجانی، بین فردی و روان‌تحلیلی، بررسی کرد. پژوهش‌های محدود در زمینه روابط ابژه و صمیمیت، عمدتاً نقش میانجی شفقت به خود را نادیده گرفته‌اند و بیشتر بر روابط مستقیم بین این مفاهیم و مشکلات خلقی تمرکز کرده‌اند (۲۳). ترس از صمیمیت، که می‌تواند بر سلامت روانی افراد تأثیر بگذارد، اما کمتر مورد بررسی قرار گرفته است. استفاده از مدل‌سازی معادلات ساختاری امکان بررسی روابط علی بین متغیرها را فراهم می‌کند و می‌تواند به درک عمیق‌تری از عوامل مؤثر بر ترس از صمیمیت کمک کند. بنابراین، سوال اصلی پژوهش حاضر این است که آیا مدل ساختاری ترس از صمیمیت بر اساس سبک‌های پردازش هیجانی با نقش میانجی خودشفقت‌ورزی در افراد ۲۵ تا ۵۰ سال از برازش مناسبی برخوردار است؟

روش پژوهش

جامعه آماری پژوهش دربرگیرنده کلیه افراد در بازه سنی ۲۵ تا ۵۰ سال که به مراکز مشاوره و کلینیک‌های روانشناسی مناطق ۳ و ۷ شهر تهران در سال ۱۴۰۲ مراجعه کرده‌اند، می‌باشد. به منظور برآورد حجم نمونه، از نظریه کلان برای معادلات ساختاری استفاده شد. طبق نظر کلان (۲۴) حجم نمونه بین ۲۰۰ تا ۵۰۰ نفر کفایت می‌کند. برای اطمینان از حجم ۳۰۰ نفر که ملاک‌های ورود به پژوهش را داشتند، به روش نمونه‌گیری غیرتصادفی هدفمند و در دسترس انتخاب شدند ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بودند از: سن بالای ۲۵ سال و پایین ۵۰ سال، متاهل بودن، داشتن حداقل تحصیلات دیپلم، عدم ابتلای به یک بیماری جسمی جدی و وخیم مانند بیماری‌های قلبی و مولتیپل اسکلروزیس و تمایل مراجع برای شرکت در پژوهش. ابزار استفاده شده در پژوهش عبارت بود از:

الف) پرسشنامه ترس از صمیمیت دسکاتر و تین (۲۵)

مقیاس ترس از صمیمیت توسط دسکاتر و تین (۲۵) ساخته شده است که از ۳۵ گویه تشکیل شده است که به منظور سنجش ترس از صمیمیت و سنجش اضطراب‌های مربوط به روابط نزدیک بکار می‌رود. نمره‌گذاری پرسشنامه بصورت طیف

لیکرت ۵ نقطه‌ای می‌باشد که برای گزینه‌های «اصلاً اینطور نیستم»، «کمی اینطور هستم»، «در حد متوسط اینطور هستم»، «تأحد زیادی اینطور هستم» و «کاملاً اینطور هستم» به ترتیب امتیازات ۱، ۲، ۳، ۴ و ۵ در نظر گرفته می‌شود. گویه‌های شماره ۳، ۶، ۷، ۸، ۱۰، ۱۴، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۱، ۲۲، ۲۵، ۲۷، ۲۹ و ۳۰ بصورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. سپس برای به دست آوردن نمره‌ی کل، نمره‌های ۳۵ سوال را با هم جمع می‌کنیم. حداقل و حداکثر نمره فرد در این مقیاس به ترتیب ۳۵ و ۱۷۵ است. ویژگی‌های روانسنجی فرم فارسی این مقیاس، در نمونه‌ای متشکل از ۶۲۳ زن و مرد متاهل از جمعیت عمومی (۳۳۵ زن و ۳۸۸ مرد) بررسی شده است. ضریب آلفای کرونباخ مقیاس ترس از صمیمیت ۰/۹۱ محاسبه شد که نشانه‌ی همسانی درونی خوب مقیاس است. ضریب همبستگی بین نمره‌ای ۱۱۶ نفر از شرکت‌کنندگان در پژوهش در دو نوبت با فاصله دو تا چهار هفته ۰/۷۴ محاسبه شد که در سطح ۰/۰۰۱ معنادار بود. این ضریب نشانه‌ی اعتبار بازآزمایی راضیت بخش مقیاس ترس از صمیمیت است. (۲۶). در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ ۰/۷۱ محاسبه شده است

پرسشنامه سبک‌های پردازش هیجانی باکر و همکاران (۲۷)

مقیاس پردازش اطلاعات هیجانی توسط باکر و همکاران^۱ در سال ۲۰۰۷ توسعه داده شده است. نسخه اولیه این مقیاس دارای ۴۸ سوال بود که بعداً توسط باکر و همکاران (۲۷) کوتاه‌تر شد و نسخه ۲۵ سوالی آن تهیه شد. این مقیاس دارای ۵ بعد یا خرده‌مقیاس با عناوین سرکوبی، تجربه هیجانات ناخوشایند، کنترل هیجان، اجتناب و نشانه‌های هیجانات پردازش نشده است. نمره‌گذاری این پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای است بدین صورت که نمره ۱ به پاسخ کاملاً مخالفم، نمره ۲ برای پاسخ مخالفم، نمره ۳ برای پاسخ نظری ندارم، نمره ۴ برای پاسخ موافقم و نمره ۵ برای پاسخ کاملاً موافقم اختصاص داده می‌شود. باکر و همکاران ساختار عاملی این پرسشنامه را با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی مورد بررسی قرار داده و ۵

عامل استخراج کردند. ضرایب آلفای کرونباخ و باز آزمایی این مقیاس به ترتیب ۰/۹۲ و ۰/۷۹ توسط طراحان آزمون گزارش شد. در ایران نیز لطفی (۲۸) ضریب همبستگی این مقیاس را با مقیاس تنظیم هیجان ۰/۵۴ بدست آورد که حاکی از روایی همگرای آزمون است. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ ۰/۸۳ محاسبه شده است

خود، تجارب مشترک انسانی، انزوا، ذهن آگاهی و همانندسازی افراطی به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۸۷، ۰/۹۱، ۰/۸۸، ۰/۹۲ و ۰/۷۷ می-باشند. روایی همزمان و همگرا پرسشنامه نیز مطلوب گزارش گردیده است. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ ۰/۷۹ محاسبه شده است.

پرسشنامه خودشفقتی ریس و همکاران (۲۹)

ماده برای اندازه گیری سه مولفه مهربانی این پرسشنامه شامل ۲۶ به خود (۲ ماده) در برابر قضاوت کردن خود (۲ ماده)، اشتراک انسانی (۲ ماده) در برابر انزوا (۲ ماده) و ذهن آگاهی (۲ ماده) در برابر همانندسازی افراطی (۲ ماده) تدوین شده است. ماده‌ها در یک مقیاس لیکرت ۵ رتبه‌ای، از تقریباً هرگز = ۱ تا تقریباً همیشه = ۵ تنظیم شده که نمره بالاتر سطح بالاتر شفقت خود را نشان می‌دهد. ضمناً ماده‌های ۱، ۴، ۸، ۹، ۱۱ و ۱۲ به صورت معکوس نمره گذاری می‌شوند. در پژوهش شهبازی و همکاران ماده‌ای در (۳۰) برای اندازه گیری شفقت خود از فرم کوتاه ۱۲ شش خرده مقیاس و هر کدام دو ماده که توسط ریس و همکاران در سال ۲۰۱۱ تدوین گردیده استفاده شد و ضریب آلفا برای نمره کلی مقیاس ۰/۹۱ است. همچنین ضرایب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های مهربانی به خود، قضاوت کردن

یافته ها

در این بخش توصیف آماری ویژگی‌های جمعیت شناختی بخش کمی شامل تحلیل و خلاصه سازی اطلاعات جمعیت شناختی گروه هدف پژوهش در جامعه آماری است. این تحلیل‌ها به پژوهشگران کمک می‌کند تا الگوها و تمایلات جمعیتی را شناسایی و به درک بهتری از ساختار اجتماعی دست یابند. همچنین، نتایج این توصیف‌ها می‌تواند در تبیین یافته‌ها و نتایج پژوهش و پیشنهادها کاربردی، سیاست‌ها و برنامه‌های اجتماعی و مؤثر باشد. لذا در این پژوهش، بر اساس داده‌های جمع آوری شده از طریق پرسشنامه در جدول زیر به توصیف آماری ویژگی‌های جمعیت شناختی بخش کمی شامل سن، جنسیت و تحصیلات پرداخته شده است:

جدول ۱. توصیف آماری ویژگی‌های جمعیت شناختی نمونه آماری (حجم نمونه = ۳۰۰ پاسخ دهنده)

ویژگی جمعیت شناختی		طبقه	فراوانی	درصد	بیشترین فراوانی	کمترین فراوانی
سن (سال)		بین ۲۵ تا ۳۰ سال	۵۷	۱۹	بین ۳۱ تا ۳۵ سال	بین ۲۵ تا ۳۰ سال
		بین ۳۱ تا ۳۵ سال	۶۹	۲۳		
		بین ۳۶ تا ۴۰ سال	۶۳	۲۱		
		بین ۴۱ تا ۴۵ سال	۶۰	۲۰		
		بین ۴۶ تا ۵۰ سال	۵۱	۱۷		
جنسیت	زن	۱۴۱	۴۷	مرد	زن	
	مرد	۱۵۹	۵۳			
تحصیلات	کارشناسی	۵۷	۱۹	کارشناسی ارشد	کارشناسی	
	کارشناسی ارشد	۱۶۲	۵۴			
	دکتری	۸۱	۲۷			

در این پژوهش، ویژگی‌های جمعیت‌شناختی مراجعین در بازه سنی ۲۵ تا ۵۰ سال به مراکز مشاوره و کلینیک‌های روانشناسی سطح شهر تهران مورد بررسی قرار گرفت. نتایج به دست آمده در جدول فوق نشان می‌دهد که در خصوص سن، بیشترین فراوانی مربوط به گروه سنی بین ۳۱ تا ۳۵ سال با ۶۹ نفر (۲۳ درصد) است، در حالی که گروه سنی بین ۲۵ تا ۳۰ سال با ۵۷ نفر (۱۹ درصد) کمترین فراوانی را به خود اختصاص داده است. به طور کلی، توزیع سنی نشان می‌دهد که گروه‌های سنی ۳۱ تا ۳۵ سال و ۳۶ تا ۴۰ سال به ترتیب با ۲۳ درصد و ۲۱ درصد، بیشترین تعداد را دارند، در حالی که گروه سنی بین ۴۶ تا ۵۰ سال با ۵۱ نفر (۱۷ درصد) کمترین فراوانی را در میان گروه‌های

سنی مختلف دارد. از نظر جنسیت، توزیع نسبتاً متعادل است، به طوری که ۱۵۹ نفر (۵۳ درصد) از پاسخ‌دهندگان مرد و ۱۴۱ نفر (۴۷ درصد) زن هستند. این توزیع نشان می‌دهد که مردان در این نمونه کمی بیشتر از زنان حضور دارند. در مورد تحصیلات، بیشترین فراوانی به گروه کارشناسی ارشد اختصاص دارد که با ۱۶۲ نفر (۵۴ درصد) بیشترین درصد را به خود اختصاص داده است. در حالی که گروه تحصیلی کارشناسی با ۵۷ نفر (۱۹ درصد) کمترین فراوانی را داراست. همچنین، گروه دکتری با ۸۱ نفر (۲۷ درصد) در رتبه دوم قرار دارد.

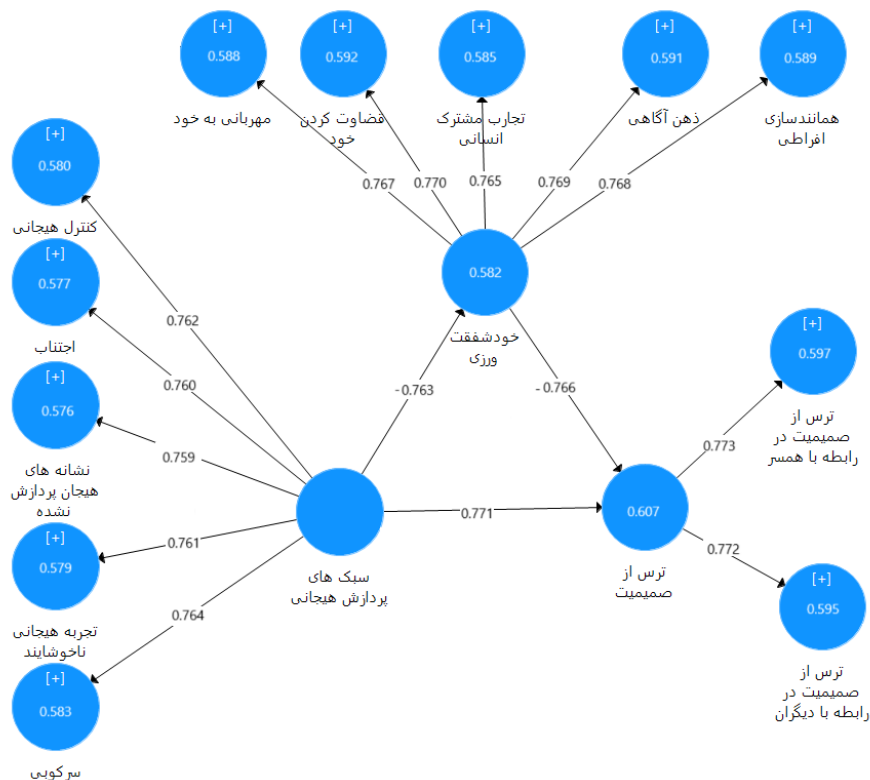
در جدول زیر توصیف آماری متغیرهای پژوهش از طریق شاخص‌های مرکزی، پراکندگی و توزیع داده شده است.

جدول ۲. توصیف آماری متغیرهای پژوهش از طریق شاخص‌های مرکزی، پراکندگی و توزیع داده (حجم نمونه = ۳۰۰ پاسخ‌دهنده)

متغیر	میانگین متغیر (لیکرت)	انحراف معیار	آماره چولگی	آماره کشیدگی
ترس از صمیمیت در رابطه با همسر	۳/۶۶	۰/۸۳	-۰/۳۶	-۰/۱۱
ترس از صمیمیت در رابطه با دیگران	۳/۱۴	۰/۸۱	۰/۱۸	-۰/۳۷
سرکوبی	۳/۳۷	۰/۶۲	۰/۲۲	-۰/۳۴
تجربه هیجانی ناخوشایند	۳/۲۳	۰/۷۸	-۰/۰۶	۰/۳۷
نشانه‌های هیجان پردازش نشده	۳/۲۲	۰/۷۹	-۰/۰۲	-۰/۱۵
اجتناب	۳/۲۶	۰/۷۵	-۰/۰۴	-۰/۱۹
کنترل هیجانی	۳/۲۴	۰/۷۶	۰/۰۵	۰/۰۷
قضاوت کردن خود	۳/۱۲	۰/۸۲	۰/۱۳	۰/۱۰
تجارب مشترک انسانی	۳/۲۱	۰/۸۵	-۰/۰۸	۰/۰۹
انزوا	۳/۲۹	۰/۷۳	-۰/۰۷	۰/۱۹
ذهن آگاهی	۳/۱۳	۰/۶۴	۰/۱۴	۰/۳۹
هماندسازی افراطی	۳/۲۵	۰/۶۳	-۰/۱۹	۰/۲۴

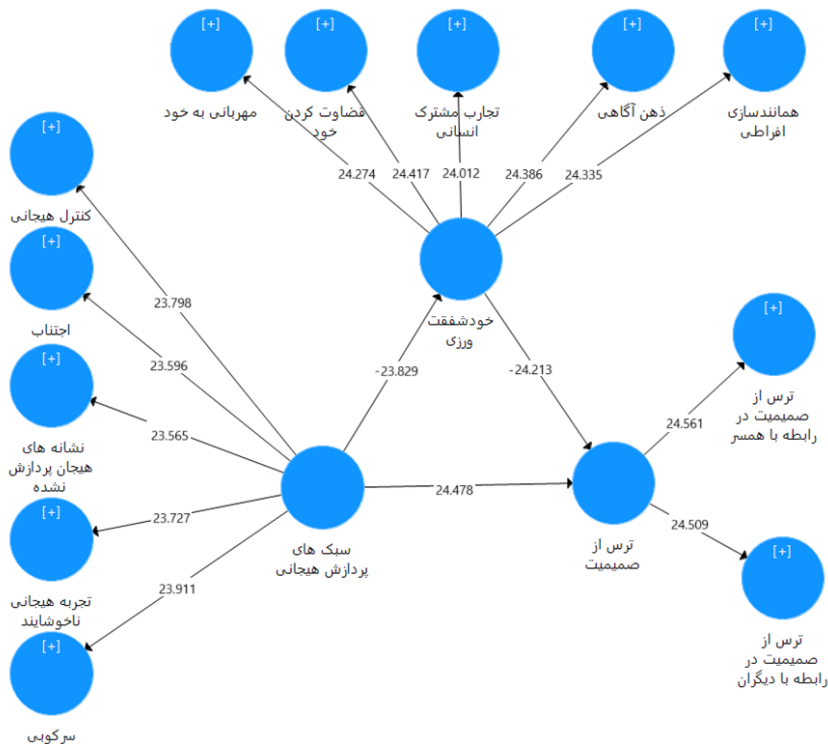
برای بررسی فرضیات پژوهش در این پژوهش از نرم افزار Smart Pls-V3 استفاده شده است. بررسی مدل در این نرم افزار در دو مرحله انجام می‌شود. مرحله اول به بررسی مدل اندازه

گیری می‌پردازد. وقتی که شواهد کافی مبنی بر روایی و پایایی مدل‌های اندازه‌گیری به دست آمد می‌توان به ارزیابی مدل ساختاری پرداخت.



شکل ۱. نمایش گرافیکی ضرایب مسیر در مدل فرضیه پژوهش

در شکل زیر ضرایب معناداری آورده شده است.



شکل ۲. نمایش گرافیکی ضرایب معناداری در مدل فرضیه پژوهش

در جدول زیر، ضریب مسیر به همراه مقدار معناداری آورده شده است. همان طور که ملاحظه می شود، مسیر مورد پذیرش قرار گرفته شده است.

جدول ۳. ضرایب مسیر، مقادیر معناداری و وضعیت آنها

مسیر		ضریب مسیر	مقدار تی	وضعیت
سبک های پردازش هیجانی	←	-۰/۷۶۳	-۲۳/۸۲۹	تأیید شد
خودشفقت ورزی	←	-۰/۷۶۶	-۲۴/۲۱۳	تأیید شد
سبک های پردازش هیجانی	←	۰/۷۷۱	۲۴/۴۷۸	تأیید شد

برای بررسی میزان تأثیر مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای مستقل بر وابسته لازم است تا اثرات کل، مستقیم و غیرمستقیم برای متغیر درون زای مدل ارائه شود که این اثرات در جدول زیر قابل مشاهده است.

جدول ۴. تفکیک اثرات، مستقیم، غیرمستقیم فرضیه پژوهش

متغیر مستقل	متغیر وابسته	اثر	کل
سبک های پردازش هیجانی	خودشفقت ورزی	مستقیم -۰/۷۶۳	-۰/۷۶۳
خودشفقت ورزی	ترس از صمیمیت	مستقیم -۰/۷۶۶	-۰/۷۶۶
سبک های پردازش هیجانی	ترس از صمیمیت	مستقیم ۰/۷۷۱ غیرمستقیم -۰/۷۶۳* ۰/۵۸۴	۱/۳۵۵

همان طور که در جدول فوق قابل مشاهده است:

- تأثیر سبک های پردازش هیجانی بر ترس از صمیمیت با نقش میانجی خودشفقت ورزی به میزان ۱/۳۵۵ است.

لازم به ذکر است که در صورتی که عدد معناداری بزرگتر از ۲/۵۸ باشد رابطه در سطح اطمینان ۰/۹۹ نیز معنادار است.

• ارزیابی برازش مدل فرضیه پژوهش

هدف از ارزیابی برازش کل مدل این است که مشخص شود تا چه حد کل مدل با داده های تجربی مورد استفاده سازگاری و توافق دارد. مدل یابی معادلات ساختاری، ترکیبی از تحلیل تأییدی و رگرسیون چند متغیره می باشد. در این روش، آزمون کلی مدل شامل آزمون مدل اندازه گیری (بررسی پایایی و

روایی) و آزمون مدل ساختاری (ضریب مسیر و واریانس تبیین شده) می باشد.

شاخص ضریب تعیین (R^2) متغیرهای وابسته: ضریب R^2 مربوط به متغیرهای پنهان درونزا (وابسته) است و تأثیر یک متغیر مستقل بر یک متغیر وابسته را نشان می دهد که سه مقدار ۰/۱۹، ۰/۳۳ و ۰/۶۷ به عنوان مقدار ملاک برای مقادیر ضعیف، متوسط و قوی R^2 در نظر گرفته می شوند. مقدار R^2 ۰/۶۱۸ محاسبه شده است.

معیار نیکویی برازش: مقدار این شاخص، با استفاده از میانگین هندسی R^2 و متوسط شاخص اشتراک برای کل مدل مقدار ۰/۵۹۸ محاسبه می شود.

$$Gof = \sqrt{\text{communalities} \times R^2} = 0.598\sqrt{0.58 \times 0.618}$$

از آنجایی که مقادیر محاسبه شده GOF برای مدل فرضیه فرعی چهارم پژوهش بزرگتر از ۰/۳۶ بدست آمده، نشان دهنده برازش مناسب مدل است.

شاخص ارتباط پیش بین Q^2 : این معیار، قدرت پیش‌بینی مدل در متغیرهای وابسته را نشان میدهد. ملاک تفسیر Q^2 ، سه مقدار ۰/۰۲، ۰/۱۵ و ۰/۳۵ عنوان قدرت پیش‌بینی کم، متوسط و قوی می‌باشد. مقدار Q^2 برای متغیر تحقیق ۰/۲۴۱، است که در سطح مطلوب است. بر همین اساس می‌توان گفت قدرت پیش‌بینی مدل در مورد متغیرها مطلوب هستند.

شاخص NFI: شاخص تناسب غیرهنجاردار که نشان می‌دهد، مدل معرفی شده تناسب را تا ۹۰ درصد بهبود می‌بخشد. اعداد این مدل باید بزرگتر از ۰/۹ باشد. شاخص NFI برای این مدل، عدد ۱/۰۳۶ را نشان می‌دهد.

با توجه به این یافته‌ها می‌توان نتیجه گرفت که مدل آزمون شده در نمونه مورد بررسی برازش مناسبی دارد. همچنین با توجه به اینکه بارهای عاملی تمامی متغیرهای آشکار مدل بیشتر از ۰/۴ و معناداری بیشتر از ۱/۹۶ است، می‌توان گفت سازه حاضر از روایی مطلوبی برخوردار است.

بحث

نتایج نشان داد که سبک‌های پردازش هیجانی به صورت مستقیم و غیرمستقیم با نقش میانجی خودشفقت‌ورزی توان پیش‌بینی ترس از صمیمیت در افراد با بازه‌ی سنی ۲۵ تا ۵۰ سال را دارد. نتایج پژوهش با یافته‌های برخورداری و همکاران (۳۱)، نعمت زاده گنابی و همکاران (۳۲)، حمیدی کیان و همکاران (۳۳) همخوانی دارد. در تبیین نتایج بدست آمده می‌توان چنین بیان نمود که سبک‌های پردازش هیجانی به روش‌هایی اشاره دارند که افراد برای درک، تفسیر و مدیریت هیجانات خود به کار می‌برند. این سبک‌ها می‌توانند به طور مستقیم بر کیفیت روابط عاطفی و اجتماعی فرد تأثیر بگذارند و به ویژه در زمینه ترس از صمیمیت نقش مهمی ایفا کنند. سبک‌های پردازش هیجانی می‌توانند به دو دسته کلی تقسیم شوند: پردازش هیجانی

مثبت و منفی. افرادی که از سبک‌های پردازش هیجانی مثبت استفاده می‌کنند، معمولاً توانایی بیشتری در شناسایی و ابراز احساسات خود دارند و به راحتی می‌توانند با دیگران ارتباط برقرار کنند. این افراد معمولاً احساس امنیت بیشتری در روابط خود دارند و کمتر دچار ترس از صمیمیت می‌شوند. در مقابل، افرادی که از سبک‌های پردازش هیجانی منفی استفاده می‌کنند، ممکن است به دلیل ناتوانی در مدیریت هیجانات خود، احساس ناامنی و ترس از نزدیک شدن به دیگران را تجربه کنند. پژوهش‌های انجام شده توسط تانی و همکاران (۳۴) نشان می‌دهند که افرادی که در پردازش هیجانی خود مشکل دارند، بیشتر در معرض مشکلات عاطفی و اجتماعی قرار می‌گیرند و این می‌تواند به ترس از صمیمیت منجر شود.

نقش خودشفقت‌ورزی به عنوان یک میانجی در این فرآیند بسیار مهم است. خودشفقت‌ورزی به معنای داشتن نگرش مثبت و پذیرش نسبت به خود، به ویژه در زمان‌های دشوار و در مواجهه با شکست‌ها و ناکامی‌ها است. افرادی که خودشفقت‌ورزی بالایی دارند، معمولاً می‌توانند با هیجانات منفی خود به شیوه‌ای سالم‌تر و سازنده‌تر برخورد کنند. این افراد به جای سرزنش خود یا احساس شرم، به خودشان محبت و توجه می‌کنند و این نگرش می‌تواند به آن‌ها کمک کند تا بهتر با چالش‌های عاطفی خود کنار بیایند. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که خودشفقت‌ورزی می‌تواند به کاهش ترس از صمیمیت کمک کند، زیرا این نگرش باعث می‌شود افراد احساس امنیت بیشتری در ابراز احساسات و نیازهای خود داشته باشند. در این راستا، پژوهش‌های انجام شده توسط کاپیتان (۳۵) نشان می‌دهند که افرادی که خودشفقت‌ورزی بالایی دارند، کمتر دچار ترس از صمیمیت می‌شوند و این می‌تواند به دلیل توانایی آن‌ها در مدیریت هیجانات و احساسات منفی باشد. این افراد معمولاً به راحتی می‌توانند با دیگران ارتباط برقرار کنند و از نزدیک شدن به دیگران نترسند، زیرا احساس می‌کنند که خود را به اندازه کافی ارزشمند و قابل قبول می‌دانند.

علاوه بر این، خودشفقت‌ورزی می‌تواند به عنوان یک میانجی در سبک‌های پردازش هیجانی عمل کند. به عبارت دیگر،

افرادی که سبک‌های پردازش هیجانی مثبت‌تری دارند، معمولاً خودشفقت‌ورزی بیشتری نیز از خود نشان می‌دهند. این ارتباط می‌تواند به کاهش ترس از صمیمیت در این افراد منجر شود. پژوهش‌های انجام شده توسط بروفی و همکاران (۳۶) نشان می‌دهند که افرادی که از سبک‌های پردازش هیجانی مثبت استفاده می‌کنند، به طور معمول خودشفقت‌ورزی بیشتری دارند و این موضوع به آن‌ها کمک می‌کند تا در روابط خود احساس امنیت بیشتری داشته باشند. در مجموع می‌توان گفت که سبک‌های پردازش هیجانی با اثر مستقیم و غیرمستقیم از طریق میانجی‌گری خودشفقت‌ورزی، نقشی اساسی در شکل‌گیری یا کاهش ترس از صمیمیت ایفا می‌کنند، به گونه‌ای که پردازش هیجانی مثبت و خودشفقت‌ورزی بالا زمینه‌ساز روابط امن‌تر و صمیمانه‌تر و پردازش هیجانی منفی و فقدان خودشفقت‌ورزی عامل تشدید احساس ناایمنی و ترس از نزدیکی به دیگران است.

نتیجه‌گیری

بر اساس یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه‌گیری کرد که سبک‌های پردازش هیجانی و خودشفقت‌ورزی به عنوان دو عامل کلیدی در شکل‌گیری و پیش‌بینی ترس از صمیمیت در افراد عمل می‌کنند. این فرضیه نه تنها به درک عمیق‌تری از چالش‌های عاطفی و اجتماعی در این سنین کمک می‌کند، بلکه می‌تواند به عنوان یک مسیر پژوهشی مهم در روانشناسی روابط بین فردی مطرح شود.

با توجه به اینکه سبک‌های پردازش هیجانی می‌توانند به طور مستقیم بر نحوه ابراز احساسات و تعاملات اجتماعی تأثیر بگذارند، بررسی این سبک‌ها در رابطه با خودشفقت‌ورزی می‌تواند به شناسایی الگوهای رفتاری و عاطفی منجر شود که در

نهایت بر ترس از صمیمیت تأثیر می‌گذارند. این موضوع می‌تواند به پژوهشگران این امکان را بدهد که با استفاده از روش‌های متنوعی همچون مطالعات مقطعی و طولی، به بررسی عمیق‌تری از روابط بین این متغیرها بپردازند. علاوه بر این، شناخت بهتر از چگونگی تأثیر این عوامل می‌تواند به توسعه مداخلات مؤثرتری منجر شود که به افراد کمک می‌کند تا با ترس از صمیمیت خود مقابله کنند. به همین دلیل، توجه به تجارب گذشته و الگوهای رفتاری افراد می‌تواند راهکارهای مؤثری برای افزایش خودشفقت‌ورزی و بهبود سبک‌های پردازش هیجانی ارائه دهد. در نتیجه، این رویکرد می‌تواند به ارتقاء کیفیت روابط بین فردی و بهبود سلامت روانی در بزرگسالان و میانسالان کمک کند، و در نهایت به ایجاد روابط عمیق‌تر و معنادارتر در زندگی آن‌ها منجر شود.

تقدیر و تشکر

"این مقاله مستخرج از رساله دکتری تخصصی نویسنده اول در واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران می-باشد." و دارای کد اخلاق به شناسه IR.IAU.SRB.REC.1403.379 از کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات می‌باشد. در پایان از تمامی شرکت‌کنندگان در این پژوهش کمال تشکر و قدردانی را داریم.

تعارض در منافع

نویسندگان اظهار می‌دارند هیچ گونه تعارض منافی در مورد این مقاله وجود ندارد.

References

1. Azarian V, Kazemian moghadam K, and Mehrabizadeh Honarmand, M. Effectiveness of Compassion-Focused Therapy on Distress Tolerance and Relationship Attributions in Divorcing Women. Research Psychologic, 2021; 23(1):80-99.
2. Aghili, Seyed Mojtaba, Niyazi, Samira, Babaee, Ensiyeh. The Effectiveness of Compassion-based Therapy on Marital Intimacy, Quality of Life, and Chronic Pain of Women Affected by Marital Infidelity. Woman Cultural Psychology, 2023 ;55 (14):97-112.

3. Chen, F., Pu, Q., Qian, Y., & Yuan, C. Family socioeconomic status and academic achievement of Chinese adolescents: mediating effect of marital relationship and moderating effect of sibling warmth. *Current Psychology*, 2025; 1-14.
4. Rezaee H, Falahzade H, Panaghi L. Predicting Being Abused in Marital Relationships Based on Communicational Patterns and Fear of Intimacy in Married Women. *QJCR* 2023; 22 (85) :240-265.
5. Ahramiyan A, sodani M, gholamzadeh jofreh M. The effectiveness of solution - focused therapy on attitudes toward marital infidelity and marital intimacy of married people. *Journal of Psychological Science*. 2021; 20(101), 799-811.
6. Ngo, D., Nguyen, A., Dang, B., & Ngo, H. (2024). Facial expression recognition for examining emotional regulation in synchronous online collaborative learning. *International Journal of Artificial Intelligence in Education*, 34(3), 650-669.
7. Jaberi, Somayeh. Determining predictors of marital intimacy and developing a model for increasing intimacy based on its factors. Master's thesis, University of Isfahan, Faculty of Psychology and Educational Sciences. 2019.
8. Wang, L., Zeng, X., & Turson, R. How does emotional attachment impact mobile phone recycling intention? Emotional process and contingencies. *Journal of Environmental Management*, 2025; 380, 125038.
9. Ahmadi S, Ghasemipour Y. Comparing Fear of Intimacy, Alexithymia, and Satisfaction of Basic Psychological Needs in Successful and Unsuccessful Individuals in the Treatment of Addiction. *etiadjapohi* 2022; 15 (62) :185-204
10. Stoliker, D., Novelli, L., Vollenweider, F. X., Egan, G. F., Preller, K. H., & Razi, A. Neural mechanisms of resting-state networks and the amygdala underlying the cognitive and emotional effects of psilocybin. *Biological Psychiatry*, 2024; 96(1), 57-66.
11. Yu, Z., & Liu, W. (2025). The psychological resilience of teenagers in terms of their everyday emotional balance and the impact of emotion regulation strategies. *Frontiers in Psychology*, 15, 1381239.
12. Veeranki, Y. R., Diaz, L. R. M., Swaminathan, R., & Posada-Quintero, H. F. Nonlinear signal processing methods for automatic emotion recognition using electrodermal activity. *IEEE Sensors Journal*, 2024; 24(6), 8079-8093.
13. Lyvers, M., Pickett, L., Needham, K., & Thorberg, F. A. Alexithymia, fear of intimacy, and relationship satisfaction. *Journal of Family Issues*, 2022; 43(4), 1068-1089.
14. Rezaye vala, M., Yaarmohammadi vassel, M. The Effect of Self-Compassion Training on Marital Intimacy and Marital Satisfaction in Married Female. *Journal of Modern Psychological Researches*, 2021; 15(60): 101-114.
15. Jacobson, E., Wilson, K., Kurz, S., & Kellum, K. Examining self-compassion in romantic relationships. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 2018; (8), 69-73
16. Neff, K. D. & Germer, C. *Self-Compassion and Psychological Wellbeing*. In J. Doty (Ed.) Oxford Handbook of Compassion Science, Chap. 27. Oxford University Press. 2017.
17. Muris, P., & Otgaar, H. The process of science: A critical evaluation of more than 15 years of research on self-compassion with the Self-Compassion Scale. *Mindfulness*, 2020; 11:1469-1482.
18. Neff, K. D. Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Self and Identity*, 2003; 2(2):85-101.
19. Neff, K. D. The self-compassion scale is a valid and theoretically coherent measure of self-compassion. *Mindfulness*, 2016; 7: 264-274.
20. Athari Z, Barzegar Bafrooi K, Zare M. Investigating the Role of Self- Compassion on Academic Procrastination by Mediating Role of Experimental Avoidance in Students of Yazd University. *Research in School and Virtual Learning*. 2020; 8(29): 35-44.
21. Jafari Dehabadi M, Tamannaefar M. The Mediating Role of Self-Esteem and Self-Compassion in the Relationship Between Attributional Style and Adjustment. 2023;11(41):69-82.
22. Rezaye vala, M., Yaarmohammadi vassel, M. The Effect of Self-Compassion Training on Marital Intimacy and Marital Satisfaction in Married Female. *Journal of Modern Psychological Researches*, 2021; 15(60): 101-114.

23. Conradi, H. J., Kamphuis, J. H., & de Jonge, P. Adult attachment predicts the seven-year course of recurrent depression in primary care. *Journal of affective disorders*, 2018 ; 225, 160-166.
24. Kline, R. B. Principles and practice of structural equation modeling (4th Ed.), New York: The Guilford Press. 2016.
25. Descutner, C. J., & Thelen, M. H. Development and validation of a Fear-of-Intimacy Scale. *Psychological Assessment*, 1991 ;3: 218-225.
26. Besharat MA. Fear of Intimacy Scale: Questionnaire, Instruction and Scoring. 2019.
27. Baker R, Thomas PW, Owens M. Development of an emotional processing scale. *Journal of psychosomatic research.*, 2010; 11 (10) 117-172
28. Lotfi, Sedigheh, Abolghasemi, Abbas, Narimani, Mohammad. A comparison of emotional processing and fear of positive/negative evaluations in women with social phobia and normal women. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 2013 ;3(14):101-111.
29. Raes, F. The effect of self-compassion on the development of depression symptoms in a non-clinical sample. *Mindfulness*, 2011; 2, 33-36
30. Shahbazi M, Rajabi GH, Maghami E, Jelodari A. Confirmatory Factor Analysis of the Persian Version of the Self-Compassion Rating Scale-Revised. *Psychological Models and Methods*, 2015;1(19):31-46.
31. Barkhordari, M., Seydi, M. S., hojatkah, M. The causal model of Marital Intimacy based on Attachment Styles, Self-Compassion and Mindfulness in Romantic Relationships of couples. *Counseling Culture and Psychotherapy*, 2023; 14(55): 69-90.
32. Nematzadeh getabi S., Vaziri S & Lotfi Kashani F. Investigating the modeling of communication patterns and marital intimacy based on attachment styles and thematic relationships mediated by coping styles, *Journal of Applied Family Therapy*, 2022 ;3(2):20-50.
33. Hamidikian Parvaneh, Nicknam Mojgan, Jahangir Pantea. Prediction of latent marital aggression and fear of intimacy based on self-compassion with the mediating role of guilt in married people. *Applied family therapy*. 2021;2(1 (5)):65-90.
34. Tani, F., Pascuzzi, D., & Raffagnino, R. (2015). Emotion regulation and quality of close relationship: The effects of emotion dysregulation processes on couple intimacy. *BPA-Applied Psychology Bulletin (Bollettino di Psicologia Applicata)*, 63(272).
35. Kapitan, M. K. *The Impact of Self-Compassion and the Mediating Effects of social media on Relational Intimacy* (Master's thesis, Purdue University). 2019.
36. Brophy, K., Brähler, E., Hinz, A., Schmidt, S., & Körner, A. The role of self-compassion in the relationship between attachment, depression, and quality of life. *Journal of affective disorders*, 2020; 260, 45-52.

Original Article

Structural modeling of fear of intimacy based on emotional processing styles with the mediating role of self-compassion in individuals aged 25 to 50 years

Received: 24/06/2025 - Accepted: 21/09/2025

Leila Asgharnia ¹
Tahereh HamzehPoor Haghighi ^{2*}
Mahdi Khasmohammadi ¹
Nooshin Pordelan ¹

¹ Department of counseling, SR.C.,
Islamic Azad University, Tehran,
Iran.

² Department of Psychology, La.C.,
Islamic Azad University, Lahijan ,
Iran. (Corresponding author)

Email:
Hamzehpoor.tahereh@iau.ac.ir

Abstract

Introduction: The present study aimed to structurally model fear of intimacy based on emotional processing styles with the mediating role of self-compassion in individuals aged 25 to 50 years. The study is a descriptive-correlational and structural equation modeling type.

Methods: The statistical population of this study included all individuals aged 25 to 50 years who visited counseling centers and psychology clinics in Tehran in 1402. 300 people were selected using purposeful and accessible non-random sampling. Data in this study were obtained by questionnaires on fear of intimacy (Deschottner and Tellen, 1991), emotional processing styles (Baker et al., 2010), and self-compassion (Reis et al., 2011). Data analysis was performed using Smart Pls-V3 software.

Results: The results of the study showed that emotional processing styles, directly and indirectly, with the mediating role of self-compassion, can predict fear of intimacy in people aged 25 to 50 years. The results also indicated that the tested model has a good fit in the studied sample, and considering that the factor loadings of all the model's apparent variables are greater than 0.4 and the significance is greater than 1.96, it can be said that the present construct has a good validity.

Conclusion: These findings can help psychology and counseling professionals design effective interventions to reduce fear of intimacy and improve interpersonal relationships. Also, this study provides a better understanding of the emotional and social complexities in people in adulthood and middle age and emphasizes the importance of self-compassion as an effective factor in improving the quality of interpersonal relationships and improving mental health.

Keywords: Fear of intimacy, emotional processing styles, self-compassion