

Relation between Symptoms of Hyperactivity and Aspects of Identity: Mediating Role of Mindfulness

Mehran Azadi
PhD Candidate of
Educational psychology
Imam Reza University

Fatemeh Zabiholah Zadeh
MA Student of Clinical
Psychology

فاطمه ذبیح‌اله‌زاده
دانشجوی کارشناسی ارشد
روان‌شناسی بالینی

مه‌هران آزادی
دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی
دانشگاه امام رضا (ع)

چکیده

هدف این پژوهش شناخت اثر فزون‌کنشی از طریق ذهن‌آگاهی بر ابعاد هویت در بزرگسالان بود. بر مبنای یک طرح همبستگی ۳۲۶ دانشجوی (۱۷۳ زن، ۱۵۳ مرد) دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب در سال تحصیلی ۹۴-۹۳ با روش نمونه‌برداری طبقه‌ای و بر اساس نسبت دانشجویان زن و مرد هر دانشکده به‌کل دانشجویان انتخاب شدند و مقیاس درجه‌بندی اختلال فزون‌کنشی بزرگسالان فرم خودگزارش‌دهی و کوتاه کاترز (CAARS-S:S؛ کاترز، ارهارد و اسپارو، ۱۹۹۹)، مقیاس ذهن‌آگاهی توجه و هشیاری (MAAS؛ براون و رایان، ۲۰۰۳) و پرسشنامه ابعاد هویت (AIQ-IV؛ چیک، اسمیت و تراپ، ۲۰۰۲) را تکمیل کردند. نتایج نشان داد همبستگی بین فزون‌کنشی، ذهن‌آگاهی و ابعاد هویت مثبت و معنادار است. نتایج تحلیل مسیر نشان‌دهنده تأثیر فزون‌کنشی بر ابعاد هویت از طریق ذهن‌آگاهی بود. روابط بین متغیرهای پژوهش حاضر به‌تفصیل مورد بحث و بررسی قرار گرفت.

واژه‌های کلیدی: فزون‌کنشی، ذهن‌آگاهی، ابعاد هویت، دانشجویان

Abstract

This study aimed to examine the effects of attention deficit hyperactivity disorder on aspects of identity through mindfulness among adults. The study design was correlational. The sample consisted of 326 students (173 females, 153 males) of Islamic Azad University- South Tehran Branch in 2014/2015 academic year. The sample was selected by stratified sampling and based on the ratio of male and female students per college to total students. The participants completed the Conner's Adult Attention Deficit Hyperactivity Disorder Rating Scale - Self report & Short Form (CAARS-S:S; Conners, Erhardt & Sparrow, 1999), the Mindful Attention Awareness Scale (MAAS; Brown & Ryan, 2003) and the Aspects of Identity (AIQ-IV; Cheek, Smith & Tropp, 2002). The results indicated that the relationships among attention deficit hyperactivity disorder, aspects of identity, and mindfulness were significant and positive. The results of path analysis indicated that the attention deficit hyperactivity disorder related to aspects of identity through mindfulness. Relationships between variables were discussed in detail.

Keywords: ADHD, Mindfulness, Aspects of Identity, Students

مقدمه

محسوب شود. در این روی‌آورد، محتوای خودپنداشت و شکل‌گیری آن حائز اهمیت است و بر روابط بین‌فردی و تأثیر فرهنگی و نقش دیگران در تعریف خود تأکید می‌شود، زیرا این محتوا، تعدیل‌کننده و نظم‌دهنده گستره وسیعی از رفتارها و اعمال انسان است (بامیستر، ۱۹۹۹). چیک، اسمیت و تراپ (۲۰۰۲) بر پایه روی‌آورد محتوا محور، چهار بُعد هویت را می‌سنجند: اجتماعی، شخصی، جمعی^۱ و ارتباطی^۲. این ابعاد را می‌توان در یک پیوستار هویت شخصی-اجتماعی نشان داد که در یک کرانه آن هویت شخصی، یعنی اندیشیدن درباره خود به‌عنوان یک فرد و در کرانه دیگر هویت اجتماعی، یعنی اندیشیدن درباره خود به‌عنوان عضو از یک گروه قرار دارد (بارون، بیرن و برنسکامب، ۲۰۰۶/۱۳۸۸).

به‌غیر از استناد به تجربه‌های قبلی در احراز هویت شخصی و اجتماعی، پژوهش‌ها و تجربه‌های عملی روشن ساخته‌اند که افراد یک احساس پویا در زمان حال یا نوعی هشجاری ذهن آگاه از خود دارند که به آن هم استناد می‌کنند (اتکینز و استایلز، ۲۰۱۵). اصطلاح ذهن آگاهی^{۱۱} یا هشجاری ذهن آگاه^{۱۲} در متون مختلف بامعانی کیفیت هشجاری یا توجه، یک حالت یا فرایند ذهنی، یک رگه شخصیت، یک فن مراقبه خاص و مجموعه‌ای از فنون (بیشاپ و دیگران، ۲۰۰۴؛ براون و رایان، ۲۰۰۳؛ سگال، ویلیامز و تیزدال، ۲۰۱۲) به‌کاررفته است. در این پژوهش بر ذهن آگاهی به‌عنوان فراآگاهی^{۱۳} تأکید می‌شود، یعنی حالتی از آگاهی که نقش نظارت و تعدیل دیگر تجربه‌های فرد را دارد و در مسیر بهبود خودنظم‌جویی رفتاری و هیجانی-شناختی عمل می‌کند (براون و رایان، ۲۰۰۳؛ براون، رایان و کرسول، ۲۰۰۷).

نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد ذهن آگاهی رابطه مثبت معناداری با آگاهی از حالت‌های درونی، انعطاف‌پذیری شناختی^{۱۴}، گشودگی نسبت به تجربه^{۱۵}، استقلال عمل^{۱۶}، حرمت خود، خودشفقت‌ورزی^{۱۷}، تحقق‌خویشتن^{۱۸}، هوش هیجانی و بهزیستی روان‌شناختی دارد (بیومونت، ۲۰۱۱). ذهن آگاهی، کیفیتی از هشجاری است که ویژگی آن وضوح تجربه و

احراز هویت^۱ یکی از تکالیف اصلی دوره دسوار نوجوانی است و یک فرایند مثبت اساسی محسوب می‌شود که در خلال این دوره تحول می‌یابد (شوارتز، پانتن، پرادو، سالیوان و شاپوچنیک، ۲۰۰۵؛ کانتور، ۲۰۰۰). این فرایند یکپارچه‌ساز به فرد کمک می‌کند تجربه‌هایش را سازمان دهد، به آن‌ها معنا بخشد و تصمیم‌ها و رفتارهایش را هدایت کند (کوت و لوین، ۲۰۰۲). نوجوان در مواجهه با تکالیف گذار به بزرگسالی مانند یافتن شغل و تبدیل‌شدن به یک شهروند، باید هویت دوره کودکی خود را به‌گونه‌ای پرورش دهد تا علاوه بر تعامل خود با جامعه، احساس تداوم را نیز حفظ کند (مارشیا، ۱۹۶۶). از این منظر، هویت به منزله فصل مشترک شخص و بافتی که در آن زندگی می‌کند، توصیف می‌شود و در بهترین شرایط تعادل میان خود و دیگران است (اریکسون، ۱۹۶۴).

افراد برای ساختن هویت خود به دو روش مختلف عمل می‌کنند: نخست، آگاهی مستقیم از تجربه‌های درونی خود یا تجربه فاعلی خود از احساسات، کنش‌های بدنی، افکار و هیجان‌ها و دوم، شناخت خود از طریق مشاهده خود به عنوان موضوع یا اتخاذ یک موضع غیرشخصی نسبت به فعالیت‌های خود (جاکوبسن^۲، ۱۹۶۴ نقل از ورنی، ۲۰۰۷). از نظر تاجفل (۱۹۹۸) هویت دوقطبی است: شخصی و اجتماعی (کوهپایه‌نژاد و غلامی‌نژاد، ۲۰۱۴) هویت شخصی^۳ با احساس گناه^۴ و هویت اجتماعی^۵ با احساس شرم^۶ همبستگی مثبت دارند (چیک و هوگان، ۱۹۸۱). هویت اجتماعی رابطه منفی با استقلال رأی و رابطه مثبت با خودنظارت‌گری^۷ و هویت شخصی رابطه مثبت با استقلال رأی دارد (فرانز و وایت، ۱۹۸۵). علاوه بر این، هویت شخصی با نیاز به جهت‌گیری پیشرفت و منحصربه‌فرد بودن رابطه مثبت و هویت اجتماعی با دغدغه‌های انسان‌دوستانه و مقتضیات اجتماعی همبستگی مثبت دارد (رزمجو، ۲۰۱۰).

تفکیک هویت به دو قطب شخصی و اجتماعی موجب شده است که نظریه تاجفل (۱۹۹۸) به عنوان یکی از مطرح‌ترین روی‌آوردهای هویت، یعنی روی‌آورد محتوا محور^۸

- | | | | |
|----------------------|---------------------|----------------------------|------------------------|
| 1. identity | 6. shame | 11. mindfulness | 16. autonomy |
| 2. Jacobson, E. | 7. self monitoring | 12. mindful awareness | 17. self-compassion |
| 3. personal identity | 8. oriented content | 13. meta awareness | 18. self-actualization |
| 4. feeling guilty | 9. collective | 14. cognitive flexibility | |
| 5. social Identity | 10. relational | 15. openness to experience | |

ناتوانی در بازداری هیجان‌های منفی است که به سمت برانگیختگی در افراد فزون‌کنش هدایت می‌شود. بنابراین، هیجان‌ها کمتر از طریق مهار اجرایی ارادی^۷ از بالا به پایین (از قشر مخ به نواحی زیر قشری) تعدیل می‌شوند (بارکلی، ۲۰۱۰). در نتیجه، فزون‌کنشی نوعی اختلال خودنظم‌جویی (بارکلی، ۱۹۹۷) است و نظم‌جویی هیجان از حوزه‌های اصلی نارساکنش‌وری در افراد فزون‌کنش (فرری، لاپ و پرتی، ۲۰۱۱؛ لاهات، هونگ و فاکس، ۲۰۱۱) به شمار می‌آید. بر این اساس، کناره‌گیری بزرگسالان دارای نشانه‌های فزون‌کنشی از اکثر موقعیت‌های اجتماعی و تحصیلی به دلایل مختلف از جمله ضعف در مهار برانگیختگی، یک پیامد آشکار است (شیمز و آلدن، ۲۰۰۵؛ ناووتنی و ویتمن، ۲۰۰۳).

بارکلی یک مدل ترکیبی^۸ برای نمایش چهار کنش مرتبط با مهار رفتاری ارائه کرده است که این کنش‌ها عبارتند از: حافظه کاری^۹ غیرکلامی، گفتار درونی‌شده^{۱۰} (حافظه کاری کلامی)، خودنظم‌جویی عاطفی-انگیزشی-انگیختگی و بازسازی (بارکلی، ۱۹۹۷). مدل ترکیبی بارکلی می‌تواند افرادی را که دچار نقص در بازداری هستند پیش‌بینی کند. این افراد، مستعد بروز واکنش‌پذیری هیجانی^{۱۱} شدید نسبت به رویدادهای آنی با بار هیجانی، واکنش هیجانی انتظاری^{۱۲} ضعیف به وقایع آتی که بار هیجانی دارند (با توجه به آینده‌نگری ضعیف آن‌ها)، ضعف در انجام اعمال ذهنی، تحت فشار هیجان‌هایی که نسبت به دیگران احساس می‌کنند و در حرکت به سمت نظم‌جویی حالت‌های هیجانی، انگیزشی و انگیختگی مرتبط با رفتار هدفمند هستند (بارکلی، ۱۹۹۷).

با توجه به رابطه فزون‌کنشی و ذهن‌آگاهی (اسمالی و دیگران، ۲۰۰۹؛ ویجر-برگزما، فورمزما، بروین و بوگلز، ۲۰۱۲) و فزون‌کنشی و هویت (برزونسکی و لویکس، ۲۰۰۸؛ بیومونت، ۲۰۱۱؛ اتکینز و استایلز، ۲۰۱۵) می‌توان انتظار داشت ذهن‌آگاهی نقش واسطه‌ای در اثربخشی نشانه‌های فزون‌کنشی بر ابعاد هویت داشته باشد. در این پژوهش برای نشان دادن چگونگی ارتباط ذهن‌آگاهی با نشانه‌های فزون‌کنشی و ابعاد هویت، به اتکای مدل ترکیبی فزون‌کنشی

عکس‌العمل در قبال اتفاقات است. بنابراین در نقطه مقابل بی‌فکری قرار دارد و حالتی را که از سر عادت انجام و در بسیاری از افراد مشاهده می‌شوند، کمتر دربرمی‌گیرد و همه‌چیز کاملاً هشیارانه است. ذهن‌آگاهی می‌تواند در رهایی فرد از افکار، عادات و الگوهای ناسالم رفتاری مؤثر باشد (براون و رایان، ۲۰۰۳).

ذهن‌آگاهی از چهار فرایند تشکیل شده است: شناخت خود به‌عنوان ناظر تجربه‌های شخصی، توجه انعطاف‌پذیر به زمان حال، پذیرش آگاهانه تجربه‌ها همان‌طور که هستند، بدون تلاش برای تغییر فراوانی و شدت آن‌ها، و رهایی از کلیشه‌های دانش‌کلامی^۱ (هیز، استروسال و ویلسون، ۲۰۱۱). همچنین در فرایند ذهن‌آگاهی سه عنصر اولیه شناسایی شده است: بازخورد، توجه و قصد. فرایند ذهن‌آگاهی، پایه‌های بازخوردی خاصی دارد که شامل عدم قضاوت، پذیرش، اعتماد، شکیبایی، تقلا نکردن، کنجکاوی و محبت است. توجه شامل توجه گسترده، متمرکز و پایدار و مهارت‌های تغییر توجه از یک محرک به محرک دیگر است. عنصر سوم، قصد آگاهانه است که قصد انجام یک عمل را شامل می‌شود و دستاورد آن حفظ یا تغییر توجه است. شاپیرو^۲، کارلسون^۳، آستین^۴ و فریدمن^۵ (۲۰۰۶ نقل از بورک، ۲۰۱۰) معتقدند که عناصر بازخورد، توجه و قصد، جنبه‌های هم‌زمان و به‌هم‌پیوسته فرایند ذهن‌آگاهی هستند.

با پذیرش ذهن‌آگاهی به‌عنوان یک ابزار خودنظم‌جویی (زیلوسکا، اسمالی و شوارتز، ۲۰۰۹) می‌توان انتظار داشت افراد مستعد فزون‌کنشی، خودنظم‌جویی و ذهن‌آگاهی ضعیفی دارند. چراکه این افراد اغلب نمی‌توانند خستگی و ضعف سازمان‌دهی در زمان‌بندی‌های کوتاه‌مدت و بلندمدت را تحمل کنند (بارکلی، ۱۹۹۷) و هیجان‌های خود را کمتر بازداری می‌کنند، به‌ویژه هیجان‌هایی که در نتیجه نقص در مهار شناختی به ناکامی، بی‌حوصلگی و خشم وابسته‌اند. حاصل این بازداری ضعیف، برانگیختگی^۶ هیجانی است. در نتیجه بیشتر احتمال دارد که فرد فزون‌کنش نسبت به افراد هم‌سن و هم‌سطح خود که فزون‌کنش نیستند، در مواجهه با رویدادها با هیجان‌های منفی پاسخ دهد. به‌عبارت‌دیگر، نارسایی در نظم‌جویی هیجان

1. verbal knowledge

2. Shapiro, S. L.

3. Carlson, L. E.

4. Astin, J. A.

5. Freedman, B.

6. impulsivity

7. effortful executive control

8. hybrid model

9. working memory

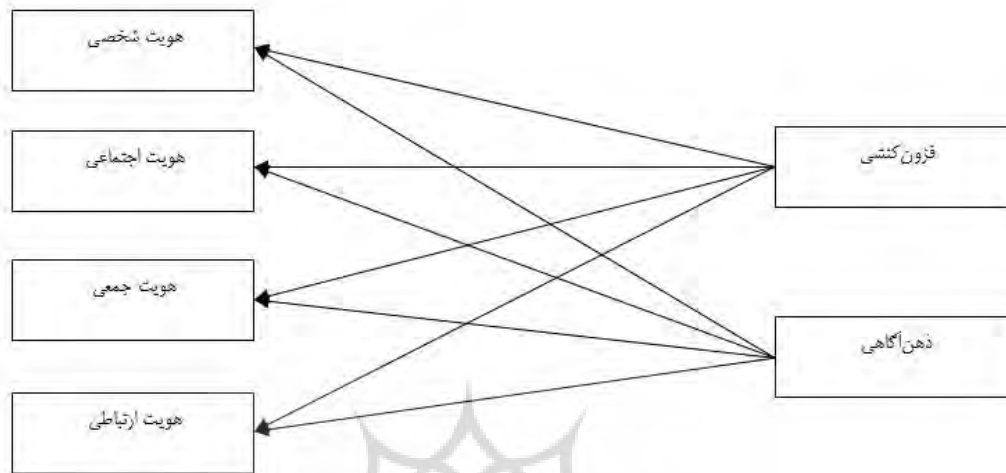
10. internalization of speech

11. emotional reactivity

12. anticipatory

۱) فزون‌کنشی بر ابعاد هویت اثر منفی دارد، ۲) فزون‌کنشی بر ذهن‌آگاهی اثر منفی دارد، ۳) ذهن‌آگاهی بر ابعاد هویت اثر مثبت دارد و ۴) فزون‌کنشی با واسطه ذهن‌آگاهی بر ابعاد هویت اثر منفی دارد.

بارکلی (۱۹۹۷)، مفهوم فراآگاهی براون و رایان (۲۰۰۳) و نظریه محتوامحور هویت تاجفل (۱۹۹۸) یک الگوی مفهومی پیشنهاد شده است (شکل ۱). بر پایه این الگو، فرضیه‌های زیر مطرح می‌شوند:



شکل ۱. مدل پیشنهادی پژوهش

اساس راهنمای تشخیصی و آماری (بازنگری چهارم) ارزیابی می‌کند. فرم بلند با ۶۶ ماده، ۹ زیرمقیاس و فرم کوتاه (ابزار این پژوهش) با ۲۶ ماده، ۶ زیرمقیاس را اندازه‌گیری می‌کند. زیرمقیاس‌ها شامل مشکلات حافظه/توجه (۵ ماده)، بی‌قراری/فزون‌کنشی (۵ ماده)، ناپایداری هیجانی/برانگیختگی (۵ ماده) و مشکلات خودپنداشت (۵ ماده) می‌شود که زیرمجموعه‌ای از فرم بلند هستند، به همراه یک شاخص اختلال فزون‌کنشی (۶ ماده) و شاخص تشخیص بی‌اعتباری پاسخ که از تفاضل نمره‌های فرد در برخی ماده‌های متضاد مقیاس به دست می‌آید. ضرایب آلفای کرونباخ در تمام گروه‌های سنی، زیرمقیاس‌ها و فرم‌ها برای مردان از ۰/۶۴ تا ۰/۹۱ و برای زنان از ۰/۴۹ تا ۰/۹۰ به دست آمد. همچنین همبستگی میانگین‌های درون ماده‌ای در تمام گروه‌های سنی، زیرمقیاس‌ها و فرم‌ها، از طریق آلفای کرونباخ برای مردان از ۰/۳۱ تا ۰/۶۸ و برای زنان از ۰/۲۶ تا ۰/۶۳ و ضریب اعتبار بازآزمایی برای فرم بلند بر روی مردان و زنان از ۰/۸۵ تا ۰/۹۵ به دست آمد. اندازه‌گیری خطای معیار و خطای معیار پیش‌بین، برای تمام فرم‌ها و گروه‌های سنی محاسبه و در راهنمای ابزار

روش

روش پژوهش حاضر از نوع مقطعی بر مبنای یک طرح همبستگی بود و جامعه آماری را کلیه دانشجویان کارشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب تشکیل دادند. با روش نمونه‌برداری تصادفی طبقه‌ای و به نسبت جمعیت مرد و زن هر دانشکده، ۳۴۰ نفر انتخاب شدند که تعداد ۱۴ پاسخنامه به دلیل ناقص یا مخدوش بودن از تحلیل آماری کنار گذاشته شد و در نهایت نمونه پژوهشی به ۳۲۶ نفر (۱۷۳ مرد، ۱۵۳ زن) تقلیل یافت. میانگین سنی دانشجویان مرد ۲۶ با دامنه ۱۹ تا ۴۶ سال و انحراف استاندارد ۶/۵ و میانگین سنی دانشجویان زن ۲۴/۵ با دامنه ۱۹ تا ۴۲ سال و انحراف استاندارد ۶/۲ بود. در این پژوهش از ابزارهای زیر استفاده شد.

مقیاس ارزیابی اختلال نارسایی توجه فزون‌کنشی - فرم کوتاه خودگزارش‌دهی^۱ (کانرز، ارهارت و اسپارا، ۱۹۹۹). این مقیاس خودگزارش‌دهی و مبتنی بر مشاهده، برای ارزیابی اختلال نارسایی توجه فزون‌کنشی در بزرگسالان ۱۸ تا ۵۰ سال و بالاتر تهیه شده است و دارای سه فرم کوتاه، بلند و غربالگری است. این ابزار نشانه‌های اختلال فزون‌کنشی را بر

به‌طور کامل معرفی شده است (میسی، ۲۰۰۳).

برای تعیین روایی فرم‌های مشاهده‌ای خودگزارش‌دهی کوتاه و بلند از تحلیل عاملی تأییدی استفاده شد. ضرایب روایی تفکیکی برای تشخیص قدرت جداسازی گروه‌های بالینی از غیربالینی، به‌طور کامل در راهنمای ابزار ذکر شده است (میسی، ۲۰۰۳). اما در مطالعه کانرز و دیگران (۱۹۹۹) مشخص شد این ابزار در ۸۵ درصد موارد به‌درستی این جداسازی را انجام می‌دهد و نرخ طبقه‌بندی شاخص اختلال فزون‌کنشی در تمام موارد ۷۳ درصد به دست آمد. روایی سازه برای فرم بلند این مقیاس در بررسی همبستگی نمره‌های به‌دست آمده از ۱۰۱ نفر بیمار با نمره‌های آن‌ها در مقیاس درجه‌بندی یوتا وندر (وارد، وندر و ریمر، ۱۹۹۳) برای چهار زیرمقیاس: مشکلات حافظه/توجه، ۰/۳۷؛ فزون‌کنشی، ۰/۴۸؛ ناپایداری هیجانی/برانگیختگی، ۰/۶۷ و مشکلات مربوط به خودپنداشت، ۰/۳۷ به دست آمد و رابطه بین فرم‌های خودگزارشی و مشاهده‌ای روی ۱۸۸ نفر از افراد بزرگسال بین ۰/۱۲ تا ۰/۶۱ و در حد متوسط رو به بالا بود (کانرز، ۱۹۹۷).

مقیاس ذهن آگاهی توجه و هشیاری^۱ (براون و رایان، ۲۰۰۳). این مقیاس که در سال‌های اخیر کاربرد گسترده‌ای یافته است (ون‌داما، ارلی‌واین و بردرز، ۲۰۱۰) یک مقیاس ۱۵ ماده‌ای است که در مقیاس ۶ درجه‌ای لیکرت (تقریباً همیشه = ۱ و تقریباً هیچ‌وقت = ۶) نمره‌گذاری می‌شود. به‌عنوان یک ابزار خودگزارش‌دهی تک‌عاملی و با محاسبه آلفای کرونباخ روی گروه‌های مختلف دانشجویی، از اعتبار ۰/۸۰ تا ۰/۸۷ برخوردار است (براون و رایان، ۲۰۰۳). اعتبار نسخه اسپانیایی آن با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹، روش دونیمه‌سازی ۰/۸۶ و روش بازآزمایی با فاصله دو هفته ۰/۸۲ بود. ضریب همسانی درونی مقیاس با روش آلفای کرونباخ در پژوهش کارلسون و براون (۲۰۰۵)، ۰/۸۷ به دست آمد. ضریب روایی همگرایی این مقیاس با پرسشنامه پنج‌بعدی ذهن‌آگاهی^۲ مثبت و ضریب روایی واگرا با مقیاس مرکز مطالعات همه‌گیری‌شناسی

افسردگی^۳ ۰/۵۵ بود (سولر و دیگران، ۲۰۱۲).

پرسشنامه ابعاد هویت^۴ (چیک، اسمیت و تراپ، ۲۰۰۲). این پرسشنامه ۴۵ ماده‌ای، میزان اهمیت چهار جهت‌گیری هویت در خودپنداشت افراد را در یک مقیاس ۵ درجه‌ای از «برایم مهم نیست (۱ نمره)» تا «فوق‌العاده مهم است (۵ نمره)» اندازه‌گیری می‌کند. این جهت‌گیری‌ها عبارتند از: الف) هویت شخصی^۵ یا اهمیت به رگه‌های روان‌شناختی و اسنادهای شخصی (مانند ارزش‌های شخصی و معیارهای اخلاقی)؛ ب) هویت ارتباطی^۶ یا این‌که فرد در بافت ارتباطی دوستانه خود را چگونه می‌بیند؛ ج) هویت اجتماعی^۷ یا اینکه فرد در بافت‌های اجتماعی بزرگ‌تر خود را چگونه می‌بیند و د) هویت جمعی یا اینکه فرد خود چگونه هویت گروه‌های متنوع مرجع خود را (پیشینه قومی و نژادی) معرفی می‌کند. ضریب همسانی درونی با روش آلفای کرونباخ در زنان (۱۹۹ نفر) برای زیرمقیاس‌های این پرسشنامه: هویت شخصی ۰/۷۳۰، هویت ارتباطی ۰/۹۲، هویت اجتماعی ۰/۸۴ و هویت جمعی ۰/۷۲ به دست آمد (چیک و دیگران، ۲۰۰۲). ضرایب اعتبار با روش آلفای کرونباخ در چهار گروه فرهنگی متشکل از آمریکایی‌ها، استرالیایی‌ها، فیلیپینی‌ها و مکزیکی‌ها، برای هویت شخصی (۰/۸۳-۰/۸۰)، هویت ارتباطی (۰/۸۱-۰/۸۲)، برای هویت اجتماعی (۰/۸۲-۰/۸۰) و برای هویت جمعی (۰/۷۷-۰/۶۷) گزارش شده است (دل‌پرادو و دیگران، ۲۰۰۷). برای تحلیل داده‌ها از تحلیل مسیر استفاده شد.

یافته‌ها

نتایج حاصل از اجرای آزمون همبستگی پیرسون برای ارتباط بین متغیرهای پژوهش به همراه میانگین و انحراف استاندارد آنها در جدول ۱ منعکس شده است. نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که فزون‌کنشی با ذهن‌آگاهی و ابعاد هویت رابطه منفی و ذهن‌آگاهی با ابعاد هویت رابطه مثبت معنادار دارد. همچنین نتایج بیانگر ارتباط مثبت و معنادار بین ابعاد هویت است که نشان‌دهنده روایی همگرایی این ابعاد است.

1. Mindful Attention Awareness Scale (MASS)
2. Factor Five Questionnaire Mindfulness
3. Center for Epidemiological Studies Depression Scale
4. Aspects of Identity Questionary (AIQ)

5. personal identity orientation
6. relational identity orientation
7. social identity orientation

جدول ۱

متغیرها	M	SD	۱	۲	۳	۴	۵
۱. فزون‌کنشی	۲۱/۶۵	۷/۹۵	-				
۲. ذهن آگاهی	۶۸/۲۵	۱۲/۲۴	-۰/۷۶۳*	-			
۳. هویت شخصی	۳۷/۷۲	۵/۵۷	-۰/۶۷۱*	-۰/۶۳۳*	-		
۴. هویت ارتباطی	۳۷/۷۷	۵/۶۷	-۰/۶۷۷*	-۰/۷۰۵*	-۰/۸۵۶*	-	
۵. هویت اجتماعی	۲۶/۴۴	۳/۸۹	-۰/۶۴۱*	-۰/۶۶۳*	-۰/۷۸۹*	-۰/۷۸۲*	-
۶. هویت جمعی	۳۰/۳۵	۴/۷۹	-۰/۷۲۴*	-۰/۷۱۴*	-۰/۸۰۶*	-۰/۸۴۸*	-۰/۷۷۹*

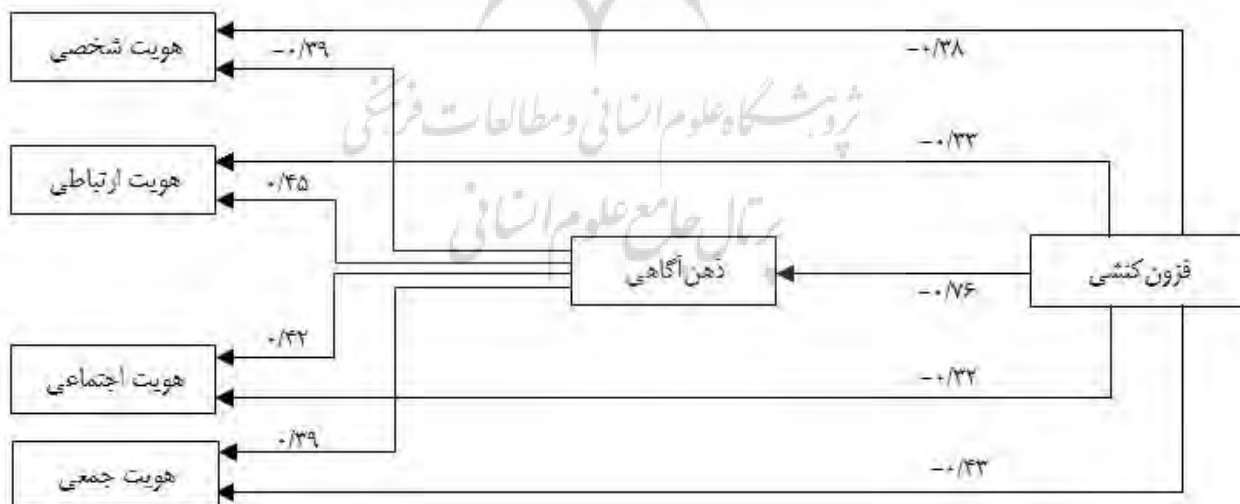
* P < /۰۰۱

تعدیل یافته^۳ بزرگتر یا مساوی ۰/۹۹، ریشه دوم واریانس خطای تقریب^۴ کمتر از ۰/۰۸ و شاخص برازندگی غیرتطبیقی^۵ بزرگتر از ۰/۹۰ از نشانه‌های برازش مناسب و از شاخص‌های مطلوب برای ارزیابی مدل هستند (نعمت‌طاوسی، ۱۳۹۲). در نتیجه با توجه به شاخص‌های به دست آمده در مدل ارائه شده ($\chi^2/df = ۲/۸۵۴$) (NFI=۰/۹۲۴، RMSA=۰/۰۷۴، GFI=۰/۹۶۶، CFI=۰/۸۱۷) مدل از برازش مناسبی برخوردار است.

با اطمینان از برازش مناسب مدل، ضرایب استاندارد کل مسیر، اثر مسیرهای مستقیم و غیرمستقیم موجود در مدل مربوط به فزون‌کنشی و ابعاد هویت با واسطه ذهن آگاهی در بین دانشجویان در جدول ۲ نشان داده شده است.

برای تعیین نقش واسطه‌ای ذهن آگاهی در رابطه فزون‌کنشی و ابعاد هویت و به منظور آزمون مدل مفهومی تدوین شده از آزمون تحلیل مسیر استفاده شد. پیش از اجرای تحلیل مسیر، مدل اندازه‌گیری بررسی شد که بر این اساس برخی ماده‌ها از تحلیل خارج و مدل اصلاح شد. پس از اصلاح مدل اندازه‌گیری و کسب برازش مناسب آن تحلیل مسیر برای متغیرهای پژوهش اجرا شد. نتایج حاصل از تحلیل مسیر مدل مفهومی در شکل ۱ به نمایش درآمده است.

نسبت χ^2 دو به درجه آزادی کمتر از ۳، شاخص برازندگی تطبیقی^۱ (CFI=۱)، شاخص برازندگی^۲ و شاخص برازندگی



شکل ۲. نمودار مدل برازش یافته با ضرایب استاندارد

1. Comparative Fit Index (CFI)
2. Goodness of Fit Index (GFI)
3. Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI)

4. Root Mean Square Error of Approximation (RMSA)
5. Non-Normed Fit Index (NFI)

جدول ۲

ضرایب استاندارد کل، مستقیم و غیرمستقیم در مدل

مسیرها	اثر کل	اثر مستقیم	اثر غیر مستقیم	واریانس تبیین شده
بر ذهن آگاهی	-۰/۷۶۳*	-۰/۷۶۳	۰/۰۰۰	۰/۵۸۳
فزون‌کنشی	-۰/۶۷۱*	-۰/۳۷۷	-۰/۲۹۴	۰/۵۱۳
بر هویت شخصی	۰/۳۸۶*	۰/۳۸۶	۰/۰۰۰	۰/۵۴۳
فزون‌کنشی	-۰/۶۷۷*	-۰/۳۳۴	-۰/۳۴۳	۰/۴۸۳
ذهن آگاهی	۰/۴۵۰*	۰/۴۵۰	۰/۰۰۰	۰/۵۸۶
بر هویت ارتباطی	-۰/۶۴۱*	-۰/۳۲۲	-۰/۳۱۹	۰/۴۱۸*
فزون‌کنشی	۰/۴۱۸*	۰/۴۱۸	۰/۰۰۰	۰/۵۸۶
ذهن آگاهی	-۰/۷۲۴*	-۰/۴۲۹	-۰/۲۹۵	۰/۳۸۶*
فزون‌کنشی	۰/۳۸۶*	۰/۳۸۶	۰/۰۰۰	

*P < ۰/۰۰۱

مشخص‌تری می‌یابد (زیلوسکا و دیگران، ۲۰۰۹).

همسو با فرضیه نخست پژوهش، یافته‌ها نشان داد فزون‌کنشی بر ابعاد هویت اثر منفی دارد و می‌تواند احراز هویت در ابعاد چهارگانه را پیش‌بینی کند. مطابق مدل بارکلی (۱۹۹۷) افراد با نشانه‌های فزون‌کنشی غالباً در فرایندهای پایه نظم‌جویی هیجان (مهار توجه، مهار بازداری و مانند آن) و توانایی پیگیری رفتارهای هدفمند ضروری برای نظم‌بخشی به هیجان‌های خود مشکل دارند. این شرایط به درجات مختلف موجب می‌شود افراد نتوانند در ترسیم اهداف زندگی خود فعال و مصمم باشند و در نتیجه در مسیر شکل‌گیری هویت شخصی و اجتماعی ناکامی‌های زیادی را تجربه می‌کنند، تجاربی که بارها و در زمینه‌های مختلف تکرار می‌شوند.

بزرگسالان دارای نشانه‌های فزون‌کنشی، در اکثر موقعیت‌های اجتماعی و تحصیلی زندگی، به حاشیه رانده می‌شوند (شیمز و آلدن، ۲۰۰۵). دشواری در دستیابی به اهداف بلندمدت یک تکلیف یا تمرکز بر یک دوره زمانی پایدار، فراموشی، مسائل انگیزشی، حرمت خود ضعیف، دشواری در برقراری روابط، دشواری در ورود به محیط‌های اجتماعی، همگی در به حاشیه رانده شدن این افراد مؤثرند (ناووتنی و ویتمن، ۲۰۰۳). از سوی دیگر چپک و هوگان (۱۹۸۱) نشان دادند هویت شخصی با احساس گناه و هویت اجتماعی با احساس شرم همبستگی

براساس نتایج تحلیل مسیرهای مدل ارائه‌شده اثر مستقیم فزون‌کنشی بر ذهن آگاهی (-۰/۷۶۳) معنادار است. همچنین اثر مستقیم فزون‌کنشی بر هویت شخصی (-۰/۳۷۷)، هویت ارتباطی (-۰/۳۳۴)، هویت اجتماعی (-۰/۳۲۲) و هویت جمعی (-۰/۴۲۹) معنادار است. افزون بر آن اثر غیرمستقیم فزون‌کنشی بر هویت شخصی (-۰/۲۹۴)، هویت ارتباطی (-۰/۳۴۳)، هویت اجتماعی (-۰/۳۱۹) و هویت جمعی (-۰/۲۹۵) معنادار است. این یافته‌ها نشان دادند که ذهن آگاهی در ارتباط فزون‌کنشی و ابعاد هویت نقش واسطه‌ای دارد. بر همین اساس فزون‌کنشی و ذهن آگاهی توانایی تبیین ۵۱ درصد از واریانس هویت شخصی، ۵۴ درصد از واریانس هویت ارتباطی، ۴۸ درصد از واریانس هویت اجتماعی و ۵۹ درصد از واریانس هویت جمعی را دارند.

بحث

به‌طور مشخص فزون‌کنشی یک اختلال با مبنای ژنتیکی، محیطی و تحوّل‌ی است که یکی از اثرات آن دشواری در خودنظم‌جویی است. درست همان‌طور که نارساخوانی را در امتداد پیوستار توانایی خواندن یا دیابت را در یک پیوستار تحمّل به گلوکز می‌شناسند، با قرار دادن اختلال فزون‌کنشی در امتداد یک پیوستار از نارسایی در خودنظم‌جویی تا هشیاری ذهن آگاه جایگاه

مثبت دارد. بنابراین به دلیل حساسیت ذاتی و اکتسابی نوجوانان فزون‌کنش به احساس شرم و گناه، نوجوانی یکی از سخت‌ترین دوره‌ها برای احراز هویت آن‌ها محسوب می‌شود (کانتور، ۲۰۰۰).

در تأیید فرضیه دوم، یافته‌ها نشان داد فزون‌کنشی بر ذهن آگاهی اثر منفی دارد. ذهن آگاهی، نقطه مقابل بی‌فکری است. در ذهن آگاهی حالاتی که از روی عادت انجام می‌شوند و در بسیاری از افراد وجود دارند، کمتر دیده می‌شوند و همه چیز کاملاً هشیارانه است. همچنین، ذهن آگاهی می‌تواند در رهایی فرد از افکار، عادات و الگوهای ناسالم رفتاری مؤثر باشد و بدین ترتیب، نقش کلیدی در پرورش آگاهی و نظم‌جویی رفتار ارادی دارد و این همان چیزی است که با افزایش بهزیستی در رابطه است (براون و رایان، ۲۰۰۳). در مقابل بر اساس مدل ترکیبی بارکلی افراد فزون‌کنش دارای ویژگی‌هایی هستند که آن‌ها را مستعد بی‌فکری می‌کند: (۱) واکنش‌پذیری هیجانی شدید نسبت به رویدادهای آنی با بار هیجانی، (۲) واکنش هیجانی-انتظاری ضعیف به وقایع آتی که بار هیجانی دارند با توجه به آینده‌نگری ضعیف آنان، (۳) ضعف در انجام اعمال ذهنی، تحت فشار هیجان‌هایی که نسبت به دیگران احساس می‌کنند، (۴) ضعف در سوق دادن و نظم‌دهی به حالت‌های هیجانی، انگیزشی و انگیزشی در جهت رفتار هدفمند یا ناتوانی در حفظ حالت انگیزشی و انگیزشی برای رسیدن به هدف (بارکلی، ۱۹۹۷).

در تأیید فرضیه سوم، یافته‌ها نشان داد ذهن آگاهی بر ابعاد هویت اثر مثبت دارد. به‌کارگیری روش‌های احراز هویت یعنی آگاهی مستقیم از تجارب درونی خود و مشاهده خود به‌عنوان موضوع (جاکوبسن، ۱۹۶۴ نقل از ورنی، ۲۰۰۷). ذهن آگاهی مستلزم شناخت خود به‌عنوان ناظر تجربه‌های شخصی، توجه انعطاف‌پذیر به زمان حال و پذیرش خودخواسته تجربیات همان‌طور که هستند بدون تلاش برای تغییر فراوانی و شدت آن‌هاست (هیز و دیگران، ۲۰۱۱). این توانایی بر پایه پژوهش‌های متعدد رابطه مثبت و معناداری با آگاهی از حالت‌های درونی، انعطاف‌پذیری شناختی، تجربه‌پذیری و خودشفقت‌ورزی دارد (بیومونت، ۲۰۱۱). افزون‌براین، پژوهش‌ها نشان داد آموزش

ذهن آگاهی می‌تواند یکی از قدرتمندترین روش‌های مؤثر و در حال گسترش برای کمک به احراز هویت افراد باشد (اتکینز و استایلز، ۲۰۱۵؛ ورنی، ۲۰۰۷).

در تأیید فرضیه چهارم، یافته‌ها نشان داد که فزون‌کنشی با واسطه ذهن آگاهی بر ابعاد هویت اثر منفی دارد. با توجه به همسویی نتایج پژوهش حاضر با نتایج پژوهش‌های دیگر در مورد رابطه فزون‌کنشی و ذهن آگاهی (اسمالی و دیگران، ۲۰۰۹)، ذهن آگاهی و هویت (اتکینز و استایلز، ۲۰۱۵؛ ورنی، ۲۰۰۷)، نقش واسطه‌ای ذهن آگاهی در رابطه بین فزون‌کنشی و ابعاد هویت قابل تبیین خواهد بود. فزون‌کنشی نوعی اختلال خودنظم‌جویی (بارکلی، ۱۹۹۷) است و نظم‌جویی هیجان از حوزه‌های اصلی نارساکنش‌وری در افراد فزون‌کنش (فرری و دیگران، ۲۰۱۱؛ لاهات و دیگران، ۲۰۱۱) به شمار می‌آید. ذهن آگاهی نیز حالتی از آگاهی است که کنش نظم‌جویی (نظارت و اصلاح) به دیگر تجربه‌های فرد را بر عهده دارد و در مسیر بهبود خودنظم‌جویی رفتاری و هیجانی-شناختی عمل می‌کند (براون و رایان، ۲۰۰۳)؛ بنابراین افراد فزون‌کنش که در نظم‌جویی هیجان دشواری دارند، از ذهن آگاهی ضعیف‌تری نیز برخوردارند. با کاهش ذهن آگاهی، حس درونی فرد برای مواجهه با خود، کاهش یافته و چون احراز هویت مستلزم آگاهی مستقیم از تجارب درونی خود و مشاهده خود به عنوان موضوع (جاکوبسن، ۱۹۶۴ نقل از ورنی، ۲۰۰۷) یا ذهن آگاهی است (هیز و دیگران، ۲۰۱۱) احراز هویت یکپارچه دشوار می‌شود.

با توجه به پیچیدگی موضوع و روابط متقابل و درهم‌تنیده‌ای که بین فزون‌کنشی، ذهن آگاهی و ابعاد هویت وجود دارد، باید پذیرفت که پژوهش در این زمینه با مباحثات بسیاری همراه خواهد بود. از جمله این که ابزار و ابزار سنجش مورد استفاده در این پژوهش، داده‌های فاعلی را از نمونه‌های غیربالینی به دست آورده است و این امر لزوم استفاده از شیوه‌های بالینی را در تشخیص فزون‌کنشی و داده‌های به‌دست آمده مطرح می‌سازد. درعین حال باید دخالت عناصر متعدد دیگر در احراز ابعاد هویت افراد مستعد فزون‌کنشی را که در این پژوهش نادیده گرفته شده است، مورد ملاحظه قرار داد.

- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(4), 822-848.
- Brown, K. W., Ryan, R. M., & Creswell, J. D. (2007). Mindfulness: Theoretical foundations and evidence for its salutary effects. *Psychological Inquiry, 18*(4), 211-237.
- Burke, C. A. (2010). Mindfulness-based approaches with children and adolescents: A preliminary review of current research in an emergent field. *Journal of Child and Family Studies, 19*, (2), 134° 144.
- Cantor, D. (2000). The Role of Group Therapy in Promoting Identity Development in ADHD Adolescents. *Journal of Psychotherapy in Independent Practice, 1*, (2), 53-62.
- Carlson, L. E., & Brown, K. W. (2005). Validation of the Mindful Attention Awareness Scale in a cancer population. *Journal of Psychosomatic Research, 58*, 29-33.
- Cheek, J. M., Smith, S. M., & Tropp, L. R. (2002). *Relational identity orientation: A fourth scale for the AIQ*. Paper presented at the meeting of the Society for Personality and Social Psychology, Savannah, GA.
- Cheek, J. M., & Hogan, R. (1981). *The structure of identity: Personal and social aspect.*, Paper presented at the annual meeting of the American Psychological Association, Los Angeles, CA. (Published in the section "Some Evidence" (pages 351-356) of Hogan & Cheek, 1983).
- Conners, C. K., Erhardt, D., & Sparrow, E. (1999). *Conners'Adult ADHD Rating Scales (CAARS)*
- بارون، ر.، بيرن، د.، و برنسكامب، ن. (۲۰۰۶). روان‌شناسي اجتماعي. ترجمه ي. كريمي، تهران: انتشارات ويرایش (تاريخ انتشار اثر به زبان اصلي، ۱۳۸۸).
- نعمت‌طاوسي، م. (۱۳۹۲). تنيدگي شغلي و بهزيستي عاطفي: اثر واسطه‌اي هسته ارزشيابي‌هاي خود. فصلنامه روان‌شناسي تحولي: روان‌شناسان ايراني، ۱۰(۳۸)، ۱۰۳-۱۲۱.
- Atkins, P. W. B., & Styles, R. (2015). Mindfulness, identity, and work: Mindfulness training creates a more flexible sense of self. In P.W.B. Atkins & J. Reb (Eds.), *Mindfulness in organizations: Foundations, research, and applications*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Barkley, R. A. (1997). Behavioral inhibition, sustained attention, and executive functions: Constructing a unifying theory of ADHD. *Psychological Bulletin, 121*(1), 65-94.
- Baumeister, R. F. (1999). *The self in social psychology*. PA: Psychology Press.
- Beaumont, S. L. (2011). Identity styles and wisdom during emerging adulthood: Relationships with mindfulness and savoring identity. *An International Journal of Theory and Research, 11*(2), 155-180.
- Berzonsky, M. D., & Luyckx, K. (2008). Identity styles, self-reflective cognition, and identity processes: A study or adaptive and maladaptive dimensions of self-analysis. *Identity: An International Journal of Theory and Research, 8*, 205-219.
- Bishop, M., Lau, S., Shapiro, L., Carlson, N. D., Anderson, J., Segal, Z. V., Abbey, S., Speca, M., Velting, D., & Devins, G. (2004). *Mindfulness: A proposed operational definition. Clinical Psychology: Science and Practice, 11*, 230° 241.

- Lahat, A., Hong, M., & Fox, N. A. (2011). Behavioral inhibition: Is it a risk factor for anxiety? *International Review of Psychiatry*, 23(3), 248-257.
- Macey, K. D. G. (2003). *Conners' Adult ADHD Rating Scales (CAARS)*. By C.K. Conners, D. Erhardt, M. A. Sparrow. New York: Multihealth Systems, Inc., 1999. Book review. *Archives of Clinical Neuropsychology* 18, 431-437.
- Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3 (5), 551-558.
- Novotni, M, & Whiteman, T. (2003). *Adult ADHD*. Colorado Spring, CO: Pinon Press.
- Razmjoo, S. A. (2010). Language and Identity in the Iranian Context: The Impact of Identity Aspects on EFL Learners' Achievement. *The Journal of Teaching Language Skills (JTLS)*, 2 (2), 99-121.
- Shames, W., & Alden, P. (2005). The impact of short-term study abroad on the identity development of college students with learning disabilities and/or ADHD. *The Interdisciplinary Journal of Study Abroad*, 11, 1-31
- Schwartz, S. J., Pantin, H., Prado, G., Sullivan, S., & Szapocznik, J. (2005). Family functioning, identity and problem behavior in Hispanic immigrant. *The Journal of Early Adolescence*, 25(4), 392-420.
- Segal, Z. V., Williams, J. M. G., & Teasdale, J. D. (2012). *Mindfulness-based cognitive therapy for depression*. New York: Guilford Press.
- Smalley, S. L., Loo, S. K., Sigi Hale, T., Shrestha, A., McGough, J., Flook, L., & Reise, S. (2009). Mindfulness and attention deficit hyperactivity disorder. *Journal of Clinical Psychology*, 65, (10), 1087-1098.
- Technical Manual*. N .Tonawanda, NY: Multi-Health Systems.
- Conners, C. (1997). *Conners rating scales: Revised Technical Manual*. North Tonawanda (NY): Multi-Health Systems.
- Cote, J. E., & Levine, C. G. (2002). *Identity formation, agency and culture: A social psychological synthesis*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- DelPrado, A. M. A., Church, T., Katigbak, M. S., Miramontes, L. G., Whitty, M., Curtis, G. J., Vargas-Flores, J. D. J., Ibáñez-Reyes, J., Ortiz, F. A., & Reyes, J. A. S. (2007). Culture, method, and the content of self-concepts: testing trait, individual- self-primacy, and cultural psychology perspectives. *Journal of research in personality*, 41(6), 1119-1160.
- Erikson, E. H. (1964). *Insigh and responsibility*. New York: Norton.
- Ferreri, F., Lapp, L. K., & Peretti, C. S. (2011). Current research on cognitive aspects of anxiety disorders. *Current Opinion in Psychiatry*, 24(1), 49-54.
- Franz, C. E., & White, K. M. (1985). Individuation and attachment in personality development: Extending Erikson's theory. *Journal of Personality*, 53 (2), 224-256.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2011). *Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change*. (2 nd) ed. New York: The Guilford Press.
- Kouhpaenejad, M. H., & Gholaminejad, R. (2014). Identity and language learning from post-structuralist perspective. *Journal of language teaching and research*, 5(1), 199-204.

- meditation practices on identity development and psychological stability for adolescents. *New Jersey Psychologist*, 57(1), 24-27.
- Weijer-Bergsma, E., Formsma, A. R., Bruin, E. I., & Bögels, S. M. (2012). The effectiveness of mindfulness training on behavioral problems and attentional functioning in adolescents with ADHD. *Journal of Child and Family Studies*, 21 (5), 775-787.
- Zylowska, L., Smalley, S. L., & Schwartz, J. M. (2009). Mindful awareness and ADHD. Part 17 of Clinical Handbook of Mindfulness. Didonna, F. Springer. Department of Psychiatry Casa di Cura Villa Margherita. Arcugnano, Vicenza ° Italy.
- Soler, J., Tejedor, R., Feliu-Soler, A., Pascual, J. C., Cebolla, A., Soriano, J., Alvarez, E., & Perez, V. (2012). Psychometric properties of Spanish version of Mindful Attention Awareness Scale (MAAS). *Actas españolas de psiquiatría*, 40(1), 19-26.
- Tajfel, H. (1998). *Social identity and inter-group relations*, In. Worchel, S., et al. (Eds.), *Social identity international perspectives*. London: Sage.
- VanDama, N. T., Earleywine, M., & Borders, A. (2010). Measuring mindfulness? An Item Response Theory analysis of the Mindful Attention Awareness Scale. *Personality and Individual Differences*, 49, 805-810.
- Verni, K. (2007). The potential impact of mindfulness

