



## Predicting emotional alexithymia based on emotional information processing with the mediation of emotional self-disclosure in married people

Behrouz FaramarziRad<sup>1</sup>, Somayeh Robat Milli<sup>2</sup>, Khadejeh Aboulmaali-Alhosini<sup>3</sup>, Mehdi Zare Bahramabadi<sup>4</sup>

1. Ph.D Candidate General Psychology, Science and Research Unit, Islamic Azad University, Tehran, Iran. E-mail: [Rad\\_13b@yahoo.com](mailto:Rad_13b@yahoo.com)

2. Assistant Professor, Department of Clinical Psychology, Science and Research Unit, Islamic Azad University, Tehran, Iran. E-mail: [Somayemili@yahoo.com](mailto:Somayemili@yahoo.com)

3. Associate Professor, Department of Psychology, North Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran. E-mail: [Sama.abolmaali@gmail.com](mailto:Sama.abolmaali@gmail.com)

4. Associate Professor, Human Sciences Research and Development Institute, (Samt Organization), Tehran, Iran. E-mail: [Mz.bahramabadi@gmail.com](mailto:Mz.bahramabadi@gmail.com)

### ARTICLE INFO

#### Article type:

Research Article

#### Article history:

Received 15 March 2023

Received in revised form

09 April 2023

Accepted 15 May 2023

Published Online 22

November 2023

#### Keywords:

emotional self-disclosure, emotional processing, Alexithymia

### ABSTRACT

**Background:** Alexithymia is a type of mood disorder that causes the inability to cognitively process emotional information and regulate emotions. Spouses' Alexithymia is one of the factors affecting couples' incompatibility and interaction, which has a negative effect on their interaction and compatibility. However, there is a research gap in the field of the ability to predict Alexithymia through the ability to process emotional information with the mediation of emotional self-disclosure in the target society, so in this research, the prediction of Alexithymia based on emotional processing with the mediation of emotional self-disclosure in married people is discussed.

**Aims:** The aim of the present study was to provide a structural model for predicting Alexithymia based on emotional processing with the mediation of emotional self-disclosure.

**Methods:** The method of descriptive research is correlation type using structural equations. The research population was all married women who referred to counseling and assistance clinics in Robat Karim city for consensual divorce in the year 1401, and 200 people were selected by available sampling method. In order to collect data, Toronto Persian scale of emotional Alexithymia (Bashart, 2007), Emotional information processing questionnaire (Abolmaali, 2019) and emotional self-disclosure scale (Snell, 2001) were used. In order to analyze the data, descriptive statistical methods and Also, structural equations and Spss, Lisrel software were used.

**Results:** The results showed that emotional self-disclosure plays a mediating role in the relationship between Alexithymia and emotional processing ( $p > 0.05$ ) and there is an indirect relationship between Alexithymia and emotional processing considering emotional self-disclosure as a mediating factor.

**Conclusion:** The results of this research showed that there is a direct and meaningful relationship between emotional information processing and Alexithymia, so that among the variables of emotional processing, the variable of weakened and suppressed emotions predicts Alexithymia and in general, Alexithymia in couples can be predicted based on the mentioned variables. Therefore, these factors should be considered in prevention and treatment programs.

**Citation:** FaramarziRad, B., Robat Milli, S., Aboulmaali-Alhosini, Kh., & Zare Bahramabadi, M. (2023). Predicting emotional alexithymia based on emotional information processing with the mediation of emotional self-disclosure in married people. *Journal of Psychological Science*, 22(129), 1733-1746. [10.52547/JPS.22.129.1733](https://doi.org/10.52547/JPS.22.129.1733)

*Journal of Psychological Science*, Vol. 22, No. 129, 2023

© The Author(s). DOI: [10.52547/JPS.22.129.1733](https://doi.org/10.52547/JPS.22.129.1733)



✉ **Corresponding Author:** Somayeh Robat Milli, Assistant Professor, Department of Clinical Psychology, Science and Research Unit, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

E-mail: [Somayemili@yahoo.com](mailto:Somayemili@yahoo.com), Tel: (+98) 9123376179

## Extended Abstract

### Introduction

The role of emotion regulation and emotional system management in human physical and mental health is one of the most exciting topics for researchers. Emotion plays an important role in memory, decision-making, communication, and behavioral options. People's awareness of their feelings and the ability to express these feelings to other people is very effective in facilitating social exchanges. Emotionally, being powerful makes it easier for people to face life's challenges and improves their mental health. Lack of emotional regulation leads to various psychological, social, or even physical diseases. It is possible (Amstater, 2008). Research has shown that people's emotional strength makes it easier for them to face life's challenges, and as a result, they benefit from more mental health. Emotionally capable people recognize their own feelings, understand their implicit concepts, and express their emotional states to others more effectively. These people, compared to people who do not have the ability to understand and express emotional states; are more successful in coping with negative experiences and show more appropriate adaptation in relation to the environment and others (Golman, 1995). One of the factors that lead to the impasse of married life is the lack of awareness of one's own and the other party's feelings and emotions and the inability to express them. The inability to cognitively process emotional information and regulate emotions is called emotional Alexithymia (Bashart, 2011). Emotional alexithymia is characterized by the clinical inability to identify and describe emotions experienced by oneself or others, and its main feature is dysfunction in emotional awareness, social attachment, and interpersonal communication (Golridge, 2018). Emotional processing is a process by which emotional or psychological disturbances are absorbed and reduced to such an extent that a person can continue other experiences and behaviors without disturbance (Rachman, 2001). On the other hand, one of the most important processes in the formation of an intimate relationship is emotional self-disclosure. Self-

disclosure includes the process of revealing a person's thoughts, inner feelings, and previous experiences to another person. Exchanging internal information related to oneself is an important process through which the relationship between people expands (Altman & Tyler, 1973). Self-disclosure is one of the important features of good psychological functioning (Schlosser, 2020). Research results show that people who choose ineffective styles during emotional processing are vulnerable to emotional problems (Narimani, 2011; Baker, 2010; Raparia et al., 2016; Gumming et al., 2012). Considering the role of emotional Alexithymia in creating incompatibility and marital dissatisfaction, this research seeks to predict this issue in married people through the examination of emotional processing variables and emotional self-disclosure.

### Method

The present research was descriptive-correlational. The statistical population in this research included all married women who were referred to counseling and work assistance clinics in Rabat Karim city for consensual divorce in 2021, approximately 1000 people, of which 200 people were selected by convenience sampling. Three tools of the Toronto-20 emotional Alexithymia scale, and Emotional information processing questionnaire and emotional self-disclosure questionnaire were used to collect research data. After completing the questionnaires, the required raw data was extracted and variables were defined and information was entered using Spss25 and Lisrel software and analyzed using appropriate statistical methods.

### Results

In order to test the normality of the distribution of the research variables according to the size of the studied sample, the Kolmogorov-Smirnov test was performed and according to the obtained z value and the significance level of  $p < 0.05$  in each of the variables, the following results can be obtained. It was concluded that the distribution of the variables in question has no significant difference from the normal distribution. Therefore, this assumption was confirmed. The Variance Inflation Factor (VIF) index is used to detect non-collinearity. The mentioned

index was calculated by considering the variable of emotional Alexithymia as a dependent variable for the variable of emotional processing (3.53), and emotional self-disclosure (2.81).

The results between research variables showed that there is no collinearity problem. The Durbin-Watson statistic indicates the presence or absence of autocorrelation between the independent and dependent variables of the research, the results of which (1.60) in the model showed that there is no autocorrelation. Also, taking into account the values of the fit indices, all of which in some way indicated the acceptable and desirable fit of the model with the research data, it can be concluded that the presentation of the model regarding the relationship between the variables in this research is confirmed.

### Conclusion

The first finding of this research indicates that there is a direct relationship between emotional ataxia and emotional processing. Also, the analysis of the regression coefficients showed that among the types of emotional processes, weakened and suppressed emotions predict the variable of emotional ataxia. Thus, in the multivariate regression analysis, it was concluded that emotional ataxia in couples can be predicted based on the mentioned factors.

This finding is consistent with the research of Levinson and Immunoli (2008); Fekri and Islamzadegan (2015); Rashidi (2014); Ghadiri et al. (2014). Another finding of the present study is that there is a significant positive relationship between the variables of emotional self-disclosure and emotional Alexithymia. This finding is in line with the research of Lamli and Pravenzano (2003); Lotfi (2012); Bakr et al. (2007); Rasti and Taghavi (2015). Another finding of the present study is that there is a significant positive relationship between the variables of emotional self-disclosure and emotional dyslexia. This finding is in line with the research of Lamli and Pravenzano (2003); Lotfi (2012); Bakr et al. (2007); Rasti and Taghavi (2015). In relation to emotional self-disclosure (Solomon, 1989), he believes that marriage is not created in heaven or heaven, but is

created in the initial dynamic interactions between parents and children, which is repeated repeatedly in adulthood (Saadati Shamir & Gholami, 2013). In explaining this finding, it can be mentioned that self-disclosure is one of the main components of communication that is used to strengthen and deepen interpersonal relationships. Also, this skill has a major impact on improving the quality level of marital relations and increasing the level of compatibility and satisfaction in married life, and as a result, by improving marital relations, it reduces the mental health of couples and offspring. (Darvishi, 2011). In general, it can be said that the inability to cognitively process emotional information and regulate emotions, which is one of the characteristics of ataxia, is the common axis of emotional processing and ataxia, and connects both of them (Taylor & Bagby, 2000).

### Ethical Considerations

**Compliance with ethical guidelines:** This article is taken from the doctoral dissertation of the first author in the field of general psychology in the Faculty of Literature and Humanities, Islamic Azad University, Science and Research Unit, Tehran. In order to maintain the observance of ethical principles in this study, an attempt was made to collect information after obtaining the consent of the participants. Participants were also reassured about the confidentiality of the protection of personal information and the presentation of results without mentioning the names and details of the identity of individuals.

**Funding:** This study was conducted as a PhD thesis with no financial support.

**Authors' contribution:** The first author was the senior author, the second were the supervisors and the advice of the third and fourth authors.

**Conflict of interest:** the authors declare no conflict of interest for this study.

**Acknowledgments:** I would like to appreciate the supervisor, the advisors, couples the in the study.



## پیش بینی ناگویی هیجانی بر اساس پردازش اطلاعات هیجانی با میانجی گری خودآشنایی هیجانی در افراد متأهل

بهروز فرامرزی راد<sup>۱</sup>، سمیه رباط میلی<sup>۲</sup>، خدیجه ابوالمعالی الحسینی<sup>۳</sup>، مهدی زارع بهرام آبادی<sup>۴</sup>

۱. دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۲. استادیار، گروه روانشناسی بالینی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۳. دانشیار، گروه روانشناسی، واحد تهران شمال، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۴. دانشیار، پژوهشکده تحقیق و توسعه علوم انسانی، سازمان سمت، تهران، ایران.

### چکیده

### مشخصات مقاله

**زمینه:** ناگویی هیجانی نوعی نقص و نارسایی خلقی است که باعث ناتوانی در پردازش شناختی اطلاعات هیجانی و تنظیم هیجان‌ها می‌شود. ناگویی هیجانی همسران یکی از عوامل مؤثر بر ناسازگاری و تعامل زوجین است که بر روی تعامل و سازگاری ایشان تأثیر منفی می‌گذارد. اما در زمینه پیش‌بینی ناگویی هیجانی از طریق توانایی در پردازش اطلاعات هیجانی با میانجی‌گری خودآشنایی هیجانی در جامعه مورد نظر شکاف تحقیقاتی وجود دارد، بنابراین در این تحقیق بر پیش‌بینی ناگویی هیجانی بر اساس پردازش هیجانی با میانجی‌گری خودآشنایی هیجانی در افراد متأهل پرداخته می‌شود.

**هدف:** هدف از پژوهش حاضر ارائه الگوی ساختاری پیش‌بینی ناگویی هیجانی بر اساس پردازش هیجانی با میانجی‌گری خودآشنایی هیجانی بود.

### نوع مقاله:

پژوهشی

### تاریخچه مقاله:

دریافت: ۱۴۰۱/۱۲/۲۴

بازنگری: ۱۴۰۲/۰۱/۲۰

پذیرش: ۱۴۰۲/۰۲/۲۵

انتشار برخط: ۱۴۰۲/۰۹/۰۱

### کلیدواژه‌ها:

خودآشنایی هیجانی، پردازش هیجانی، ناگویی هیجانی

**روش:** روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی به شیوه معادلات ساختاری است. جامعه پژوهش شامل تمامی زنان متأهل مراجعه‌کننده به کلینیک‌های مشاوره و مددکاری شهرستان رباط کریم جهت طلاق توافقی در سال ۱۳۹۸ بود که تعداد ۲۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری هدفمند از نوع در دسترس انتخاب شدند. به منظور جمع‌آوری اطلاعات از مقیاس فارسی ناگویی هیجانی تورنتو (بشارت، ۱۳۹۳) و مقیاس خودآشنایی هیجانی (اسنل، ۲۰۰۱) و مقیاس فارسی پردازش هیجانی غلامی و ابوالمعالی (۱۳۹۸) استفاده شده است. به منظور تجزیه و تحلیل اطلاعات از روش‌های آماری توصیفی و همچنین معادلات ساختاری و از نرم‌افزارهای Spss، Lisrel استفاده شد.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد که خودآشنایی هیجانی در رابطه بین ناگویی هیجانی و پردازش هیجانی نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند ( $p < 0/05$ ) و میان ناگویی هیجانی و پردازش هیجانی با در نظر گرفتن خودآشنایی هیجانی به عنوان عامل میانجی، رابطه غیرمستقیم وجود دارد.

**نتیجه‌گیری:** نتایج این پژوهش نشان داد که بین پردازش هیجانی و ناگویی هیجانی ارتباط مستقیم و معنادار وجود دارد به نحوی که از بین متغیرهای پردازش هیجانی، متغیر هیجان‌ات تضعیف و سرکوب شده، ناگویی هیجانی را پیش‌بینی می‌کنند و بطور کلی ناگویی هیجانی در زوجین را می‌توان بر اساس متغیرهای مذکور پیش‌بینی کرد. بنابراین، در برنامه‌های پیشگیری و درمانی باید به این عوامل توجه شود.

**استناد:** فرامرزی راد، بهروز؛ رباط میلی، سمیه؛ ابوالمعالی الحسینی، خدیجه؛ و زارع بهرام آبادی، مهدی (۱۴۰۲). پیش‌بینی ناگویی هیجانی بر اساس پردازش اطلاعات هیجانی با میانجی‌گری خودآشنایی هیجانی در افراد متأهل. مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۲، شماره ۱۲۹، ۱۷۳۳-۱۷۴۶.

مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۲، شماره ۱۲۹، ۱۴۰۲. DOI: [10.52547/JPS.22.129.1733](https://doi.org/10.52547/JPS.22.129.1733)



## مقدمه

نقش نظم‌جویی هیجانی و مدیریت سیستم هیجانی در سلامت جسمی و روانی انسان، از جالب‌ترین موضوعات برای پژوهشگران است. هیجان نقش بسیار مهمی در حافظه، تصمیم‌گیری و گزینه‌های ارتباطی و رفتاری دارد. آگاهی اشخاص از احساس‌هایشان و توانایی بیان این احساس‌ها برای اشخاص دیگر در تسهیل تبادلات اجتماعی بسیار تأثیرگذار است. از نظر هیجانی، توانمند بودن، روبروشدن افراد با چالش‌های زندگی را آسان‌تر کرده و سطح سلامت روان آن‌ها را بهبود می‌بخشد. عدم تنظیم هیجان منجر به انواع مشکلات روانشناختی، مشکلات اجتماعی یا حتی باعث بیماری‌های جسمانی فراوان می‌شود (آمستاتر، ۲۰۰۸؛ پذیرش، ۱۳۹۳).

بررسی‌ها نشان داده‌اند که توانمند بودن افراد از نظر هیجانی، روبروشدن آن‌ها را با چالش‌های زندگی آسان می‌کند و در نتیجه آن‌ها را از سلامت روانی بیشتری بهره‌مند می‌نمایند. افراد توانمند از لحاظ هیجانی احساس‌های خودشان را تشخیص می‌دهند، مفاهیم ضمنی آن را درک می‌کنند و به گونه مؤثرتری حالت‌های هیجانی خود را برای دیگران بیان می‌کنند. این افراد در مقایسه با افرادی که توانایی درک و بیان حالت‌های هیجانی را ندارند؛ در کنار آمدن با تجربیات منفی از موفقیت بیشتری برخوردارند و سازگاری مناسب‌تری را در ارتباط با محیط و دیگران نشان می‌دهند (گلمن، ۱۹۹۵؛ به نقل از شاهقلیان و همکاران، ۱۳۸۶).

از آنجا که ایجاد و حفظ یک رابطه عاشقانه رضایت‌بخش نیز نیازمند توانایی تشخیص عواطف و آگاهی اشخاص از هیجان‌ها، ابراز، فهمیدن و درک احساسات دیگران است (کوردوا و همکاران، ۲۰۰۵)، آگاهی اشخاص از احساس‌هایشان و توانایی بیان این احساس‌ها برای دیگران در تسهیل تبادلات اجتماعی بسیار تأثیرگذار است. یکی از عواملی که سبب به‌نبست رسیدن زندگی زناشویی می‌شود عدم آگاهی از احساسات، عواطف و هیجان‌های خود و طرف مقابل و ناتوانی در ابراز و بیان آن است. ناتوانی در پردازش شناختی اطلاعات هیجانی و تنظیم هیجان‌ها ناگویی هیجانی نامیده می‌شود (بشارت، ۱۳۹۱).

ناگویی هیجانی، با ناتوانی بالینی در شناسایی و توصیف احساسات تجربه شده توسط خود یا دیگران مشخص می‌شود و ویژگی اصلی آن اختلال عملکرد در آگاهی عاطفی، دلبستگی اجتماعی و ارتباط بین‌فردی است (گلریج، ۲۰۱۸).

ویژگی اصلی ناگویی هیجانی عبارت است از دشواری در تشخیص و تمایز هیجان‌ها از حس‌های جسمانی، توصیف آن‌ها برای دیگران و نیز سبک شناختی متمرکز بر بیرون که سه نقص اجتماعی را منعکس می‌سازد: (۱) نقص در مؤلفه‌های شناختی - تجربه‌ای سیستم پاسخ‌دهی هیجانی، (۲) نقص در تنظیم هیجان‌ها در روابط بین شخصی و (۳) ظرفیت محدود برای خیال‌پردازی (ماهاپاترا و شارما، ۲۰۱۸). مفهوم‌سازی‌های کنونی، ناگویی هیجانی را به عنوان یک نقص صفتی در فرآیندهای شناختی تجارب هیجانی معرفی می‌کنند که مربوط به فهم و ادراک حالت‌های ذهنی است (ژو و همکاران، ۲۰۱۸). به‌طور کلی به نظر می‌رسد که ناگویی هیجانی یک ساختار واحد و متحدالشکل نیست و احتمالاً از دو بعد عاطفی و شناختی تشکیل شده است (ورست و برموند، ۲۰۰۱). بعد عاطفی به سطوحی از تجارب ذهنی و هیجانی فرد اشاره دارد که شامل مؤلفه‌هایی مانند عاطفی‌سازی (سطح تحریک‌پذیری فرد توسط رویدادهای هیجان برانگیز) و خیال‌پردازی (سطح تمایل فرد به تخیلات، تصورات و رؤیا پردازی‌ها) می‌شود. بعد شناختی ناگویی هیجانی نیز به پردازش هیجانی در سطح شناختی اشاره دارد و شامل مؤلفه‌هایی چون شناسایی، تجزیه و تحلیل و کلامی‌سازی عواطف فرد می‌شود. پژوهش‌ها نشان‌دهنده زیرساخت‌های مغزی متفاوت در این دو بعد ناگویی هیجانی هستند. افراد ناگویی‌هیجان به هنگام مواجهه با هیجان‌های مثبت یا منفی قوی، به احتمال بیشتری به طور تکانشی واکنش نشان می‌دهند. در واقع، نقص در بازنمایی شناختی تجربه هیجانی به واکنش تکانشی فرد در مواجهه با تحریکات عاطفی و هیجانی می‌شود (ششیدو، ۲۰۱۳؛ بشارت و همکاران، ۱۳۹۶).

بوچارد (۲۰۰۸)، نشان داد که افراد دارای نمرات بالا در مقیاس ناگویی، همدردی کمتری با دیگران ابراز می‌کنند، تظاهرات غیرکلامی از هیجان‌ها ندارند، سرد هستند، رفتارهای اجتنابی از خود نشان می‌دهند و نسبت به افراد سالم مشکلات درون‌فردی بیشتری دارند. تفکر آن‌ها معطوف به بیرون است و رفتارشان توسط انتظارات و برنامه دیگران تعیین می‌شود تا خواسته‌ها، ارزش‌ها و آرزوهای خودشان. بنابراین ناگویی هیجانی همسران یکی از عوامل مؤثر بر ناسازگاری زناشویی است که بر روی تعامل و سازگاری ایشان تأثیر منفی می‌گذارد. پری و نیک (۲۰۱۴)، در پژوهش خود با موضوع ناگویی هیجانی و کیفیت رابطه زناشویی، نتیجه گرفتند که ناگویی هیجانی اثر منفی بر کیفیت رابطه همسران و روابط عاشقانه آن‌ها دارد.

هوگلدن و لوانت (۲۰۱۵)، در پژوهش خود نتیجه گرفتند، ناگویی هیجانی در مردان با رضایت زناشویی رابطه منفی دارد.

پردازش هیجانی فرآیندی است که به موجب آن آشفتگی‌های هیجانی یا روانی، جذب می‌شوند و به حدی کاهش می‌یابند که فرد می‌تواند سایر تجارب و رفتارها را بدون آشفتگی ادامه دهد (راچمن، ۲۰۰۱). باکر (۲۰۰۷) بر اساس این مفهوم پردازش هیجانی را در سه سطح "تشخیص و تجربه"، "کنترل و بیان" و "پردازش ناکافی" هیجان طبقه‌بندی کرد و معتقد است که پردازش هیجانی در هر یک از این سه سطح می‌تواند با نقصان روبه‌رو شود. این سه سطح، شامل هشت سبک است. سبک‌های مربوط به تشخیص و تجربه هیجانی شامل فقدان همسویی، ناموزونی، برونی‌سازی، سبک‌های مربوط به کنترل و بیان هیجان‌ات شامل سرکوب، تجزیه، اجتناب و عدم کنترل و سبک‌های مربوط به سطح پردازش ناکافی هیجان‌ات شامل مزاحمت می‌باشد (مهری‌نژاد و همکاران، ۱۳۹۵). نتایج تحقیقات نشان می‌دهند، افرادی که هنگام پردازش هیجانی سبک‌های ناکارآمد را بر می‌گزینند در برابر مشکلات هیجانی آسیب‌پذیر هستند (نریمانی، ۱۳۹۱؛ باکر، ۲۰۱۰؛ راپاریا و همکاران، ۲۰۱۶؛ گومینگ و همکاران، ۲۰۱۲).

بنابراین همانطور که گفته شد ناگویی هیجانی بر تعامل و سازگاری زوجین تأثیر منفی می‌گذارد و از طرفی یکی دیگر از مهم‌ترین فرآیندها در شکل‌گیری یک رابطه صمیمانه، خودافشایی هیجانی است. خودافشایی شامل فرآیند آشکار کردن افکار، احساس‌های درونی شخص و تجارب قبلی او برای شخصی دیگر است. مبادله کردن اطلاعات درونی مربوط به خود فرآیندی مهم است که از طریق آن رابطه بین افراد گسترش می‌یابد (التمن و تایلر، ۱۹۷۳؛ به نقل از سنائی‌منش، ۱۳۹۰). تمام اشکال کلامی و غیرکلامی مکالمه، چیزی درباره خود آشکار می‌کنند و به همین دلیل می‌توان همه صور تعامل را خودافشایی تلقی کرد (روزنفیلد، ۲۰۰۰؛ ترجمه حسینی، ۱۳۸۹). وارینگ و همکاران (۲۰۰۸)، معتقدند که خود فاش‌سازی از ویژگی‌های بسیار با اهمیت کارکرد روانی خوب به شمار می‌رود و در حکم نشانه سلامت شخصی و ابزاری برای کسب شخصیت سالم است. خودافشایی یکی از اجزاء عمده ارتباط است که جهت تقویت و عمق بخشیدن به روابط بین‌فردی استفاده می‌شود. همچنین این مهارت تأثیر عمده‌ای بر ارتقاء سطح کیفی روابط زوجی و افزایش میزان سازگاری و

رضایت‌مندی در زندگی زناشویی دارد و در نتیجه با بهبود بخشیدن به روابط زناشویی به افزایش سلامت روان زوج‌ها و خانواده‌ها کمک می‌کند (درویشی، ۱۳۹۰). خودافشایی هیجانی موجب صمیمیت هیجانی بیشتر می‌شود، پاسخ‌های همدلانه و گرم از طرف یک همسر پاسخگو، رضایت کلی از رابطه را افزایش داده و رفتارهای حمایت‌گرا و عاطفی بعدی را تقویت می‌کند (گلدمن و گرینبرگ، ۲۰۱۳).

با توجه به نقش ناگویی هیجانی در ایجاد ناسازگاری و عدم رضایت‌مندی زناشویی، این پژوهش در پی پاسخ به این پرسش است که آیا ناگویی هیجانی از طریق متغیرهای، پردازش اطلاعات هیجانی و خودافشایی هیجانی در افراد متأهل قابل پیش‌بینی است؟

## روش

**الف) طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان:** پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی و معادلات ساختاری بود. جامعه آماری در این پژوهش شامل تمامی زنان متأهل مراجعه‌کننده به کلینیک‌های مشاوره و مددکاری در شهرستان رباط کریم جهت طلاق توافقی در سال ۱۳۹۸ که تعداد ۲۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری هدفمند از نوع در دسترس انتخاب شدند.

معیارهای ورود به پژوهش، تحصیلات حداقل دیپلم، مدت ازدواج حداقل ۵ سال و توافقی بودن طلاق و معیار خروج از پژوهش عدم تمایل به همکاری در پاسخ به پرسشنامه‌های پژوهش بود. توافق آگاهانه جهت شرکت در پژوهش و محرمانه بودن اطلاعات نیز از جمله ملاحظات اخلاقی مورد توجه در پژوهش بوده است. در نهایت پس از تکمیل پرسشنامه‌ها، داده‌های خام مورد نیاز استخراج و با استفاده از نرم‌افزارهای Spss25 و Lisrel متغیرها تعریف و اطلاعات وارد شد و با استفاده از روش‌های آماری مناسب مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. ابزارهای زیر برای جمع‌آوری اطلاعات متغیرها استفاده شدند:

## ب) ابزار

مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰: مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو توسط بگی و همکاران در سال ۱۹۹۴ ساخته شده و یک آزمون ۲۰ سؤالی است که سه مؤلفه‌ی در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات و

1. Toronto Alexithymia Scale

پایایی نمره کل این پرسشنامه ۱۸ سؤالی با استفاده روش بازآزمایی ۰/۹۳ و روش همسانی درونی برای کل آزمون ۰/۹۱ و برای دو مؤلفه مذکور به ترتیب ۰/۷۸ و ۰/۷۵ بدست آمد. در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ به ۰/۶۴ بدست آمد.

پرسشنامه خودافشایی هیجانی: مقیاس خودافشایی هیجانی توسط اسنلر و همکاران در سال ۱۹۹۸، برای سنجش تمایل افراد به افشای هیجان‌اتشان ایجاد شد. این مقیاس دارای ۴۰ سؤال بوده و شامل ۸ مؤلفه از جمله افسردگی، شادی، حسادت، اضطراب، عصبانیت، آرامش، خونسردی و ترس است. هر خرده مقیاس ۵ ماده جدا دارد که بصورت پنج درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شود. بررسی ویژگی‌های روانسنجی این ابزار نشان داد که اندازه پایایی درونی (آلفای کرونباخ) در همه مقیاس‌ها بین ۰/۸۳ تا ۰/۹۵ است که نشان‌دهنده همسانی درونی و انسجام زیر مقیاس‌ها می‌باشد. همچنین برای رواسازی ابزار در ایران در پژوهش برومند (۱۳۹۲)، پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۷ بدست آمد. در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۶۵ بدست آمد.

### یافته‌ها

از کل نمونه آماری ۲۰۰ نفر، ۵۱/۵ درصد در گروه سنی ۲۵ تا ۳۰ سال، ۳۵/۵ درصد ۳۱ تا ۳۵ سال، ۶/۵ درصد ۳۶ تا ۴۰ سال و ۶/۵ درصد ۴۱ تا ۴۵ سال بودند و همچنین از کل نمونه آماری ۲۰۰ نفر، ۵۲/۵ درصد ۵ تا ۱۰ سال، ۳۹ درصد ۱۱ تا ۱۵ سال، ۸/۵ درصد ۱۶ تا ۲۰ سال سابقه ازدواج داشتند و از کل نمونه آماری ۲۰۰ نفر، ۵۴/۵ درصد دیپلم، ۱۸ درصد فوق دیپلم، ۲۳/۵ درصد لیسانس و ۴ درصد فوق لیسانس بودند.

یافته‌های جدول ۱ نشان‌دهنده شاخص‌های توصیفی (گرایش مرکزی و پراکندگی) می‌باشد که از میان شاخص‌های محاسبه‌شده میانگین شاخص گرایش به مرکز و انحراف معیار شاخص گرایش پراکندگی نمرات می‌باشد.

تفکر عینی را در مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت می‌سنجد. در نسخه فارسی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰ (بشارت، ۱۳۹۳)، پایایی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰ در یک نمونه ۶۷ نفری در دو نوبت با فاصله چهار هفته از ۰/۷۰ تا ۰/۷۷ برای ناگویی هیجانی کل و زیر مقیاس‌های مختلف آن تأیید شد. روایی همزمان مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰ برحسب همبستگی بین زیر مقیاس‌های این آزمون و مقیاس‌های هوش هیجانی، بهزیستی روانشناختی و درماندگی روانشناختی بررسی و مورد تأیید قرار گرفت. نتایج ضرایب همبستگی پیرسون نشان داد که بین نمره‌های آزمودنی‌ها در مقیاس ناگویی هیجانی کل با هوش هیجانی (۰/۷۰-)، بهزیستی روانشناختی (۰/۶۸-) و درماندگی روانشناختی (۰/۴۴) همبستگی معنادار وجود دارد. نتایج تحلیل عاملی تأییدی نیز وجود سه عامل دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات و تفکر عینی را در نسخه فارسی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰ تأیید کردند (بشارت، ۱۳۹۳). در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ به ۰/۷۱ بدست آمد

مقیاس پردازش اطلاعات هیجانی: مقیاس پردازش هیجانی توسط باکر و همکاران در سال ۲۰۰۷ و برای اندازه‌گیری سبک‌های پردازش هیجانی براساس مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت ساخته شده است. نسخه اولیه این مقیاس دارای ۴۸ سؤال بود که بعداً توسط باکر و همکاران (۲۰۱۰) کوتاه‌تر شد و نسخه ۲۵ سؤالی آن تهیه شد. این مقیاس دارای ۵ بعد یا خرده مقیاس با عناوین سرکوبی، تجربه هیجان‌ات ناخوشایند، کنترل هیجان، اجتناب و نشانه‌های هیجان‌ات پردازش نشده است. 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 بازآزمایی این مقیاس به ترتیب ۰/۹۲ و ۰/۷۹ توسط طراحان آزمون گزارش شد. در ایران نیز لطفی و همکاران (۱۳۹۲) ضریب همبستگی این مقیاس را با مقیاس تنظیم هیجان ۰/۵۴ بدست آوردند که حاکی از روایی همگرایی آزمون است. همچنین این پرسشنامه با تعداد ۱۸ ماده توسط غلامی و ابوالعالی (۱۳۹۸)، در ایران مورد بررسی اعتبار قرار گرفت که براساس نتایج تحلیل عاملی اکتشافی، دو عامل منسجم در آن شناسایی شد. عامل اول تحت عنوان هیجان‌ات تضعیف و سرکوب‌شده، و عامل دوم تحت عنوان پردازش هیجانی ناقص نام‌گذاری شدند که این دو عامل ۰/۵۹ از واریانس کل آزمون را تبیین می‌کردند.

جدول ۱. مربوط به آمار توصیفی (مرکزی و پراکندگی) متغیرهای پژوهش

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف معیار	ضریب آلفای کرانباخ
هیجات تضعیف و سرکوب شده	۲۰۰	۲۵/۳	۶/۴۴	۰/۶۶
پردازش هیجانی	۲۰۰	۲۸/۸۱	۵/۰۵	۰/۷۰
پردازش هیجانی (نمره کل)	۲۰۰	۵۴/۱۱	۱۱/۰۲	۰/۶۴
دشواری شناسایی احساسات	۲۰۰	۲۳/۷۲	۴/۳۵	۰/۶۵
دشواری در توصیف	۲۰۰	۱۵/۹۷	۳/۲۹	۰/۶۷
ناگویی هیجانی	۲۰۰	۲۰/۹۰	۲/۵۸	۰/۶۰
ناگویی هیجانی (نمره کل)	۲۰۰	۶۰/۵۸	۷/۲۸	۰/۷۱
خودافشایی هیجانی	۲۰۰	۱۱۲/۶۹	۲۹/۱۹	۰/۶۵

جدول ۲. شاخص‌های برازش در مدل

مقدار	شاخص
۰	درجه آزادی
۲۵/۱۴ (P= ۰/۰۶)	مجذور کای تابع برازندگی حداقل
۱۷/۳۵ (P= ۰/۰۶)	مجذور کای مجذورات وزن داده شده نظریه نرمال
۰/۰۰۱	ریشه خطای میانگین مجذورات تقریبی (RMSEA)
۰/۹۶۲	شاخص نرم شده برازندگی (NFI)
۱/۰۳	شاخص نرم نشده برازندگی (NNFI)
۱/۰۰	شاخص برازندگی تطبیقی (CFI)
۱/۰۰	شاخص برازندگی افزایشی (IFI)
۰/۰۲	ریشه میانگین مجذورات باقی مانده ها (RMR)
۱/۰۰	شاخص خوبی برازندگی (GFI)
۰/۹۸۵	شاخص خوبی برازندگی تعدیل شده (AGFI)

برای آزمون فرض نرمال بودن توزیع متغیرهای پژوهشی با توجه به بزرگی نمونه مورد مطالعه، آزمون کولموگراف - اسمیرنوف<sup>۱</sup> اجرا شد و با توجه به مقدار Z به دست آمده و سطح معناداری  $p > ۰/۰۵$  در هر یک از متغیرها، می‌توان این گونه نتیجه‌گیری کرد که توزیع متغیرهای مورد نظر با توزیع نرمال اختلاف معنی‌داری ندارند. بنابراین این پیش‌فرض مورد تأیید قرار گرفت.

جهت تشخیص وجود عدم هم‌خطی، شاخص عامل تورم واریانس (VIF) مورد استفاده قرار می‌گیرد. شاخص مذکور با در نظر گرفتن متغیر ناگویی هیجانی به عنوان متغیر وابسته برای متغیر پردازش هیجانی (۳/۵۳)، خودافشایی هیجانی (۲/۸۱)، محاسبه شد. نتایج بین متغیرهای پژوهش نشان داد که مشکل هم‌خطی وجود ندارد. آماره دورین-واتسون بیانگر وجود یا عدم همبستگی بین متغیرهای مستقل و وابسته تحقیق است که نتایج آن (۱/۶۰) در مدل نشان داد که خودهمبستگی وجود ندارد. شاخص‌های برازندگی مدل با استفاده از نرم‌افزار LISREL محاسبه و در جدول ۲ خلاصه شده است.

با توجه به مقادیر شاخص‌های برازندگی، که همه آن‌ها به نوعی نشان‌دهنده برازش مطلوب و قابل قبول مدل با داده‌های پژوهشی بود، می‌توان نتیجه گرفت که ارائه مدل در خصوص ارتباط بین متغیرها در این پژوهش مورد تأیید قرار می‌گیرد.

جدول ۳. نتایج مربوط به آزمون فرضیه‌های مستقیم مدل

اثرات مستقیم متغیرها	مقدار برآورد	خطای استاندارد	مقدار t	سطح معناداری	تأیید یا رد
اثر پردازش هیجانی بر ناگویی هیجانی	۰/۷۱۷	۰/۰۸	۸/۰۹	$p < ۰/۰۵$	تأیید
اثر خودافشایی هیجانی بر ناگویی هیجانی	۰/۲۲۸	۰/۰۷	۲/۸۸	$p < ۰/۰۵$	تأیید
اثر پردازش هیجانی بر خودافشایی هیجانی	۰/۰۳۴	۰/۰۵	۰/۶۴	$p > ۰/۰۵$	رد

پردازش هیجانی بر ناگویی هیجانی ( $p < ۰/۰۵$ ،  $۰/۷۱۷$ )، بوده و ارزش t آن بیان می‌کند که بین متغیرها پردازش هیجانی و ناگویی هیجانی رابطه مثبت

بر اساس اطلاعات مندرج در جدول ۳ در خصوص رابطه مستقیم اثر متغیرهای پردازش هیجانی بر ناگویی هیجانی، مقدار ضریب مسیر اثر

<sup>۱</sup> Kolmogorov - Smirnov - Test



و معنادار وجود دارد. بنابراین با ۹۵ درصد اطمینان فرضیه ۱ پژوهش در خصوص تأثیر متغیرهای پردازش هیجانی بر ناگویی هیجانی تأیید می‌شود. در خصوص رابطه مستقیم اثر متغیرهای خودافشایی هیجانی بر ناگویی هیجانی، مقدار ضریب مسیر اثر پردازش هیجانی و خودافشایی هیجانی ( $p > 0/034$ )، بوده و ارزش  $t$  آن بیان می‌کند که بین متغیرهای پردازش هیجانی و خودافشایی هیجانی رابطه معنادار وجود ندارد. بنابراین با ۹۵ درصد اطمینان فرضیه ۴ پژوهش در خصوص تأثیر متغیرهای پردازش هیجانی و خودافشایی هیجانی تأیید نمی‌شود.

اثرات غیرمستقیم متغیرها مقدار برآورد ضریب مسیر مقدار  $t$  سطح معناداری تأیید یا رد اثر غیرمستقیم پردازش هیجانی بر ناگویی هیجانی  $-0/188$   $-2/83$   $p < 0/05$  تأیید

#### جدول ۴. نتایج مربوط به برآورد غیرمستقیم مدل

اثرات غیرمستقیم متغیرها	مقدار برآورد ضریب مسیر	مقدار $t$	سطح معناداری	تأیید یا رد
اثر غیرمستقیم پردازش هیجانی بر ناگویی هیجانی	-0/188	-2/83	$p < 0/05$	تأیید

بیان می‌کند که رابطه معنادار وجود دارد. بنابراین با ۹۵ درصد اطمینان فرضیه ۴ پژوهش در خصوص تأثیر متغیر پردازش هیجانی از طریق خودافشایی هیجانی بر متغیر ناگویی هیجانی تأیید و فرض صفر رد می‌شود.

براساس اطلاعات مندرج در جدول ۵ در خصوص رابطه غیرمستقیم اثر متغیر پردازش هیجانی از طریق خودافشایی هیجانی بر متغیر ناگویی هیجانی، مقدار ضریب برآورد ( $p > 0/05$ )،  $-0/188$ ، بوده و ارزش  $t$  آن

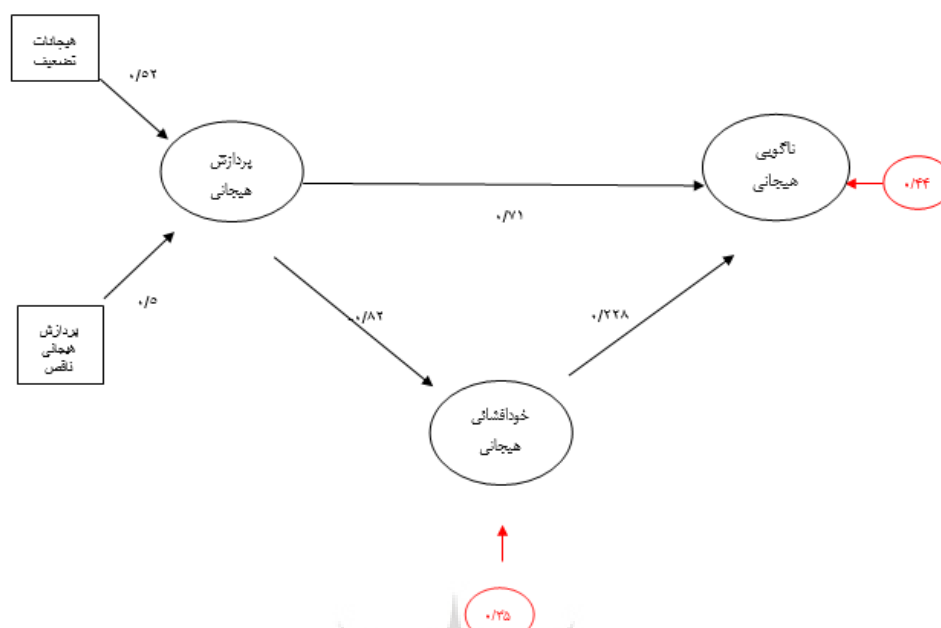
#### جدول ۵. معادله پیش‌بینی متغیر ملاک در مدل ساختاری

متغیر ملاک در مدل	معادله ساختاری	وارینانس خطا $errorvar$	ضریب رگرسیون چند متغیره $R^2$
ناگویی هیجانی	$NH = 0/269 TN + 0/228 KH + 0/717 PH$	0/44	0/557
خودافشایی هیجانی	$KH = 0/034 TN - 0/82 PH$	0/35	0/644

همچنان که جدول ۶ نشان می‌دهد، متغیرهای پردازش هیجانی و خودافشایی هیجانی وارد معادله پیش‌بینی ناگویی هیجانی شدند، متغیرهای پژوهش توانستند ناگویی هیجانی را در سطح معناداری 0/01 پیش‌بینی کنند ( $F_{(181,18)} = 16/81$ )،  $p < 0/01$ ). بررسی مجذور همبستگی چندگانه بدست آمده نشان داد که ارزش ضریب همبستگی‌های چندگانه ( $R^2$ ) برابر با 0/626 است. این موضوع نشان می‌دهد که متغیرهای پژوهش 58/9 درصد از واریانس ناگویی هیجانی را تبیین نموده‌است. بررسی ضرایب رگرسیون نشان داد که از بین انواع پردازش هیجانی، هیجانات تضعیف و سرکوب شده متغیر ناگویی هیجانی را پیش‌بینی می‌کنند.

بدین ترتیب در آزمون تحلیل رگرسیون چندمتغیره چنین نتیجه‌گیری شد که ناگویی هیجانی در زوجین رامی توان براساس عامل‌های مذکور پیش‌بینی کرد.

همچنین نتایج نشان داد در خصوص رابطه غیرمستقیم شاخص‌های ناگویی هیجانی (NH)، پردازش هیجانی (PH)، خودافشایی هیجانی (KH)، همان طور که از جدول بالا استنتاج می‌شود در معادله ساختاری 55/7 درصد واریانس ناگویی هیجانی توسط متغیرهای پژوهش تبیین می‌شود و مقدار 44 درصد واریانس توسط متغیرهای دیگر در مدل تبیین می‌گردد. پس بنابراین متغیرهای خودافشایی هیجانی و پردازش هیجانی 55/7 تغییرات ناگویی هیجانی را پیش‌بینی می‌کنند. همچنین در معادله ساختاری خودافشایی هیجانی 64/4 درصد واریانس خودافشایی هیجانی توسط متغیرهای پژوهش تبیین می‌شود و مقدار 35 درصد واریانس توسط متغیرهای دیگر در مدل تبیین می‌گردد. پس بنابراین متغیرهای پردازش هیجانی 64/4 تغییرات خودافشایی هیجانی را پیش‌بینی می‌کنند. نتایج بدست آمده از مدل ساختاری باتوجه به ضرایب تحلیل مسیر به شکل زیر است.



شکل ۱. نمودار اثرات مستقیم و غیرمستقیم

جدول ۲. اثرات مستقیم متغیر مستقل بر متغیر وابسته

متغیر مستقل	متغیر وابسته	B	$\beta$	t	سطح معناداری
هیجانات تضعیف و سرکوب شده	پردازش هیجانی	۰/۴۰۹	۰/۱۱۴	۰/۳۶۲	۳/۶۰۱
پردازش هیجانی ناقص	پردازش هیجانی	-۰/۲۵۵	۰/۱۳۲	-۰/۱۷۷	-۱/۹۳۲
خودافشایی هیجانی	ناگویی هیجانی	۰/۰۰۴	۰/۰۱۵	۰/۱۸۴	۰/۸۵۴

$F_{(18,181)} = 16/81, P < 0/01$

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش نشان داد که از بین انواع پردازش هیجانی، هیجانات تضعیف و سرکوب شده، متغیر ناگویی هیجانی را پیش‌بینی می‌کنند. این یافته با یافته‌های پژوهش بشرپور و همکاران (۱۳۹۳) همسو است. آن‌ها در پژوهش خود دریافتند که افرادی که دارای ناگویی خلقی بالایی هستند، در پردازش اطلاعات هیجانی مشکل دارند. در مجموع یافته‌های پژوهش حاضر با یافته‌های پژوهش شاه‌قلیان و همکاران (۱۳۸۶)، سوارت و همکاران (۲۰۰۹) همسویی دارد.

این یافته همچنین با پژوهش‌های دویی و همکاران (۲۰۱۰)؛ دورایراج (۲۰۱۳)؛ آنا و همکاران (۲۰۱۸)؛ احمدی و بلقان آبادی (۱۳۹۸)، همسو است. در پژوهشی بشرپور و همکاران (۱۳۹۳)، به بررسی ارتباط بین سبک‌های پردازش هیجان و ناگویی خلقی با علائم اختلال شخصیت مرزی

پژوهش حاضر با هدف ارائه الگوی ساختاری پیش‌بینی ناگویی هیجانی براساس پردازش هیجانی و با میانجی‌گیری خودافشایی هیجانی در افراد متأهل انجام شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که در ابتدا مدل ارائه‌شده در خصوص ارتباط بین متغیرها با استفاده از شاخص‌های نیکویی برازش، مورد تأیید قرار گرفت. همچنین بررسی ضرایب رگرسیون نشان داد که از بین متغیرهای پردازش هیجانی متغیر هیجانات تضعیف و سرکوب‌شده، متغیر ناگویی هیجانی را پیش‌بینی می‌کنند. بدین ترتیب در آزمون تحلیل رگرسیون چندمتغیره چنین نتیجه‌گیری شد که ناگویی هیجانی در زوجین را می‌توان براساس متغیرهای مذکور پیش‌بینی کرد. اولین یافته این پژوهش حاکی از آن است که بین ناگویی هیجانی و پردازش هیجانی به صورت مستقیم رابطه وجود دارد. همچنین، بررسی ضرایب رگرسیون در این

پرداخته‌اند که نتایج نشان داد علائم اختلال شخصیت مرزی را می‌توان تا حدی بر اساس سبک پردازش هیجان و ناگویی خلقی پیش‌بینی کرد. یافته دیگر پژوهش حاضر این است که بین متغیرهای خودافشایی هیجانی و ناگویی هیجانی رابطه مثبت معنادار وجود دارد. این یافته با پژوهش‌های لاملی و پراونزانو (۲۰۰۳)؛ لطفی (۱۳۹۲)؛ باکر و همکاران (۲۰۰۷)؛ راستی و تقویی (۱۳۸۵) همسو است در ارتباط با خودافشایی هیجانی (سولومن، ۱۹۸۹)، معتقد است که ازدواج در بهشت یا آسمان ایجاد نمی‌شود، بلکه در تعاملات پویایی اولیه بین والدین و کودک ساخته می‌شود که مکرر در بزرگسالی تکرار می‌شود (سعادت‌شامیر و غلامی، ۱۳۹۳). در تبیین این یافته می‌توان به این مطلب اشاره کرد که خودافشایی یکی از اجزاء عمده ارتباط است که جهت تقویت و عمق بخشیدن به روابط بین فردی استفاده می‌شود. همچنین این مهارت تأثیر عمده‌ای بر ارتقاء سطح کیفی روابط زوجی و افزایش میزان سازگاری و رضایت‌مندی در زندگی زناشویی دارد و در نتیجه با بهبود بخشیدن به روابط زناشویی به افزایش سلامت روان زوجها و خانواده‌ها کمک می‌کند (درویشی، ۱۳۹۰). در مجموع می‌توان گفت ناتوانی در پردازش شناختی اطلاعات هیجانی و تنظیم هیجان‌ها که از ویژگی‌های ناگویی هیجانی می‌باشد، محور مشترک پردازش هیجانی و ناگویی هیجانی، می‌باشد و هر دو را به هم مرتبط می‌سازد (تیلور و باگی، ۲۰۰۰).

با توجه به اینکه نوع پردازش هیجانی افراد و ناگویی هیجانی آن‌ها با هم مرتبط هستند، به نظر می‌رسد این افکار و الگوهای هیجانی ناسازگار نقش عمده‌ای در آسیب‌پذیری روانی و الگوهای ارتباطی ناسالم زوجین داشته باشد؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود در مشاوره‌های پیش از ازدواج و همچنین در جلسات روان‌درمانی زوجین، الگوهای هیجانی مورد توجه قرار گیرند. نتایج این پژوهش، منجر به در نظر گرفتن تأثیر پردازش هیجانی در ناگویی هیجانی زوجین و تأثیر این متغیرها در ایجاد زمینه‌های ناسازگاری زوجین می‌گردد. همچنین، آموزش پردازش هیجانی به زوجین می‌تواند در افزایش مهارت‌های عاطفی برای کاهش آشفتگی و مشکلات هیجانی و روانی مؤثر باشد. یافته نوین این پژوهش که کاربرد عملی در بهبود ناگویی هیجانی زوجین می‌تواند داشته باشد، مسئله آموزش مفهوم خودافشایی هیجانی به

زوجین می‌باشد که عامل مهم در رضایت‌مندی و ایجاد صمیمیت بین زوجین می‌باشد. لذا از طریق آموزش به زوجین در خصوص روش‌های بروز هیجان‌ات و کنترل آن‌ها می‌توان ناگویی هیجانی ایشان را در زندگی مشترک کاهش و سازگاری زناشویی را افزایش داد. از جمله پیشنهادها پژوهشی که می‌توان ارائه داد این است که پژوهش‌های مشابهی با جمعیت بالاتر در شهرهای مختلف کشور به تفکیک نقش جنسیت، عوامل فرهنگی و اجتماعی - اقتصادی انجام گیرد و نتایج آن با پژوهش حاضر مقایسه شود. همچنین، پیشنهاد می‌گردد به جای متغیر میانجی خودافشایی هیجانی، متغیر میانجی مکانیزم‌های دفاعی را در پژوهش‌های دیگر مورد بررسی قرار داد. از محدودیت‌های پژوهش می‌توان به این نکته اشاره کرد که از آنجایی که پژوهش حاضر در میان نمونه شهر رباط کریم و با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس می‌باشد، لذا در تعمیم آن به سایر شهرها باید رعایت احتیاط به عمل آید. اطلاعات و داده‌های مربوط به بررسی متغیرهای پژوهش از طریق خودگزارش‌دهی آزمودنی‌ها و به وسیله پرسشنامه جمع‌آوری شده که این شیوه همیشه تحت تأثیر عوامل متعدد تأثیرگذار مثل گرایش پاسخ‌دهندگان به ارائه پاسخ‌های جامعه‌پسند می‌باشد. از محدودیت‌های دیگر پژوهش حاضر انجام آن در میان زنان متأهل می‌باشد که تعمیم‌پذیری آن را به زنان مجرد و مردان با محدودیت مواجه می‌سازد.

### ملاحظات اخلاقی

**پیروی از اصول اخلاق پژوهش:** این مقاله برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول در رشته روانشناسی عمومی در دانشکده روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات تهران است. به جهت حفظ رعایت اصول اخلاقی در این پژوهش سعی شد تا جمع‌آوری اطلاعات پس از جلب رضایت شرکت‌کنندگان انجام شود. همچنین به شرکت‌کنندگان درباره رازداری در حفظ اطلاعات شخصی و ارائه نتایج بدون قید نام و مشخصات شناسنامه افراد، اطمینان داده شد.

**حامی مالی:** این پژوهش در قالب رساله دکتری و بدون حمایت مالی می‌باشد.

**نقش هر یک از نویسندگان:** این مقاله از رساله دکتری نویسنده اول و به راهنمایی نویسنده دوم و مشاوره نویسنده سوم و چهارم استخراج شده است.

**تضاد منافع:** نویسندگان همچنین اعلام می‌دارند که در نتایج این پژوهش هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

**تشکر و قدردانی:** بدین وسیله از اساتید راهنما و مشاوران این تحقیق و زوجین که در این پژوهش شرکت کردند، تشکر و قدردانی می‌گردد.

## منابع

بش‌پور، سجاد؛ طلوعی مهماندوست، نریمانی، محمد؛ عطادخت، اکبر (۱۳۹۳). ارتباط بین سبک‌های پردازش هیجان و ناگویی خلقی با علائم اختلال شخصیت مرزی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی بابل*، ۱۶، (۷): ۵۵-۶۲.

URL: <http://jbums.org/article-1-4830-fa.html>

بشارت، محمدعلی؛ خلیلی خضرآبادی، مهدیه؛ رضازاده، سید محمدرضا؛ حسینی، اسماء (۱۳۹۶)، نقش واسطه‌ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین روان‌سازگار اولیه با ناگویی هیجانی، فصلنامه علمی-پژوهشی روش‌ها و مدل‌های روانشناختی، ۸، (۳): ۱۸۳-۲۰۶.

DOI: 10.1016/s0010-440x (98)90084-0

بشارت، محمدعلی؛ گنجی، پویا (۱۳۹۱). نقش تعدیل‌کننده سبک دلبستگی در رابطه بین ناگویی هیجانی و رضایت زناشویی. فصلنامه اصول بهداشت روانی، (۴): ۱۴-۳۲۵-۳۱۵.

DOI: 10.22038/JFMH.2012.891

بشارت، محمدعلی؛ مسعودی، مرضیه؛ غلامعلی لوسانی، مسعود (۱۳۹۳)، ناگویی هیجانی و آسیب‌پذیری روانی بدنی، فصلنامه اندیشه و رفتار، ۹، (۲۴): ۴۷-۸۹.

<https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.02.020>

حسینی، پویا (۱۳۹۴). زوج‌درمانی تحلیلی، چاپ اول: تهران، انتشارات جنگل. سنائی‌منش (۱۳۹۰)، بررسی تأثیر مهارت خودافشایی بر الگوهای ارتباطی و صمیمیت زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره بندرعباس، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه هرمزگان.

<https://www.gisoom.com/book/11395119>

سعادت‌تی شامیر، ابوطالب؛ غلامی، فاطمه تعیین ساختار عاملی مقیاس خودافشاری هیجان (ESDS) در دانشجویان متأهل، فصلنامه علمی پژوهشی پژوهش‌نامه تربیتی، سال دهم، زمستان ۱۳۹۳، ۷۶-۵۹.

<http://ensani.ir/fa/article/429419>

شاهقلیان، مهناز؛ مرادی، علیرضا؛ کافی، سیدموسی (۱۳۸۶)، رابطه آلکسی‌تیمیا با سبک‌های ابراز هیجان و سلامت عمومی در دانشجویان، *مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، دوره ۱۳، شماره ۳ (پیاپی ۵۰): ۲۴۸-۲۳۸.

URL: <http://ijpcp.iuims.ac.ir/article-1-269-fa.html>

شمشیری، نرگس (۱۳۹۶). تأثیر آموزش مدیریت هیجان بر طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و دلزدگی زناشویی زنان در آستانه طلاق شهر شیراز، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.

<https://civilica.com/doc/697667>

یاقوتیان، محمود (۱۳۹۴). پیش‌بینی دلزدگی زناشویی براساس باورهای ارتباطی و ناگویی هیجانی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، رشته‌ی مشاوره‌گری خانواده، دانشگاه بجنورد.

DOI: 20.1001.1.22516654.1399.10.2.12.5

یوسفی، رحیم؛ عابدین، علیرضا؛ عبدالحکیم تیرگری؛ فتح‌آبادی، جلیل (۱۳۸۹). اثربخشی مداخله آموزشی مبتنی بر مدل طرحواره‌ها در ارتقاء رضایت زناشویی *مجله روان‌شناسی بالینی*، ۲، (۳): ۲۵-۳۷.

DOI: 10.22075/jcp.2017.2027

## References

Bagby, R. M., Parker, J. D., & 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. [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(94\)90005-1](https://doi.org/10.1016/0022-3999(94)90005-1)

Baker, R., Thomas, S., Thomas, P. W., & Owens, M. (2007). Development of an emotional processing scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 62(2), 167-178. DOI: 10.1016/j.jpsychores.2006.09.005

Basharpour, S., Toloui Mehmandoust Alia, A., Narimani, M., & Atadakht, A. (2013). *The relationship between emotion processing styles and dyslexia with symptoms of borderline personality disorder*. Scientific Research Journal of Babol University of Medical Sciences, 16(7), 55-62. <https://sid.ir/paper/73658/fa>

Besharat, M. A. (2009). The relationship between alexithymia with defense styles ego. *J Appl Psychol*, 10(3), 181-90. (Persian). DOI: 10.1016/s0010-440x (98)90084-0

Besharat, M. A., & Ganji, P. (2013). The moderating role of attachment style in the relationship between emotional distress and marital satisfaction. *Journal of Mental Health Principles*, (4)14, 325-315. (Persian). 10.22038/JFMH.2012.891

Besharat, M. A. (2007). Psychometric properties of Farsi version of Emotional intelligence scale-41 (FEIS-41). *Journal of Personality and individual difference*, 43(2), 991-1000. (Persian). <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.02.020>

Besharat, M., Khalilil Khezrabadi, M., Rezazadeh, S. M.R., & Hosseini, A. (2017). The mediating role of emotion regulation difficulty in the relationship between primary maladaptive psychostructures and emotional dyslexia, *Quarterly Journal of Psychological Methods and Models*, 8(3), 183-206.

- (Persian). DOI: 20.1001.1.17357462.1398.18.84.8.5
- Broumand, N. (2012). *Comparison of psychological well-being, psychological capital and emotional self-disclosure of parents of exceptional children with normal children*. [Unpublished master thesis]. Ardabil Branch Azad University. (Persian). <https://civilica.com/doc/815196>
- Goerlich, K.S. (2018). The Multifaceted Nature of Alexithymia a Neuro-scientific Perspective. *Frontiers in Psychology*, 9(16), 1641. DOI: 10.3389/fpsyg.2018.01614
- Goldman, R. N., & Greenberg, L. (2013). Working with Identity and Self-soothing in Emotion-Focused Therapy for Couples. *Journal of Family Process*, 52, 62-82. DOI: 10.1111/famp.12021
- Hoagland, D. L., & Levant, R. F. (2015). Social class as a moderator of the relationship between normative male alexithymia and relationship satisfaction. <https://scholar.google.com/scholar>
- Hosseini, B. (2016). *Analytical Couples Therapy*, First Edition: Tehran, Jangal Publications. (Persian). <https://www.gisoom.com/book/11123976>
- Lumley, M.A., & Provenzano, K. M. (2003). Stress management through written emotional disclosure improve academic performance among college student with psysical symptoms. *J Educ psychol*, 95(3), 641-649. DOI: 10.1037/0022-0663.95.3.641
- Mahapatra, A., & Sharma P. (2018). Association of Internet addiction and alexithymia – A scoping review. *Addictive Behaviors*, 81(9), 175-182. DOI: 10.1016/j.addbeh.2018.02.004
- Perry, M., Pauley, B., Nick, E., & Frye. C. (2014). Alexithymia and marital quality: The mediating role of relationship maintenance behaviors. *Western journal of communication*, 79, 45-72. DOI: 10.1080/10570314.2014.943418
- Saadati Shamir, A., & Gholami, F. (2013). Determination of the factor structure of the Emotional Self-Disclosure Scale (ESDS) in married students. *Educational Research Quarterly*, 10, 59-76. (Persian). <http://ensani.ir/fa/article/429419>
- Senai, M. (2018). Investigating the effect of self-disclosure skills on communication patterns and intimacy of couples referring to Bandar Abbassares counseling centers. [Unpublished master thesis]. Hormozgan University. <https://www.gisoom.com/book/11395119>
- Solano, C. H., Batten, P. G., & Parish, E. A. (2009). Loneliness and patterns of self-disclosure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43(3), 524-531. DOI: 10.1037//0022-3514.43.3.524
- Xu, P., Opmeer, E. M., van Tol, M. J., Goerlich, K. S., & Aleman, A. (2018). Structure of the alexithymic brain: A parametric coordinate-based Meta analysis. *Neuroscience & Bio behavioral Reviews*, 87(7), 50-55. DOI: 10.1016/j.neubiorev.2018.01.004
- Basharpour, S., Toloui Mehmandoost Alia, A., Narimani, M., & Atadakht, A. (2013). The relationship between emotion processing styles and dyslexia with symptoms of borderline personality disorder. *Scientific Research Journal of Babol University of Medical Sciences*, 16(7), 55-62. SID. <https://sid.ir/paper/73658/fa>
- Serdar, K. (2017). Early maladaptive schema and attachment styles predicting tendencies in intimate relationship. *European Journal of Education Studies*. 3(9). DOI: 10.5281/zenodo.889032
- Solano, C. H., Batten, P. G., & Parish, E. A. (2009). Loneliness and patterns of self-disclosure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43(3), 524-531. DOI: 10.1037//0022-3514.43.3.524
- Snell, W. E., Miller, R. S., & Belk, S. S. (1988). *Development of the emotional self-disclosure scale*. *Sex Roles*, 18(1-2), 59-73. DOI: 10.1007/BF00288017
- Shamshiri, N. (2018). *The effect of emotion management training on early maladaptive schemas and marital boredom of women on the verge of divorce in Shiraz*. [Unpublished master thesis]. Islamic Azad University, Marvdasht Branch. (Persian). <https://civilica.com/doc/697667>
- Shahgholiyan, Mahnaz; Moradi, Alireza; Kafi, Seyed Moussi (2016), *the relationship of alexithymia with the expression styles of emotion and general health in college students*, *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, Volume 13, Number 3 (Serial 50): 238-248. URL: <http://ijpcp.iuims.ac.ir/article-1-269-fa.html>
- Xu, P., Opmeer, E. M., van Tol, M. J., Goerlich, K. S., & Aleman, A. (2018). Structure of the alexithymic brain: A parametric coordinate-based Meta analysis. *Neuroscience & Bio behavioral Reviews*, 87(7), 50-55. DOI: 10.1016/j.neubiorev.2018.01.004
- Yaghoutian, M. (2016). *Predicting Marital Boredom Based on Communication Beliefs and Emotional Dysfunction*. [Unpublished master thesis]. Family Trend Counseling, Bojnourd University. (Persian). DOI: 20.1001.1.22516654.1399.10.2.12.5

- Yates, T. M., Gregor, M. A., & Haviland, M. G. (2012). Child maltreatment, alexithymia, and problematic internet use in young adulthood. *Cyber psychology, Behavior, and Social Networking*, 15(4), 219-225. DOI: [10.1089/cyber.2011.0427](https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0427)
- Young, J. E. (1994). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach* (3rd ed). Sarasota, FL: Professional Resource Press.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A Practitioner's guide*: Guilford Publication.
- Yousefi, R., Abedin, A., Abdul Hakim, T., Fathabadi, J. (2011). The effectiveness of educational intervention based on schema model in promoting marital satisfaction *Journal of Clinical Psychology*, 2(3), 25-37. (Persian). DOI: [10.22075/jcp.2017.2027](https://doi.org/10.22075/jcp.2017.2027)

