



The Mediating Role of Epistemic Trust and Epistemic Mistrust in Explaining Mindfulness Based on Avoidant Attachment

Mehrfarin Pirzadeh Khordouni *¹; Maryam Esmaeilinasab ²;
Rasool Norouzi Seyed Hosseini ³; Alireza Bakhshayesh ⁴

Abstract

The present study aimed to explain the relationship between avoidant attachment style and mindfulness, and to examine the mediating roles of epistemic trust, (ET) and epistemic mistrust (EM) in this relationship. The statistical population consisted of active users over 18 years old on social networks such as Instagram, Telegram, Rubika, and others in 2023. 330 participants were voluntarily recruited through online platforms using convenience sampling method, and completed the revised Experiences in Close Relationships questionnaire by Fraley et al., the Epistemic Trust, Mistrust, and Credulity Questionnaire by Campbell et al., and the Mindful Attention Awareness Scale by Brown and Ryan. The data were analyzed using structural equation modeling. The findings indicated that the direct paths from avoidant attachment to mindfulness, ET, and EM were significant. In addition, the path from ET to mindfulness was significant, whereas the path from EM to mindfulness was not. Thus, ET, unlike EM, mediates the association between avoidant attachment and mindfulness. These results emphasize the role of ET in mitigating the negative effects of avoidant attachment on mindfulness and suggest that strengthening ET may inform the development of attachment-based and mindfulness-oriented educational or therapeutic interventions aimed at enhancing trust and improving social interactions.

Keywords: Avoidant attachment, epistemic mistrust /trust, mindfulness

¹ Corresponding Author: M.A of General Psychology, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran mim.pirzad@gmail.com

² Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Humanities Tarbiat Modares University, Tehran, Iran

³ Associate Professor, Department of Sports Management, Faculty of Humanities, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran

⁴ Associate Professor, Department of Psychology and Educational Sciences, Faculty of Humanities, Yazd University, Yazd, Iran

نقش میانجی اعتماد معرفتی و بی‌اعتمادی معرفتی در تبیین ذهن‌آگاهی بر اساس دلبستگی اجتنابی

مهرآفرین پیرزاده خردونی^{۱*}، مریم اسماعیلی نسب^۲، رسول نوروزی سید حسینی^۳، علیرضا بخشایش^۴

چکیده

پژوهش حاضر با هدف توضیح رابطه بین سبک دلبستگی اجتنابی و ذهن‌آگاهی و بررسی نقش واسطه‌ای اعتماد معرفتی و بی‌اعتمادی معرفتی در این رابطه انجام شد. جامعه آماری پژوهش شامل کاربران فعال بالای ۱۸ سال شبکه‌های اجتماعی مانند اینستاگرام، تلگرام و روبیکا و... در سال ۱۴۰۳ بود. ۳۳۰ شرکت‌کننده به‌صورت داوطلبانه از طریق فضای مجازی و با روش نمونه‌گیری در دسترس‌گزینش شدند و به نسخه تجدیدنظرشده پرسشنامه تجربه روابط نزدیک فرالی و همکاران، پرسشنامه اعتماد، بی‌اعتمادی و زودباوری معرفتی کمپبل و همکاران، و مقیاس آگاهی و توجه ذهن‌آگاهانه براون و ریان پاسخ دادند. داده‌ها با استفاده از مدل‌یابی معادلات ساختاری تحلیل شدند. نتایج نشان داد مسیر مستقیم دلبستگی اجتنابی به ذهن‌آگاهی، اعتماد و بی‌اعتمادی معرفتی معنادار است. همچنین مسیر اعتماد معرفتی به ذهن‌آگاهی معنادار و مسیر بی‌اعتمادی معرفتی به ذهن‌آگاهی معنادار نبود؛ بنابراین، اعتماد معرفتی، بر خلاف بی‌اعتمادی معرفتی، نقش واسطه‌ای در رابطه بین دلبستگی اجتنابی و ذهن‌آگاهی دارد. این یافته‌ها نقش اعتماد معرفتی را در کاهش اثرات منفی دلبستگی اجتنابی بر ذهن‌آگاهی برجسته می‌کند و می‌تواند در طراحی مداخلات آموزشی و درمانی مبتنی بر دلبستگی و ذهن‌آگاهی، با هدف تقویت اعتماد و بهبود تعاملات اجتماعی، مورد استفاده قرار گیرد.

کلیدواژه‌ها: اعتماد/ بی‌اعتمادی معرفتی، دلبستگی اجتنابی، ذهن‌آگاهی.

^۱ نویسنده مسئول: کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران mim.pirzad@gmail.com

^۲ دانشیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران

^۳ دانشیار، گروه علوم ورزشی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران

^۴ دانشیار، گروه روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه یزد، یزد، ایران

مقدمه

ذهن‌آگاهی^۱، عاملی حیاتی برای متمرکز کردن افکار از مشغله‌های معمول به سمت درک لحظه و گسترش دیدگاه‌ها به زندگی محسوب می‌شود. مفهوم ذهن‌آگاهی از ایدئولوژی بودایی و سنت شرقی توسعه یافته است. ذهن‌آگاهی یک آگاهی فراشناختی توسعه یافته را توصیف می‌کند که به ما در پایان دادن رنج کمک می‌کند (سگال^۲، ۲۰۲۱). با این‌همه، در حوزه روان‌شناسی، تعریف ذهن‌آگاهی فراتر از ابزاری برای پایان دادن به رنج، گسترش یافته است. مفهوم مدرن غربی ذهن‌آگاهی، اساساً بر اساس کار جان کابات زین^۳ و روش مداخله روان‌شناختی‌ای که او ایجاد کرد و امروزه به‌عنوان کاهش استرس مبتنی بر ذهن‌آگاهی^۴ شناخته می‌شود، گسترش یافته است (انکما^۵ و همکاران، ۲۰۲۰؛ قربانی و همکاران، ۲۰۰۹). در توصیفی جامع، ذهن‌آگاهی به حالتی غیرقضاوتی از آگاهی هدفمند اشاره دارد که توجه را به لحظه حال جلب می‌کند و امکان تشخیص و در نظر گرفتن تجارب درونی و بیرونی را، بدون فشار برای تغییر لحظه‌ای یا اقدام فوری در باب آنها، فراهم می‌کند (تان^۶، ۲۰۲۳). یک فرد ذهن‌آگاه به پردازش فکر آگاهانه و عمدی متکی است و نگرشی باز و انعطاف‌پذیر دارد که می‌تواند منجر به پذیرش غیرقضاوتی دیدگاه‌های متعدد شود (نیکول و دی فرانس^۷، ۲۰۲۴). این آگاهی هدفمند، خودتنظیمی، تاب‌آوری هیجانی و مهارت‌های مقابله‌ای سازگار را تقویت می‌کند و فرد را قادر می‌سازد تجربیات خود را بدون ارزیابی یا سوگیری فوری پردازش کند (براون و ریان^۸، ۲۰۰۳). مطالعات پیشین نشان داده‌اند که ذهن‌آگاهی با سلامت روانی و جسمانی مرتبط است (انکما و همکاران، ۲۰۲۰). این موضوع اهمیت ذهن‌آگاهی و لزوم شناسایی عوامل مؤثر بر آن را برجسته می‌کند.

طرحواره‌های دلبستگی، به‌عنوان یکی از مهم‌ترین پیش‌بین‌های ذهن‌آگاهی، نخستین بار توسط جان بالبی^۹ (۱۹۷۹) در تلاش برای درک الگوهای رفتاری فعلی نوزاد در رابطه با مراقب، بررسی شد. او معتقد بود طرحواره‌های دلبستگی، مجموع تمام تجربیاتی است که یک نوزاد با یک مراقب اولیه دارد و اینکه چگونه این تجربیات می‌توانند رفتارهای بعدی زندگی را پیش‌بینی کنند. بر همین اساس، نظریه بالبی در باب دلبستگی، بر مبنای تمایل افراد برای نزدیک شدن به یک فرد خاص شکل گرفت. این نظریه زمانی توسعه یافت که اینزورث^{۱۰} و همکارانش (۱۹۷۸) رفتار دلبستگی نوزادان و الگوهای دلبستگی آنها را با معرفی موقعیت ناآشنا^{۱۱} مورد مطالعه قرار دادند تا بررسی کنند که چگونه نوزادان هنگامی که مادرانشان به‌طور موقت آنها را با افراد غریبه رها می‌کنند، رفتار می‌کنند. این تحقیق نشان داد که وقتی مادران پس از مدتی دوری به نوزادان می‌پیوستند، رفتارهای نوزادان متفاوت بود. درصدی از کودکان، پس از بازگشت مادر، حضور او را نادیده می‌گرفتند و پس از دیدار مجدد با مادر، از تعامل اجتناب

1. mindfulness
2. Segal
3. Kabat-Zinn
4. MBCT
5. Enkema
6. Tan
7. Nicol & De France
8. Brown & Ryan
9. Bowlby
10. Ainsworth
11. Strange situation

می‌کردند. این جهت‌گیری به‌عنوان دلبستگی اجتنابی شناخته می‌شود. الگوی اجتنابی دلبستگی زمانی ایجاد می‌شود که کودک یاد می‌گیرد در هنگام درخواست مراقبت انتظار طرد شدن را داشته باشد و نیازهای دلبستگی را سرکوب کند تا از خود در برابر مخالفت‌هایی که اغلب از تماس جویی ناشی می‌شود محافظت کند (کوری^۲ و همکاران، ۲۰۲۵). پژوهش‌ها حاکی از آن است که کیفیت دلبستگی در بزرگسالی، می‌تواند بر ظرفیت ذهن‌آگاهی اثرگذار باشد (استیونسون^۳ و همکاران، ۲۰۲۱؛ کالوو^۴ و همکاران، ۲۰۲۲). افراد با دلبستگی اجتنابی در تنظیم و پذیرش هیجانات دشواری‌هایی دارند (موسانزاده^۵ و همکاران، ۲۰۲۴)، چون در این سبک، از دلبستگی، هیجانات ناخوشایند سرکوب یا از آنها اجتناب می‌شود (لی^۶ و همکاران، ۲۰۲۳). این سرکوب هیجانی موجب کاهش توجه فرد به تجربه واقعی و لحظه‌به‌لحظه می‌شود در حالی که ذهن‌آگاهی به آگاهی غیرقضاوتی از تجربه لحظه حال وابسته است (نایت و امری^۷، ۲۰۲۲). افزون بر این، توانایی پایین در قبول کردن احساسات بدون مقاومت یا پذیرش هیجانی ناکافی منجر به نقص در پردازش تجربه‌های هیجانی و قطع ارتباط کامل با لحظه حال می‌شود (هانگ^۸ و همکاران، ۲۰۲۴). در نتیجه، بر اساس آنچه گفته شد، سرکوب و اجتناب هیجانی افزون بر کاهش حضور ذهنی، انرژی ذهنی لازم برای توجه آگاهانه را کاهش داده و کیفیت ذهن‌آگاهی را مختل می‌کند.

یکی از عواملی که افزون بر ارتباط با سبک دلبستگی با پذیرش تجربیات جدید مرتبط است اعتماد معرفتی^۹ است. در انسان‌ها برای محافظت در برابر اطلاعات نادرست، یک حس طبیعی احتیاط در مورد صحت اطلاعاتی که ارسال می‌شود ایجاد شده است که هوشیاری معرفتی^{۱۰} نامیده می‌شود که برای جذب اطلاعات جدید، باید این ظن حفاظتی هوشیاری معرفتی را موقتاً تعلیق کرده، حالت اعتماد معرفتی را پرورش داد. اعتماد معرفتی، آمادگی فرد برای پذیرفتن اطلاعات دیگران به‌عنوان دانشی ارزشمند و قابل استفاده در موقعیت‌های مختلف است (کمپبل^{۱۱} و همکاران، ۲۰۲۱). این مفهوم گشودگی افراد نسبت به دریافت اطلاعات بیرونی را برجسته می‌کند (اسپرچر^{۱۲} و همکاران، ۲۰۲۲). از آنجایی که مؤلفه‌های اصلی اعتماد بین‌فردی و اعتماد معرفتی^{۱۳} به‌عنوان نام‌های اعتماد مبتنی بر شناخت و اعتماد مبتنی بر عاطفه^{۱۴} یکسان هستند، مدل اعتماد بین‌فردی مک آلیستر^{۱۳} (۱۹۹۵) به‌عنوان یک دریچه نظری برای قرار دادن مؤلفه‌های اعتماد بین‌فردی در مفهوم اعتماد معرفتی عمل می‌کند. کشف شکل‌گیری اولیه اعتماد معرفتی در انسان نشان می‌دهد که در مراحل نخست رشد، نشانه‌های ظاهری مراقب در رابطه با کودک - مانند استفاده از سبک سخن گفتن مادرانه، تماس چشمی، و پاسخ‌گویی فیزیکی و کلامی - نقش مهمی در ایجاد احساس امنیت و شکل‌گیری اعتماد عاطفی ایفا می‌کنند (اسپوزیتو^{۱۴} و همکاران، ۲۰۲۴؛ لی و همکاران، ۲۰۲۳). این اعتماد عاطفی اولیه، بستر مناسبی را برای ظهور

1. Avoidant attachment
2. Kouri
3. Stevenson
4. Calvo
5. Mosannenzadeh
6. Li
7. Knight & Emery
8. Huang
9. Epistemic Trust
10. Epistemic vigilance
11. Campbell
12. Sprecher
13. McAllister
14. Esposito

۹۶..... نقش میانجی اعتماد معرفتی و بی‌اعتمادی معرفتی در تبیین ذهن‌آگاهی بر اساس...

شکل پیچیده‌تری از اعتماد، یعنی اعتماد معرفتی، فراهم می‌کند. در این حالت افراد می‌توانند دانش جدید و شخصی مرتبط را که به آنها کمک می‌کند تا در دنیای اجتماعی عمل کنند، به‌طور فروتنانه جذب کنند (کمپلینگ^۱ و همکاران، ۲۰۲۲). این فعل و انفعالات احتمالی ممکن است کارکردی مضاعف برای تشویق توسعه روابط دلبستگی ایمن بین مراقب و فرزندانشان باشد که محیطی ایدئال، هرچند نه ضروری، برای ظهور اعتماد معرفتی ایجاد می‌کند (کمپبل و همکاران، ۲۰۲۱). در مقابل، زمانی که کودکان تعاملات پیش‌بینی‌نشده یا مخربی را با مراقبان تجربه می‌کنند، ممکن است حالتی از بی‌اعتمادی معرفتی در آنها ایجاد شود که با شک مداوم نسبت به قابل اطمینان بودن اطلاعات‌دهنده و صحت اطلاعاتی که با آن ارتباط برقرار می‌کند مشخص می‌شود (کمپلینگ و همکاران، ۲۰۲۲؛ شوارزر^۲ و همکاران، ۲۰۲۵). در حقیقت، بی‌اعتمادی معرفتی^۳، نوعی موضع دفاعی و تردیدآمیز نسبت به منابع اطلاعاتی است که موجب محدودیت در انعطاف‌پذیری شناختی و اجتماعی می‌شود (تابنر^۴ و شارپ^۵، ۲۰۲۴). فردی که بی‌اعتمادی معرفتی را تجربه می‌کند، رشد و انطباق با محیط اطراف خود را چالش‌برانگیزتر می‌یابد، زیرا اطلاعات کمتری را از طریق ارتباطات اجتماعی دریافت می‌کند و انعطاف‌ناپذیری، مقاومت در برابر تغییر، بدگمانی به دیگران و احساس کلی انزوای عاطفی را در خود ایجاد می‌کند (اسپرچر و همکاران، ۲۰۲۲).

مطالعات گذشته نشان داده‌اند که سبک دلبستگی اجتنابی با فاصله‌گیری هیجانی، اجتناب از صمیمیت و حساسیت محدود به نشانه‌های اجتماعی همراه است (فینکه^۶ و همکاران، ۲۰۲۳). این ویژگی‌ها می‌توانند بر پردازش اطلاعات، یادگیری اجتماعی و تنظیم هیجان اثرگذار باشند و انتظار می‌رود سطح ذهن‌آگاهی افراد را کاهش دهند (یانگ^۷ و همکاران، ۲۰۲۴). با این حال، مشاهدات نشان می‌دهد که تمام افرادی که سبک دلبستگی اجتنابی دارند، سطح ذهن‌آگاهی یکسانی ندارند؛ به عبارت دیگر، برخی افراد با این سبک دلبستگی علی‌رغم مواجهه با شرایط مشابه، توانایی بالاتری در حضور آگاهانه و توجه بدون قضاوت به لحظه دارند (گودال^۸ و همکاران، ۲۰۲۰). این عدم توضیح کافی نشان‌دهنده وجود مکانیسم‌های واسطه‌ای است که پیوند بین دلبستگی اجتنابی و ذهن‌آگاهی را تبیین می‌کنند. در این راستا، پژوهش‌های اخیر بر اهمیت اعتماد معرفتی و بی‌اعتمادی معرفتی به‌عنوان سازه‌هایی که دریافت، پردازش و پذیرش اطلاعات از دیگران را هدایت می‌کنند، تأکید کرده‌اند (تابنر و شارپ^۹، ۲۰۲۴). در افراد دارای دلبستگی اجتنابی، تجارب اولیه مبتنی بر طرد و پاسخ‌دهی ناکافی والدین، معمولاً راهبرد غیرفعال‌سازی پیوند که توسعه دهنده فاصله‌گیری هیجانی و خوداتکایی شناختی است را به همراه دارد (ریچاردسون^۹ و همکاران، ۲۰۲۳). این الگوها کاهش اعتماد به منابع بیرونی اطلاعات یا اعتماد معرفتی و افزایش تمایل به ارزیابی منفی و تردید نسبت به مقاصد دیگران یا بی‌اعتمادی معرفتی را به همراه دارد (کاراگیانوپولو^{۱۰} و همکاران، ۲۰۲۵، کمپلینگ و همکاران، ۲۰۲۲؛ شوارزر و همکاران، ۲۰۲۵). افراد با سطوح بالای بی‌اعتمادی معرفتی، معمولاً با پیام‌ها و تجارب میان‌فردی محافظه‌کارانه برخورد می‌کنند که این موضوع

1. Kampling
2. Schwarzer
3. Epistemic Mistrust
4. Taubner
5. Finke
6. Yang
7. Goodall
8. Sharp
9. Richardson
10. Karagiannopoulou

توانایی آنها برای حضور آگاهانه و پذیرش تجربیات لحظه‌ای را تضعیف می‌کند (تان و همکاران، ۲۰۲۳). در مقابل، پرورش اعتماد معرفتی موجب افزایش انعطاف‌پذیری ذهنی و پذیرش اطلاعات جدید می‌شود و زمینه را برای تجربه ذهن‌آگاهی فراهم می‌آورد (تابنر و شارپ، ۲۰۲۴). از سوی دیگر، فقدان اعتماد معرفتی سبب می‌شود اطلاعات اجتماعی یا ذهنی منتقل شده از سوی دیگران در قالب تهدید یا داده‌ای فاقد ارزش به نظر برسد؛ که در نهایت مانع رشد فرایند ذهنی‌سازی و درک صحیح نیت دیگران می‌شود (لی و همکاران، ۲۰۲۳؛ اسپوزیتو و همکاران، ۲۰۲۴). از این رو، وجود اعتماد معرفتی بر خلاف بی‌اعتمادی معرفتی، پیش‌شرطی برای عملکرد مؤثر ذهنی‌سازی تلقی می‌شود. ذهنی‌سازی، که به توانایی تفسیر افکار و احساسات خود و دیگران اشاره دارد، مستلزم نوعی آگاهی نسبت به محتوای ذهنی خویش است (مک لارن و شارپ، ۲۰۲۰). بنابراین، اعتماد و بی‌اعتمادی معرفتی مسیرهای متمایز و مکملی را فراهم می‌کنند که از طریق آنها دلبستگی اجتنابی با ذهن‌آگاهی پیوند می‌خورد؛ اعتماد معرفتی مسیر سازگار و فعال‌کننده، و بی‌اعتمادی معرفتی مسیر محدودکننده و بازدارنده را نمایندگی می‌کند. این چهارچوب نظری توجیه‌کننده بررسی نقش واسطه‌ای این دو عامل در مدل ارتباطی دلبستگی اجتنابی و ذهن‌آگاهی است. این سازه‌ها نه تنها مکانیسم روان‌شناختی ارتباط دلبستگی و ذهن‌آگاهی را نشان می‌دهند، بلکه به توضیح تفاوت‌های فردی در تجربه ذهن‌آگاهی کمک می‌کنند. شبکه‌های اجتماعی بستر مهمی برای تعاملات انسانی و شکل‌گیری اعتماد معرفتی هستند. در این شبکه‌ها کاربران از نظر ویژگی‌های فردی، تجارب ارتباطی و میزان درگیری شناختی با هم متفاوت‌اند؛ امری که امکان بررسی روابط میان دلبستگی اجتنابی، اعتماد معرفتی، بی‌اعتمادی معرفتی و ذهن‌آگاهی در بافتی پویا فراهم می‌کند. از سوی دیگر، بر اساس شواهد، میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی در میان کاربران بالای ۱۸ سال بسیار بالاست، از این رو بررسی الگوهای رفتاری و هیجانی در این گروه، امکان تحلیل دقیق‌تر را فراهم می‌کند. بدین سبب، کاربران فعال بالای ۱۸ سال شبکه‌های اجتماعی به‌عنوان جامعه آماری پژوهش انتخاب شدند.

ذهن‌آگاهی در بهبود سلامت روان و ارتقای انعطاف‌پذیری هیجانی نقش مهمی دارد، اما مکانیسم‌های روان‌شناختی آن هنوز به‌طور کامل شناخته نشده‌اند. بررسی نقش اعتماد و بی‌اعتمادی معرفتی به‌عنوان میانجی، پاسخ به این سؤال را روشن می‌کند که چرا افراد با دلبستگی اجتنابی درجات پایین‌تری از ذهن‌آگاهی را تجربه می‌کنند و دانش نظری در حوزه دلبستگی و روان‌شناسی شناختی را گسترش می‌دهد. این پژوهش نشان می‌دهد چگونه سبک‌های دلبستگی می‌توانند بر پردازش و پذیرش اطلاعات اجتماعی و توانایی تنظیم هیجانات اثر بگذارند و درک دقیق‌تر تعاملات اجتماعی و فرآیندهای شناختی را ممکن کنند. از منظر کاربردی، شناخت این رابطه زمینه طراحی مداخلات بالینی هدفمند برای تقویت ذهن‌آگاهی و اعتماد به منابع معتبر را فراهم می‌کند و می‌تواند به افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی که پذیرش تجربیات، بدون اجتناب یا سرکوب و انطباق رفتار با ارزش‌های شخصی را نشان می‌دهد منجر شود. در نتیجه افراد در مواجهه با چالش‌های هیجانی، واکنش‌های دفاعی خود را کاهش داده و ذهن‌آگاهی خود را ارتقا می‌دهند که این امر بهبود کیفیت روابط بین‌فردی را به همراه دارد.

۹۸..... نقش میانجی اعتماد معرفتی و بی‌اعتمادی معرفتی در تبیین ذهن‌آگاهی بر اساس...

بر اساس مرور مبانی نظری و پژوهش‌های پیشین، انتظار می‌رود دلبستگی اجتنابی از طریق فرایندهای معرفتی با ذهن‌آگاهی در ارتباط باشد. به‌طور خاص، دلبستگی اجتنابی با تضعیف اعتماد معرفتی و تقویت بی‌اعتمادی معرفتی می‌تواند ظرفیت حضور آگاهانه در لحظه و پذیرش تجربه را کاهش دهد. در این راستا، پژوهش حاضر قصد دارد به بررسی فرضیه‌های زیر بپردازد:

- اعتماد معرفتی در رابطه دلبستگی اجتنابی و ذهن‌آگاهی، نقش واسطه‌ای دارد.
- بی‌اعتمادی معرفتی در رابطه دلبستگی اجتنابی و ذهن‌آگاهی، نقش واسطه‌ای دارد.

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر، توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری شامل کاربران فعال ایرانی بالای ۱۸ سال شبکه‌های اجتماعی مانند اینستاگرام، تلگرام و روبیکا در سال ۱۴۰۳ بود. انتخاب کاربران شبکه‌های اجتماعی به دلیل تنوع کاربران و امکان بررسی گسترده‌تر ویژگی‌های روان‌شناختی و رفتاری آنها انجام شد. مسئله اعتماد و بی‌اعتمادی معرفتی در این فضا اهمیت ویژه‌ای دارد، زیرا افراد با حجم بالای اطلاعات و منابع مختلف مواجه‌اند و واکنش‌های روان‌شناختی آنها تا حد زیادی تحت تأثیر میزان اعتماد یا بی‌اعتمادی معرفتی است. همچنین انتخاب این گروه سنی به دلیل بلوغ شناختی، توانایی پاسخگویی معتبر و نقش پررنگ آنها در استفاده از شبکه‌های اجتماعی بود. بر اساس پیشنهاد کیریازوس و پوگا کیریازو^۱ (۲۰۲۳)، در پژوهش‌هایی با رویکرد مدل‌یابی و تحلیل مسیر، نمونه‌ای با حجم ۳۰۰ تا ۴۵۰ نفر لازم است. بنابراین، حجم نمونه این پژوهش ۳۳۰ نفر تعیین شد که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. معیارهای ورود شامل رضایت آگاهانه، حداقل ۱۸ سال سن و حداقل یک ساعت استفاده از شبکه‌های اجتماعی در روز با هدف انتخاب دقیق کاربران فعال بود و معیار خروج، نارضایتی از مشارکت تعیین شد. پرسشنامه‌ها از طریق لینک طراحی‌شده توسط سامانه پرس‌لاین در شبکه‌های اجتماعی منتشر شد. پیش از شروع، معیارهای ورود، نحوه تکمیل، حق انصراف و اصول اخلاقی برای شرکت‌کنندگان توضیح داده شد. افراد پس از اطمینان از محرمانگی داده‌ها و آگاهی از اهداف پژوهش، بدون دریافت پاداش، با رضایت آگاهانه به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند. در نهایت، داده‌های به‌دست‌آمده در راستای آزمون فرضیه‌ها با استفاده از مدل‌یابی معادلات ساختاری در محیط نرم‌افزار AMOS نسخه ۲۶ تحلیل شدند.

ابزار

فرم تجدیدنظر شده پرسشنامه روابط نزدیک^۲ (ECR-R): این پرسشنامه توسط برنن^۳ و همکاران (۱۹۹۸) طراحی و توسط فرالی^۴ و همکاران (۲۰۰۰) تجدیدنظر شد. این پرسشنامه خودگزارشی دارای ۳۶ گویه است که شامل دو خرده‌مقیاس دلبستگی اجتنابی و دلبستگی اضطرابی^۵ می‌باشد. زیرمقیاس دلبستگی اجتنابی میزان پذیرش صمیمیت و نزدیکی را می‌سنجد. زیرمقیاس

1. Kyriazos & Poga-Kyriazou
2. Experiences in Close Relationships-Revised (Questionnaire)
3. Brennan
4. Fraley
5. Anxious Attachment

دل بستگی اضطرابی نگرانی درباره طرد شدن و رها شدن را اندازه گیری می کند. نمره گذاری این پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت ۷ درجه ای است (از کاملاً مخالفم=۱ تا کاملاً موافقم=۷). بالا بودن نمره در هر کدام از مؤلفه ها نشانگر غالب بودن آن سبک از دل بستگی در فرد است. پایایی همسانی درونی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای دل بستگی اضطرابی بین ۰/۹۴ و برای دل بستگی اجتنابی ۰/۹۱ گزارش شده است (فرالی و همکاران، ۲۰۰۰). عوامل در مجموع ۰/۸۵ از واریانس کل را تبیین کردند (سیبلی^۱ و همکاران، ۲۰۰۵). اعتباریابی نسخه فارسی توسط صیدی و همکاران (۱۳۹۲) انجام گرفت. پایایی از نوع همسانی درونی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای زیر مقیاس دل بستگی اجتنابی ۰/۸۹ و برای دل بستگی اضطرابی ۰/۸۵ گزارش شده است. در بررسی های روایی همگرا، بین دل بستگی اضطرابی و اضطراب، هم بستگی ۰/۲۷ و افسردگی هم بستگی ۰/۲۶، همچنین، بین دل بستگی اجتنابی و اضطراب، هم بستگی ۰/۱۷ و افسردگی ۰/۲۰ گزارش شد (پورآوری و همکاران، ۱۳۹۳). در این پژوهش، دل بستگی اجتنابی با ذهن آگاهی ($r = -0.34$) و اعتماد معرفتی ($r = -0.39$) هم بستگی منفی معنادار و با بی اعتمادی معرفتی ($r = 0.21$) هم بستگی مثبت نشان داد که بیانگر روایی همگرای مطلوب مقیاس است.

مقیاس آگاهی و توجه ذهن آگاهانه^۲ (MAAS): این مقیاس، یک آزمون ۱۵ گویه ای است که براون و ریان (۲۰۰۳) آن را به منظور سنجش سطح هشیاری و توجه نسبت به رویدادها و تجارب جاری در زندگی روزمره طراحی کردند. پرسش های آزمون، سازه ذهن آگاهی را در مقیاس شش درجه ای لیکرت (از نمره ۱= تقریباً همیشه تا نمره ۶= تقریباً هرگز) می سنجند. این مقیاس یک نمره کلی برای ذهن آگاهی به دست می دهد که دامنه آن از ۱۵ تا ۹۰ متغیر بوده و نمره بالاتر نشان دهنده ذهن آگاهی بیشتر است. همسانی درونی مقیاس از طریق آلفای کرونباخ بین ۰/۸۲ تا ۰/۸۷ گزارش شده است و در بررسی ویژگی های روان سنجی، یک عامل واحد شناسایی شد که ۰/۸۵ از واریانس کل را تبیین می کرد (براون و ریان، ۲۰۰۳). اعتباریابی نسخه فارسی این مقیاس توسط قربانی و همکاران (۲۰۰۹) انجام شد. پایایی از نوع همسانی درونی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۱ گزارش شده است و روایی همگرا میان این مقیاس و مقیاس تنظیم شناختی هیجان ۰/۲۳ گزارش شده است (عبدی و قابلی، ۱۳۹۳). در این پژوهش ذهن آگاهی با اعتماد معرفتی رابطه مثبت ($r = 0.26$) و با دل بستگی اجتنابی رابطه منفی ($r = -0.34$) نشان داد و از روایی همگرای قابل قبول برخوردار است.

پرسشنامه اعتماد، بی اعتمادی و زودباوری معرفتی^۳ (ETMCQ): این پرسشنامه ۱۵ سؤالی توسط کمپبل و همکاران (۲۰۲۱) طراحی شده است و دارای ۳ زیر مقیاس، اعتماد، بی اعتمادی و زودباوری معرفتی^۴ است. هر گویه دارای یک پاسخ از کاملاً مخالفم (=۱) تا کاملاً موافقم (=۷) است. درجات بالای اعتماد معرفتی نشان دهنده توانایی افراد برای گشودگی به فرصت ها برای یادگیری اجتماعی در روابط است، درحالی که درجات بالای بی اعتمادی نشان دهنده تمایل به تلقی منابع اطلاعاتی به عنوان غیر قابل اعتماد و اجتناب از تحت تأثیر قرار گرفتن از ارتباطات دیگران است. زودباوری بالا نشان دهنده ساده لوحی و عدم

- 1.Sibley
- 2.Mindful Attention Awareness Scale
- 3.Epistemic Trust, Mistrust, Credulity Questionnaire
- 4.Epistemic credulity

۱۰۰..... نقش میانجی اعتماد معرفتی و بی‌اعتمادی معرفتی در تبیین ذهن‌آگاهی بر اساس...

شفافیت افراد در مورد موقعیت خود است که می‌تواند منجر به آسیب‌پذیری بالا در برابر اطلاعات نادرست و استثمار توسط دیگران شود. از آنجاییکه تمرکز پژوهش بر جنبه‌های سازگار و ناسازگار اعتماد معرفتی بود، نقش میانجی این عامل بررسی نشد تا وضوح مفهومی حفظ شود. پایایی از نوع همسانی درونی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای زیر مقیاس اعتماد معرفتی ۰/۸۵، بی‌اعتمادی معرفتی ۰/۸۲ و زودباوری معرفتی ۰/۸۳ گزارش شده است (کمپبل و همکاران، ۲۰۲۱). ساختار سه‌عاملی این ابزار نیز با داده‌ها برازش مطلوبی داشت و عوامل در مجموع ۴۷/۸ از واریانس کل را تبیین کردند (لیوتی^۱ و همکاران، ۲۰۲۳). نسخه فارسی این پرسشنامه توسط پیرزاده (۱۴۰۲) اعتباریابی شد و شامل ۱۴ سؤال است. پایایی همسانی درونی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های اعتماد، بی‌اعتمادی و زودباوری معرفتی به ترتیب ۰/۸۸، ۰/۸۹ و ۰/۹۳ گزارش شده است و نتایج تحلیل عاملی نیز ساختار ۳ عاملی را تأیید کرده است. ۳ عامل در مجموع ۰/۴۶ درصد از واریانس کل را تبیین کردند. در بررسی‌های روایی همگرا و واگرا، بین اعتماد معرفتی و دلبستگی اجتنابی همبستگی ۰/۴۰- و بین زودباوری معرفتی و رویدادهای آسیب‌زا دوران کودکی همبستگی ۰/۴۲ گزارش شد. در این پژوهش اعتماد معرفتی با ذهن‌آگاهی (I = ۰/۲۶) همبستگی مثبت و با دلبستگی اجتنابی (r = -۰/۳۹) همبستگی منفی نشان داد. بی‌اعتمادی معرفتی نیز با دلبستگی اجتنابی رابطه مثبت (r = ۰/۲۱) داشت. این الگو مؤید روایی همگرای مناسب ابزار است.

یافته‌ها

در پژوهش حاضر ۳۳۰ نفر شرکت داشتند. از نظر جنسیت ۱۲۴ (۳۶ درصد) نفر مرد و ۲۰۶ (۶۴ درصد) زن بودند. بر اساس این، میانگین و انحراف استاندارد سنی شرکت‌کنندگان به ترتیب برابر با ۲۱/۹۸ و ۴/۶۸ بود. همچنین از نظر سطح تحصیلات ۹ نفر (۳ درصد) دانش‌آموز، ۱۸۹ نفر (۵۸ درصد) دارای مدرک دیپلم، ۸۴ نفر (۲۵ درصد) دارای مدرک لیسانس، ۲۸ نفر (۸ درصد) نفر دارای مدرک فوق لیسانس و ۲۰ نفر (۶ درصد) دارای مدرک دکتری بودند. قبل از تحلیل داده‌ها، نخست مفروضه‌های نرمال بودن و عدم همخطی بررسی شد. شاخص کجی و کشیدگی متغیرهای آشکار، روشی مرسوم برای تعیین نرمال بودن است. برای شاخص کجی و کشیدگی به صورت عمومی مقادیر بین ۲+ و ۲- در مدل‌یابی معادلات ساختاری مورد قبول است (هیر^۲ و همکاران، ۲۰۲۱). بر اساس جدول شماره ۱، مقادیر به دست آمده برای کجی و کشیدگی متغیرها حاکی از برقراری مفروضه نرمال بودن در متغیرهای پژوهش است. برای بررسی مفروضه عدم همخطی از آماره‌های عامل تورم واریانس^۳ و شاخص تحمل استفاده شد و بر اساس جدول شماره ۱، با توجه به اینکه هیچ‌کدام از مقادیر مربوط به آماره تحمل کمتر از ۰/۴۰ و هیچ‌یک از مقادیر عامل تورم واریانس بیش از ۱۰ نبودند، می‌توان مفروضه عدم همخطی را تأیید کرد.

جدول شماره ۱. شاخص‌های توصیفی و همخطی

متغیر	میانگین	انحراف معیار	تورم واریانس	تحمل	کجی	کشیدگی
ذهن آگاهی	۶۰/۲۵	۱۱/۹۹	-	-	-۰/۵۱	۰/۸۱
اعتماد معرفتی	۲۴/۶۱	۴/۲۰	۱/۱۸	۰/۸۵	-۰/۸۶	۱/۹۴
بی‌اعتمادی معرفتی	۱۲/۶۰	۳/۱۱	۱/۰۵	۰/۹۵	۰/۰۳	۰/۰۲
دل‌بستگی اجتنابی	۵۵/۷۰	۱۵/۹۹	۱/۲۲	۰/۸۲	۰/۱۶	-۰/۱۲

با توجه به جدول شماره ۲، می‌توان مشاهده نمود که بین دل‌بستگی اجتنابی و ذهن آگاهی همبستگی معکوس و معناداری وجود دارد که مقدار این رابطه برابر با $-۰/۳۴$ است و این رابطه نیز در سطح $۰/۰۱$ معنی‌دار است. افزون بر این، بین اعتماد معرفتی و ذهن آگاهی همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد که مقدار این رابطه برابر با $۰/۲۵$ است و این رابطه در سطح $۰/۰۱$ معنادار است. در نهایت مشخص شد که بین بی‌اعتمادی معرفتی و ذهن آگاهی رابطه معناداری برقرار نیست.

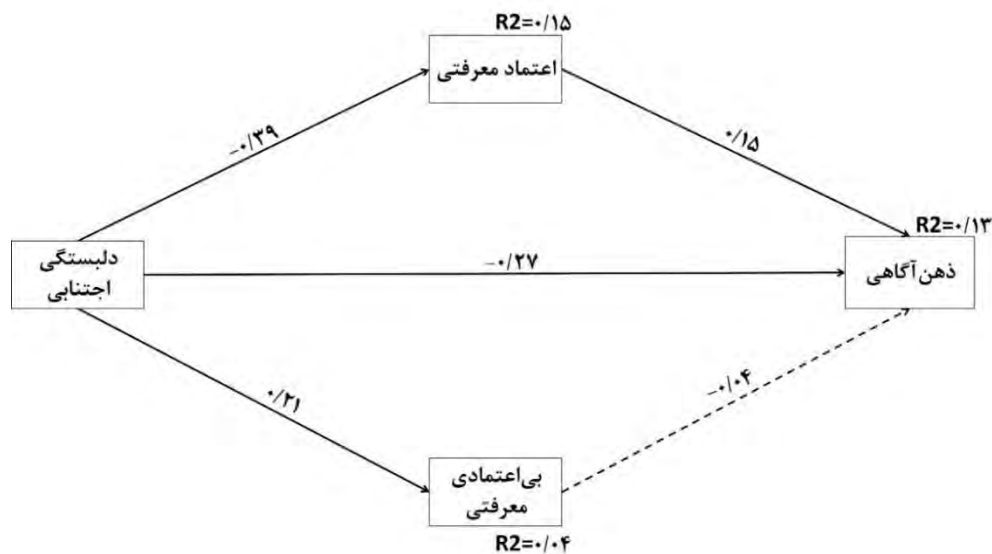
جدول شماره ۲. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	ذهن آگاهی	اعتماد معرفتی	بی‌اعتمادی معرفتی	ذهن آگاهی
ذهن آگاهی	۱			
اعتماد معرفتی	$**۰/۲۶$	۱		
بی‌اعتمادی معرفتی	$-۰/۱۱$	$-۰/۱۱$	۱	
دل‌بستگی اجتنابی	$**۰/۳۴$	$**۰/۳۹$	$**۰/۲۱$	۱

** $P < ۰/۰۱$ * $P < ۰/۰۵$

در ادامه، برای بررسی اثرهای مستقیم و واسطه‌ای از روش تحلیل مسیر استفاده شد که نتایج آن در قالب شکل ۱ که مسیرهای معنادار را به صورت ممتد و مسیرهای غیرمعنادار را به صورت خطوط غیرممتد نشان می‌دهد و همین‌طور جداول اثرات مستقیم و غیرمستقیم که بر اساس آن می‌توان به تأیید یا رد اثرات مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای پژوهش بر ذهن آگاهی پرداخت، ارائه شده است.

۱۰۲ نقش میانجی اعتماد معرفتی و بی‌اعتمادی معرفتی در تبیین ذهن‌آگاهی بر اساس...



شکل شماره ۱. ضرایب مسیر استاندارد متغیرهای پژوهش در مدل اصلی

در مواردی که آماره t خارج از بازه‌ی $(+1/96$ و $-1/96)$ قرار دارد یا سطح معناداری کمتر از $0/05$ است دو متغیر با یکدیگر ارتباط معنادار دارند. بر این اساس، با توجه به جدول شماره ۳ می‌توان مشاهده کرد که مسیر مستقیم متغیر دلبستگی اجتنابی به متغیر ذهن‌آگاهی معنادار است $(\beta = -0/27, t = -4/514)$. همچنین مسیر مستقیم متغیر دلبستگی اجتنابی به متغیر اعتماد معرفتی $(\beta = -0/391, t = -7/326)$ و متغیر بی‌اعتمادی معرفتی معنادار است $(\beta = 0/212, t = 3/742)$. افزون بر این، مسیر مستقیم متغیر اعتماد معرفتی به متغیر ذهن‌آگاهی معنادار $(\beta = 0/147, t = 2/509)$ اما مسیر مستقیم متغیر بی‌اعتمادی معرفتی به متغیر ذهن‌آگاهی معنادار نیست $(\beta = -0/038, t = -0/688)$.

جدول شماره ۳. بررسی روابط مستقیم متغیرها در مدل تحقیق

متغیر مستقل	متغیر وابسته	ضرایب غیر استاندارد	ضرایب استاندارد (β)	خطای استاندارد	t	p
دلبستگی اجتنابی	ذهن‌آگاهی	-0/203	-0/27	0/045	-4/514	0/001
اعتماد معرفتی	ذهن‌آگاهی	0/42	0/147	0/167	2/509	0/012
بی‌اعتمادی معرفتی	ذهن‌آگاهی	-0/147	-0/038	0/213	-0/688	0/491
دلبستگی اجتنابی	اعتماد معرفتی	-0/103	-0/391	0/014	-7/326	0/001
دلبستگی اجتنابی	بی‌اعتمادی معرفتی	0/041	0/212	0/011	3/742	0/001

برای تعیین اثر غیرمستقیم از روش بوت استرپ با ۲۰۰۰ بار فرایند نمونه‌گیری استفاده گردید که با توجه به جدول شماره ۴ می‌توان مشاهده کرد که اثر غیرمستقیم متغیر دلبستگی اجتنابی بر متغیر ذهن‌آگاهی از طریق اعتماد معرفتی $(\beta = -0/043, p < 0/05)$

(b) برخلاف اثر غیرمستقیم متغیر دل‌بستگی اجتنابی به متغیر ذهن‌آگاهی از طریق بی‌اعتمادی معرفتی معنادار است ($b = -0/006, p > 0/05$).

جدول شماره ۴. بررسی روابط غیرمستقیم متغیرها در مدل تحقیق

متغیر مستقل	متغیر میانجی	متغیر وابسته	ضریب غیر استاندارد (b)	حد پایین	حد بالا	p
دل‌بستگی اجتنابی	اعتماد معرفتی	ذهن‌آگاهی	-0/043	0-/096	-0/004	0/028
دل‌بستگی اجتنابی	بی‌اعتمادی معرفتی	ذهن‌آگاهی	-0/006	-0/038	0/013	0/522

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر به بررسی نقش واسطه‌ای اعتماد معرفتی و بی‌اعتمادی معرفتی در رابطه ذهن‌آگاهی و دل‌بستگی اجتنابی پرداخت. نتایج مسیر مستقیم و معنادار دل‌بستگی اجتنابی به ذهن‌آگاهی را نشان داد که همسو با یافته‌های پژوهش کالوو و همکاران (۲۰۲۲) مبنی بر اثر مستقیم دل‌بستگی اجتنابی بر ذهن‌آگاهی بود. بر اساس نظریه دل‌بستگی، جستجوی نزدیکی، راهبرد اولیه برای تنظیم سیستم دل‌بستگی در شرایطی است که حفاظت و امنیت مورد نیاز است (بالبی همکاران، ۱۹۷۹)، اما افراد دارای دل‌بستگی اجتنابی از نزدیکی احساس ناراحتی می‌کنند و مایلند این ناراحتی را از طریق غیرفعال کردن سیستم دل‌بستگی کاهش دهند. راهبرد غیر فعال‌سازی دل‌بستگی در افراد دارای سبک دل‌بستگی اجتنابی، باعث می‌شود که افراد نیازهای عاطفی خود را انکار و هیجان‌ات، آسیب‌پذیری و وابستگی را سرکوب کنند (ریچاردسون و همکاران، ۲۰۲۲). فاصله‌گرفتن از احساسات و هیجان‌ات، توجه عامدانه و بدون قضاوت آنها در لحظه حال یا به عبارت بهتر ذهن‌آگاهی را قربانی می‌کند. از این رو واضح است که سبک دل‌بستگی اجتنابی در تقابل با ذهن‌آگاهی است. از سوی دیگر، در افراد با دل‌بستگی اجتنابی ویژگی گشودگی ضعیف است (سگال و همکاران، ۲۰۲۳)، این مانع اجازه دادن به ورود همه تجربیات - خواه لذت‌بخش، خنثی یا تهدیدکننده - بدون تلاش برای تغییر، کنترل یا اجتناب آنها که معادل ذهن‌آگاهی است، می‌شود. بنابراین بدیهی است که دل‌بستگی اجتنابی می‌تواند ذهن‌آگاهی را مختل کند.

یافته‌ها همچنین مسیر مستقیم دل‌بستگی اجتنابی به اعتماد معرفتی و بی‌اعتمادی معرفتی را نشان داد. در ابتدای رشد، استعداد زیستی مراقب برای پاسخگویی اقتضایی به نمایش‌های بیانی خودکار نوزاد، پایه‌ای را برای او فراهم می‌کند تا دانش بیشتری از مراقب کسب کند، اما اگر مراقب نسبت به نوزاد بی‌توجه و یا طردکننده باشد، پرورش اعتماد معرفتی مختل شده و حس بی‌اعتمادی نسبت به دیگران شکل می‌گیرد (کمپلینگ و همکاران، ۲۰۲۲؛ شوارزر و همکاران، ۲۰۲۵). در همین زمینه، مشاهدات نشان می‌دهند که توسعه اعتماد معرفتی با امنیت دل‌بستگی مرتبط است (لی و همکاران، ۲۰۲۳). یک مراقب حساس به نیازهای نوزاد، پاسخ‌های عاطفی ثابتی ارائه می‌دهد و برای کمک به این امر از نشانه‌های ظاهری از جمله برقراری تماس چشمی استفاده می‌کند. این بدان معناست که پاسخگویی عاطفی قابل اعتمادی که دل‌بستگی ایمن را مشخص می‌کند از طریق همان نشانه‌های ظاهری مورد استفاده برای پرورش اعتماد معرفتی و آمادگی برای یادگیری در نوزاد منتقل می‌شود (لی و همکاران، ۲۰۲۳؛ اسپوزیتو و همکاران، ۲۰۲۴). بنابراین، بدیهی است که سبک دل‌بستگی نایمن که نشان از نقض در توجه و پاسخگویی مناسب

۱۰۴ نقش میانجی اعتماد معرفتی و بی‌اعتمادی معرفتی در تبیین ذهن‌آگاهی بر اساس...

والد به نیاز کودک دارد، پرورش اعتماد معرفتی را مختل می‌کند (کاراگیانوپولو و همکاران، ۲۰۲۵). از سوی دیگر، در مورد انواع مختلفی از نگرش‌های معرفتی که از طریق دلبستگی ناایمن شکل گرفته اند، سابقه اجتناب از دلبستگی ممکن است بی‌اعتمادی معرفتی ایجاد کند (شوآرز و همکاران، ۲۰۲۵).

در باب رابطه اعتماد معرفتی و ذهن‌آگاهی، نتایج مسیر مستقیم اعتماد معرفتی به ذهن‌آگاهی را نشان داد. هماهنگی حساس مراقب با سیگنال‌های کودک در ابتدای رشد، افزون بر پرورش دلبستگی ایمن، باعث ظهور اعتماد معرفتی می‌شود (لی و همکاران، ۲۰۲۳). همچنین، خود دلبستگی ایمن از نظر تکاملی یک شاخص بسیار مؤثر برای قابل اعتماد بودن تلقی می‌شود و فضایی ایده‌آل برای پرورش اعتماد معرفتی فراهم می‌کند (کاراگیانوپولو و همکاران، ۲۰۲۵). چنین رابطه‌ای در مورد دلبستگی ایمن و ذهن‌آگاهی نیز صادق است. استیونسون و همکاران (۲۰۲۱) بیان کردند که ممکن است یک رابطه علی دوسویه بین این دو متغیر وجود داشته باشد که به موجب آن دلبستگی ایمن باعث افزایش ذهن‌آگاهی شود و همچنین افرادی که هوشیارتر هستند، نسبت به تجربیات بیرونی گشوده‌تر باشند. بر این اساس، افرادی که دارای سبک دلبستگی ایمن هستند ممکن است ظرفیت بیشتری برای هشیاری و توجه داشته باشند. بنابراین سابقه دلبستگی ایمن در افرادی که درجات بالایی از اعتماد معرفتی را دارا هستند می‌تواند موجب توسعه سطوح ذهن‌آگاهی در این افراد شود. بدیهی است که لازمه دریافت اطلاعات از یک منبع بیرونی، گشودگی نسبت به اطلاعاتی است که مخابره می‌شود. در همین راستا، اعتماد معرفتی باز بودن فرد برای دریافت اطلاعات از طریق ارتباطات اجتماعی تعریف شده است (کمپیل و همکاران، ۲۰۲۰). از سوی دیگر، مطالعات نشان داده اند که ذهن‌آگاهی با گشودگی نسبت به تجربیات درونی و بیرونی مرتبط است و درجات گشودگی نسبت به تجربیات در افراد ذهن‌آگاه بالاست (تان و همکاران، ۲۰۲۳). این انعطاف‌پذیری، زمینه مشاهده و پذیرش غیرقضاوتی دیدگاه‌ها را فراهم می‌کند. بنابر این می‌توان گشودگی نسبت به تجربیات بیرونی را عامل مشترکی میان اعتماد معرفتی و ذهن‌آگاهی دانست که زمینه تأثیر مثبت اعتماد معرفتی بر ذهن‌آگاهی را فراهم می‌کند. در نهایت می‌توان به نقش ذهنی‌سازی اشاره کرد. در غیاب اعتماد معرفتی، اطلاعات اجتماعی و ذهنی دیگران تهدیدآمیز یا بی ارزش تلقی شده و در نتیجه، توانایی درک نیت دیگران یا ذهنی‌سازی به‌درستی شکل نمی‌گیرد (لی و همکاران، ۲۰۲۳؛ اسپوزیتو و همکاران، ۲۰۲۴). بنابراین ظرفیت ذهنی‌سازی مناسب در افراد با درجات بالای اعتماد معرفتی، امری قابل انتظار است. ذهنی‌سازی باعث می‌شود فرد بتواند افکار، احساسات و نیت خود و دیگران را شناسایی و تحلیل و به محتوای ذهنی خود توجه کند (مک لارن و شارپ، ۲۰۲۰) که این دقیقاً یکی از مؤلفه‌های اصلی ذهن‌آگاهی است. بر اساس یافته‌ها و آنچه تشریح شد، می‌توان اظهار کرد که نقش واسطه‌ای اعتماد معرفتی در تداعی بین دلبستگی اجتنابی و ذهن‌آگاهی مورد تأیید است.

در باب رابطه بی‌اعتمادی معرفتی و ذهن‌آگاهی می‌توان گفت، بی‌توجهی به کودک و طرد او، افزون بر ایجاد دلبستگی اجتنابی، موجب شکل‌گیری بی‌اعتمادی معرفتی می‌شود (شوآرز و همکاران، ۲۰۲۵) که فرد را در برابر تجربه و پذیرش اطلاعات جدید مقاوم می‌کند و موجب قربانی شدن گشودگی به تجربیات در او می‌شود (اسپرچر و همکاران، ۲۰۲۲). از سوی دیگر، افراد با درجات بالای بی‌اعتمادی معرفتی در ذهنی‌سازی که امکان آگاهی فرد از محتوای ذهنی خویش و شکل‌گیری ذهن‌آگاهی را ممکن می‌کند، نقص دارند (شوآرز و همکاران، ۲۰۲۵). از این رو به نظر می‌رسد که بی‌اعتمادی معرفتی باید با ذهن‌آگاهی که

به‌عنوان گشودگی نسبت به تجربیات تازه و توجه عامدانه و پذیرش بدون قضاوت افکار، احساسات و تجربیات جدید تعریف می‌شود (کابات زین، ۲۰۰۳) در تقابل باشد. اما یافته‌های به‌دست آمده از پژوهش حاضر، این ایده را تأیید نکرد. این می‌تواند به این دلیل باشد که در حضور اعتماد معرفتی که تبیین‌کننده وجه کارکردی گشودگی به انتقال اجتماعی دانش است، سهم یگانه بی‌اعتمادی معرفتی، عمدتاً محدود به بدگمانی بین‌فردی می‌شود. مؤلفه‌ای که از منظر مفهومی با مؤلفه‌های توجهی و پذیرش غیرقضاوتی ذهن‌آگاهی ارتباط ضعیف‌تری دارد و لذا اثر میانجی رقابتی آن حذف می‌شود. بنابراین باید گفت، با وجود اینکه، عدم گشودگی نسبت به دریافت و پذیرش تجربیات از صفات بارز در افرادی است که از نظر معرفتی، بی‌اعتماد شناخته می‌شوند؛ این عامل به‌طور مستقیم بر ظرفیت ذهن‌آگاهی اثری ندارد، بدین سبب، فرضیه پژوهش مبنی بر نقش واسطه‌ای بی‌اعتمادی معرفتی در رابطه دلبستگی اجتنابی و ذهن‌آگاهی، تأیید نگردید. این پیوند ممکن است متأثر از عوامل واسطه‌ای و تعدیل‌کننده هیجانی و شناختی باشد که نیازمند بررسی‌های بیشتر است.

در مجموع، یافته‌های این پژوهش نقش واسطه‌ای اعتماد معرفتی در رابطه بین دلبستگی اجتنابی و ذهن‌آگاهی را نشان داد و تأکید کرد که افراد با سبک دلبستگی اجتنابی از طریق سطح اعتماد معرفتی خود، ظرفیت توجه غیرقضاوتی و حضور در لحظه را به‌صورت غیرمستقیم تحت تأثیر قرار می‌دهند. بر اساس نتایج، پیشنهاد می‌شود که با توجه ویژه به تقویت اعتماد معرفتی، زمینه لازم برای درک و ارتقای ذهن‌آگاهی فراهم شود. فعالیت‌ها و محیط‌هایی که امکان دریافت بازخورد معتبر، تبادل تجربیات و تعامل مثبت میان‌فردی را فراهم می‌کنند، می‌توانند تقویت‌کننده این مسیر باشند. همچنین، توسعه مهارت‌هایی مانند انعطاف‌پذیری شناختی و پذیرش تجربیات جدید می‌تواند ظرفیت ذهن‌آگاهی افراد با دلبستگی اجتنابی را گسترش دهد. پژوهش حاضر، امکان بررسی پیوند ذهن‌آگاهی با سازه‌های اعتماد و بی‌اعتمادی معرفتی را میسر ساخت، اما از آنجایی که نمونه پژوهش محدود به یک جمعیت خاص است، ممکن است تعمیم‌پذیری نتایج کاهش یابد. پژوهش‌های آتی می‌توانند نمونه‌های متنوع‌تری از نظر سن، جنسیت و زمینه اجتماعی را شامل شوند. همچنین، این پژوهش صرفاً بر نقش واسطه‌ای اعتماد معرفتی و بی‌اعتمادی معرفتی متمرکز بوده است و دیگر عوامل میانجی یا تعدیل‌کننده مؤثر ممکن است نادیده گرفته شده باشند. مطالعات آتی می‌توانند سایر عوامل روان‌شناختی، هیجانی یا اجتماعی را به‌عنوان میانجی یا تعدیل‌کننده بررسی کنند.

سپاسگزاری: نویسندگان مراتب تشکر خود را از کسانی که در تکمیل این پژوهش مؤثر بوده‌اند، اعلام می‌دارند.

تعارض منافع و حمایت مالی: نویسندگان اذعان می‌کنند که هیچ نوع تعارض منافی وجود ندارد و این مقاله از حمایت مالی برخوردار نبوده است.

منابع

پوراوری، مینو، قنبری، سعید، علی‌زاده محمدی، و پناغی، لیلی. (۱۳۹۳). روایی، پایایی و ساختار عاملی پرسشنامه تجارب روابط نزدیک-

ساختار رابطه (ECR-RS). کنگره ملی آسیب‌شناسی خانواده. <https://sid.ir/paper/878928/fa>

۱۰۶ نقش میانجی اعتماد معرفتی و بی‌اعتمادی معرفتی در تبیین ذهن‌آگاهی بر اساس...

پیرزاده خردونی، مهرآفرین. (۱۴۰۲). *واکاوی مدل ساختاری رابطه درونگرایی-برونگرایی و اعتماد معرفتی با نقش واسطه‌ای نوروزگرایی*، پایان‌نامه ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشگاه تربیت مدرس، ایران.

صیدی، محمدسجاد، فلاح تفتی، ابوالفضل، صادقی، منصوره السادات، و رضایی، خدیجه. (۱۳۹۲). نقش سبک دلبستگی و سازگاری زناشویی در سرسختی خانواده. *نسیم تندرستی (سلامت خانواده)*، ۲(۱)، ۳۹-۴۷. <https://sid.ir/paper/518330/fa>

عبدی، سلمان، و قبابی، فاطمه. (۱۳۹۳). مقیاس ذهن‌آگاهی: روایی و پایایی ترجمه نسخه فارسی. دومین کنفرانس ملی روان‌شناسی و علوم رفتاری، تهران. <https://civilica.com/doc/349202>

قربانی، نیما، واتسون، پال، ج، و ویتینگتون، بارت. ل. (۱۳۸۸). ذهن‌آگاهی در ایران و ایالات متحده: پیچیدگی ساختاری فراملی و روابط موازی با سازگاری روان‌شناختی. *Current Psychology*, 28, 211-224. <http://dx.doi.org/10.1007%2Fs12144-009-9060-3>

Abdi, Salman., and Ghabeli, Fatemeh. (2014). Mindfulness Scale: Validity and Reliability of the Persian Version Translation. Second National Conference on Psychology and Behavioral Sciences, Tehran, <https://civilica.com/doc/349202> (in Persian)

Ainsworth, M. D. S. (1978). The bowlby-ainsworth attachment theory. *Behavioral and brain sciences*, 1(3), 436-438. <https://doi.org/10.1017/s0140525x00075828>

Bowlby, J. (1979). The bowlby-ainsworth attachment theory. *Behavioral and brain sciences*, 2(4), 637-638. <http://doi.org/10.1017/S0140525X00064955>

Brennan, K. A., Clark, C. L., and Shaver, P. R. (1998). "Self-report measurement of adult attachment: an integrative overview," in Attachment Theory and Close Relationships. eds. J. A. Simpson and W. S. Rholes (The Guilford Press), 46-76.

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. <http://doi.org/10.1037/0022-3514.84.4.822>

Calvo, V., D'Aquila, C., Rocco, D., & Carraro, E. (2022). Attachment and well-being: Mediatory roles of mindfulness, psychological inflexibility, and resilience. *Current Psychology*, 41(5), 2966-2979. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s12144-020-00820-2>

Campbell, C., Tanzer, M., Saunders, R., Booker, T., Allison, E., Li, E.,... & Fonagy, P. (2021). Development and validation of a self-report measure of epistemic trust. *PLoS One*, 16(4), e0250264. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0250264>

Enkema, M. C., McClain, L., Bird, E. R., Halvorson, M. A., & Larimer, M. E. (2020). Associations between mindfulness and mental health outcomes: A systematic review of ecological momentary assessment research. *Mindfulness*, 11(11), 2455-2469. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01442-2>

Esposito, G., Totaro, S., Di Maro, A., & Passeggia, R. (2024). The role of epistemic trust in the relationship between attachment and mentalization: a systematic review. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 12(1). <https://doi.org/10.13129/2282-1619/mjcp-4041>

Finke, J. B., Opdensteinen, K. D., Klucken, T., & Schächinger, H. (2023). Close (d) to you? Avoidant attachment is associated with attenuated pupil responsivity to social stimuli. *International Journal of Psychophysiology*, 192, 26-34. <https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2023.08.002>

Fraley, R. C. (2019). Attachment in adulthood: Recent developments, emerging debates, and future directions. *Annual review of psychology*, 70(1), 401-422. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010418-102813>

- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of personality and social psychology*, 78(2), 350. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.78.2.350>
- Ghorbani, N., Watson, P. J., & Weathington, B. L. (2009). Mindfulness in Iran and the United States: cross-cultural structural complexity and parallel relationships with psychological adjustment. *Current Psychology*, 28, 211-224. <http://dx.doi.org/10.1007%2Fs12144-009-9060-3>
- Goodall, K., Brodie, Z. P., & Schwannauer, M. (2020). Mediators of the relationship between attachment and dispositional mindfulness in adolescents. *Mindfulness*, 11(7), 1782-1791. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01395-6>
- Hair Jr, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., Sarstedt, M., Danks, N. P., & Ray, S. (2021). Partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM) using R: A workbook. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-80519-7>
- Huang, Z., Chen, S., & Chen, H. (2024). Relationship between emotional awareness and self-acceptance: the mediating role of emotion regulation strategies. *Current Psychology*, 43(30), 24906-24914. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05945-2>
- Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), 144-156. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1093/clipsy.bpg016>
- Kamplung, H., Riedl, D., Rothmund, M. S., Grote, V., Fischer, M. J., Labek, K., & Lampe, A. (2022). Epistemic trust and personality functioning mediate the association between adverse childhood experiences and PTSD/cPTSD. *Frontiers in Psychiatry*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.919191>
- Karagiannopoulou, E., Lianos, P., Andriopoulou, P., Rentzios, C., & Fonagy, P. (2025). Attachment and epistemic trust in junior and senior university students: The mediating role of affect regulation and mentalizing. Who is at risk?. *PLoS One*, 20(8), e0304749. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0304749>
- Knight, R. C., & Emery, L. J. (2022). Immediate and delayed effects of suppression and mindfulness as emotion regulation strategies. *Anxiety, Stress, & Coping*, 35(4), 474-487. <https://doi.org/10.1080/10615806.2021.1978430>
- Kouri, G., Messerli-Bürgy, N., Meuwly, N., Richter, M., & Schoebi, D. (2025). Perceived partner responsiveness across the transition to parenthood: The role of attachment insecurity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 02654075251332725. <https://doi.org/10.1177/02654075251332725>
- Kyriazos, T., & Poga-Kyriazou, M. (2023). Applied psychometrics: Estimator considerations in commonly encountered conditions in CFA, SEM, and EFA practice. *Psychology*, 14(5), 799-828. <https://doi.org/10.4236/psych.2023.145043>
- Lawrence, K., Bucci, S., Berry, K., Carter, L. A., & Taylor, P. (2022). Fluctuations in proximity seeking and paranoia. *British Journal of Clinical Psychology*, 61(4), 1019-1037. <https://doi.org/10.1111/bjc.12372>
- Li, E., Campbell, C., Midgley, N., & Luyten, P. (2023). Epistemic trust: a comprehensive review of empirical insights and implications for developmental psychopathology. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process, and Outcome*, 26(3), 704. <https://doi.org/10.4081/ripppo.2023.704>
- Liotti M., Milesi A., Spitoni G. F., Tanzilli A., Speranza A. M., Parolin L., Campbell C., Fonagy P., Lingardi V., Giovanardi G. (2023). Unpacking trust: the Italian validation of the epistemic trust,

- mistrust, and credulity questionnaire (ETMCQ). *PloS One*, 18(1), e0280328. doi: 10.1371/journal.pone.0280328. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280328>
- McAllister, D. J. (1995). Affect-and cognition-based trust as foundations for interpersonal cooperation in organizations. *Academy of management journal*, 38(1), 24-59. <https://doi.org/10.2307/256727>
- McLaren, V., & Sharp, C. (2020). What is mentalizing?. In *Adolescent Suicide and Self-Injury: Mentalizing Theory and Treatment* (pp. 1-15). Cham: Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-030-42875-4_1
- Mosannenzadeh, F., Luijten, M., MacIejewski, D. F., Wiewel, G. V., & Karremans, J. C. (2024). Adult attachment and emotion regulation flexibility in romantic relationships. *Behavioral Sciences*, 14(9), 758. <https://doi.org/10.3390/bs14090758>
- Nicol, A. A., & De France, K. (2024). Nonjudgmental regard of others: Investigating the links between other-directed trait mindfulness and prejudice. *Psychological Reports*, 127(1), 178-211. <https://doi.org/10.1177/00332941221109096>
- Pirzadeh Khoroudi, M. (2023). *Analyzing the structural model of the relationship between introversion–extraversion and epistemic trust with the mediating role of neuroticism*, Master's thesis in General Psychology. Tarbiat Modares University. Iran (in Persian)
- Pouravari, Minoo., Ghanbari, Saeed., Alizadeh Mohammadi., and Panaghi, Leili. (2014). Validity, reliability, and factor structure of the Experiences of Close Relationships-Relationship Structure (ECR-RS) questionnaire. National Congress of Family Pathology. <https://sid.ir/paper/878928/fa> (in Persian)
- Richardson, E., Beath, A., & Boag, S. (2023). Default defenses: The character defenses of attachment-anxiety and attachment-avoidance. *Current Psychology*, 42(32), 28755-28770. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03919-w>
- Segall, S. Z. (2021). Mindfulness in and out of the context of western Buddhist modernism. *The Humanistic Psychologist*, 49(1), 40. <http://doi.org/10.1037/hum0000159>
- Segal, S., Mikulincer, M., Hershkovitz, L., Meir, Y., Nagar, T., & Maaravi, Y. (2023). A secure base for entrepreneurship: attachment orientations and entrepreneurial tendencies. *Behavioral Sciences*, 13(1), 61. <https://doi.org/10.3390/bs13010061>
- Seydi, Mohammad Sajjad, Fallah Tafti, Abolfazl, Sadeghi, Mansoureh Al-Sadat, and Rezaei, Khadijeh. (2013). The role of attachment style and marital adjustment in family resilience. *Nasim Tandorosti (Salamat Khanevadeh)*, 2(1), 39-47. SID. <https://sid.ir/paper/518330/fa> (in Persian)
- Sibley CG, Fischer R, Liu JH. (2005). Reliability and validity of the revised experiences in close relationships (ECR-R) self-report measure of adult romantic attachment. *Personality and social psychology bulletin* 31 (11), 1524-1536. <http://doi.org/10.1177/0146167205276865>
- Schwarzer, N.-H., Behringer, N., Dees, P., Gingelmaier, S., Henter, M., Kirsch, H., Kreuzer, T., Langnickel, R., Link, P.-C., Müller, S., Turner, A., & Fonagy, P., & Nolte, T. (2025). Epistemic mistrust mediates the association between childhood maltreatment and mentalizing impairments in university students. *Child Abuse & Neglect*, 163, 107436. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2025.107436>
- Sprecher, E. A., Li, E., Slead, M., & Midgley, N. (2022). “Trust me, we can sort this out”: a theory-testing case study of the role of epistemic trust in fostering relationships. *Qualitative Research in Psychology*, 19(4), 1117–1142. <https://doi.org/10.1080/14780887.2022.2033898>
- Stevenson, J. C., Millings, A., Emerson, L. M., Sirois, F., & Rowe, A. C. (2021). Adult attachment and mindfulness: Examining directionality, causality, and theoretical implications. *Journal of Research in Personality*, 90, 104043. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2020.104043>

- Tan, C. S., Hashim, I. H. M., Peh, K. S., Pratt, C., Chung, M. H., & Setyowati, A. (2023). The mediating role of openness to experience and curiosity in the relationship between mindfulness and meaning in life: Evidence from four countries. *Current psychology*, 42(1), 327-337. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01430-2>
- Taubner, S., & Sharp, C. (2024). Mental flexibility and epistemic trust through implicit social learning—A meta-model of change processes in psychotherapy with personality disorders. *Clinical Psychology in Europe*, 6(Spec Issue), e12433. <https://doi.org/10.32872/cpe.12433>
- Yang, F., Ren, M., & Oshio, A. (2024). The effect of attachment style on mindfulness: Findings from a weekly diary study using latent growth modeling. *Current Psychology*, 43(32), 26395-26402. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06310-z>



This article is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution-Noncommercial 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0 license) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

