

Original Article

Mentalizing Capacity and Emotional Styles in Married People with and without Marital Conflict

Hosein Matin¹✉, Ozra Etemadi², Mohammad Reza Abedi³

1. Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran

2. Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran

3. Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran

Received: 2024/11/4

Revised: 2024/2/7

Accepted: 2024/2/18

Doi: <https://doi.org/10.48308/JFR.19.4.583>

Mentalizing capacity is a fundamental skill in mutually respectful, stable and trusting relationships. The main purpose of the research is to investigate and compare the mentalizing capacity and emotional styles (emotional health) of married people with and without marital conflict. In this research, 160 participants (40 women and 40 men in each group) were selected from two groups of married men and women with and without marital conflict through available and voluntary sampling. Both groups individually responded to the emotional styles questionnaires of Kesebir et al.'s (2019) and Dimitrijević et al.'s mentalization (2018). The results of the multivariate analysis of variance (MANOVA) showed that there is a significant difference between the mentalizing capacity and the profile of the components of emotional styles (attitude towards life, resilience, social intuition, self-awareness, sensitivity to context and attention) of married people with and without conflict. The presence of unresolved conflicts in marital relationships reduces the mentalizing capacity and emotional health of people in the relationship. Therefore, these results reveal the necessity of providing measures to improve the mentalization capacity and emotional styles of high-conflict couples.

Keywords: Mentalizing Capacity, Emotional Styles, Marital Conflict, Romantic Relationships, Couple Relationship.

How to cite: Matin, H., Etemadi, O., & Abedi, M.R. (2024). Mentalizing Capacity and Emotional Styles in Married People with and without Marital Conflict. *Journal of Family Research*. 19(4):583-598. <https://doi.org/10.48308/JFR.19.4.583>

✉Corresponding Author Email Address. o.etemadi@edu.ui.ac.ir



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the creative commons attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

مقاله پژوهشی

ظرفیت ذهنی‌سازی و سبک‌های هیجانی در افراد متأهل با و بدون تعارض زناشویی

حسین متین^۱، عذرا اعتمادی^۲، محمدرضا عابدی^۳

۱. گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

۲. گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

۳. گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

پذیرش مقاله: ۱۴۰۲/۱۱/۲۹

دریافت نسخه اصلاح‌شده: ۱۴۰۲/۱۱/۱۸

دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۸/۱۳

DOI: <https://doi.org/10.48308/JFR.19.4.583>

ظرفیت ذهنی‌سازی مهارتی اساسی در روابط متقابل، پایدار و قابل اعتماد است. هدف اصلی پژوهش، بررسی و مقایسه ظرفیت ذهنی‌سازی و سبک‌های هیجانی (سلامت هیجانی) افراد متأهل «با» و «بدون» تعارض زناشویی بود. در این پژوهش از دو گروه زنان و مردان متأهل با و بدون تعارض زناشویی ۱۶۰ شرکت‌کننده (هر گروه ۴۰ زن و ۴۰ مرد) به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شد. هر دو گروه به صورت انفرادی به پرسش‌نامه‌های سبک‌های هیجانی کسبیر و همکاران (۲۰۱۹) و ذهنی‌سازی دیمیتریویچ و همکاران (۲۰۱۸) پاسخ دادند. نتایج حاصل از تحلیل واریانس چندمتغیره (MANOVA) نشان داد که بین ظرفیت ذهنی‌سازی و نیم‌رخ مؤلفه‌های سبک‌های هیجانی (نگرش به زندگی، تاب‌آوری، شهود اجتماعی، خودآگاهی، حساسیت به زمینه و توجه) افراد متأهل با و بدون تعارض زناشویی، تفاوت معناداری وجود دارد. وجود تعارض‌های حل‌نشده در روابط زناشویی موجب کاهش ظرفیت ذهنی‌سازی و سلامت هیجانی افراد در رابطه می‌شود. از این‌رو، این نتایج لزوم فراهم‌سازی تمهیداتی برای ارتقای ظرفیت ذهنی‌سازی و سبک‌های هیجانی زوجین پرتعارض را آشکار می‌سازد.

کلیدواژه‌ها: ظرفیت ذهنی‌سازی، سبک‌های هیجانی، تعارض زناشویی، روابط عاشقانه، روابط زوجین.

استناد به این مقاله: متین، ح.، اعتمادی، ع.، و عابدی، م. ر. (۱۴۰۲). ظرفیت ذهنی‌سازی و سبک‌های هیجانی در افراد متأهل با و بدون تعارض زناشویی. *فصلنامه خانواده‌پژوهی*. ۱۹(۴)، ۵۸۳-۵۹۸.

✉ نویسنده مسئول: e.etemadi@edu.ui.ac.ir

مقدمه

تعارض زناشویی^۱ را می‌توان حالت تنش یا استرس بین زوجین تعریف کرد؛ زیرا زن و شوهر می‌کوشند نقش‌های زناشویی‌شان را ایفا کنند. تعارض زناشویی ممکن است کشمکش، درگیری یا اختلاف بین زن و شوهر بر سر نیازها، عقاید، باورها، ارزش‌ها یا اهداف متضاد توصیف شود (تاسو و گتهون^۲، ۲۰۲۱). فروپاشی روابط و افزایش رشد طلاق، به ویژه در سال‌های اولیه ازدواج در ایران، گویای اهمیت توجه به متغیرهای مرتبط و درک تعارض‌ها در روابط زوجین است (متین و همکاران، ۲۰۲۴).

یکی از متغیرهای مرتبط در درک تعارض‌های زناشویی توانایی ذهنی‌سازی است. ذهنی‌سازی به عنوان ظرفیتی برای پردازش هیجان و ارتباط خوب می‌تواند به ما در مدیریت تعارض‌ها کمک کند (بیتمن و فوناگی^۳، ۲۰۱۶). ذهنی‌سازی شکلی از فعالیت ذهنی تخیلی است که منعکس‌کننده توانایی افراد برای درک حالات ذهنی خود و دیگران است. این حالات ذهنی شامل افکار، احساسات، قصد و نیت، خواسته‌ها و اهداف هستند (استین مایر و همکاران^۴، ۲۰۲۰؛ بیتمن و فوناگی^۳، ۲۰۱۹). نظریه‌پردازان ذهنی‌سازی ظرفیت تجسم حالات ذهنی خود یا دیگری را در پرتو دل‌بستگی توصیف کرده‌اند که در چارچوب یک رابطه امن ایجاد می‌شود و عوامل متعددی مانند کیفیت روابط دل‌بستگی، به ویژه سبک دل‌بستگی ایمن (براون و همکاران^۵، ۲۰۱۶)، رویدادها و تجربه‌های آسیب‌زای دوران کودکی (فولر^۶، ۲۰۱۶) و توانایی ذهنی‌سازی والدین (روسو و همکاران^۷، ۲۰۱۵) در شکل‌گیری آن اثرگذارند. علاوه بر این، ظرفیت ذهنی‌سازی با امنیت دل‌بستگی (سطوح پایین دل‌بستگی اجتنابی و دل‌بستگی اضطرابی) در بزرگ‌سالی مرتبط است (بورلی^۸ و همکاران، ۲۰۱۸؛ سبورن^۹ و همکاران، ۲۰۱۳).

نظریه‌پردازان ذهنی‌سازی بر ارزش ویژه آن در موقعیت‌های استرس‌زا تأکید کرده‌اند، یعنی موقعیت‌هایی که مفروضات خودکار می‌توانند به راحتی بر تأمل آگاهانه غلبه کنند (لوپتن و فوناگی^{۱۰}، ۲۰۱۵)؛ یعنی توانایی فکر کردن و احساس کردن یا آگاه ماندن از دیدگاه دیگران که در مواقع برانگیختگی مانند تعارض بسیار مهم و تنظیم‌کننده است. با این حال، هرچه موقعیتی چالش‌برانگیزتر باشد، تعادل و بازیابی ذهنی‌سازی ممکن است دشوارتر باشد. درحالی‌که در این مواقع ذهنی‌سازی اهمیت زیادی دارد، زیرا از تنظیم هیجان پشتیبانی می‌کند و امکان تعامل‌های منسجم و مثبت را فراهم می‌کند (بورلی و همکاران، ۲۰۱۸؛ رادفورد^{۱۱} و همکاران، ۲۰۱۵). هنگامی که ذهنی‌سازی با شکست مواجه می‌شود، حالت‌های هم‌ارزی روانی (در نظر نگرفتن دیدگاه‌های جایگزین)، غایت‌شناختی (که در آن حالات ذهنی فقط زمانی واقعی هستند که ملموس شوند) و حالت‌های وانمودی (جایی که افکار و احساسات از واقعیت جدا می‌شوند) رخ می‌دهد (فوناگی و همکاران، ۲۰۱۷) که به نظر می‌رسد وجود این حالت‌ها به نوعی با تعارض‌های زوجین مرتبط است.

یکی دیگر از عواملی که ممکن است با تعارض زناشویی مرتبط باشد، سبک‌های هیجانی است. سبک‌های هیجانی بر جنبه‌های مختلف زندگی افراد اثرگذار است و بخشی از سلامت روان به شمار می‌آید که با مفاهیم اختلال هیجانی، به‌زیستی هیجانی، سلامت معنوی، تنظیم هیجان و پختگی هیجانی ارتباط معنایی تنگاتنگی دارد (کسیبر و همکاران^{۱۲}، ۲۰۱۹). سبک‌های هیجانی شش بُعد زندگی هیجانی را دربرمی‌گیرد: نگرش^{۱۳} (توانایی حفظ هیجان‌های مثبت)، تاب‌آوری^{۱۴} (توانایی خارج شدن از هیجان‌های منفی)، شهود اجتماعی^{۱۵} (توجه به نشانه‌های غیرکلامی)، خودآگاهی^{۱۶} (توجه به نشانه‌های جسمی هیجان)، حساسیت به زمینه^{۱۷}

(توجه به تأثیر پاسخ‌های هیجانی و رفتاری بر محیط) و توجه^{۱۸} (توانایی تمیز محرک‌های هیجانی). در چندین مطالعه تجربی، دیویدسون و همکارانش نشان داده‌اند که سبک‌های هیجانی با شبکه‌های عصبی خاصی مرتبط هستند و شاخص‌های هریک از شش بعد را می‌توان در یک یا چند ساختار مغزی تشخیص داد (دیویدسون و بیگلی،^{۱۹} ۲۰۱۲).

افرادی که در بعد نگرش امتیاز بالایی کسب می‌کنند، تمایل دارند احساسات مثبت (مانند شادی، غرور) را در موقعیت‌های مختلف زندگی حفظ کنند. در درازمدت، این ویژگی به یک دیدگاه و نگرش کلی مثبت و خوش‌بینانه به زندگی منجر می‌شود (دیویدسون و بیگلی، ۲۰۱۲). تاب‌آوری، بُعد دوم سبک‌های هیجانی است که به مدت‌زمان بازایی از تجربه هیجان‌های منفی اشاره دارد. هر فرد بسیار انعطاف‌پذیر به سرعت از احساسات منفی مانند ترس یا غم بهبود می‌یابد. در مقابل، فردی که سطح انعطاف‌پذیری پایینی دارد، کندتر از احساسات منفی بهبود می‌یابد و برای مدت طولانی‌تری با آن‌ها مبارزه می‌کند (دیویدسون و بیگلی، ۲۰۱۲). شهود اجتماعی بُعد سوم سبک‌های هیجانی است که توانایی درک و تفسیر صحیح سیگنال‌ها از محیط اجتماعی را توصیف می‌کند (دیویدسون و بیگلی، ۲۰۱۲). این سیگنال‌ها ممکن است شامل حالات چهره، زبان بدن یا کلامی باشد. افرادی که امتیاز بالایی در بعد شهود اجتماعی دارند، نسبت به افراد دیگر احساس همدلی و شفقت بیشتری دارند و می‌توانند به سیگنال‌های احساسی که از محیط خود دریافت می‌کنند، به‌درستی پاسخ دهند. خودآگاهی بعد چهارم است و نشان‌دهنده توانایی درک سیگنال‌های درونی از بدن خود در ارتباط با هیجان‌ها و تفسیر صحیح آن‌هاست (دیویدسون و بیگلی، ۲۰۱۲). سطوح بالای خودآگاهی با حساسیت شدید به سیگنال‌های فیزیکی و احساسی بدن خود مرتبط است. حساسیت به زمینه بعد پنجم است و به میزانی مربوط می‌شود که پاسخ‌های عاطفی و رفتاری ما با بافت اجتماعی مطابقت دارد (دیویدسون و بیگلی، ۲۰۱۲). افرادی که در بعد حساسیت امتیاز بالایی دارند، می‌توانند واکنش‌ها و رفتار خود را با محیط‌های اجتماعی مختلف تطبیق دهند و از قوانین معتبر اجتماعی آگاه باشند، درحالی‌که افراد با نمره پایین در این بعد، به احتمال زیاد رفتارهای نامناسب اجتماعی از خود نشان می‌دهند. بعد نهمی در سبک‌های هیجانی، توجه است. توجه معمولاً یک توانایی شناختی در نظر گرفته می‌شود (انگل و کین، ۲۰۰۴). بالین‌حال، دیویدسون و بیگلی (۲۰۱۲) به دلیل ارتباط نزدیک آن با نواحی مغز مرتبط با پردازش احساسات، توجه را بعد جداگانه‌ای از سبک‌های هیجانی می‌دانند. جنبه‌های عاطفی موقعیت مانند تعارض‌ها به بخش قابل‌توجهی از توجه ما نیاز دارد و توانایی فیلتر کردن حواس‌پرتی‌های عاطفی، مهارتی اصلی در زندگی عاطفی فرد است.

باتوجه‌به آنچه اشاره شد، تفاوت در سبک‌های هیجانی، همچون سایر ویژگی‌های رفتاری، تا حدودی تحت‌تأثیر عوامل ژنتیکی و تا حدودی تحت‌تأثیر عوامل موقعیتی قرار دارد (دیویدسون و مک اون، ۲۰۱۴). یکی از این عوامل محیطی بافت رابطه زوجین است. باتوجه‌به اهمیت سبک‌های هیجانی افراد در حیطه‌های مختلف زندگی مانند روابط زناشویی و فقدان پیشینه پژوهشی در این زمینه در جمعیت ایرانی، اهمیت بررسی این موضوع را آشکار می‌سازد. از طرفی، به نظر می‌رسد که ظرفیت ذهنی‌سازی یکی دیگر از متغیرهای مرتبط و مهم در بافت رابطه زوجین است. در همین راستا مطالعه جسی و همکارانش^{۲۰} (۲۰۱۷) نشان داد که سطوح بالاتر ذهنی‌سازی همسران با سطوح پایین‌تر تعامل‌های منفی زناشویی و والدینی مرتبط

است. لذا بررسی این متغیرها در این پژوهش می‌تواند خلأ پژوهش مربوط به مطالعات در حوزه روابط زناشویی را پر کند و به روشن شدن درک ما از تعارض‌های زناشویی یاری رساند. از این‌رو، این پژوهش با هدف مقایسه ظرفیت ذهنی‌سازی و سبک‌های هیجانی افراد متأهل با و بدون تعارض زناشویی انجام شد تا به این پرسش‌ها پاسخ دهد که:

- آیا بین ظرفیت ذهنی‌سازی افراد دو گروه با و بدون تعارض زناشویی تفاوت معناداری وجود دارد؟
- آیا بین سبک‌های هیجانی افراد دو گروه با و بدون تعارض زناشویی تفاوت معناداری وجود دارد؟

روش

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

روش پژوهش حاضر از نوع مطالعات علی‌مقایسه‌ای بود. جامعه پژوهش در دو گروه تعیین شد که افراد شرکت‌کننده این شرایط را داشتند: داشتن حداقل سواد دیپلم، گذشت یک سال از ازدواج و نداشتن سابقه اختلال روان‌شناختی (که به شیوه خودگزارشی در پرونده مراکز مشاوره وجود داشت). گروه اول شامل همه زنان و مردان متأهل مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر همدان بودند که به دلیل تعارض‌های زناشویی حل‌نشده به مراکز مشاوره مراجعه کرده بودند. گروه دوم شامل زنان و مردان متأهل ساکن شهر همدان بودند که با اطمینان دادن به محرمانگی اطلاعات و جلب رضایتشان برای شرکت در پژوهش، از مناطق مختلف شهر همدان به روش در دسترس انتخاب شدند که از بین افراد شرکت‌کننده در پژوهش ۱۶۰ نفر، ۸۰ نفر زن و ۸۰ نفر مرد بودند. در هر گروه ۸۰ نفر شامل ۴۰ نفر زن و ۴۰ نفر مرد بودند. در پژوهش حاضر از ابزارهای زیر استفاده شد:

پرسش‌نامه سبک‌های هیجانی (ESQ): این پرسش‌نامه مبتنی بر چهارچوب نظری است که از علوم اعصاب اقتباس شده است که کسبیر و همکاران (۲۰۱۹) برای اندازه‌گیری شش بعد سبک هیجانی و همچنین سلامت هیجانی کلی (نمره کل در هر شش بعد) آن را ساخته‌اند. ESQ شامل ۲۴ گویه است که باید در مقیاس لیکرت ۷ درجه‌ای از ۱ (کاملاً مخالف) تا ۷ (کاملاً موافقم) پاسخ داده شود. هر یک از ابعاد شش‌گانه سبک‌های هیجانی با چهار گویه در پرسش‌نامه نشان داده شده است. شواهد حاکی از قابلیت اعتماد مناسب این پرسش‌نامه است. اعتبار همسانی درونی بر حسب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس، نگرش به زندگی، انعطاف‌پذیری، شهود اجتماعی، خودآگاهی، حساسیت به محیط و توجه به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۹۱، ۰/۸۴، ۰/۸۱، ۰/۸۲، ۰/۸۴ است (کسبیر و همکاران، ۲۰۱۹).

اعتباریابی این پرسش‌نامه در ایران انجام شده است. نتایج نشان داد که نسخه فارسی پرسش‌نامه همسانی درونی بسیار خوبی دارد (ضریب آلفای کرونباخ: ۰/۸۴) و پایایی بازآزمایی پس از چهار هفته (ضریب همبستگی درونی، ۰/۷۱) است. همچنین، عدم تغییر اندازه‌گیری نشان داد که این پرسش‌نامه از روایی سازه قابل قبولی در بین گروه‌های مختلف برخوردار است. برای بررسی روایی همگرا و واگرایی پرسش‌نامه، همبستگی نمره کل آن با مقیاس کلی شدت و اختلال اضطراب، نسخه کوتاه کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت، مقیاس مشکلات تنظیم هیجان و عاطفه منفی و مثبت محاسبه شد که نتایج آن به ترتیب ۰/۶۸، ۰/۷۶، ۰/۳۹، ۰/۷۲- و ۰/۶۲- به دست آمده است (نظری و گریفیث، ۲۰۲۲).

پرسش‌نامه ذهنی‌سازی^{۲۲} (MQ): این پرسش‌نامه را دیمیتریویچ^{۲۳} و همکاران (۲۰۱۸) ساخته‌اند که ۲۸ پرسش دارد. این پرسش‌نامه در طیف لیکرت ۵ گزینه‌ای از کاملاً غلط (۱) تا کاملاً درست (۲) تشکیل شده است و سه زیر مقیاس دارد: ذهنی‌سازی مرتبط با خود، ذهنی‌سازی مرتبط با دیگران و انگیزه برای ذهنی‌سازی و یک مقیاس کلی. ضریب آلفای کرونباخ برای هر سه زیرمقیاس و نمره کل بین ۰/۷۴ تا ۰/۷۹ گزارش شده است. دیمیتریویچ و همکاران به منظور بررسی روایی این پرسش‌نامه ضریب همبستگی ذهنی‌سازی را با متغیرهای هوش هیجانی، همدلی و پرسش‌نامه پنج‌عاملی نئو بررسی کردند و نشان دادند که ذهنی‌سازی با ساختارهای شناختی و پرسش‌نامه پنج‌عاملی ارتباط دارد. این مقیاس ارتباط مثبت و معناداری با همدلی و هوش هیجانی داشت. همچنین این مقیاس همبستگی منفی با دل‌بستگی اجتنابی و اضطرابی و همچنین روان‌رنجوری داشت.

این پرسش‌نامه را در ایران صفری موسوی و همکاران (۱۳۹۹) اعتباریابی کردند که نشان داد ضریب آلفای کرونباخ تمام پرسش‌ها از پایایی بسیار مطلوبی برخوردارند و میزان پایایی زیرمقیاس‌های ذهنی‌سازی خود، ذهنی‌سازی دیگران، انگیزه برای ذهنی‌سازی و نمره کل ذهنی‌سازی به ترتیب ۰/۷۳، ۰/۸۰، ۰/۷۶ و ۰/۸۶ به دست آمده است. برای بررسی روایی همگرا همبستگی نمره کل پرسش‌نامه ذهنی‌سازی با متغیرهای سبک دل‌بستگی ایمن، ذهن‌آگاهی و شناخت اجتماعی محاسبه شد که نتایج به ترتیب ۰/۵۴۹، ۰/۴۳۵ و ۰/۲۵۷ به دست آمده است. همچنین برای بررسی روایی واگرا از ضریب همبستگی بین پرسش‌نامه ذهنی‌سازی با سبک دل‌بستگی اجتنابی (۰/۱۵۵-) و اضطرابی (۰/۱۷۲-) استفاده شد.

بیان یافته‌ها

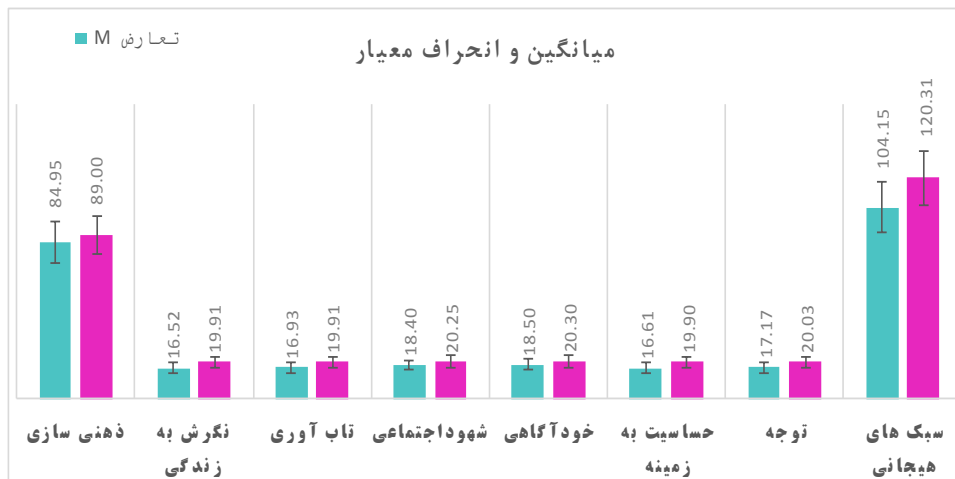
در این پژوهش، افراد نمونه ۱۶۰ شرکت‌کننده که شامل ۸۰ نفر دارای تعارض زناشویی با میانگین سنی ۲۸/۵۳ با انحراف معیار ۳/۶۴ و ۸۰ نفر افراد عادی با میانگین سنی ۲۸/۹۵ با انحراف معیار ۴/۶۱ بودند. همچنین میانگین مدت ازدواج افراد شرکت‌کننده ۴/۲ سال بود. در شکل و جدول شماره ۱ میانگین و انحراف معیار دو گروه در متغیرهای پژوهش قابل مشاهده است.

جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد ذهنی‌سازی و ابعاد سبک‌های هیجانی در افراد

با و بدون تعارض زناشویی

متغیرها	گروه	میانگین	انحراف معیار	N
ذهنی‌سازی	عادی	۰۰/۸۹	۱۲/۱۰	۸۰
	تعارض	۹۵/۸۴	۱۴/۱۱	۸۰
	کل	۹۷/۸۶	۸۰/۱۰	۱۶۰
نگرش به زندگی	عادی	۹۱/۱۹	۹۲/۲	۸۰
	تعارض	۵۲/۱۶	۸۱/۲	۸۰
	کل	۲۱/۱۸	۳۲/۳	۱۶۰
تاب‌آوری	عادی	۹۱/۱۹	۹۲/۲	۸۰
	تعارض	۹۳/۱۶	۹۰/۲	۸۰

۱۶۰	۲۶/۳	۴۲/۱۸	کل	شهود اجتماعی
۸۰	۰۸/۳	۲۰/۲۵	عادی	
۸۰	۷۷/۲	۴۰/۱۸	تعارض	
۱۶۰	۰۶/۳	۳۲/۱۹	کل	خودآگاهی
۸۰	۱۱/۳	۳۰/۲۰	عادی	
۸۰	۸۵/۲	۵۰/۱۸	تعارض	
۱۶۰	۱۱/۳	۴۰/۱۹	کل	حساسیت به زمینه
۸۰	۱۴/۳	۹۰/۱۹	عادی	
۸۰	۸۹/۲	۶۱/۱۶	تعارض	
۱۶۰	۴۳/۳	۴۵/۱۸	کل	توجه
۸۰	۰۹/۳	۰۳/۲۰	عادی	
۸۰	۰۹/۳	۱۷/۱۷	تعارض	
۱۶۰	۴۰/۳	۶۰/۱۸	کل	نمره کلی سبک‌های هیجانی
۸۰	۶۶/۱۴	۳۱/۱۲۰	عادی	
۸۰	۶۹/۱۳	۱۵/۱۰۴	تعارض	
۱۶۰	۳۰/۱۶	۲۳/۱۱۲	کل	



شکل ۱. میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش در دو گروه با و بدون تعارض زناشویی

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون تحلیل واریانس چندمتغیری (MANOVA) استفاده شد. در این راستا، ابتدا پیش‌فرض‌های این روش بررسی شد. به منظور بررسی همگنی واریانس‌های متغیرهای پژوهش از آزمون لون استفاده شد که نتایج آن در جدول ۲ گزارش شده است.

جدول ۲: نتایج آزمون لون به منظور بررسی همگنی واریانس‌های متغیرهای پژوهش

متغیرها	F	df1	df2	سطح معناداری
ذهنی‌سازی	۰/۵۰۹	۱	۱۵۸	۰/۴۷۷
سبک‌های هیجانی	۰/۰۹۳	۱	۱۵۸	۰/۷۶۰

بر اساس جدول ۲ سطح معناداری آزمون لون بیشتر از ۰/۰۵ است. در نتیجه فرض برابری واریانس‌ها در گروه‌ها تأیید می‌شود. برای بررسی نرمال بودن داده‌ها از آزمون آماری کولموگروف اسمیرنوف استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ گزارش شده است.

جدول ۳: آزمون کولموگروف اسمیرنوف به منظور بررسی نرمال بودن داده‌ها

متغیر	گروه	K-S	df	سطح معناداری
ذهنی‌سازی	عادی	۰/۰۶۴	۸۰	۰/۲۰۰
	تعارض	۰/۰۶۶	۸۰	۰/۲۰۰
سبک‌های هیجانی	عادی	۰/۰۶۳	۸۰	۰/۲۰۰
	تعارض	۰/۰۶۱	۸۰	۰/۲۰۰

باتوجه به جدول ۳ می‌بینیم که برای آزمون کولموگروف اسمیرنوف، مقدار سطح معناداری برابر با ۰/۲۰۰ شده که چون از ۰/۰۵ بزرگ‌تر است، نشان‌دهنده نرمال بودن داده‌هاست. به منظور بررسی همگنی ماتریس‌های واریانس-کوواریانس با استفاده از آزمون (M-Box) بررسی شد.

جدول ۴: آزمون ام باکس به منظور همگنی ماتریس‌های واریانس - کوواریانس

سطح معناداری	F	M-Box
۰/۵۶۱	۰/۶۸۴	۲/۰۸۲

مندرجات جدول ۴ نشان می‌دهد که پیش‌فرض همگنی ماتریس‌های واریانس کوواریانس محقق شده است. برای تعیین معناداری اثر گروه بر ذهنی‌سازی و سبک‌های هیجانی، از آزمون لامبدای ویلکز استفاده شد که نتایج حاصل در جدول ۵ گزارش شده است.

جدول ۵: تحلیل واریانس چندمتغیره تفاوت گروه‌های مورد مطالعه

آزمون	ارزش	F	درجه آزادی خطا	سطح معناداری
Wilks' Lambda	۰/۶۲۲	۱۳/۲۲۱	۱۵۲/۰۰۰	۰/۰۰۰

نتایج جدول شماره ۵ نشان می‌دهد که در دو گروه، حداقل در یکی از متغیرهای وابسته تفاوت معناداری وجود دارد. برای بررسی دقیق‌تر این تفاوت از آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره استفاده شد که نتایج آن‌ها در جدول شماره ۶ ارائه شده است.

جدول ۶: نتایج آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره (مانوا) ذهنی سازی و ابعاد سبک‌های هیجانی در افراد با و بدون تعارض زناشویی

منبع	متغیرها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
گروه	ذهنی سازی	۶۵۶/۱۰۰	۱	۶۵۶/۱۰۰	۵/۷۸۷	۰/۰۰۱
	نگرش به زندگی	۴۵۹/۰۰۶	۱	۴۵۹/۰۰۶	۵۵/۶۸۷	۰/۰۰۰
	انعطاف پذیری	۳۵۴/۰۲۵	۱	۳۵۴/۰۲۵	۴۱/۵۸۶	۰/۰۰۰
	شهود اجتماعی	۱۳۶/۹۰۰	۱	۱۳۶/۹۰۰	۱۵/۹۰۲	۰/۰۰۰
	خودآگاهی	۱۵۲/۱۰۰	۱	۱۵۲/۱۰۰	۱۶/۹۳۶	۰/۰۰۰
	حساسیت به محیط	۳۶۹/۰۵۶	۱	۳۶۹/۰۵۶	۳۰/۵۱۵	۰/۰۰۰
	توجه	۳۲۷/۷۵۶	۱	۳۲۷/۷۵۶	۳۴/۱۹۵	۰/۰۰۰
	سبک‌های هیجانی	۱۰۳۲۰/۱۵۶	۱	۱۰۳۲۰/۱۵۶	۷۸/۴۵۱	۰/۰۰۰
خطا	ذهنی سازی	۱۷۹۱۱/۸۰۰	۱۵۸	۱۱۳/۳۶۶		
	نگرش به زندگی	۱۳۰۲/۳۳۷	۱۵۸	۸/۲۴۳		
	انعطاف پذیری	۱۳۴۵/۰۷۵	۱۵۸	۸/۵۱۳		
	شهود اجتماعی	۱۳۶۰/۲۰۰	۱۵۸	۸/۶۰۹		
	خودآگاهی	۱۴۱۹/۰۰۰	۱۵۸	۸/۹۸۱		
	حساسیت به محیط	۱۹۱۰/۸۸۷	۱۵۸	۱۲/۰۹۴		
	توجه	۱۵۱۴/۴۳۸	۱۵۸	۹/۵۸۵		
	سبک‌های هیجانی	۲۰۷۸۴/۷۸۸	۱۵۸	۱۳۱/۵۴۹		
کل	ذهنی سازی	۱۲۲۸۹۱۲/۰۰۰	۱۶۰			
	نگرش به زندگی	۵۴۸۶۹/۰۰۰	۱۶۰			
	انعطاف پذیری	۵۶۰۱۶/۰۰۰	۱۶۰			
	شهود اجتماعی	۶۱۲۵۰/۰۰۰	۱۶۰			
	خودآگاهی	۶۱۳۲۴/۰۰۰	۱۶۰			
	حساسیت به محیط	۵۷۱۵۱/۰۰۰	۱۶۰			
	توجه	۵۷۲۳۳/۰۰۰	۱۶۰			
	سبک‌های هیجانی	۲۰۵۳۱۸۱/۰۰۰	۱۶۰			

همان طور که جدول ۶ نشان می‌دهد، در بین دو گروه افراد با و بدون تعارض زناشویی از نظر این متغیرها تفاوت‌های معناداری وجود دارد: ذهنی سازی ($F=5.787, P<0.05$) و مؤلفه‌های سبک‌های هیجانی، نگرش به زندگی ($F=55.687, P<0.05$)؛ تاب‌آوری ($F=41.586, P<0.05$)؛ شهود اجتماعی ($P<0.05$)؛ خودآگاهی ($F=15.902, P<0.05$)؛ حساسیت به زمینه ($F=47.427, P<0.05$) و توجه ($F=34.195, P<0.05$).

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف مقایسه ظرفیت ذهنی‌سازی و سبک‌های هیجانی در دو گروه از زنان و مردان متأهل با و بدون تعارض زناشویی انجام شد. در پاسخ به پرسش اول نتایج پژوهش نشان داد که بین افراد دو گروه با و بدون تعارض زناشویی در ظرفیت ذهنی‌سازی تفاوت معناداری وجود دارد. همسو با این یافته‌ها تعدادی از تحقیقات بالینی و غیربالینی ظرفیت ذهنی‌سازی را به عنوان سازوکاری محافظ برای پیش‌بینی به‌زیستی (بورلی و همکاران، ۲۰۱۸) و کاهش آسیب‌شناسی روانی (هوانگ و همکاران، ۲۰۲۰؛ چیسو و فوناگی، ۲۰۱۴) تأیید کرده‌اند. علاوه بر این، نقص در ذهنی‌سازی با تعارض بین‌فردی و کاهش رضایت از رابطه مرتبط است (وار و همکاران، ۲۰۱۶). همه ما در موقعیت‌های بین‌فردی، ممکن است بر اساس باورهای اشتباه درباره حالات ذهنی خود و دیگران نتیجه‌گیری و رفتار کنیم که به سوءتفاهم‌های روزمره و تعارض منجر می‌شود. از آنجاکه ذهنی‌سازی حس انسجام را در فرد ایجاد می‌کند، ذهنی‌سازی متزلزل می‌تواند حسی از چندپارگی و حالتی هیجانی ایجاد کند که اغلب به اعمال تکانشی و حتی خشونت‌آمیز منجر می‌شود. از طرفی، عواطف شدیدی که در هنگام تعارض تجربه می‌شود، ممکن است ظرفیت ذهنی‌سازی را تضعیف کند (بیتمن و فوناگی، ۲۰۱۶).

به نظر می‌رسد افرادی که دچار تعارض‌های زناشویی هستند، حالت‌هایی از هیجان‌های نامطلوب و برانگیختگی عاطفی دارند که ممکن است آن‌ها را در دام حالت‌های غیرذهنی‌ساز گرفتار کند که تجربه حالت‌های پیش‌ذهنی‌ساز در روابط متعارض دور از انتظار نخواهد بود. از طرفی، ظرفیت ذهنی‌سازی می‌تواند همچون «سیستم درون‌روانی» عمل کند که به افراد اجازه می‌دهد با ادغام عوامل استرس‌زای بیرونی در تجارب شخصی منسجم، از طریق بسط درون‌روانی به گونه‌ای انعطاف‌پذیر با موقعیت‌های نامطلوب سازگار شوند (شوازر و همکاران، ۲۰۲۲). بازنمایی ذهنی عوامل استرس‌زا مانند تعارض و ارزیابی آن‌ها مستلزم ادراک از خود و ظرفیت تخیلی است که دیدگاه‌گیری^{۲۴} را تسهیل می‌کند که به عنوان یکی از ویژگی‌های اصلی ذهنی‌سازی توصیف شده است. بنابراین، اگر توانایی ذهنی‌سازی در مواجهه با تعارض در دسترس باشد، مجموعه خاصی از راهبردهای مقابله‌ای سازگار (نه تنها رفتاری بلکه از نظر تنظیم هیجانی) را فعال می‌کند که پیامدهای قابل قبولی خواهد داشت. از سویی دیگر، ظرفیت ذهنی‌سازی قوی ممکن است استفاده از راهبردهای مقابله‌ای منفی را با وجود سطوح بالای استرس و تعارض کاهش دهد. درنهایت، تحولات اخیر در رابطه با ظرفیت ذهنی‌سازی به عنوان یک مفهوم این فرضیه را مطرح می‌کند که ذهنی‌سازی قوی منبع مقابله‌ای است که ممکن است تأثیر مفیدی بر رفتار مقابله‌ای داشته باشد (شوازر و همکاران، ۲۰۲۲)؛ بنابراین معناداری تفاوت ظرفیت ذهنی‌سازی بین افراد دو گروه با و بدون تعارض زناشویی منطقی به نظر می‌رسد.

در پاسخ به پرسش دوم، نتایج پژوهش نشان داد که بین افراد دو گروه با و بدون تعارض زناشویی در ابعاد سبک‌های هیجانی تفاوت معناداری وجود دارد. نتایج نشان داد که در بعد نگرش (توانایی حفظ هیجان‌های مثبت) تفاوت معناداری در بین افراد دو گروه وجود دارد. همسو با نتایج فوق، پژوهش پاریس و همکاران (۲۰۱۷) نشان داد وقتی همسران همدیگر را درک نمی‌کنند، رفتارهای مثبتشان کم و رفتارهای منفی بیشتر می‌شود و زوجینی که خوش‌بین نیستند، توانایی درکشان کم است. در ارتباط با این یافته شواهد حاکی از این است که افراد خوش‌بین به‌طور کلی نسبت به افراد بدبین، روابط بهتری با دیگران دارند (کارور و همکاران،

۲۰۱۰). در مجموع، در حال حاضر محققان خوش‌بینی را منبع مفیدی در روابط بین‌فردی می‌دانند (اسد و همکاران، ۲۰۰۷). افراد خوش‌بین تمایل بیشتری به پذیرش واقعیت در زندگی در حال حاضر دارند، در اهداف خود قاطع‌تر هستند و ناسازگاری کمتری نشان می‌دهند (کلب و همکاران، ۲۰۱۸). به عبارت دیگر، افرادی که خوش‌بینی مناسبی دارند، در زمینه تعارض‌ها قادرند به طور عمیق و منطقی بیندیشند و احساسات و افکارشان را به شکل مناسب بیان کنند؛ همچنین بهتر می‌توانند رفتار و گفتار خود را مدیریت کنند و به خود انگیزه دهند. افراد خوش‌بین انتظار دارند امور زندگی مطابق نظر آن‌ها پیش برود و به زندگی دیدگاه مثبتی دارند. همین امر آن‌ها را به تلاش و کوشش ترغیب می‌کند (همایی و دشت‌بزرگی، ۱۳۹۷). از این رو آن‌ها با مشکلات زندگی زناشویی مواجهه‌ای فعالانه دارند. این افراد در روابط بین‌فردی، به ضعف‌های دیگران، اختلاف‌ها و تعارض‌های بین‌فردی، دیدگاه خوش‌بینانه دارند و آن‌ها را حل‌شدنی می‌دانند.

در بعد تاب‌آوری (توانایی خارج شدن از هیجان‌های منفی) نتایج نشان داد تفاوت معناداری بین دو گروه افراد با و بدون تعارض زناشویی وجود دارد. همسو با این یافته، مطهری و همکاران (۱۳۹۲) در پژوهش خود نشان دادند که زوجین تاب‌آور سطوح پایین‌تری از تعارض‌های زناشویی را گزارش می‌دهند، به این دلیل که آن‌ها، فارغ از هیجان‌های منفی، توان مقابله مسئله‌مدار با مشکلات زندگی را دارند. همچنین در این راستا نتایج پژوهش حق‌پرست نصرآبادی (۱۴۰۰) نشان داد که تاب‌آوری و مؤلفه‌های آن با تعارض‌های زناشویی رابطه منفی دارند. به‌طورکلی هرچه مؤلفه تاب‌آوری بیشتر باشد، میزان تعارض‌های زناشویی کمتر است. تاب‌آوری محافظتی قوی برای مواجهه با مشکلات و تعارض‌های زناشویی است و زوجین را در انتخاب مسیر درست برای هدایت اختلاف‌ها و ایجاد فرصت‌های لذت‌بخش زندگی زناشویی هدایت و رهنمون می‌کند (بردلی و حجت، ۲۰۱۷).

در بعد شهود اجتماعی (توجه به نشانه‌های غیرکلامی) نتایج حاکی از وجود تفاوت معنادار بین دو گروه افراد با و بدون تعارض زناشویی بود. همسو با این یافته لوپس و همکاران (۲۰۰۳) دریافتند که سطوح پایین شهود اجتماعی با مشکلات در روابط بین‌فردی مرتبط است. در واقع، نارسایی در شناخت صحیح هیجان‌ها در چهره دیگران، ارتباط بین زوجین را با مشکل مواجه می‌سازد و در نتیجه، رضایت زناشویی آن‌ها را کاهش می‌دهد (بلاندر و همکاران، ۲۰۱۲). افراد با شهود اجتماعی بالا ممکن است به‌طور مؤثری هیجان‌های خود و تأثیر هیجان‌ها را در تعامل‌هایشان مدیریت کنند و همچنین اطلاعات اجتماعی را از حالت‌های عاطفی دیگران استنتاج کنند (آرمسترانگ و همکاران، ۲۰۱۲). از طرفی، افرادی که شهود اجتماعی خوبی دارند، نسبت به افراد دیگر احساس همدلی و شفقت بیشتری دارند و می‌توانند به سیگنال‌های احساسی که از محیط دریافت می‌کنند، به‌درستی پاسخ دهند. در این راستا برخی تحقیقات نشان داده است که هرچه «درک دیدگاه دیگران» بیشتر باشد، کناره‌گیری کمتر خواهد بود. کناره‌گیری نیز از رفتارهای مربوط به تعارض است که در آن یکی از طرفین از ادامه بحث خودداری می‌کند (ونلیسا و همکاران، ۲۰۱۷)؛ بنابراین باتوجه‌به این موارد تفاوت بین افراد دو گروه با و بدون تعارض زناشویی در بعد شهود اجتماعی دور از دسترس نخواهد بود.

در بعد خودآگاهی (توجه به نشانه‌های جسمی هیجان) نتایج نشان داد تفاوت معناداری بین دو گروه افراد با و بدون تعارض زناشویی وجود دارد. همسو با این یافته، نتایج پژوهش قره‌داغی و معصومی (۲۰۲۲) نشان

داد که خودآگاهی هیجانی و مهارت‌های مرتبط نقش اساسی در پیش‌بینی رضایت زناشویی دارد. این بدان معناست که خودآگاهی هیجانی نقش اساسی در سازگاری با محیط دارد، زیرا بارزترین نشانه خودآگاهی، تمایل به خودتأملی و تفکر است. آگاهی از الگوهای هیجانی به افراد کمک می‌کند تا ماهیت موقعیتی استرس‌زا را تشخیص دهند و به مرور زمان واکنش‌های خود را به رویدادهای استرس‌زا تعدیل کنند. افرادی که آگاهی بیشتری از هیجان‌هایشان دارند، از مهارت‌های بهتری در مدیریت مشکلات هیجانی برخوردارند، زمان کمتری را صرف توجه به واکنش‌های هیجانی خود می‌کنند و از منابع شناختی خود بهره می‌برند. این توانایی‌ها به آن‌ها امکان می‌دهد واکنش‌های افراد دیگر را کشف کنند و به آن‌ها اجازه می‌دهد توجه‌شان را به کارهای دیگر معطوف کنند یا از استراتژی‌های تطبیقی‌تری استفاده کنند (اکستریمرا و همکاران، ۲۰۰۶). در بعد حساسیت به زمینه (توجه به تأثیر پاسخ‌های هیجانی و رفتاری بر محیط) نتایج حاکی از تفاوت معنادار در بین دو گروه از زنان و مردان متأهل با و بدون تعارض زناشویی بود. همسو با این نتایج فری و همکاران (۲۰۱۳) دریافتند که افراد با مهارت‌های آگاهی اجتماعی بیشتر، مهارت‌های خودقضاوتی مؤثرتری در تعامل‌های اجتماعی نشان دادند. حساسیت به زمینه پیش‌نیاز تعامل اجتماعی و یادگیری است. افرادی که مهارت‌های آگاهی اجتماعی بهتری دارند، توانایی خودتنظیمی مؤثرتری را در تعامل اجتماعی نشان می‌دهند (فری و همکاران، ۲۰۱۳).

در آخرین بعد، سبک هیجانی، یعنی توجه (توانایی تمیز محرک‌های هیجانی)، نتایج حاکی از تفاوت معنادار در بین دو گروه از زنان و مردان متأهل با و بدون تعارض زناشویی بود. جنبه‌های هیجانی یک موقعیت مانند تعارض زناشویی به بخش قابل‌توجهی از توجه ما نیاز دارد و توانایی فیلتر کردن حواس‌پرتی‌های عاطفی یک مهارت اصلی در زندگی هیجانی فرد است (دیویدسون، ۲۰۱۲). افرادی که مهارت‌های توجه کمتری دارند ممکن است سوگیری توجهی بیشتری را نسبت به منابع بالقوه تهدید تجربه کنند (هاگرتی و ویلیامز، ۲۰۲۰). توجه و هیجان شرکای صمیمی هستند و درجات بالاتر توجه با تعادل هیجانی بالاتر و به‌زیستی خوب مرتبط است (کیلینگزورث و گیلبرت، ۲۰۱۰). بنابراین سطوح پایین توجه افراد ممکن است نقش کلیدی در تنظیم هیجان‌ها داشته باشد که در مواقع تعارض مهم هستند. به این ترتیب، افرادی که سطح توجه بیشتری دارند، می‌توانند به طور مؤثر محرک‌های عاطفی را پردازش کنند و بر روی یک کار معین تمرکز کنند. در مقابل، افرادی که سطح توجه پایینی دارند، مشکلات بیشتری در حفظ توجه و تمرکز بر وظایف دارند؛ بنابراین با توجه به این موارد وجود تفاوت در این بعد از سبک‌های هیجانی در بین افراد با و بدون تعارض زناشویی منطقی به نظر می‌رسد.

به‌طور کلی بسیاری از تعارض‌های زناشویی حل‌شدنی نیستند، اما آن دسته از زوج‌هایی بهترین عملکرد را دارند که می‌توانند با وجود این اختلاف‌ها زندگی کنند و دیدگاه همسر خود را بپذیرند. هرچه فضای بین زوجین امن‌تر باشد، ذهنی‌سازی و حل تعارض‌ها برای یکدیگر آسان‌تر است؛ یعنی صادقانه بگویند بفهمند که در ذهن خود و طرف مقابل چه اتفاقاتی در حال رخ دادن است (یعنی معنای پشت رفتار یکدیگر را بفهمند). تمام انسان‌ها از جمله زوجین برای برقراری ارتباط و درک بهتر رفتارها، نیازمند پی بردن به حالات ذهنی یکدیگر هستند و این درک حالات ذهنی یکدیگر به وسیله ذهنی‌سازی در زندگی روزمره انجام می‌گیرد.

از آنجاکه ذهنی‌سازی اساساً فرایندی دوطرفه و تعاملی است (فوناگی و تارگت^{۲۵}، ۱۹۹۷)، زوجین می‌توانند با ذهنی‌سازی در هنگام تعارض به فعال کردن ذهنی‌سازی شریک زندگی خود کمک کنند. همچنین می‌توانند با رفتارهایی مانند قضاوت نکردن، احترام، علاقه‌مند بودن به درک دیدگاه طرف مقابل و آگاهی از تأثیری که بر دیگری می‌گذارند، به ذهنی‌سازی مشترک^{۲۶} کمک کنند و با افشای نیازها، احساسات و افکار، بدون اینکه حالت تدافعی به خود بگیرند، مسئولیت اشتباه‌ها یا سوءتفاهم‌های خود و صدمه‌ای را که به دیگری وارد می‌کنند، بر عهده بگیرند. از سویی دیگر، سبک‌های هیجانی بر احساس ما به خود و اطرافیانمان، نحوه رفتارمان، میزان مستعد بودن ما در برابر استرس، عملکرد شناختی و آسیب‌پذیری ما در برابر اختلال‌های روانی و سلامت جسمانی نیز تأثیر می‌گذارد (دیویدسون، ۲۰۱۲)؛ بنابراین این پژوهش اهمیت بررسی و توجه به این موارد را در درک تعارض‌های زناشویی آشکار می‌سازد.

پیشنهاد می‌شود تحقیقات آینده این مورد را بررسی کنند که آیا هدف قرار دادن ظرفیت ذهنی‌سازی و سبک‌های هیجانی ممکن است به کاهش تعارض‌های زوجین کمک کند یا خیر؟! یکی از محدودیت‌های اصلی پژوهش ویژگی‌های جمعیت‌شناسی افراد نمونه بود، زیرا این مطالعه در جامعه فرهنگی ایران انجام شد؛ بنابراین، محدودیت تعمیم‌پذیری نتایج باید در نظر گرفته شود. یکی دیگر از محدودیت‌های پژوهش استفاده از ابزار پرسش‌نامه (خودگزارشی) به‌عنوان تنها ابزار گردآوری اطلاعات بود که امید است در پژوهش‌های آتی مورد توجه قرار گیرد و پژوهشگران از دیگر شیوه‌های گردآوری اطلاعات نیز استفاده کنند.

تأییدیه اخلاقی

این پژوهش مستخرج از رساله‌ی دکتری نویسنده اول است. تمامی مراحل انجام‌شده در این پژوهش مورد تأیید کمیته اخلاق دانشگاه اصفهان (IR.UI.REC.1402.082) قرار گرفت.

تقدیر و تشکر

در پایان از همکاری تمامی افراد شرکت‌کننده در این پژوهش، تشکر و قدردانی می‌شود.

بی‌نوشت‌ها

1. Couples Conflict
2. Tasew & Getahun
3. Bateman & Fonagy
4. Steinmair, Richter & Löffler-Stastka
5. Brüne, Walden, Edel & Dimaggio
6. Fowler
7. Rosso, Viterbori & Scopesi
8. Borelli
9. Esbjørn
10. Luyten & Fonagy
11. Rutherford
14. Resilience
15. Social intuition
16. Selfawareness
17. Sensitivity to context
18. Attention
19. Davidson & Begley
20. Jessee
21. Emotional Styles Questionnaires
22. Mentalization Questionnaire
23. Dimitrijević
24. Perspective-Taking

- | | |
|---------------------------------------|--|
| <p>12. Kesebir</p> <p>13. Outlook</p> | <p>25. Fonagy & Target</p> <p>26. Co-mentalizing</p> |
|---------------------------------------|--|

References

- Armstrong, S. J., Van der Heijden, B. I. J. M., Sadler-Smith, E., Zhang, L. F., Sternberg, R. J. & Rayner, S. (2012). Intellectual Styles, Management of Careers, and Improved Work Performance. *Handbook of Intellectual Styles: Preferences in Cognition, Learning, and Thinking*, 273-294.
- Assad, K. K., Donnellan, M. B. & Conger, R. D. (2007). Optimism: An Enduring Resource for Romantic Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(2), 285.
- Bateman, A. & Fonagy, P. (2016). *Mentalization Based Treatment for Personality Disorders: A Practical Guide*. Oxford: Oxford University Press.
- Brüne, M., Walden, S., Edel, M. A. & Dimaggio, G. (2016). Mentalization of Complex Emotions in Borderline Personality Disorder: The Impact of Parenting and Exposure to Trauma on the Performance in a Novel Cartoon-Based Task. *Comprehensive Psychiatry*, 64, 29-37.
- Borelli, J. L., Ensink, K., Hong, K., Sereno, A. T., Drury, R. & Fonagy, P. (2018). School-Aged Children with Higher Reflective Functioning Exhibit Lower Cardiovascular Reactivity. *Frontiers in Medicine*, 5, 196.
- Bateman, A. W. & Fonagy, P. (Eds.). (2019). *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice*. American Psychiatric Pub.
- Bradley, J. M., & Hojjat, M. (2017). A Model of Resilience and Marital Satisfaction. *The Journal of Social Psychology*, 157(5), 588-601.
- Blonder, L. X., Pettigrew, L. C. & Kryscio, R. J. (2012). Emotion Recognition and Marital Satisfaction in Stroke. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 34(6), 634-642.
- Carver, C. S., Scheier, M. F. & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 879-889.
- Chiesa, M., & Fonagy, P. (2014). Reflective Function as a Mediator between Childhood Adversity, Personality Disorder and Symptom Distress. *Personality and Mental Health*, 8(1), 52-66.
- Davidson, R. J. (2012). *The Emotional Life of Your Brain: How Its Unique Patterns Affect the Way You Think, Feel, and Live--and How You Can Change Them*. New York: Penguin.
- Davidson, R. J. & Begley, S. (2012). *The Emotional Life of Your Brain*. New York, NY: Hudson Street Press.
- Davidson, R. J. & McEwen, B. S. (2012). Social Influences on Neuroplasticity: Stress and Interventions to Promote Well-Being. *Nature neuroscience*, 15(5), 689-695.
- Dimitrijević, A., Hanak, N., Altaras Dimitrijević, A. & Jolić Marjanović, Z. (2018). The Mentalization Scale (MentS): A Self-Report Measure for the Assessment of Mentalizing Capacity. *Journal of Personality Assessment*, 100(3), 268-280.

- Esbjörn, B. H., Pedersen, S. H., Daniel, S. I., Hald, H. H., Holm, J. M. & Steele, H. (2013). Anxiety Levels in Clinically Referred Children and Their Parents: Examining the Unique Influence of Self-Reported Attachment Styles and Interview-Based Reflective Functioning in Mothers and Fathers. *British Journal of Clinical Psychology*, 52(4), 394- 407.
- Extremera, N. & Fernández-Berrocal, P. (2006). Emotional Intelligence as Predictor of Mental, Social, and Physical Health in University Students. *The Spanish Journal of Psychology*, 9(1), 45-51.
- Engle, R. W., & Kane, M. J. (2004). Executive Attention, Working Memory Capacity, and a Two-Factor Theory of Cognitive Control.
- Fowler, S. (2016). The Relationship between Traumatic Events and Psychological Symptomatology and the Moderating Role of Mentalization.
- Fonagy, P., Luyten, P., Allison, E. & Campbell, C. (2017). What We Have Changed our Minds About: Part 2. Borderline Personality Disorder, Epistemic Trust and the Developmental Significance of Social Communication. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 4(1), 1-12.
- Fonagy, P. & Target, M. (1997). Attachment and Reflective Function: Their Role in Self-Organization. *Development and Psychopathology*, 9(4), 679- 700.
- Ferri, F., Chiarelli, A. M., Merla, A., Gallese, V. & Costantini, M. (2013). The Body Beyond the Body: Expectation of a Sensory Event is Enough to Induce Ownership Over a Fake Hand. *Proceedings of the Royal Society B: Biological Sciences*, 280(1765), 20131140.
- Gharadaghi, A. & Masoumi Ala, S. (2022). Investigating the Role of Emotional Self-Awareness, Cognitive Emotion Regulation and Social Adequacy in Predicting Marital Satisfaction. *Human Relations Studies*, 2(4), 32-39 [in Persian].
- Huang, Y. L., Fonagy, P., Feigenbaum, J., Montague, P. R., Nolte, T. & Mood Disorder Research Consortium. (2020). Multidirectional Pathways Between Attachment, Mentalizing, and Posttraumatic Stress Symptomatology in the Context of Childhood Trauma. *Psychopathology*, 53(1), 48-58.
- Homaei, R., & Dasht Bozorgi, Z. (2018). Correlation of Self-Differentiation and Optimism with Responsibility and Marital Satisfaction in Nursing Students. *Journal of Health Promotion Management*, 7(2), 58-65 [in Persian].
- Haghparsat Nasrabadi, E., Dozandeh, R., Jalalitarab, S. & Sohrabi, A. (2021). Investigating the Relationship between Positive Thinking Skills and Resilience on Couples' Marital Conflict during Social Distance. *Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences*, 64(2) [in Persian].
- Hagerty, S. L., & Williams, L. M. (2020). The Impact of COVID-19 on Mental Health: The Interactive Roles of Brain Biotypes and Human Connection. *Brain, Behavior, & Immunity-Health*, 5, 100078.
- Jessee, A., Mangelsdorf, S. C., Wong, M. S., Schoppe-Sullivan, S. J., Shigeto, A. & Brown, G. L. (2018). The Role of Reflective Functioning in Predicting Marital and Coparenting Quality. *Journal of Child and Family Studies*, 27(1), 187-197.
- Kesebir, P., Gasiorska, A., Goldman, R., Hirshberg, M. J. & Davidson, R. J. (2019). Emotional Style Questionnaire: A multidimensional Measure of Healthy Emotionality. *Psychological Assessment*, 31(10), 1234.

- Kelberer, L. J., Kraines, M. A. & Wells, T. T. (2018). Optimism, Hope, and Attention for Emotional Stimuli. *Personality and Individual Differences*, 124, 84-90.
- Killingsworth, M. A. & Gilbert, D. T. (2010). A Wandering Mind is an Unhappy Mind. *Science*, 330(6006), 932-952.
- Luyten, P. & Fonagy, P. (2015). The Neurobiology of Mentalizing. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 6(4), 366.
- Lopes, P. N., Salovey, P., & Straus, R. (2003). Emotional Intelligence, Personality, and the Perceived Quality of Social Relationships. *Personality and Individual Differences*, 35(3), 641-658.
- Matin, H., Savari, Y., Etemadi, O., Fatehizadeh, M., Ghasemzadeh, M. & Khoury, B. (2024). Iranian Women's Experiences of the Consequences of Self-Compassion as an Intrapersonal Source in Marital Relationships: A Qualitative Study. *Current Psychology*, 1-11.
- Motahhari, Z. S., Behzadpoor, S. & Sohrabi, F. (2013). Explanation of Marital Conflicts Based on the Sensation Seeking and Resilience in Couples [in Persian].
- Nazari, N. & Griffiths, M. D. (2022). Psychometric Validation of the Persian Version of the Emotional Style Questionnaire. *Current Psychology*, 41(8), 5758-5770.
- Parise, M., Donato, S., Pagani, A. F. & Schoebi, D. (2017). Keeping Calm When Riding the Rapids: Optimism and Perceived Partner Withdrawal. *Personal Relationships*, 24(1), 131-145.
- Rutherford, H. J., Booth, C. R., Luyten, P., Bridgett, D. J. & Mayes, L. C. (2015). Investigating the Association Between Parental Reflective Functioning and Distress Tolerance in Motherhood. *Infant Behavior and Development*, 40, 54-63.
- Rosso, A. M., Viterbori, P. & Scopesi, A. M. (2015). Are Maternal Reflective Functioning and Attachment Security Associated with Preadolescent Mentalization? *Frontiers in Psychology*, 6, 1134.
- Steinmair, D., Richter, F. & Löffler-Stastka, H. (2020). Relationship between Mentalizing and Working Conditions in Health Care. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), 2420.
- Schwarzer, N. H., Nolte, T., Fonagy, P. & Gingelmaier, S. (2022). Self-Rated Mentalizing Mediates the Relationship between Stress and Coping in a Non-Clinical Sample. *Psychological Reports*, 125(2), 742-762.
- Safari Mousavi, S. S., Sadeghi, M. & Sepahvandi, M. A. (2020). The Factor Structure and Psychometric Properties of Mentalization Questionnaire: A Self-Report Measure for the Assessment of Mentalizing Capacity. *Research in Cognitive and Behavioral Sciences*, 10(1), 123-134 [in Persian].
- Tasew, A. S., & Getahun, K. K. (2021). Marital Conflict among couples: The Case of Durbete Town, Amhara Region, Ethiopia. *Cogent Psychology*, 8(1), 1903127.
- Van Lissa, C. J., Hawk, S. T. & Meeus, W. H. (2017). The Effects of Affective and Cognitive Empathy on Adolescents' Behavior and Outcomes in Conflicts with Mothers. *Journal of Experimental Child Psychology*, 158, 32-45.
- Ware, A., Wilson, C., Tapp, J., & Moore, E. (2016). Mentalisation-Based Therapy (MBT) in a High-Secure Hospital Setting: Expert by Experience Feedback on Participation. *The Journal of Forensic Psychiatry & Psychology*, 27(5), 722-744.