



The Relationship between Traumatic Life Events and Self-Injurious Behaviors in College Students: The Mediating Role of Mentalization and Negative Emotional Dysregulation

Leila Paezy¹, Saeedeh Sharifi^{2*}, Masoumeh Kamandloo³, Fereshteh Arsalandeh⁴

1- Master of Clinical Psychology, West Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

2- Master of Personality Psychology, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

3- Master of Clinical Psychology, Garmsar Branch, Islamic Azad University, Garmsar, Iran.

4- PhD student in health psychology, Kharazmi University, Tehran, Iran.

Corresponding Author: Saeedeh Sharifi, Master of Personality Psychology, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

E-mail: saeedeh.sharifi@gmail.com

Received: 16 June 2023

Accepted: 5 Jan 2024

Abstract

Introduction: Self-harm is one of the strongest predictors of suicide. Students are known as one of the populations that have the highest rate of self-harm. Therefore, it is vital to understand why and the mechanisms that are important in this context. The present study was also conducted to investigate the mediating role of mentalization and negative emotional dysregulation in the relationship between traumatic life events and self-injurious behaviors in college students.

Methods: The present research is a descriptive-correlation type of structural equation. The statistical population of this research was all undergraduate students of Karaj University, of which 290 people were selected by simple random sampling. The research tools are the Life Events Scale, Reflective Functioning Questionnaire, Difficulties in Emotion Regulation Scale- Short Form, and Self-Harm Inventory. The research data were analyzed using SPSS and LISREL software and with the help of the structural equation modeling method.

Results: The results of the findings show the fit of the assumed model. Also, the direct path coefficients of traumatic life events on negative emotional dysregulation ($T = 14.169$, $\beta = 0.683$) and Uncertainty mentalization component ($T = 21.61$, $\beta = 0.782$) were positively significant. The coefficient of the direct path of traumatic life events on confidence ($T = -24.650$, $\beta = -0.823$) was negatively significant. The direct path of traumatic life events on self-injurious behaviors was not significant. Also, the analysis of research findings indicated the mediating role of mentalization and negative emotional dysregulation in the relationship between traumatic life events and self-injurious behaviors.

Conclusions: Based on the findings of the research, it can be concluded that targeted interventions that are used to increase mentalizing capacity and reduce negative emotional dysregulation, can probably be effective in preventing and reducing self-harming behaviors of people.

Keywords: Traumatic Life Events, Self-Harm, Mentalizing, Negative Emotional Dysregulation.



ارتباط بین حوادث آسیب زای زندگی با رفتارهای خودآسیبی در دانشجویان: نقش میانجی ذهنی سازی و بدتنظیمی هیجانی منفی

لیلا پاییزی^۱، سعیده شریفی^{۲*}، معصومه کمندلو^۳، فرشته ارسلان ده^۴

۱- کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد تهران غرب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۲- کارشناسی ارشد روانشناسی شخصیت، واحد علوم تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران.

۳- کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد گرمسار، دانشگاه آزاد اسلامی، گرمسار، ایران.

۴- دانشجوی دکتری روانشناسی سلامت، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران.

نویسنده مسئول: سعیده شریفی، کارشناسی ارشد روانشناسی شخصیت، واحد علوم تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.
ایمیل: saeedeh.sharifi@gmail.com

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۱۰/۱۵

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۳/۲۶

چکیده

مقدمه: خودآسیبی یکی از قوی ترین پیش بینی کننده های خودکشی است. دانشجویان به عنوان یکی از جمعیت‌هایی شناخته شده‌اند که بیشترین میزان بروز آسیب به خود را دارند. بنابراین درک چرایی و مکانیسم های مهم در این زمینه حیاتی است. مطالعه حاضر نیز با هدف بررسی نقش میانجی ذهنی سازی و بدتنظیمی هیجانی منفی در ارتباط بین حوادث آسیب زای زندگی با رفتارهای خودآسیبی در دانشجویان انجام گرفت.

روش کار: پژوهش حاضر توصیفی- همبستگی از نوع معادلات ساختاری است. جامعه آماری این پژوهش کلیه دانشجویان کارشناسی دانشگاه کرج بودند که از این تعداد ۲۹۰ نفر به روش نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش عبارت اند از: پرسشنامه رویدادهای مهم زندگی، پرسشنامه کنش وری تاملی، مقیاس دشواری در تنظیم هیجان- فرم کوتاه و پرسشنامه آسیب به خود. داده های پژوهش با استفاده از نرم افزارهای SPSS و LISREL و به کمک روش مدل یابی معادلات ساختاری تحلیل شد.

یافته ها: همچنین ضرایب مسیرهای مستقیم حوادث آسیب زای زندگی بر روی بدتنظیمی هیجانی منفی ($T=14/169$) ($\beta=0/683$) و مولفه ذهنی سازی عدم اطمینان ($T=21/61$) ($\beta=0/782$) به صورت مثبت معنادار بودند. ضریب مسیر مستقیم حوادث آسیب زای زندگی بر روی اطمینان ($T=-24/650$) ($\beta=-0/823$) به صورت منفی معنادار بودند. مسیر مستقیم حوادث آسیب زای زندگی بر روی رفتارهای خودآسیبی معنادار نبود. همچنین تجزیه و تحلیل یافته های پژوهش حاکی از نقش میانجی ذهنی سازی و بدتنظیمی هیجانی منفی در رابطه بین حوادث آسیب زای زندگی با رفتارهای خودآسیبی بود.

نتیجه گیری: براساس یافته های پژوهش می توان نتیجه گرفت، مداخلات هدفمندی که در جهت افزایش ظرفیت ذهنی سازی و کاهش بدتنظیمی هیجانی منفی بکار گرفته می شوند، احتمالاً می توانند در زمینه پیشگیری و کاهش رفتارهای خودآسیب رسان افراد موثر باشند.

کلیدواژه ها: حوادث آسیب زای زندگی، خودآسیبی، ذهنی سازی، بدتنظیمی هیجانی منفی.

رویدادهای استرس زای زندگی (Stressful life events)، به عنوان نوعی استرس روان شناختی - اجتماعی تعریف می شود که احتمالاً در زندگی رومزره هر فردی رخ می دهد (به عنوان مثال، تعارض با خانواده، سوء تفاهم با دوستان، شکست در امتحانات) (۱). به عبارت دیگر، رویدادهای استرس زای زندگی به عنوان یک عامل محیطی که ارتباط نزدیکی با تجربه شخصی دارد، به رویدادهای آسیب زا و تغییرات منفی زندگی در خانواده، مدرسه، دانشگاه و محیط زندگی اجتماعی اشاره دارد. به طور کلی، ارزیابی رویدادهای استرس زای زندگی متکی به موقعیت عینی است، اما هم چنان تحت تأثیر دریچه ای است که موقعیت از طریق آن درک می شود (۲). هر چه یک فرد رویدادهای زندگی را استرس زاتر درک کند، احتمالاً عملکرد بدتری خواهد داشت. تایید شده است که رویدادهای استرس زای زندگی، تأثیر منفی بر سلامت جسمی و روان شناختی دانشجویان دارد (۲). از جمله مشکلات روان شناختی در دانشجویان ناشی از رویدادهای استرس زای زندگی، می توان به علائم افسردگی (۳)، مشکلات بیرونی مثل قمار (۴) و حتی خودآسیبی و خودکشی (۵) اشاره کرد. به علاوه دانشجویانی که منابع روان شناختی محدودی دارند، زمانی که در معرض رویدادهای استرس زای زندگی قرار می گیرند، احتمالاً بیشتر در معرض آسیب به خود هستند.

اخیراً پژوهشگران بر رابطه بین حوادث استرس زا زندگی و خودآسیبی در دانشجویان جوان تاکید نموده اند (۱). به طور کلی خودآسیبی (Self-injury) به عملی اطلاق می شود که در آن فرد به طور عمدی یا مکرر به بدن خود از طریق روش های مختلف (مانند بریدن پوست، چاقو زدن و ضربه زدن) بدون قصد خودکشی صدمه می زند (۶). رفتارهای خودآسیب رسان در جوانان به عنوان یک نگرانی روبه رشد در زمینه بهداشت عمومی توجه جهانی را به خود جلب کرده است. این رفتارهای در جوانان شیوع بالایی دارد. همان طور که گزارش ها نشان می دهند ۴۰ درصد افرادی که رفتارهای خودآسیب رسان دارند، در سنین بین ۱۷ تا ۲۴ سال به این رفتار اقدام کرده اند. به علاوه محققان به این نتیجه رسیده اند که بخش قابل توجهی از جوانان که رفتارهای خودآسیب رسان داشته اند در طی سال های دانشگاه این رفتار را آغاز نموده اند (۱، ۵). در واقع دانشجویان به عنوان یکی از جمعیت هایی شناخته

شده اند که بیشترین میزان بروز آسیب به خود را دارند. تخمین زده می شود که ۱۲ تا ۳۸ درصد از دانشجویان سابقه رفتارهای خود آسیمی را گزارش کرده اند (۷). علاوه بر این، وجود رفتارهای خودآزاری خطر پیامدهای منفی مانند اقدام به خودکشی را افزایش داده است. با توجه به ارتباط بین خودآزاری و سایر پیامدهای منفی، ارزیابی مکانیسم های خودآسیبی در دانشجویان ضروری است. بنابراین مهم است که بررسی شود آیا رویدادهای استرس زای زندگی با خود آسیمی در دانشجویان مرتبط است یا خیر، و اگر چنین است، چه عواملی می تواند مسئول ارتباط آنها باشد.

برای کاوش و بررسی مکانیسم های میانجی بین حوادث استرس زا و خودآزاری می توان به فرضیه بوچارد و لکورز (Bouchard and Lecours) (۸) در ارتباط با نظریه ذهنی سازی اشاره کرد. بوچارد و لکورز فرایند پیچیده ای از عمل روان شناختی را توصیف می کنند، که بدین نحو، از کنش نمایی (Act out) و میل به تکانشگری بعد از تجربه یک حادثه استرس زا، جلوگیری می کند. طبق این فرضیه، نقص در بازنمایی ها (representative deficits)، می تواند برانگیختگی هیجانی بیش از حد، تعارضات روان شناختی و اضطراب ذهنی سازی نشده را به همراه داشته باشد. در نتیجه اشکال تکانشگری، رفتارهای اعتیادی و میل به آسیب به خود از این دیدگاه، به عنوان تکانه های انباشته شده بدون هیچ گونه عمل ذهنی سازی شده تفسیر می شوند (۸). بنابراین ذهنی سازی (Mentalization) می تواند یکی از مکانیسم های میانجی بین حوادث استرس زای زندگی و آسیب به خود تلقی شود. ذهنی سازی توانایی درک اعمال، از نظر افکار و احساسات است. فرض بر این است که افزایش ظرفیت ذهنی سازی، برای تقویت عاملیت و خودکنترلی در افرادی که دارای اختلالات عاطفی و مشکلات کنترل تکانه هستند، ضروری است (۹). روسو و فونایگی (Rossouw & Fonagy) (۹) فرض نمودند که خودآزاری در پاسخ به استرس رابطه رخ می دهد، به ویژه زمانی که فرد نتواند تجارب اجتماعی را از نظر حالات ذهنی تجربه کند. به علاوه پژوهش این دو نشان داد که مداخله مبتنی بر ذهنی سازی، نتایج مؤثری را در بهبود خودآسیبی نوجوانان نشان می دهند. به طور کلی زمانی که ذهنی سازی به خطر بیفتد، شناخت های منفی مرتبط با خود با شدت زیادی تجربه می شود و این به نوبه خود منجر به افسردگی شدید و نیاز فوری به حواس پرتی می شود (۱۰). علاوه بر

باشد. در واقع شواهد فزاینده ای وجود دارد که نشان می‌دهد که ظرفیت تنظیم هیجان به صورت قابل توجهی تحت تاثیر رویدادهای استرس زای زندگی قرار می‌گیرد (۱۷، ۱۸)، بنابراین این موضوع ممکن است مسیری فراهم کند که رویدادهای استرس زای زندگی را به خودآزایی عمدی مرتبط کند.

اگر چه فرض شده است که رویدادهای استرس زای زندگی با خودآزایی ارتباط دارند، هنوز مشخص نیست که رویدادهای استرس زای زندگی چگونه بر روی خودآسویی تاثیر می‌گذارند. این مطالعه به درک عمیق‌تر مکانیسم‌هایی کمک می‌کند که از طریق آن حوادث استرس زا و خود آسویی به یکدیگر متصل می‌شوند؛ بنابراین این مطالعه با استفاده از نمونه ای از دانشجویان ایرانی، اثرات واسطه ای ذهنی سازی و بدتنظیمی هیجانی منفی را در رابطه حوادث آسیب زا خودآسویی آزمایش کرد. براساس مدل نظری و تحقیقات پیشین ما دو فرضیه زیر را در نظر می‌گیریم: (۱) ذهنی سازی واسطه ارتباط بین رویدادهای استرس زا و خودآسویی است. (۲) بدتنظیمی هیجانی منفی واسطه ارتباط بین رویدادهای استرس زا و خودآسویی است.

روش کار

پژوهش حاضر از نظر هدف بنیادی و از نظر شیوه گردآوری داده ها جزوه پژوهش های توصیفی- همبستگی از نوع معادلات ساختاری است. جامعه آماری شامل دانشجویان کارشناسی دانشگاه کرج در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بودند که از میان آنها ۲۹۰ نفر با استفاده جدول مورگان و به روش نمونه گیری تصادفی ساده از رشته های مختلف تحصیلی در حوزه ی علوم انسانی، علوم پایه و فنی مهندسی انتخاب شدند. ملاک های ورود شامل دانشجویان کارشناسی و رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش بود. ملاک خروج شرکت کنندگان نیز وجود پرسشنامه های ناقص بود. ملاحظات اخلاقی شامل رضایت آگاهانه شرکت کنندگان، رعایت اصل رازداری، محرمانه ماندن اطلاعات و عدم هر گونه آسیب به آنها بود. داده های پژوهش حاضر با استفاده از نرم افزارهای SPSS و LISREL و به کمک روش مدل یابی معادلات ساختاری تحلیل شد. از پرسشنامه های زیر برای جمع آوری داده ها استفاده شد.

۱- مقیاس رویدادهای زندگی (Life Events Scale): این پرسشنامه توسط پیکل (Paykel) و همکاران در سال ۱۹۷۱

این، زمانی که عدم ذهنی سازی باعث انزوای اجتماعی می‌شود، درگیر شدن در رفتارهای دستکاری (manipulative) و آسیب رساندن به خود ممکن است به ارتباط مجدد کمک کند (۱۱). درواقع، وقتی عمل ذهنی سازی تجربه اجتماعی با شکست مواجه می‌شود، رفتارهای تکانشی (با نظم بخشی ضعیف) و حالات ذهنی که باعث آسیب به خود می‌شوند، برجسته تر می‌شود (۹). در مجموع، با توجه به اینکه ظرفیت ذهنی سازی در طول دوره تحول پیشرفت می‌نماید و به علاوه تعارضات روان شناختی، اضطراب و مشکل آسیب زا در زمینه بین فردی می‌تواند از عوامل زمینه ساز در شکل گیری رفتار تکانشی در دانشجویان جوان در طول دوران تحصیلی آنان باشد؛ لذا می‌توانیم استنباط کنیم که ذهنی سازی احتمالاً نقش میانجی بین رویدادهای استرس زای زندگی با رفتارهای خودآسویی در دانشجویان دارد.

به اعتقاد فوناگی (۱۲)، نظم جویی هیجان با ظرفیت ذهنی سازی رابطه نیرومندی دارد. براساس صورت بندی جدید وی از دیدگاه دلبستگی، ظرفیت ذهنی سازی، تعیین کننده مهمی برای سازماندهی خود و گسترش ظرفیت نظم جویی هیجان است. مدل تنظیم هیجان یکی از تئوری های اصلی برای درک مکانیسمی است که از طریق آن عاطفه منفی بر خودآزایی افراد تاثیر می‌گذارد (۱۳). نشان داده شده است که خودآزادرنده ها اغلب قبل از انجام خودآزایی عاطفه منفی را تجربه می‌کنند (۱۴)، و هدف از انجام خودآزایی نیز رهاسازی از عاطفه منفی است. بنابراین می‌توان گفت که یکی دیگر از مسیرهای میانجی بین حوادث استرس زا و خودآسویی، بدتنظیمی هیجانی منفی (Negative emotional dysregulation) است. بدتنظیمی هیجانی عبارت است از دشواری در خودتنظیمی حالت های عاطفی و کنترل خود در رفتارهای هیجان محور (۱۵). به منظور توضیح میانجیگری بدتنظیمی هیجانی منفی، ناک (Nock) (۱۶)، یک مدل نظری ارائه کرد که نشان می‌دهد، برخی افراد دارای آسیب پذیری درون فردی و بین فردی هستند که توانایی آنها را برای پاسخگویی به رویدادهای استرس زا به شیوه انطباقی، محدود می‌کند، در نتیجه شانس استفاده از خودآزایی و برخی رفتارهای ناسازگار دیگر جهت تنظیم تجارب عاطفی منفی خویش را افزایش می‌دهد. به عبارت دیگر، فراوانی رویدادهای تنش زای زندگی در جوانان و عدم توانایی بکارگیری راهبردهای شناختی انطباقی در چنین شرایطی می‌تواند در عدم تنظیم عاطفه منفی آنان موثر

لیلا پاییزی و همکاران

در دامنه ۰/۶۶ تا ۰/۸۸ محاسبه شده است (۲۲). در مطالعه حاضر آلفای کرونباخ ۰/۸۴ به دست آمد.

۳- مقیاس دشواری در تنظیم هیجان- فرم کوتاه (Difficulties in Emotion Regulation Scale- Short)

(Form): این مقیاس خودگزارشی دارای ۱۶ آیتم است که توسط بیوربرگ (Bjureberg) در سال ۲۰۱۶ طراحی شده است. و بدتنظیمی هیجانی منفی را مورد ارزیابی قرار می دهد. شرکت کنندگان هر آیتم را از ۱ (تقریباً هرگز) تا ۵ (تقریباً همیشه) در ماه گذشته رتبه بندی می کنند. این مقیاس دارای ویژگی های روان سنجی قابل قبولی است. همسانی درونی این مقیاس با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۷ گزارش شده است (۲۳). در ایران، ویژگی های روان سنجی فرم کوتاه - ۱۶ پرسشی - این مقیاس توسط شهبابی، حسنی و بیوربرگ (۲۴) مورد بررسی قرار گرفته است. نتایج به دست آمده حاکی از ویژگی های روان سنجی مناسب این مقیاس در جامعه ایرانی است. همسانی درونی این مقیاس با استفاده از آلفای کرونباخ برای نمره کل مقیاس $\alpha=0/91$ و پایایی بازآزمایی آن ۰/۹۲ گزارش شده است. در مطالعه حاضر آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به دست آمد.

۴- پرسشنامه آسیب به خود (Self-Harm Inventory)

(SHI): پرسشنامه آسیب به خود یک پرسشنامه ۲۲ سوالی است که توسط سانسون (Sansone) و همکاران در سال ۱۹۹۵ ساخته شده است و به صورت بلی / خیر پاسخ داده می شود. در این پرسشنامه رفتارهایی که عمداً به منظور آسیب به خود انجام شده اند مورد ارزیابی قرار می گیرند، مانند: سوء مصرف دارو یا مواد و الکل، خودزنی، آسیب بدنی به خود تا از دست دادن شغلی به صورت عمدی. این پرسشنامه به منظور استفاده در جمعیت های روانپزشکی (۲۵) و جمعیت های غیرروانپزشکی (۲۵) طراحی شده است. مطالعه اعتبار این پرسشنامه با نقطه برش ۵ یا بیشتر، به طبقه بندی دقیق ۰/۸۴ از پاسخ دهندگانی که براساس مصاحبه تشخیصی اختلال مرزی واجد این اختلال به شمار می رفتند، در طبقه اختلال شخصیت مرزی گردید (۲۶). تحقیقات بعدی اعتبار همگرایی این ابزار را با ابزارهای خودگزارشی شخصیت مرزی (۲۶)، افسردگی (۲۷)، و سابقه آزاردیدگی در کودکی (۲۸) نشان داده اند. در پژوهش طاهباز حسین زاده و همکاران (۲۹) آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۷۴ به دست آمد. در مطالعه حاضر آلفای کرونباخ ۰/۷۶ به دست آمد.

تهیه شده است (۱۹) و در اصل شامل ۶۹ رویداد مهم زندگی بوده که شرکت کننده رویدادهایی که به طور مشخص طی ۲ سال گذشته یا پیش از آن تجربه کرده است را علامت می زند و سپس میزان فشار روانی خود را در زمان آن رویداد با نمره ای بین صفر تا ۲۰ تعیین می کند. این پرسشنامه از نظر جامعیت و روایی محتوا نسبت به سایر مقیاس ها در این زمینه کارایی بیشتر دارد و از طریق اجرا بر روی گروه های مختلف مورد تایید قرار گرفته است (۱۹). پایایی بازآزمایی این پرسشنامه در پژوهشی که توسط حکمی و همکاران بر روی یک نمونه ۳۰ نفری انجام شد، برای رویدادهای زندگی ۰/۷۹، برای استرس زا بودن ۰/۸۲ به دست آمد (۲۰). قاسمی نواب و همکاران (۲۰) ضریب پایایی بازآزمون ۰/۷۱ برای رویدادها و ۰/۷۶ برای استرس زا بودن به دست آوردند. در این مطالعه آلفای کرونباخ ۰/۷۶ به دست آمد.

۲- پرسشنامه کنش وری تأملی (Reflective Functioning Questionnaire)

(Questionnaire): این پرسشنامه ۲۶ سوال دارد و دو مولفه اطمینان (قطعیت) با سوالات ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۷، ۸ و ۹ و عدم اطمینان (عدم قطعیت) با سوالات ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳ و ۱۴ را اندازه گیری می کند. نمره گذاری آن ۷ درجه ای از ۱۴ کاملاً مخالف ۱ نمره تا کاملاً موافق ۷ نمره تعلق می گیرد. برای مولفه عدم اطمینان یعنی سوالات ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳ و ۱۴ به صورت معکوس نمره گذاری می شود به این صورت که از کاملاً مخالف ۷ نمره، تا حدودی مخالف ۶ نمره، مخالف ۵ نمره، نظری ندارم ۴ نمره، موافقم ۳ نمره، تا حدودی موافقم ۲ نمره و کاملاً موافقم ۱ نمره تعلق می گیرد. فوناگی و همکاران (۲۱) همسانی درونی برای مؤلفه اطمینان و عدم اطمینان را به ترتیب ۰/۶۳ و ۰/۶۷ در نمونه غیربالینی گزارش کردند و پایایی آزمون را با روش آزمون - بازآزمون با فاصله سه هفته ۰/۸۴ برای عدم اطمینان و ۰/۷۴ برای مؤلفه اطمینان به دست آورده اند (۲۱). این پرسشنامه در ایران ترجمه و روایی مقیاس با روش تحلیل عاملی بررسی و مقادیر نسبت کای اسکور به درجه آزادی X^2/d ، شاخص نیکویی برازش تعدیل شده یا انطباقی (AGFI)، شاخص برازش مقایسه ای (CFI) و خطای ریشه ی مجذور میانگین تقریب (RMSEA) به ترتیب ۰/۶۰، ۰/۹۲۰، ۰/۹۸۰ و ۰/۰۴۷ به دست آمده است و برای بررسی پایایی مقیاس از آلفای کرونباخ استفاده شده است که ضرایب

یافته ها

لیسانس، ۶۷ نفر (۲۳/۱ درصد) دانشجوی فوق لیسانس و ۳۸ نفر (۱۳/۱ درصد) دانشجوی دکترا بودند. میانگین و انحراف معیار به ترتیب ۳۷/۶۰ و ۷/۲۲۵ بود.

براساس داده های گردآوری شده ۱۹ نفر (۶/۶درصد) دانشجوی فوق دیپلم، ۱۶۶ نفر (۵۷/۲ درصد) دانشجوی

جدول ۱. میانگین، انحراف معیار و نرمال بودن متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	میانگین	انحراف استاندارد	چولگی	کشیدگی
رفتارهای خودآسیبی عمدی	۴/۴۰	۱/۰۷۱	-۰/۷۴۰	۱/۸۴۳
حوادث آسیب زای زندگی	۷/۶۶	۵/۴۴۴	-۰/۳۰۰	-۱/۵۴۷
عدم پذیرش هیجانات منفی	۷/۹۷	۴/۲۵۰	-۰/۰۶۶	-۱/۷۲۳
دشواری در انجام رفتار هدفمند	۸/۸۶	۳/۵۲۷	-۰/۱۰۴	-۱/۶۲۱
دشواری کنترل تکانه	۹/۱۰	۳/۲۸۹	-۰/۰۱۶	-۱/۴۸۲
دسترسی محدود به راهبردها	۱۱/۸۶	۵/۲۲۷	-۰/۲۱۱	-۱/۶۳۰
عدم وضوح هیجانی	۵/۹۰	۳/۲۳۶	-۰/۲۰۹	-۱/۷۵۸
نمره کل بدتنظیمی هیجانی منفی	۴۳/۶۹	۱۸/۴۸۶	-۰/۱۵۹	-۱/۷۵۳
عدم اطمینان (ذهنی سازی)	۱۵/۶۲	۷/۷۸۳	-۰/۴۹۳	-۱/۷۲۹
اطمینان (ذهنی سازی)	۲۰/۴۵	۱۳/۵۳۱	۰/۵۲۷	-۱/۶۵۰
نرمال بودن چندمتغیره (Multivariate)	ضریب مردیا: ۲/۶۰۷	نسبت بحرانی: ۲/۲۰۰		

مشاهده نشد، می توان از آزمون های پارامتریک ضریب همبستگی پیرسون و مدل یابی معادلات ساختاری استفاده نمود. همچنین برای بررسی نرمال بودن چندمتغیره داده ها از ضریب کشیدگی استاندارد شده «مردیا» و نسبت بحرانی استفاده می شود که مقادیر به دست آمده برای ضریب مردیا و نسبت بحرانی باید کمتر از ۵ باشد نشان دهنده نرمال بودن چندمتغیره توزیع نمرات است، که نتایج در جدول ۱- آمده است که بر اساس نتایج مقدار چولگی و کشیدگی متغیرهای پژوهش در بازه (۲- تا ۲) قرار دارد. بنابراین، توزیع تمامی متغیرهای پژوهش نرمال است. مقدار ضریب مردیا و نسبت بحرانی باید کمتر از ۵ باشد که در این پژوهش «ضریب مردیا» ۲/۶۰۷ و مقدار نسبت بحرانی ۲/۲۰۰ به دست آمد که نشان دهنده برقراری فرض نرمال بودن چندمتغیره توزیع نمرات در این پژوهش است. در جدول ۲ ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش آمده است.

جدول ۱ میانگین و انحراف معیار و نرمال بودن متغیرهای پژوهش را نشان می دهد. تعداد آزمودنی ها ۲۹۰ نفر بودند. همچنین برای انجام معادلات ساختاری به شیوه پارامتریک، پیش فرض نرمال بودن داده ها و متغیرها لازم است. برای سنجش نرمال بودن تک متغیره داده ها از مقادیر «چولگی» و «کشیدگی» استفاده می شود که مقادیر آن باید در بازه ۲- تا ۲+ باشد که نشان دهنده نرمال بودن تک متغیره توزیع نمرات باشد. برای بررسی استقلال خطاها از آزمون دوربین واتسون استفاده شد که نتایج نشان داد که آماره های دوربین واتسون بین ۱/۵ الی ۲/۵ است که نشان دهنده ی استقلال خطاها است. برای بررسی همخطی چندگانه از ضریب تحمل و تورم واریانس استفاده شد که نتایج نشان داد که هیچ کدام از مقادیر آماره تحمل کوچکتر از حد مجاز ۰/۱ و هیچ کدام از مقادیر عامل تورم واریانس بزرگتر از حد مجاز ۱۰ نمی باشند. از آنجایی که وجود همخطی چندگانه در متغیرهای پیش بین

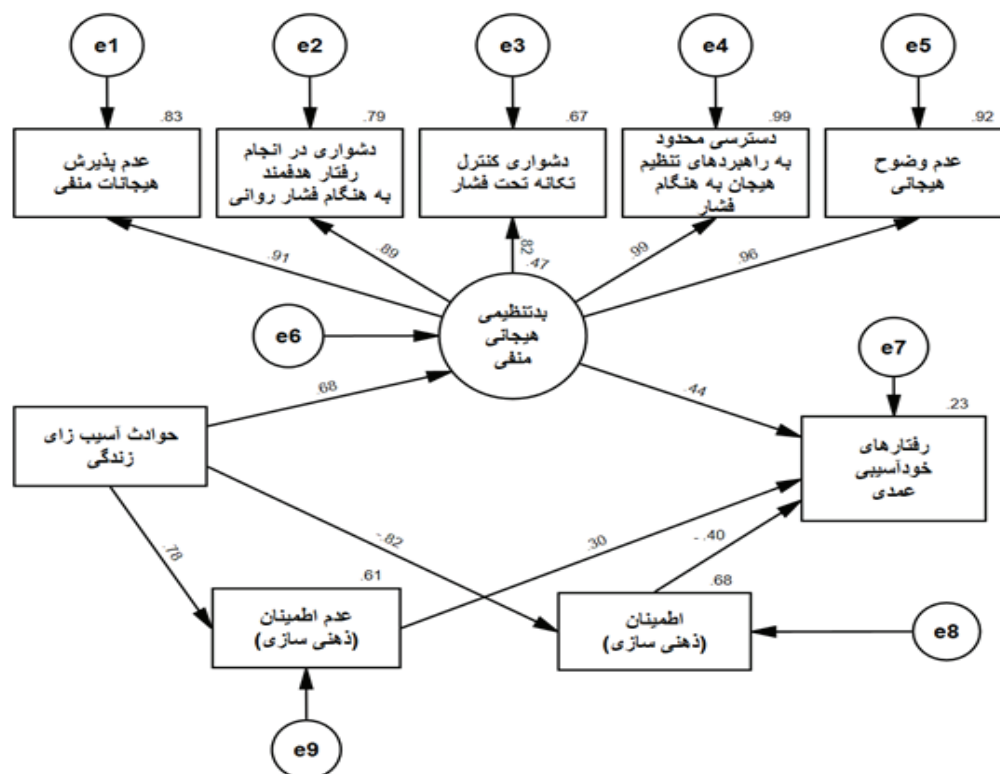
جدول ۲. ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱- رفتارهای خودآسیبی عمدی										
۲- حوادث آسیب‌زای زندگی	۰/۲۷۰**									
۳- عدم پذیرش هیجانات منفی	۰/۲۸۷**	۰/۷۱۷**								
۴- دشواری در انجام رفتار هدفمند	۰/۲۳۴**	۰/۷۲۴**	۰/۷۶۶**							
۵- دشواری کنترل تکانه	۰/۰۹۵	۰/۶۳۸**	۰/۷۷۸**	۰/۶۰۸**						
۶- دسترسی محدود به راهبردها	۰/۳۸۶**	۰/۶۷۳**	۰/۷۰۵**	۰/۷۷۶**	۰/۶۰۴**					
۷- عدم وضوح هیجانی	۰/۰۵۹**	۰/۶۱۵**	۰/۶۲۴**	۰/۷۹۹**	۰/۷۵۵**	۰/۶۶۳**				
۸- نمره کل بدتنظیمی هیجانی منفی	۰/۲۹۹**	۰/۷۱۲**	۰/۶۶۸**	۰/۶۵۹**	۰/۷۱۰**	۰/۶۶۷**	۰/۷۲۱**			
۹- عدم اطمینان (ذهنی سازی)	۰/۲۶۷**	۰/۷۸۲**	۰/۶۶۷**	۰/۶۶۸**	۰/۷۳۳**	۰/۷۸۴**	۰/۷۱۸**	۰/۷۴۰**		
۱۰- اطمینان (ذهنی سازی)	-۰/۲۵۵**	-۰/۸۲۳**	-۰/۷۷۰**	-۰/۷۷۹**	-۰/۷۲۷**	-۰/۷۸۳**	-۰/۷۱۹**	-۰/۶۴۲**	-۰/۶۸۴**	

معنادار در سطح ۰/۰۱ * معنادار در سطح ۰/۰۵ **

منفی و معناداری وجود دارد. همان طور که در جدول ۲ نشان داده شد، همبستگی بین متغیرها معنادار است از این رو، امکان بررسی مدل پژوهش فراهم گردید. در ادامه برای بررسی اثرهای مستقیم و میانجی از روش مدل‌سازی معادلات ساختاری استفاده شد که نتایج آن در قالب شکل ۱ و جداول اثرات مستقیم و غیرمستقیم ارائه می‌شود.

جدول ۲ ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. بین حوادث آسیب‌زای زندگی با رفتارهای خودآسیبی عمدی ($P < 0/01$) رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بین بدتنظیمی هیجانی و مولفه عدم اطمینان (ذهنی سازی) با رفتارهای خودآسیبی عمدی ($P < 0/01$) رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بین مولفه اطمینان (ذهنی سازی) با رفتارهای خودآسیبی عمدی ($P < 0/01$) رابطه



شکل ۱. مدل اصلاح شده پژوهش

و عدم اطمینان) برابر با ۰/۲۳ بدست آمد، این موضوع بیانگر آن است که تجربه حوادث آسیب زای زندگی با میانجی بدتنظیمی هیجانی و ذهنی سازی (اطمینان و عدم اطمینان) در مجموع ۲۳ درصد از واریانس رفتارهای خودآسیبی عمدی را تبیین می کنند. در ادامه شاخص های برازش مدل ساختاری در جدول ۳ نشان داده شده است.

شکل ۱. مدل ساختاری و اصلاح پژوهش را نشان می دهد. مسیر حوادث آسیب زای زندگی بر روی رفتارهای خودآسیبی عمدی معنادار نبود، لذا این مسیر از مدل پژوهش حذف شد. در مدل اصلاح شده، مجموع مجذور همبستگی های چندگانه (R^2) یا واریانس تبیین شده برای رفتارهای خودآسیبی عمدی براساس تجربه حوادث آسیب زای زندگی با نقش میانجی بدتنظیمی هیجانی و ذهنی سازی (اطمینان

جدول ۳: شاخص های برازندگی مدل اصلاح شده پژوهش

نوع شاخص	شاخص ها	مقدار به دست آمده	مقدار قابل قبول
	CMIN	۵۸/۱۱۸	-
شاخص های مطلق	درجه آزادی (DF)	۲۵	-
	سطح معناداری (P)	۰/۰۰۱	بیشتر از ۰/۰۵
	نسبت کای اسکوئر به درجه آزادی یا X^2/df یا CMIN/df	۲/۳۲۵	کمتر از ۳
	خطای ریشه ی مجذور میانگین تقریب (RMSEA)	۰/۰۷۲	کمتر از ۰/۰۸
	شاخص تقریب برازندگی (PCLOSE)	۰/۰۰۱	کمتر از ۰/۰۵
	شاخص برازش مقایسه ای (CFI)	۰/۹۳۵	بیشتر از ۰/۹۰
شاخص های نسبی	شاخص برازندگی افزایشی (IFI)	۰/۹۴۶	بیشتر از ۰/۹۰
	شاخص نیکویی برازش (GFI)	۰/۹۳۸	بیشتر از ۰/۹۰
	شاخص برازش هنجار شده (NFI)	۰/۹۰۴	بیشتر از ۰/۹۰

جدول ۳ مشاهده می شود مقدار شاخص تقریب برازندگی (PCLOSE) ۰/۰۰۱ و شاخص RMSEA برابر ۰/۰۷۲ می باشد که نشان دهنده برازش مدل است. در ادامه نتایج جدول ۴ و ۵ اثرات مستقیم و میانجی متغیرهای پژوهش را نشان می دهد و بر اساس آن می توان به تایید یا رد اثرات مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای پژوهش در رفتارهای خودآسیبی عمدی پرداخت.

جهت آزمودن مدل مورد نظر در پژوهش حاضر، روش الگویابی معادلات ساختاری (SEM) اعمال گردیده است. برای بررسی برازندگی مدل از شاخص های آمده شده در جدول ۳ استفاده شده است. همچنین اگر شاخص های برازش هنجار شده (NFI)، شاخص برازش هنجار نشده (NNFI)، برازش مقایسه ای (CFI)، برازندگی افزایشی (IFI)، نیکویی برازش (GFI) بزرگتر از ۰/۹۰ است بر برازش مناسب و مطلوب مدل دلالت دارند. همانگونه که بر اساس

جدول ۴: شاخص های استاندارد و غیراستاندارد مدل اصلاح شده پژوهش

متغیر مستقل	متغیر وابسته	ضریب استاندارد	ضریب غیراستاندارد	خطای استاندارد	t	p
حوادث آسیب زای زندگی	بدتنظیمی هیجانی منفی	۰/۶۸۳	۰/۴۸۲	۰/۰۳۴	۱۴/۱۶۹	۰/۰۰۱
حوادث آسیب زای زندگی	اطمینان	-۰/۸۲۳	۰/۲۴۶	۰/۰۸۳	-۲۴/۶۵۰	۰/۰۰۱
حوادث آسیب زای زندگی	عدم اطمینان	۰/۷۸۲	۰/۱۱۹	۰/۰۵۲	۲۱/۳۶۱	۰/۰۰۱
حوادث آسیب زای زندگی	رفتارهای خودآسیبی عمدی	-	-	-	-	-

معنادار نبود. مسیر مستقیم متغیر حوادث آسیب زای زندگی بر بدتنظیمی هیجانی منفی ($\beta=۰/۶۸۳$ ، $T=۱۴/۱۶۹$)، مسیر مستقیم متغیر حوادث آسیب زای زندگی بر اطمینان ($\beta=-۰/۸۲۳$ ، $T=-۲۴/۶۵۰$) و مسیر مستقیم متغیر حوادث آسیب زای زندگی بر عدم اطمینان ($\beta=۰/۷۸۲$ ، $T=۲۱/۳۶۱$)

با توجه به جدول ۴ در مواردی که آماره T خارج از بازه ی ($+۱/۹۶$ و $-۱/۹۶$) قرار دارد یا سطح معنی داری کمتر از ۰/۰۵ است دو متغیر با یکدیگر ارتباط معنادار دارند. با توجه به جدول ۴ می توان مشاهده کرد که مسیر مستقیم متغیر حوادث آسیب زای زندگی بر رفتارهای خودآسیبی عمدی

روش بوت استروپ برای بررسی مسیرهای واسطه ای غیرمستقیم در جدول ۵ ارائه شده است.

معنادار بود. در ادامه جهت بررسی رابطه غیرمستقیم مدل پیشنهادی از روش بوت استروپ استفاده شده است. نتایج

جدول ۵: بررسی روابط غیرمستقیم متغیرها در مدل تحقیق

متغیر مستقل	متغیر میانجی	متغیر وابسته	ضریب غیراستاندارد	حد پایین	حد بالا	معناداری
حوادث آسیب زای زندگی	بدتنظیمی هیجانی منفی	رفتارهای خودآسیبی عمدی	۰/۴۸۶	۰/۵۸۷	۰/۷۶۲	۰/۰۰۱
حوادث آسیب زای زندگی	اطمینان	رفتارهای خودآسیبی عمدی	-۰/۵۶۲	-۰/۵۹۷	-۰/۷۶۸	۰/۰۰۱
حوادث آسیب زای زندگی	عدم اطمینان	رفتارهای خودآسیبی عمدی	۰/۴۵۵	۰/۴۲۸	۰/۶۹۵	۰/۰۰۷

هستند، در صورت داشتن منابع روان شناختی مانند ظرفیت ذهنی سازی، می توانند از کنش نمایی و ابراز تکانه های خود جلوگیری کنند. درواقع ذهنی سازی توانایی درک اعمال، از نظر افکار و احساسات است (۹). زمانی که حادثه استرس زا اتفاق می افتد، درک حادثه استرس زا و کارکرد فرایندهای پیچیده روان شناختی (ذهنی سازی)، مانع از تبدیل مستقیم استرس مربوط به حادثه به خودآزاری می شود. در تبیین دیگر نیز می تواند گفت که ذهنی سازی با تنظیم هیجان رابطه دارد. دانشجویانی که ظرفیت ذهنی سازی بالاتری (توانایی درک حالات ذهنی خود و دیگران) دارند، قادر به فهم و هیجانات خود و دیگری هستند و در مواجهه با هیجانات منفی به سبب هر نوع حوادث استرس زای طبیعی یا رابطه ای، به استراتژی های سازگارانه تر به دور از تکانشگری و رفتارهای خودتخریبی متوسل می شوند. بنابراین مبتنی بر یافته های پژوهش به صورت کلی می توان گفت که نمی توان به آسانی یک رابطه خطی ساده بین حوادث آسیب زا و خودآسیبی فرض نمود بلکه وجود سازه های میانجی مانند ذهنی سازی می تواند نقش پر رنگی در تبیین این رابطه داشته باشند. به عبارت دیگر، درک مکانیسم ذهنی سازی از نظر تئوی و بالینی نقش مهمی در توضیح و احتمالاً در درمان اشکال خودآسیبی بعد از حوادث آسیب زا به همراه دارد.

همچنین نتایج حاصل از معادلات ساختاری، نقش میانجی بدتنظیمی هیجانی منفی را در رابطه بین حوادث آسیب زا با خودآسیبی تایید کرد. نتایج این یافته ها با ادبیات پیشین (۱۳، ۱۴، ۱۶، ۱۷) همسو است. تبیین یافته های حاضر را می توان بر مبنای مدل نظری ناک (۱۶) ارائه نمود. طبق این مدل، رفتارهای خودآسیبی دارای کارکردهای آسیب زای بین فردی (مانند افزایش حمایت اجتماعی یا حذف خواسته های اجتماعی نامطلوب) و درون فردی (مانند کاهش حالات عاطفی منفی و نفرت انگیز یا افزایش حالات عاطفی

برای تعیین اثر غیرمستقیم از روش بوت استروپ با ۲۰۰۰ بار فرآیند نمونه گیری استفاده گردید که با توجه به جدول ۵ می توان مشاهده کرد که اثر غیرمستقیم متغیر حوادث آسیب زای زندگی بر رفتارهای خودآسیبی عمدی از طریق نقش میانجی بدتنظیمی هیجانی منفی دار است ($b=0/486, P<0/05$). اثر غیرمستقیم متغیر حوادث آسیب زای زندگی بر رفتارهای خودآسیبی عمدی از طریق نقش میانجی اطمینان منفی دار است ($b=-0/562, P<0/05$). اثر غیرمستقیم متغیر حوادث آسیب زای زندگی بر رفتارهای خودآسیبی عمدی از طریق نقش میانجی عدم اطمینان معنی دار است ($b=0/455, P<0/05$).

بحث

پژوهش حاضر با هدف تعیین نقش میانجی ذهنی سازی و بدتنظیمی هیجانی منفی در ارتباط بین حوادث آسیب زای زندگی با رفتارهای خودآسیبی عمدی انجام گرفت. نتایج پژوهش نشان داد که اثر غیرمستقیم حوادث آسیب زای زندگی با رفتارهای خودآسیبی عمدی از طریق میانجیگری ذهنی سازی، همسو با نتایج پژوهش های قبلی (۹، ۳۰، ۳۱) معنی دار است. در تبیین یافته های پژوهش حاضر مبتنی بر نظریه فونگی می توان گفت که افزایش ظرفیت ذهنی سازی، برای تقویت عاملیت و خودکنترلی در افرادی که دارای اختلالات عاطفی و مشکلات کنترل تکانه هستند، ضروری است (۹)؛ بنابراین افراد (دانشجویانی) که در پاسخ به استرس به آزارگری خویش متوسل می شوند، احتمالاً در زمینه مکانیسم ذهنی سازی نیز نقص دارند. زیرا از دیدگاه بوچارد و لکورز، اشکال تکانشگری و میل به آسیب زدن به خود، به عنوان تکانه های انباشته شده و بدون هیچ گونه عمل ذهنی سازی شده تفسیر می شوند (۸). به عبارت دیگر می تواند گفت دانشجویانی که در معرض رویدادهای استرس زای زندگی قرار می گیرند و مستعد آسیب به خود

می زنند منجر شده است. یافته های این مطالعه به ادبیات پیشین در مورد نقش مکانیسم های مختلف در مورد خودآسیبی کمک مهمی می کند. به عبارت دیگر، نقش میانجی ذهنی سازی و بدتنظیمی هیجانی می تواند به عنوان یک مداخله هدفمند در رفتارهای خودآسیبی تلقی شود. در مجموع بر مبنای یافته های این مطالعه می توان نتیجه گرفت که علاوه بر حوادث آسیب زای زندگی که برای دانشجویان اتفاق می افتد، واکنش های آسیب زای خود آنها به این حوادث نیز می تواند در شکل گیری رفتارهای خودآسیبی نقش برجسته ای ایفا کند؛ لذا توانمندسازی آنان در زمینه واکنش های درونی به این حوادث (یعنی افزایش ظرفیت ذهنی سازی و توانایی تحمل و تنظیم عواطف منفی) احتمالاً می تواند در کاهش رفتارهای خودآسیبی موثر باشد. در بیان محدودیت های پژوهش باید خاطر نشان کرد که چرایی درک خود آسیبی و نقش میانجی معنادار دو متغیر این مطالعه، به معنای درک روابط علت و معلولی نیست، چون پژوهش ما مبتنی بر یک مطالعه همبستگی بوده است. همچنین شرکت کنندگان این مطالعه را دانشجویان تشکیل دادند، این باعث می شود که در تعمیم نتایج پژوهش احتیاط های لازم صورت گیرد. پیشنهاد می شود که پژوهش بر روی سایر گروه های بالینی و غیر بالینی صورت گیرد و به علاوه متخصصان می توانند از یافته های این پژوهش در ارتباط با افراد خودآسیب رسان، استفاده کنند.

سیاسگزارى

بدین وسیله از تمامی دانشجویانی که در این مطالعه شرکت نموده اند، صمیمانه تقدیر و تشکر می شود.

تضاد منافع

بنابر اظهار نویسندگان، مقاله فاقد هرگونه تعارض منافع بوده است.

References

1. Mo J, Wang C, Niu X, Jia X, Liu T, Lin L. The relationship between impulsivity and self-injury in Chinese undergraduates: The chain mediating role of stressful life events and negative affect. *Journal of affective disorders*. 2019 Sep 1; 256:259-66. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.05.074>

دلخواه) هستند. بنابراین خودآزاری در دانشجویانی که روزانه در محیط دانشگاه در معرض انواع شرایط استرس زای بین فردی و درون روانی قرار می گیرند و توانایی پاسخ های انطباقی تر به شرایط استرس زا را ندارند، می تواند جهت کاهش عواطف منفی صورت گیرد. پس می توان نتیجه گرفت که بدتنظیمی هیجانی منفی می تواند تبیین کننده رفتارهای خودآسیب رسان و گیج کننده افرادی باشد که حوادث آسیب زای زندگی را تجربه کرده اند. همچنین بر مبنای مدل بیماری پذیری ارثی- استرس می توان بیان کرد که افرادی که مستعد آسیب پذیری درون فردی (عواطف و خلق و خوی منفی) هستند، به محض تجربه شرایط محیطی استرس زا، از راهکارهای ناسازگار (مانند خودآزاری) جهت کاهش عاطفه منفی خود بهره می گیرند. به عبارت دیگر، اگر افرادی از خودآسیبی به عنوان وسیله ای جهت کاهش تجارب عاطفی منفی خود استفاده می کنند، پس افراد خودآسیب رسان باید مستعد پاسخگویی به رویدادهای استرس زا با بیش انگیزتگی عاطفی بیش از حد و سطح بالای افکار منفی باشد که این وضعیت نشاندهنده توانایی ضعیف در تحمل چنین پریشانی هایی می باشد (۱۶). بنابراین خودآسیبی در دانشجویان می توان محصول تعامل وضعیت آسیب زای محیطی و بین فردی و به ویژه وضعیت آسیب زای درون فردی باشد. لذا فهم واکنش درون فردی (از جمله ظرفیت ذهنی سازی و تحمل عواطف منفی) دانشجویان به شرایط استرس زا، می تواند از بروز پیامدهای منفی جلوگیری به عمل آورد.

نتیجه گیری

رفتارهای خودآسیب رسان، فیلسوفان، دانشمندان و پزشکان را برای هزاران سال سردرگم نموده است. افزایش چشمگیر تحقیقات سیستماتیک و دقیق در مورد آسیب به خود - شاید ناشی از افزایش آشکار شیوع این رفتار - به پیشرفت های هیجان انگیزی در درک اینکه چرا افراد به خود صدمه

2. Ma X, Li Z, Lu F. The influence of stressful life events on procrastination among college students: multiple mediating roles of stress beliefs and core self-evaluations. *Frontiers in Psychology*. 2023; 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1104057>
3. Toyoshima K, Inoue T, Kameyama R, Masuya J, Fujimura Y, Higashi S, Kusumi I. BIS/BAS as

- moderators in the relationship between stressful life events and depressive symptoms in adult community volunteers. *Journal of Affective Disorders Reports*. 2021 Jan 1; 3:100050. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2020.100050>
4. March-Llanes J, Marqués-Feixa L, Mezquita L, Fañanás L, Moya-Higueras J. Stressful life events during adolescence and risk for externalizing and internalizing psychopathology: a meta-analysis. *European child & adolescent psychiatry*. 2017 Dec; 26:1409-22. <https://doi.org/10.1007/s00787-017-0996-9>
 5. Liu, B. P., Wang, X. T., Liu, Z. Z., Wang, Z. Y., Liu, X., and Jia, C. X. (2019). Stressful life events, insomnia and suicidality in a large sample of Chinese adolescents. *J. Affect. Disord.* 249, 404-409. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.02.047>
 6. Nock MK. Self-injury. *Annual review of clinical psychology*. 2010 Apr 27; 6:339-63. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131258>
 7. Wang S, Xu H, Zhang S, Wan Y, Tao F. Mediating effects of self-esteem in the relationship between childhood maltreatment and non-suicidal self-injury among adolescents: the roles of sex and only-child status. *Social Science & Medicine*. 2020 Mar 1; 249:112847. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.112847>
 8. Bouchard MA, Lecours S. Contemporary approaches to mentalization in the light of Freud's Project. In *Mentalization 2011* Feb 25 (pp. 103-129). Routledge.
 9. Rossouw TI, Fonagy P. Mentalization-based treatment for self-harm in adolescents: a randomized controlled trial. *Journal of the American Academy of child & adolescent psychiatry*. 2012 Dec 1; 51(12):1304-13. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2012.09.018>
 10. Bateman A, Fonagy P. *Psychotherapy for Borderline Personality Disorder: Mentalization-Based Treatment*. Oxford, UK: Oxford University Press; 2004. <https://doi.org/10.1093/medpsych/9780198527664.001.0001>
 11. Zanarini MC, Frankenburg FR, Hennen J, Reich DB, Silk KR. Prediction of the 10-year course of borderline personality disorder. *Am J Psychiatry*. 2006; 163:827-832. <https://doi.org/10.1176/ajp.2006.163.5.827>
 12. Fonagy P, Gergely G, Jurist EL, editors. *Affect regulation, mentalization and the development of the self*. Routledge; 2018 Apr 24. <https://doi.org/10.4324/9780429471643>
 13. Chapman AL, Gratz KL, Brown MZ. Solving the puzzle of deliberate self-harm: The experiential avoidance model. *Behaviour research and therapy*. 2006 Mar 1; 44(3):371-94. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.03.005>
 14. Klonsky ED, Victor SE, Saffer BY. Nonsuicidal self-injury: What we know, and what we need to know. *The Canadian Journal of Psychiatry*. 2014 Nov; 59(11):565-8. <https://doi.org/10.1177/070674371405901101>
 15. kazemi rezaei A, Moradi A, shagholian M, Abdollahi M H, parhoon H. The effect of memory specificity training on reducing cognitive and emotional symptoms in people with post-traumatic stress disorder. *IJPN* 2022; 10 (3) :14-29
 16. Nock MK. Self-injury. *Annual review of clinical psychology*. 2010 Apr 27; 6:339-63. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131258>
 17. Goldsmith RE, Chesney SA, Heath NM, Barlow MR. Emotion regulation difficulties mediate associations between betrayal trauma and symptoms of posttraumatic stress, depression, and anxiety. *Journal of traumatic stress*. 2013 Jun; 26(3):376-84. <https://doi.org/10.1002/jts.21819>
 18. Kim J, Cicchetti D. Longitudinal pathways linking child maltreatment, emotion regulation, peer relations, and psychopathology. *Journal of child psychology and psychiatry*. 2010 Jun; 51(6):706-16. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2009.02202.x>
 19. Yaghoubi H, Mahmodi A, Hassani O. Relationship between Stressful events and Psychiatric (Psychological) Problems of the Elderly: The Role of Religious Orientation. *Aging Psychology*. 2017 Nov 22; 3(3):207-17.
 20. Ghasemi Navab A, Moatamedy A, Sohrabi F. Predicting Relationship with God, Based on the Life Events, Spiritual Intelligence and Life Line Drawing in Elders. *JHC* 2015; 17 (1):57-69.
 21. Fonagy P, Luyten P, Moulton-Perkins A, Lee YW, Warren F, Howard S, Ghinai R, Fearon P, Lowyck B. Development and validation of a self-report measure of mentalizing: The reflective functioning questionnaire. *PLoS One*. 2016 Jul 8; 11(7):e0158678. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0158678>

22. Drogar, E., Fathi-Ashtiani, A., ashrafi, E. Validation and Reliability of the Persian Version of the Mentalization Questionnaire. *Journal of Clinical Psychology*, 2020; 12(1): 1-12.
23. Dolan M, Contractor AA, Ryals AJ, Weiss NH. Trauma, posttraumatic stress disorder severity, and positive memories. *Memory*. 2020 Sep 13;28(8):998-1013. <https://doi.org/10.1080/09658211.2020.1809679>
24. Shahabi M, Hasani J, Bjureberg J. Psychometric properties of the brief persian version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (The DERS-16). *Assessment for Effective Intervention*. 2020 Mar;45(2):135-43. <https://doi.org/10.1177/1534508418800210>
25. Sansone RA, Sansone LA, Fine MA. The relationship of obesity to borderline personality symptomatology, self-harm behaviors, and sexual abuse in female subjects in a primary-care medical setting. *Journal of Personality Disorders*. 1995 Sep;9(3):254-65. <https://doi.org/10.1521/pedi.1995.9.3.254>
26. Sansone RA, Gage MD, Wiederman MW. Investigation of borderline personality disorder among nonpsychotic, involuntarily hospitalized clients. *Journal of Mental Health Counseling*. 1998 Apr 1;20(2):133.
27. Sansone RA, Wiederman MW, Sansone LA, Touchet B. An investigation of primary care patients on extended treatment with SSRIs. *Am J Manag Care*. 1998;4:1721-3.
28. Sansone RA, Sansone LA. Borderline personality disorder and health care utilization in a primary care setting. *Southern medical journal*. 1996;89(12):1162-5. <https://doi.org/10.1097/00007611-199612000-00006>
29. Tahbaz Hoseinzadeh S, Ghorbani N, Nabavi SM. Comparison of self-destructive tendencies and integrative self-knowledge among multiple sclerosis and healthy people. *Contemporary psychology*. 2011;6(2):35-44.
30. Asadi SS, Bakhshipour Roudsari A, Mahmoud Alilou M, Seyed Mousavi PS. The relationship between attachment security and emotional dysregulation of adolescent: The mediating role of mentalization ability. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*. 2022 Mar 10;10(12):85-96.
31. Safari Mousavi SS, Sadeghi M, Sepahvandi MA. The causal model of insecure attachment style and traumatic experiences mediated by mindfulness on the mentalization. *Psychological Methods and Models*. 2022 Jan 21; 12(46):85-98.