

July-August 2021, Volume 9, Issue 3

Predicting Love Trauma Syndrome Based on Attachment Styles with the Mediating Role of Emotion Regulation

Akram Alizadeh Moghadam¹, Massoud Mohammadi^{2*}, Ghasem Naziri³,
Sajjad Amini Manesh⁴

1- Ph.D. Student of Clinical Psychology, Department of Psychology, Faculty of Economics and Management, Shiraz Branch, Islamic Azad University, Shiraz, Iran.

2- Ph.D. of Clinical Psychology, Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Economics and Management, Shiraz Branch, Islamic Azad University, Shiraz, Iran.

3- Ph.D. of Clinical Psychology, Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Economics and Management, Shiraz Branch, Islamic Azad University, Shiraz, Iran.

4- Ph.D. of Counseling, Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Economics and Management, Shiraz Branch, Islamic Azad University, Shiraz, Iran.

Corresponding Author: Massoud Mohammadi, Ph.D. of Clinical Psychology, Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Economics and Management, Shiraz Branch, Islamic Azad University, Shiraz, Iran

E-mail: Mmohamadis@yahoo.com

Received: 16 April 2021

Accepted: 22 July 2021

Abstract

Introduction: Love trauma syndrome can be associated with many anxieties and negative side effects and attachment styles and emotion regulation can play a role. The aim of this study was to investigate the mediating role of emotion regulation in the relationship between attachment styles and love trauma syndrome.

Methods: The present study was descriptive-correlational and structural equation modeling. The statistical population of the present study included male and female students of Shiraz universities in 1399. By available sampling method, 341 people (222 females and 119 males) were selected to participate in this study. Data collection tools included the Behavioral Emotion Regulation Questionnaire, Love trauma syndrome, and Adult Attachment Questionnaire. To analyze the data, the path analysis method was used using AMOS software version 19.

Results: The results showed that emotion regulation had a mediating role in the relationship between attachment styles and love trauma syndrome ($P < 0.05$). According to the fit indices, the conceptual model had a good fit.

Conclusions: Based on this, experts can help people with love trauma syndrome to overcome possible psychological trauma by modifying their attachment styles and emotion regulation strategies.

Keywords: Attachment Styles, Emotion Regulation, Love Trauma.

پیشبینی نشانگان ضربه عشق بر اساس سبکهای دلبستگی با نقش میانجی تنظیم هیجان در دانشجویان

اکرم عزیزاده مقدم^۱، مسعود محمدی^{۲*}، قاسم نظیری^۳، سجاد امینی منش^۴

۱- دانشجوی دکترای روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، دانشکده اقتصاد و مدیریت، واحد شیراز، دانشگاه آزاد اسلامی، شیراز، ایران.
۲- دکترای تخصصی روانشناسی بالینی، استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده اقتصاد و مدیریت، واحد شیراز، دانشگاه آزاد اسلامی، شیراز، ایران.
۳- دکترای تخصصی روانشناسی بالینی، استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده اقتصاد و مدیریت، واحد شیراز، دانشگاه آزاد اسلامی، شیراز، ایران.
۴- دکترای تخصصی مشاوره، استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده اقتصاد و مدیریت، واحد شیراز، دانشگاه آزاد اسلامی، شیراز، ایران.

نویسنده مسئول: مسعود محمدی، دکترای تخصصی روانشناسی بالینی، استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده اقتصاد و مدیریت، واحد شیراز، دانشگاه آزاد اسلامی، شیراز، ایران.

ایمیل: Mmohamadis@yahoo.com

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۴/۳۱

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۱/۲۷

چکیده

مقدمه: نشانگان ضربه عشق می تواند با پریشانی و عوارض منفی متعددی همراه باشد و سبکهای دلبستگی و تنظیم هیجان در بروز آن می توانند نقش داشته باشند. پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش واسطه ای تنظیم هیجان در رابطه سبک های دلبستگی و نشانگان ضربه عشق انجام شد.

روش کار: مطالعه حاضر، توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل دانشجویان دانشگاههای شهر شیراز در سال ۱۳۹۹ بود که با روش نمونه گیری در دسترس تعداد ۳۴۱ نفر (۲۲۲ زن و ۱۱۹ مرد) انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده ها شامل پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان، پرسشنامه نشانگان ضربه عشق و پرسشنامه دلبستگی بزرگسالان بود. برای تحلیل داده ها از روش تحلیل مسیر با بهره گیری از نرم افزار ایموس نسخه ۱۹ استفاده شد.

یافته ها: نتایج پژوهش نشان داد که تنظیم هیجان در رابطه بین سبک های دلبستگی و نشانگان ضربه عشق دارای نقش میانجی بود ($P < 0/05$). طبق شاخص های برازش، مدل مفهومی از برازش مناسبی برخوردار بود.

نتیجه گیری: بر این اساس متخصصان میتوانند، در افراد با نشانگان ضربه عشق با اصلاح سبک های دلبستگی و راهبردهای تنظیم هیجان آنها در غلبه بر آسیب های روانی احتمالی یاری برسانند.

کلیدواژه ها: سبک های دلبستگی، تنظیم هیجان، ضربه عشق.

مقدمه

بسیار مهم است و یافتن جایگزینی برای روابط عاشقانه از دست رفته به دلیل تعهد و صمیمت عاطفی بالا، کار بسیار سختی است (۳). افرادی که شکست عاطفی را تجربه می کنند نشانه های مختلفی را همچون افسردگی، غم، احساس تنهایی، ناامیدی و اضطراب بروز می دهند که پس از مدتی بعد از انحلال رابطه عاشقانه ظاهر می شود و این مسئله می تواند باعث اختلال در عملکرد فرد در بسیاری از ابعاد زندگی از جمله خانوادگی، فردی، اجتماعی، تحصیلی و شغلی و واکنشهای ناسازگارانه شود (۴). از ویژگیهای اساسی نشانگان ضربه عشق (love trauma syndrome) نشانه ها پس از

عشق را می توان از جلوه های دلبستگی دانست (۱) و در واقع، در امتداد تحول دلبستگی مراحل اولیه دوران کودکی، دلبستگی بزرگسال به صورت تمایل پایدار افراد برای ایجاد و حفظ مجاورت و تماس با یک یا تعداد معینی از افراد ظاهر می شود. این دلبستگی می تواند امکانات ذهنی برای آرامش و امنیت جسمی و روانی فرد فراهم سازد (۲). از دست دادن رابطه صمیمی ممکن است باعث ناراحتی شدید در هر فردی شود. به لحاظ روانی، روابط بسیار صمیمی و پایدار به ویژه روابط عاشقانه برای افراد،

تجربه ضربه عشق است. ضربه در روابط عاشقانه شامل چند مرحله است که شباهت زیادی به مراحل سوگ دارد. افراد ابتدا در مواجهه با تغییر رفتار شریک عشقی خود، شوک را تجربه می کنند و در مراحل بعدی به ترتیب با انکار، خشم شدید و غمگینی و ناامیدی روبه رو می شوند (۵). آنچه که منجر به احساس شوک می شود این است که ضربه عشق، انتظارات فرد مورد نظر را از رابطه و پیش فرض های امنیت در ارتباط، نقض می کند و در نتیجه ضربه عشق به عنوان استرسی شدید و آسیبزا تجربه می شود. احساس شوکه شدن اغلب با احساسات منفی دیگر از جمله وحشت، ترس و درماندگی همراه است. به این معنا که فرد پریشانی قابل توجه عاطفی، روانی و یا جسمانی را پس از این ضربه تجربه می کند (۳،۴). همچنین نشانگان ضربه عشق با برانگیختگی، اضطراب، اجتناب از رویدادهای یادآور ضربه عشق، یادآوری خودکار شکست عاطفی و کرختی هیجانی همراه است (۳).

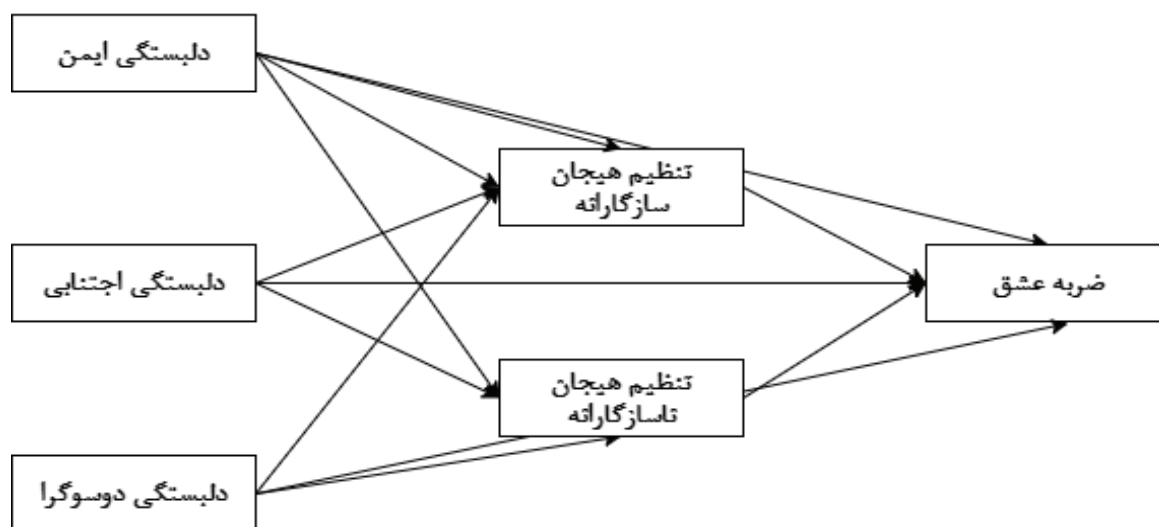
دلبستگی، رابطه ای نسبتاً پایدار و عاطفی بین مادر و کودک است و طبق پاسخگویی مادر، انواع سبکهای دلبستگی در کودک شکل می گیرد (۷). شیوه های تنظیم عواطف و برقراری ارتباط با دیگران در افراد متفاوت است و نظریه دلبستگی به تبیین این تفاوت های فردی در کودکان و بزرگسالان می پردازد (۸). بالبی مدعی شد که پاسخگویی والدین به نشانه های رفتار دلبستگی کودک و در دسترس بودن آنها در موقعیتهای استرس زا، پایگاهی امن (base secure) برای کودک فراهم می سازد که بر اساس آن انتظارات وی از محیط سازماندهی می شود (۸). سبک های دلبستگی شامل دلبستگی ایمن (secure)، اجتنابی (avoidant) و دوسوگرا است. این سبک ها تعیین می کنند که آیا خود (self) ارزش عشق و محبت دارد یا خیر. کودکان ایمن به دسترس پذیری مادر بیشتر اعتماد دارند و بیش از کودکان نایمن از وی به عنوان پایگاه امن استفاده می کنند (۹). هنگام بازگشت مادر پس از جدایی کوتاه مدت، کودکان ایمن با وی به سهولت تماس و تعامل برقرار می کنند، کودکان اجتنابی با گسستن و اجتناب ورزیدن واکنش نشان می دهند، و کودکان دوسوگرا رفتارهای متناقض بروز می دهند (۱۰). بنابراین می توان استدلال کرد که سبکهای دلبستگی در افراد می تواند پیش بین تجارب عاطفی، عشق و شدت ضربه عشق در آنها باشد و به نظر می رسد که تنظیم هیجان در این بین می تواند

دارای نقش واسطه ای باشد؛ چرا که یافته برخی از مطالعات گویای نقش مؤثر سبکهای دلبستگی در فرایند شکل گیری تنظیم هیجان هستند (۱۲،۱۱).

مندی و همکاران (۵) در مطالعه خود نشان دادند که افراد با دلبستگی ایمن نسبت به افراد با سبک نایمن دلبستگی از روابط عاشقانه پایدارتر خبر میدهند و در صورت بروز مشکل در روابطشان بهتر میتوانند رابطه خود را ترمیم بخشند. بردافورد و همکاران (۶) در مطالعه خود نشان دادند که افراد با سبک دلبستگی ایمن از کیفیت روابط روماتیک بهتر و رضایت بخش تر خبر میدهند. دانلاپ و همکاران (۷) نیز در مطالعه های نشان دادند که افراد با سبک دلبستگی نایمن اجتنابی و دوسوگرا در برقراری روابط روماتیک مشکلات بیشتری را تجربه می کنند و نه تنها در طول رابطه با تنش بیشتری مواجهه هستند بلکه در صورت شکست رابطه نیز تجارب عاطفی زیادی را گزارش می دهند و فرایند بهبودی آنها و رهایی از آن رابطه نیز برایشان بیشتر طول می کشد. تنظیم هیجان به ظرفیت نظارت، ارزیابی، فهم و اصلاح واکنشهای هیجانی به شیوه های که برای عملکرد بهنجار سودمند است، اشاره دارد (۱۶) و ماهیتاً فرایندی را در برمیگیرد که از طریق آن افراد هیجانهایشان را خواه به صورت هشیار یا ناهشیار به وسیله اصلاح تجارب یا تغییر موقعیت فراخواننده هیجان تنظیم می کنند (۱۵). مقابله و سازگاری با هیجانات نقش عمدهای در تنظیم هیجانی ایفا می کند، چنانکه لازوروس و فالكمن (۱۷) این سازگاری و مقابله را تلاش های مداوم شناختی و رفتاری برای مدیریت تقاضاهای درونی و یا بیرونی میدانند به هنگامی که فرد با موقعیتهایی مواجهه می شود که فراتر از منابع شخص ارزیابی می شوند. برخی دیگر نیز سازگاری با هیجانات را تلاش های آگاهانه و ارادی برای تنظیم هیجانات در پاسخ به حوادث استرس زا می دانند (۱۸). بنابراین در تنظیم هیجانات فرایندهای شناختی و رفتاری هر دو نقش مهمی در مقابله با حوادث استرس زا دارند (۱۹). به همین ترتیب شناسایی فرایندهای رفتاری که باعث محافظت یا آسیب پذیری کمتر افراد نسبت به اثرات وقایع استرس زای زندگی می شود، برای ایجاد و توسعه برنامه های مداخلاتی مناسب برای افراد دارای مشکلات عاطفی مهم است چرا که اتخاذ راهبردهای رفتاری مؤثر تنظیم هیجان، یکی از اساسی ترین جنبه های سازگاری فردی در مواجهه با رویدادهای منفی زندگی قلمداد می شود و ناتوانی در بکارگیری راهبردهای

مثبت شناختی تنظیم هیجان گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه و کاهش شدت شکست عاطفی شده است (۱۶). نشانگان ضربه عشق شیوع بالایی در بین افراد به خصوص دانشجویان دارد. دانشجویان به خصوص در بدو ورود به دانشگاه و قرار گرفتن در محیطی مختلط که دختر و پسر با هم آموزش می بینند و همچنین به اقتضای سن خود بیش از هر گروهی در معرض تجربه روابط عاشقانه و همچنین نشانگان ضربه عشق قرار دارند. این در حالی است که نشانگان ضربه عشق به دلیل ایجاد بار عاطفی منفی و شدید با پیامدهای منفی روانی و عاطفی متعددی همراه است که می تواند تمام ابعاد زندگی فردی و اجتماعی و از جمله در دانشجویان عملکرد روانی، فردی، اجتماعی و تحصیلی را در جهت سیر نزولی متاثر سازد. بنابراین انجام تحقیقات برای شناسایی عوامل مؤثر در افزایش احتمال بروز و تشدید نشانگان ضربه عشق حائز اهمیت است. به نظر می رسد سبک های دلبستگی و فرایند تنظیم هیجان از جمله متغیرهایی باشند که می توانند روابط عاشقانه و نشانگان ضربه عشق را تحت تاثیر قرار دهند چرا که سبک های دلبستگی و فرایند تنظیم هیجان از جمله متغیرهای اساسی و بنیادین در حفظ ثبات و تعادل روان هستند. در واقع می توان چنین استدلال کرد که سبک های دلبستگی از طریق متاثر ساختن فرایند تنظیم هیجان می توانند پیشبین نشانگان ضربه عشق باشند و بر همین اساس، مطالعه حاضر به بررسی نقش واسطه ای تنظیم هیجان در رابطه سبک های دلبستگی و نشانگان ضربه عشق در دانشجویان می پردازد.

رفتاری مناسب با تشدید هیجانات منفی و آسیب روانی مرتبط است (۱۹). کریج و گارنفسکی (۲۰) حواس پرتی، کناره گیری، مواجهه فعالانه، جستجوی حمایت جویی و نادیده گرفتن را به عنوان راهبردهای رفتاری تنظیم هیجان معرفی می کنند و حواس پرتی و کناره گیری را از راهبردهای ناسازگارانه تنظیم رفتاری هیجان و مابقی را از راهبردهای سازگارانه می دانند. یافته برخی مطالعات نشان دهنده تاثیر تنظیم هیجان در شکل گیری و تداوم روابط بین فردی از جمله روابط رومانتیک و واکنش افراد نسبت به گسستگی این نوع از روابط هستند (۱۴-۱۶). فیشر و همکاران (۱۵) در مطالعه ای به بررسی اثرات سیستم پاداش مغزی بر تجارب افراد در روابط رومانتیک پرداختند و نشان دادند که در افرادی که سیستم پاداش مغزی دچار نقص عملکرد باشد، با ایجاد هیجانات منفی می تواند زمینه شکست عاطفی را فراهم آورد و برخورداری فرد از راهبردهای سازش یافته تنظیم هیجان می تواند تا حد زیادی از بروز این تجارب منفی پیشگیری کند. کرمی نژاد و همکاران در مطالعاتی به بررسی اثربخشی رویکرد هیجان مدار بر تنظیم شناختی هیجان دانشجویان دختر دچار شکست عاطفی پرداختند. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دختر مبتلا به شکست عاطفی دانشگاههای شهر اهواز در سال ۹۳-۹۴ بود. افراد گروه آزمایش، مداخله درمانی را طی ۸ جلسه ۶۰ دقیقه ای به صورت فردی و ۲ بار در هفته دریافت نمودند. یافته ها نشان داد رویکرد هیجان مدار در مرحله پس آزمون و پیگیری موجب استفاده بیشتر از راهبردهای



شکل ۱. مدل مفهومی تنظیم هیجان در رابطه بین سبکهای دلبستگی و نشانگان ضربه عشق

روش کار

این مطالعه از نظر هدف کاربردی و از نظر روش گردآوری داده‌ها توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل دانشجویان دختر و پسر دانشگاه‌های شهر شیراز (دانشگاه آزاد، دولتی، پیام نور و غیرانتفاعی) در سال ۱۳۹۹ با تعداد تقریبی ۵۳ هزار نفر بود که با روش نمونه‌گیری در دسترس تعداد ۳۴۱ نفر برای شرکت در این مطالعه انتخاب شدند. پرسشنامه‌ها به صورت آنلاین طراحی شده و سپس لینک پرسشنامه‌ها از طریق فضای مجازی در دسترس دانشجویان برای تکمیل قرار گرفت و در توضیحات پرسشنامه ذکر شد که فقط دانشجویان واجد شرایط به پرسشنامه‌ها پاسخ دهند. معیارهای ورود به مطالعه شامل داشتن تجربه ضربه عشق (بر اساس گزارش خود فرد)، تمایل داشتن برای شرکت در پژوهش، دانشجو بودن و حداقل سن ۱۸ و حداکثر ۵۵ سال. معیارهای خروج شامل مخدوش بودن اطلاعات و عدم تمایل برای ادامه همکاری بود. طبق نظر کلاین (۲۱) در معادلات ساختاری حداقل حجم نمونه ۲۰ نمونه برای هر عامل لازم است. با توجه به تعداد عامل پرسشنامه‌های پژوهش (نشانگان ضربه عشق = ۱ عامل، تنظیم هیجان = ۵ عامل، سبک‌های دلبستگی = ۳ عامل) حداقل حجم نمونه معادل ۱۸۰ نفر برآورد شد که در نهایت برای برای دستیابی به نتایج معتبرتر، به حداقل حجم نمونه اکتفاء نشد و این تعداد به ۳۴۱ نفر افزایش یافت. از ابزار زیر برای اندازه‌گیری متغیرها استفاده شد:

پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان (Behavioral Emotion Regulation Questionnaire): این پرسشنامه ۲۰ سوالی توسط کریج و گارنفسکی در سال ۲۰۱۹ طراحی شده است (۲۰). پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان از ۵ خرده‌مقیاس تشکیل شده است که هر کدام شامل ۴ آیتیم است و پاسخ‌ها از ۱ (تقریباً هرگز) تا ۵ (تقریباً همیشه) متغیر است. مجموع نمره هر خرده‌مقیاس از ۴ تا ۲۰ و نمره کل پرسشنامه از ۲۰ تا ۱۰۰ متغیر است. خرده‌مقیاس‌های این پرسشنامه عبارتند از: حواس پرتی (distraction)، کناره‌گیری (Withdrawal)، مواجهه فعالانه (Actively Approaching)، جستجوی حمایتجویی (Seeking social support) و نادیده گرفتن (Ignoring). همچنین این پرسشنامه از دو خرده‌مقیاس کلی تنظیم هیجان سازگارانه (شامل حواس پرتی و کناره‌گیری) و تنظیم هیجان ناسازگارانه (مواجهه فعالانه، جستجوی حمایت‌جویی و نادیده گرفتن) تشکیل شده است. پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان در پژوهش کرایج و

گارنفسکی (۲۰۱۹) بر روی نمونه ۴۵۷ نفره اجرا شد و ضریب آلفای در خرده‌مقیاس‌ها در بازه ۰/۸۶ تا ۰/۹۳ به دست آمد. همچنین پایایی این آزمون در طول زمان و اجرای مجدد نمایانگر پایایی آن بود. خرده‌مقیاس‌های پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان دارای همبستگی معنادار با پرسشنامه اضطراب افسردگی بیمارستان (Hospital Anxiety and Depression Scale) بودند که این بیانگر روایی همزمان آن بود. در مطالعه حاضر بررسی روایی و پایایی پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان بر روی گروه دانشجویان مورد مطالعه نشان داد که ضریب آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌ها از ۰/۷۷ تا ۰/۹۱ متغیر است که نشان دهنده همسانی درونی ابزار بود. ضریب بازآزمایی پرسشنامه بعد از سه هفته اجرای مجدد در بین ۴۴ نفر برابر ۰/۸۸ بود. نتایج بررسی روایی محتوا نشان داد که برای تمامی پرسش‌های پرسشنامه نمره نسبت روایی محتوا (CVR) بالاتر از نمره مورد قبول ۰/۶۲ و متوسط شاخص روایی محتوی (CVI) نیز بالاتر از نمره مورد قبول ۰/۷۹ بود. همچنین جهت بررسی روایی همگرا پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان، همبستگی نمرات این پرسشنامه با پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire) بررسی شد که نشان دهنده همبستگی معنادار متوسط بین خرده‌مقیاس‌های دو ابزار بود و روایی همزمان این پرسشنامه بود. پرسشنامه نشانگان ضربه عشق (Love trauma syndrome): این پرسشنامه توسط راس (۱۹۹۹) برای سنجش شدت ضربه عشق تهیه شد و شامل ۱۰ ماده ۴ گزینه‌ای است و یک ارزیابی کلی از میزان آشفتگی جسمانی، هیجانی، شناختی و رفتاری ناشی از ضربه عشق فراهم می‌آورد. طیف نمرات هر گویه از ۱ تا ۴ می‌باشد (۳). حداقل نمره در این پرسشنامه ۱۰ و حداکثر آن ۴۰ است و کسب نمره بالاتر نشان دهنده شدت ضربه عشق بیشتر است. نقطه برش آن ۲۰ در نظر گرفته شده است و اگر نمره بین ۲۰ تا ۳۰ باشد به معنای تجربه جدی نشانگان ضربه عشق است. نمره بین ۱۰ تا ۱۹ نیز نشان دهنده این است که نشانگان ضربه عشق وجود دارد اما در حد قابل تحمل‌تری است و نمره بین ۰ تا ۹ نشانگر وجود ضربه عشق در سطحی کاملاً قابل تحمل و کنترل‌شدنی است و به طور جدی عملکرد را مختل نمی‌کند. راس در بررسی خود ضریب آلفا این پرسشنامه را ۰/۸۱ و روایی صوری و محتوایی آن را نیز تایید نمود. در مطالعه‌ای در ایران، ضریب اعتبار آن با روش بازآزمایی با فاصله یک هفته ۰/۸۳ به دست آمده است و

اکرم عزیززاده مقدم و همکاران

برای کسب مجوز اخلاق در پژوهش دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیراز با کد IR.IAU.SHIRAZ.REC.1399.040 و همچنین مذاکره با مسئولین دانشگاه برای کسب موافقت و همکاری اقدام شد. پس از تهیه شماره تماس دانشجویان از طریق گروههای تدریس آنلاین دانشگاهها، لینک پرسشنامه به صورت آنلاین از طریق شبکه های اجتماعی واتساپ و تلگرام در اختیار دانشجویان قرار گرفت و از آنها خواسته شد تا با توجه به معیارهای ورود به مطالعه از جمله داشتن تجربه شکست عشقی و در صورت تمایل به شرکت در مطالعه، به تکمیل پرسشنامه ها اقدام نمایند. همچنین بر محرمانه ماندن مشخصات و اطلاعات فردی افراد شرکت کننده و اختیاری بودن شرکت در مطالعه تأکید شد. اطلاعاتی از قبیل هدف پژوهشی، معیارهای ورود به مطالعه، اختیاری بودن شرکت در مطالعه و محرمانه ماندن مشخصات فردی شرکت کنندگان، در بخش ابتدایی پرسشنامه و در توضیحات لینک آن در اختیار افراد شرکت کننده قرار گرفت. در نهایت در فاصله زمانی چهار ماه پرسشنامه ها تکمیل شدند و داده ۳۴۱ پرسشنامه وارد فرایند تجزیه و تحلیل شد.

در پژوهش حاضر، برای تحلیل داده ها از روش های ضریب همبستگی پیرسون، آزمون Z، آزمون کلموگروف اسمیرنوف و تحلیل مسیر با بهره گیری از نرم افزار ایموس نسخه ۱۹ استفاده شد.

یافته ها

مطالعه حاضر بر روی ۳۴۱ دانشجو انجام شد. اطلاعات جمعیت شناختی آنها شامل سن، جنس و وضعیت تاهل در (جدول ۱) گزارش شده است.

همچنین ساختار تک عاملی آن نیز با تحلیل عاملی مورد تایید قرار گرفت که بیانگر روایی سازه آن است (۲۲). در مطالعه حاضر، ضریب آلفا پرسشنامه نشانگان ضربه عشق ۰/۸۳ محاسبه شد.

پرسشنامه دلبستگی بزرگسالان (Adult Attachment Questionnaire): این پرسشنامه توسط شیور و هازان در سال ۱۹۸۷ طراحی شده و دارای ۲۱ ماده جهت ارزیابی دلبستگی بزرگسالان است. پرسشنامه دلبستگی بزرگسالان دارای سه خرده مقیاس سبک دلبستگی ایمن، نایمن اجتنابی و نایمن دوسوگرا است که به ترتیب دارای ۸، ۶ و ۷ سوال هستند. نمره گذاری به صورت لیکرتی و از ۱ تا ۵ (هیچ=۱، کم=۲، متوسط=۳، زیاد=۴، خیلی زیاد=۵) می باشد. کسب نمره بیشتر در هر خرده مقیاس نشاندهنده شدت بیشتر آن سبک دلبستگی است. شیور و هازان (۲۳) پایایی بازآزمایی کل این پرسشنامه را ۰/۸۱ و پایایی با آلفای کرونباخ آن را ۰/۷۸ به دست آوردند. آنها در بررسی های خود برای ارزیابی روایی سازه این پرسشنامه، با استفاده از تحلیل عاملی ساختار سه مولفه های پرسشنامه را مورد تایید قرار دادند. همچنین بررسی روایی همزمان این پرسشنامه در یک جمعیت دانشجو در ایران بیانگر رابطه ۰/۸۰ مثبت و معنی دار بود و بررسی پایایی با آلفای کرونباخ برای به ترتیب برای سبک دلبستگی ایمن، نایمن اجتنابی و نایمن دوسوگرا ۰/۷۷، ۰/۸۳ و ۰/۸۱ گزارش شد و روایی محتوایی و صوری پرسشنامه نیز مورد بررسی و تایید قرار گرفت (۲۴). در مطالعه حاضر، آلفای کرونباخ برای سبک دلبستگی ایمن، نایمن اجتنابی و نایمن دوسوگرا ۰/۷۴، ۰/۷۶ و ۰/۸۲ گزارش شد.

روند اجرای این مطالعه به این صورت بود که در ابتدا

جدول ۱. اطلاعات جمعیت شناختی شرکت کنندگان در پژوهش

متغیر	طبقه	تعداد (درصد)
سن	۱۸-۲۵	۱۸۸ (۵۵)
	۲۶-۳۵	۱۰۷ (۳۱)
	۳۶-۴۵	۳۴ (۱۰)
	۴۶-۵۵	۱۲ (۴)
جنسیت	زن	۲۲۲ (۶۵)
	مرد	۱۱۹ (۳۵)
وضعیت تاهل	متاهل	۱۳۵ (۵/۳۹)
	مجرد	۱۷۹ (۵/۵۲)
	بدون پاسخ	۲۷ (۸)
وضعیت تحصیلی	دانشجوی فوق دیپلم	۶۰ (۱۷)
	دانشجوی لیسانس	۱۶۸ (۴۹)
	دانشجوی فوق لیسانس	۹۰ (۲۶)
	دانشجو دکتری	۲۳ (۸)

نتایج مربوط به ماتریس همبستگی متغیرهای ضربه عشق، شده است.
سبک دلبستگی و تنظیم هیجان در (جدول ۲) نشان داده

جدول ۲: ماتریس همبستگی ضربه عشق، سبک دلبستگی و تنظیم هیجان

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱- دلبستگی ایمن	۱					
۲- دلبستگی اجتنابی	-۰/۲۴**	۱				
۳- دلبستگی دوسوگرا	-۰/۴۱**	۰/۳۰**	۱			
۴- تنظیم هیجان سازگارانه	۰/۲۹**	-۰/۰۹	-۰/۱۶**	۱		
۵- تنظیم هیجان ناسازگارانه	-۰/۱۴**	۰/۲۷**	۰/۲۵**	-۰/۴۵**	۱	
۶- ضربه عشق	-۰/۱۰	۰/۰۸	۰/۲۸**	-۰/۲۳**	۰/۱۲**	۱

داده های پرت، نمرات Z متغیرها محاسبه شد و نتایج نشان داد که نمرات ۶ آزمودنی دارای انحراف معیار بالاتر یا پایین تر از میانگین است و بنابراین در تحلیل فرضیه ها این افراد حذف شدند. جهت بررسی نرمال بودن متغیرها از آزمون کلموگروف اسمیرنوف استفاده شد که نتایج گویای نرمال بودن متغیرهای مطالعه بود ($P > ۰/۰۵$). برازش الگوی پیشنهادی با داده ها بر اساس شاخص های برازندگی در (جدول ۳) گزارش شده است.

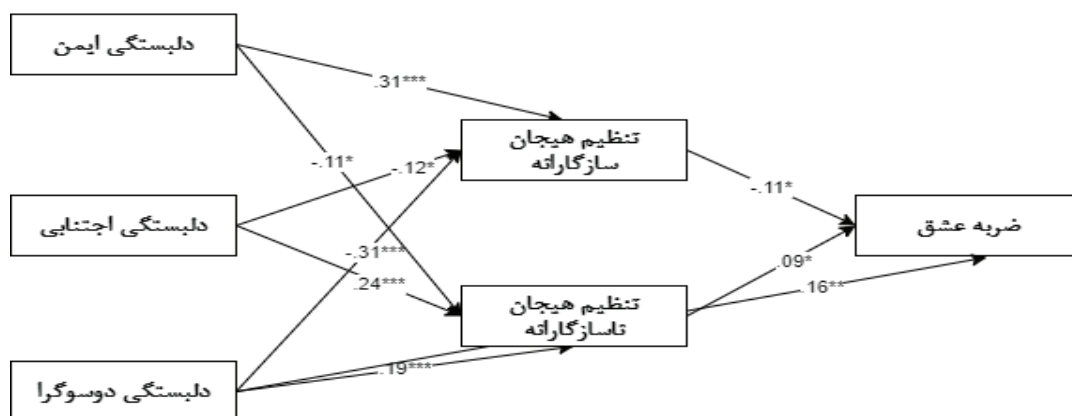
همانطور که نتایج مندرج در (جدول ۲) نشان می دهد، ضریب همبستگی بین دلبستگی دوسوگرا (۰/۲۸) و تنظیم رفتاری هیجان سازگارانه (۰/۲۳) و تنظیم رفتاری هیجان ناسازگارانه (۰/۱۲) با ضربه عشق در سطح ۰/۰۱ معنادار بود. جهت آزمون الگوی پیشنهادی نقش میانجی تنظیم هیجان در رابطه بین سبکهای دلبستگی و نشانگان ضربه عشق از روش الگویابی معادلات ساختاری استفاده شد و در ابتدا به بررسی مفروضه های آن پرداخته شد. جهت بررسی

جدول ۳: شاخص های برازش مدل نقش واسطه ای تنظیم رفتاری هیجان در رابطه بین سبکهای دلبستگی و نشانگان ضربه عشق

NFI	IFI	TLI	CFI	AGFI	GFI	RMSEA	X ² /df	P	df	X ²
۰/۹۶	۰/۸۹	۰/۹۹	۰/۹۳	۰/۹۰	۰/۹۰	۰/۰۰۷	۲/۷۴	> ۰/۰۱	۱۴	۳۸/۴۱
< ۰/۹۰	< ۰/۹۰	< ۰/۹۰	< ۰/۹۰	< ۰/۹۰	< ۰/۹۰	< ۰/۰۵	< ۳	< ۰/۰۱		شاخص قابل قبول

رابطه بین سبک های دلبستگی و نشانگان ضربه عشق را نشان می دهد. در این مدل اولیه، به دلیل اینکه برخی ضرایب مسیر معنادار نشدند، این مسیرها به منظور برازش بهتر مدل با داده ها حذف شدند. (شکل ۲)، مسیرهای مدل فرضی نقش واسطه ای تنظیم رفتاری هیجان در رابطه بین سبکهای دلبستگی و نشانگان ضربه عشق را بعد از اصلاح نشان می دهد.

با توجه به اطلاعات مربوط به (جدول ۳)، مقدار نسبت خی دو بر درجه آزادی برابر ۲/۷۴ بود که با توجه به اینکه کمتر از ۳ می باشد، می توان گفت که داده های به دست آمده با الگوی فرضی مطابقت دارند. همچنین با توجه به سایر شاخص های ارزیابی برازندگی الگو می توان گفت الگو از برازش خوبی برخوردار است. (شکل ۱) مسیرهای مربوط به مدل فرضی نقش واسطه ای تنظیم رفتاری هیجان در



شکل ۲. مدل نهایی نقش واسطه ای تنظیم هیجان در رابطه بین سبک های دلبستگی و نشانگان ضربه عشق

جدول ۴: ضرایب استاندارد و غیراستاندارد مسیرهای مستقیم مدل فرضی نقش واسطه ای تنظیم هیجان در رابطه بین سبک های دلبستگی بر ضربه عشق

مسیرها	B	β	p
اثر مستقیم دلبستگی ایمن بر راهبرد سازگارانه تنظیم هیجان	۰/۵۲	۰/۳۱	۰/۰۰۰
اثر مستقیم دلبستگی ایمن بر راهبرد ناسازگارانه تنظیم هیجان	-۰/۱۹	-۰/۱۱	۰/۰۳۹
اثر مستقیم دلبستگی ایمن بر ضربه عشق	-۰/۰۶۸	-۰/۰۵۹	۰/۲۵۹
اثر مستقیم دلبستگی اجتنابی بر راهبرد سازگارانه تنظیم هیجان	-۰/۲۵	-۰/۱۲	۰/۰۲۲
اثر مستقیم دلبستگی اجتنابی بر راهبرد ناسازگارانه تنظیم هیجان	۰/۳۶	۰/۲۴	۰/۰۰۰
اثر مستقیم دلبستگی دوسوگرا بر راهبرد ناسازگارانه تنظیم هیجان	۰/۲۳	۰/۱۹	۰/۰۰۰
اثر مستقیم دلبستگی دوسوگرا بر راهبرد سازگارانه تنظیم هیجان	-۰/۴۲	-۰/۳۱	۰/۰۰۰
اثر مستقیم دلبستگی دوسوگرا بر ضربه عشق	۰/۲۱	۰/۱۶	۰/۰۰۲
اثر مستقیم راهبرد سازگارانه تنظیم هیجان بر ضربه عشق	-۰/۱۶	-۰/۱۱	۰/۰۳۹
اثر مستقیم دلبستگی اجتنابی بر ضربه عشق	۰/۰۷۴	۰/۰۶۵	۰/۱۹۸
اثر مستقیم راهبرد ناسازگارانه تنظیم هیجان بر ضربه عشق	۰/۱۲	۰/۰۹	۰/۰۴۸
اثر غیرمستقیم دلبستگی اجتنابی بر ضربه عشق	۰/۲۰۶	۰/۱۵۳	۰/۰۰۳
اثر غیرمستقیم دلبستگی دوسوگرا بر ضربه عشق	۰/۱۷۲	۰/۱۲۸	۰/۰۰۷
اثر غیرمستقیم دلبستگی ایمن بر ضربه عشق	۰/۱۹۱	۰/۱۴۴	۰/۰۰۵

بر اساس گزارش (جدول ۴)، همه مسیرهای مستقیم و غیرمستقیم بجز اثر مستقیم دلبستگی ایمن بر ضربه عشق و اثر مستقیم دلبستگی اجتنابی بر ضربه عشق در سطح معناداری حداقل ۰/۰۵ معنادار هستند. همچنین ارزیابی اثرات غیرمستقیم با استفاده از روش بوت استرپ نشان داد که اثرات سبک های دلبستگی بر ضربه عشق، با توجه به اینکه حد بالا و حد پایین در آنها صفر را در بر نمی گیرند (صفر درون این فاصله اطمینان قرار نمی گیرد)، به واسطه تنظیم هیجان میانجیگری می شوند.

بحث

مطالعه حاضر با هدف بررسی نقش واسطه ای تنظیم هیجان در رابطه بین سبک های دلبستگی و نشانگان ضربه عشق انجام شد. نتایج پژوهش نشان داد که سبک های دلبستگی ایمن با نشانگان ضربه عشق دارای رابطه منفی و سبک های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا با نشانگان ضربه عشق دارای رابطه مثبت معنادار بودند. این یافته با نتایج مطالعات قبلی (۷-۵) مبنی بر تاثیر سبکهای دلبستگی در شکل گیری و دوام روابط عاشقانه و واکنش افراد نسبت به گسستگی این نوع همسو است. مندی و همکاران (۵) در مطالعه خود نشان دادند که افراد با دلبستگی ایمن نسبت به افراد با سبک نایمن دلبستگی از روابط عاشقانه پایدارتر خبر می دهند و در صورت بروز مشکل در روابطشان بهتر

می توانند رابطه خود را ترمیم بخشند. برادفورد و همکاران (۶) در مطالعه خود نشان دادند که افراد با سبک دلبستگی ایمن از کیفیت روابط رومانتیک بهتر و رضایت بخش تر خبر می دهند. دانلاپ و همکاران (۷) نیز در مطالعه ای نشان دادند که افراد با سبک دلبستگی نایمن اجتنابی و دوسوگرا در برقراری روابط رومانتیک مشکلات بیشتری را تجربه می کنند و نه تنها در طول رابطه با تنش بیشتری مواجهه هستند بلکه در صورت شکست رابطه نیز تجارب عاطفی زیادی را گزارش می دهند و فرایند بهبودی آنها و رهایی از آن رابطه نیز برایشان بیشتر طول می کشد.

محققان ثبات نسبی سبک های دلبستگی را تا بزرگسالی به اثبات رساندهاند. آنها معتقدند که عشق رمانتیک را باید شکلی از دلبستگی در نظر گرفت چرا که الگوی دلبستگی های اولیه کودکان، دلبستگی های دوران بزرگسالی آنها را تحت تأثیر قرار می دهد. کودکان در صورتی که از طریق دریافت مراقبت دلسوزانه و مطمئن به مادر خود دلبستگی ایمن پیدا می کنند، معمولاً به بزرگسالانی تبدیل می شوند که با احساس صمیمیت آرامش می یابند و میتوانند به کسانی که به آنها علاقه دارند، اعتماد و تکیه کنند (۵). بنابراین افراد ایمن اولین تجاربشان با مراقب مطمئن و پایدار بوده و تجارب اولیه فرد پس زمینه ای برای احساس ایمنی فرد در آینده خواهد بود. افراد با سبک دلبستگی ایمن نسبت به دیگران متعهد هستند، بدیهی

است این تعهد در رابطه صمیمانه با همسر نیز تداوم مییابد (۶). همچنین سبک دلبستگی ایمن با حس درونی شده خود ارزشمندی، راحتی و صمیمیت در ارتباط نزدیک همراه است که تمام این موارد میتواند ضامن یک رابطه دو سویه سالم و مداوم باشد که فرد در آن رابطه کمتر احساس عدم اطمینان از طرف مقابل و تداوم رابطه دارد و بنابراین انرژی طرفین بیشتر در جهت بهبود و رضایتبخش بودن رابطه قرار میگیرد تا تلاش برای به اطمینان رسیدن و این به معنای وجود آرامش در رابطه و رضایت طرفین است و احتمال شکست چنین رابطه ای نسبت به رابطه ای که طرفین دائماً درگیر کسب اعتماد از یکدیگر هستند به مراتب کمتر است و اگر هم طرفین مجبور به جدا شدن از هم باشند، دلالی منطقی و موجه برای این جدایی دارند که میتواند تا حد زیادی در تسکین درد آنها مؤثر باشد و التیام آن را تسریع کند. در میان گروههای دلبسته نایمن، افراد با سبک دلبستگی دوسوگرا و اضطرابی معمولاً با احساساتی منفی همراه با اضطراب و ترس از طرد شدن از طرف مقابل رنج میبرند که نمود بیرونی آن میتواند به صورت کنترل کردن طرف مقابل و محدود ساختن وی و در نتیجه ایجاد تنش در رابطه ظاهر شود (۸). همچنین سبک نایمن اجتنابی به دلیل انتظارات و توقعات منفی که از دیگران دارند، از برقراری رابطه نزدیک اجتناب می کنند، کمتر به طرف مقابل اعتماد کرده و به وی نزدیک نمی شوند و از گفتگوی صمیمی و عمیق گریزانند که خود با احساسات منفی از جمله احساس تنهایی و ناامیدی همراه است (۹). این الگوهای هیجانی و رفتاری منفی ناشی از سبک نایمن دلبستگی میتواند به معنای وابستگی عمیق افراد این افراد به طرف مقابل خود در رابطه باشد که از یک سو احتمال بروز مشکل در رابطه و از هم گسیختن رابطه را افزایش می دهد و از سوی دیگر جدایی رابطه را میتواند برای آنها به مراتب دشوار سازد چرا که آنها به آن رابطه و طرف مقابل خود به شدت وابسته شده اند و پاره شدن این پیوند می تواند آنها را در معرض نشانگان ضربه عشق قرار دهد (۷).

نتایج پژوهش نشان داد که راهبرد سازگارانه تنظیم رفتاری هیجان با نشانگان ضربه عشق دارای رابطه منفی معنادار است. این یافته با نتایج مطالعات قبلی مبنی بر تأثیر تنظیم هیجان در شکل گیری و تداوم روابط بین فردی از جمله روابط رومانتیک و واکنش افراد نسبت به گسستگی این نوع از روابط (۱۴، ۱۶) همسو است. همچنین نتایج نشان

داد که تنظیم هیجان در رابطه سبک دلبستگی و نشانگان ضربه عشق دارای نقش میانجی است. فیشرو و همکاران (۱۵) در مطالعه ای به بررسی اثرات سیستم پاداش مغزی بر تجارب افراد در روابط رومانتیک پرداختند و نشان دادند که در افرادی که سیستم پاداش مغزی دچار نقص عملکرد باشد، با ایجاد هیجانات منفی می تواند زمینه شکست عاطفی را فراهم آورد و برخورداری فرد از راهبردهای سازش یافته تنظیم هیجان می تواند تا حد زیادی از بروز این تجارب منفی پیشگیری کند. رجبی و نیکپور (۱۴) در یک پژوهش به مقایسه اثربخشی آموزش تنظیم هیجان و تحلیل روابط متقابل بر مشکلات ناشی از شکست عاطفی در دانشجویان پرداختند و نشان دادند که آموزش تنظیم هیجان در دانشجویان با کمک به آنها برای بکارگیری راهبردهای تنظیم هیجان انطباقی تر، به کاهش بیشتر مشکلات ناشی از شکست عاطفی کمک می کند. دهقانی فرد و خسروپور در یک مطالعه به بررسی همبستگی بین کیفیت رابطه والد-فرزند، تنظیم هیجان و نشانگان ضربه عشق پرداختند و به این یافته دست پیدا کردند که در افرادی که از کیفیت مثبت رابطه والد-فرزند خبر می دهند، در یک رابطه عاطفی نسبت به افراد با کیفیت منفی رابطه والد-فرزند به احتمال کمتر دچار تجربه نشانگان ضربه عشق می شوند و تنظیم هیجانی در این بین دارای نقش میانجی است، به طوری که کیفیت مثبت رابطه والد-فرزند با تأثیر بر روی تقویت راهبردهای تنظیم هیجان می تواند احتمال بروز نشانگان ضربه عشق را کاهش دهد (۲۵).

تنظیم هیجان انطباقی به افراد اجازه می دهد با کنترل و تنظیم بار هیجانات و عواطف منفی و پریشان کننده که معمولاً بازدارنده عملی منطقی و سازنده هستند، تحمل شرایط بحرانی و حاد درمانده کننده برای فرد آسان شود. توانایی تنظیم هیجانی به افراد در برقراری روابط بین فردی سالم و بکارگیری راهبردهایی جهت حفظ و تداوم آن کمک می کند و در صورت بروز شرایط بهم زننده رابطه و از هم گسستگی روابط نیز به فرد برای غلبه سریعتر و بهتر بر هیجانات منفی و ایجاد ثبات هیجانی در خود و بازگشت به شرایط باثبات قبلی کمک می کند. اگر هیجانات متناسب با موقعیت و شرایط باشند باعث واکنش مثبت و در غیر این صورت باعث واکنش منفی می شوند بنابراین زمانی که هیجانات شدید یا طولانی می شوند یا با شرایط سازگار نیستند، نیاز به تنظیم کردن آنها ضروری است و انواع

ضربه عشق نیز در فرد کاهش می یابد.

نتیجه گیری

بر اساس نتایج پژوهش، سبک دلبستگی ایمن با نشانگان ضربه عشق دارای رابطه منفی و سبکهای دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا با نشانگان ضربه عشق دارای رابطه مثبت معنادار بودند. همچنین نتایج نشان داد راهبرد سازگارانه تنظیم رفتاری هیجان با نشانگان ضربه عشق دارای رابطه منفی معنادار است و تنظیم هیجان در رابطه سبک دلبستگی و نشانگان ضربه عشق دارای نقش میانجی است. در زمینه کمک به افراد دچار نشانگان ضربه عشق، متخصصان حوزه سلامت می توانند با توجه به نتایج این مطالعه با طراحی و بکارگیری مداخلات دلبستگی محور و همچنین آموزش راهبردهای تنظیم رفتاری هیجان این افراد را در غلبه بر آسیب های روانی احتمالی و درمان نشانگان ضربه عشق یاری برسانند.

سیاسگزاری

این مقاله مستخرج از رساله دکترای روانشناسی بالینی مصوب در کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیراز با کد اخلاق IR.IAU.SHIRAZ.REC.1399.040 در تاریخ ۱۳۹۹/۱۱/۲۱ می باشد. بدین وسیله از تمامی دانشجویان شرکت کننده در پژوهش که ما را در انجام پژوهش همکاری نمودند، تشکر و قدردانی می شود.

تعارض منافع

بین نویسندگان هیچ گونه تعارضی در منافع وجود ندارد.

References

1. Mesbahi E, AmiriMajd M, Ghamari M, Bazazian S. Development of a model to predict emotional failure in students according to personal factors and initial maladaptive schemas and quality of love relationships. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology. 2019; 25 (1):42-55. <https://doi.org/10.32598/ijpcp.25.1.42>
2. Behdost P, Kargar K, Ziaaddini Z, Salimi H. The effectiveness of spiritual-religious psychotherapy on love trauma syndrome and acceptance in female students with love failure. Health, Spirituality and Medical Ethics. 2019;6(2):45-51. <https://doi.org/10.29252/jhsme.6.2.45>
3. Rajabi S, Nikpoor N. Comparison of the effectiveness of the transactional analysis

راهبردهای شناختی و رفتاری تنظیم هیجان در مقابله سازنده با پیامدهای عاطفی و هیجانی ناشی از شکست عشقی در طی دوران نوجوانی و جوانی کمک کننده هستند. دلبستگی ایمن به پدر و مادر، فضایی مطمئن همراه با امنیت را برای فرد ایجاد می کند که در آن به تعامل بپردازد و بتواند در مواجهه با شرایط استرس زا و موقعیت های پر تنش زندگی از راهبردهای مقابله ای کارآمد استفاده کند و با مدیریت بهتر شرایط از تشدید بحران و پیامدهای نامطلوب آن بکاهد. چنین موقعیت های تنش زایی گویای ایجاد شرایطی هستند که می توانند فرد را مستعد بروز هیجانات منفی سازند و بکارگیری راهبردهای مناسب جهت غلبه هیجانات منفی می تواند از بروز شرایطی غیرقابل کنترل پیشگیری کند. در واقع سبک های دلبستگی پیش بینی کننده نیرومند راهبردهای تنظیم هیجان هستند. افراد بر اساس تجارب عاطفی با نگاره های دلبستگی، انتظاراتی را از تعامل خود با آنها شکل می دهند و این انتظارات را به صورت بازنمایی های ذهنی از خود و دیگران درونی سازی می کنند. بنابراین ارتباط گرم و صمیمانه با نگاره های دلبستگی عامل ایجاد تصویر و بازنمایی ذهنی مثبت از خود و دیگران می شود و اطرافیان به صورت افرادی قابل اعتماد و حامی، ادراک می شوند که هنگام نیاز و دشواری در دسترس و پاسخگو هستند. از این رو هنگام تهدید و بروز مشکلاتی مانند شکست عاطفی، نظام دلبستگی افراد را به سمت موضوع دلبستگی هدایت می کند تا با دریافت حمایت از نگاره های دلبستگی، توان تنظیم هیجانات منفی و استفاده از راهبردهای موثرتر افزایش یابد و بدین طریق با کاهش درد روانی ناشی از آن رویداد منفی، احتمال نشانگان

- training and emotion regulation on the improvement of love trauma syndrome: Dealing with the problems caused by the separation and love break up. Archives of Psychiatry and Psychotherapy. 2018; 20 (4):17-28. <https://doi.org/10.12740/APP/99970>
4. Ghazinejad N, Asayesh MH, Bahonar F. Explanation of cognitive reactions in girls with love trauma syndrome: A phenomenological study. Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ). 2020; 9(1):97-106.
5. Mende M, Scott ML, Garvey AM, Bolton LE. The marketing of love: how attachment styles affect romantic consumption journeys. Journal of the Academy of Marketing Science. 2019; 47 (2):255-73.

- <https://doi.org/10.1007/s11747-018-0610-9>
6. Bradford AB, Drean L, Sandberg JG, Johnson LN. They may disapprove, but I still love You: Attachment behaviors moderate the effect of social disapproval on marital relationship quality. *Family process*. 2020;59(4):1530-51. <https://doi.org/10.1111/famp.12519>
7. Dunlop WL, Karan A, Wilkinson D, Harake N. Love in the first degree: Individual differences in first-person pronoun use and adult romantic attachment styles. *Social Psychological and Personality Science*. 2020; 11 (2):254-65. <https://doi.org/10.1177/1948550619847455>
8. Sun Y, Wang L, Jiang J, Wang R. Your love makes me feel more secure: Boosting attachment security decreases materialistic values. *International Journal of Psychology*. 2020;55(1):33-41. <https://doi.org/10.1002/ijop.12544>
9. Ainsworth MS. Infant-mother attachment. *American psychologist*. 1979;34(10):932. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.34.10.932>
10. David ME. I love the product but will you? The role of interpersonal attachment styles in social projection. *Psychology & Marketing*. 2018; 35 (3):197-209. <https://doi.org/10.1002/mar.21080>
11. Mikulincer M, Shaver PR. Attachment orientations and emotion regulation. *Current Opinion in Psychology*. 2019;25:6-10. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.006>
12. Read DL, Clark GI, Rock AJ, Coventry WL. Adult attachment and social anxiety: The mediating role of emotion regulation strategies. *PloS one*. 2018;13(12):e0207514. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0207514>
13. Rimé B. Interpersonal emotion regulation. *Handbook of emotion regulation*. 2007;1:466-8.
14. Rajabi S, Nikpoor N. Comparison of the effectiveness of the transactional analysis training and emotion regulation on the improvement of love trauma syndrome: Dealing with the problems caused by the separation and love break up. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*. 2018; 20 (4):17-28. <https://doi.org/10.12740/APP/99970>
15. Fisher HE, Brown LL, Aron A, Strong G, Mashek D. Reward, addiction, and emotion regulation systems associated with rejection in love. *Journal of neurophysiology*. 2010;104(1):51-60. <https://doi.org/10.1152/jn.00784.2009>
16. Karaminezhad Z, Sodani M, Mehrabizadeh honarmand M. Effectiveness emotion focused therapy approach on cognitive emotion regulation on emotional breakdown girl students. *Yafte*. 2017; 18 (4) :79-86
17. Folkman S, Lazarus RS. Coping and emotion. *Psychological and biological approaches to emotion*. 1990:313-32.
18. Ito JK, Brotheridge CM. Resources, coping strategies, and emotional exhaustion: A conservation of resources perspective. *Journal of Vocational Behavior*. 2003;63(3):490-509. [https://doi.org/10.1016/S0001-8791\(02\)00033-7](https://doi.org/10.1016/S0001-8791(02)00033-7)
19. Tuna E. Psychometric properties of the Turkish version of the behavioral emotion regulation questionnaire (BERQ). *The Journal of general psychology*. 2020:1-7. <https://doi.org/10.1080/00221309.2020.1752137>
20. Kraaij V, Garnefski N. The behavioral emotion regulation questionnaire: development, psychometric properties and relationships with emotional problems and the cognitive emotion regulation questionnaire. *Personality and Individual Differences*. 2019;137:56-61. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.07.036>
21. Kline RB. *Structural equation modeling*. 2006.
22. Dehghani M, Atef-Vahid M, Gharaee B. Efficacy of short-term anxiety-regulating psychotherapy on love trauma syndrome. *Iran J Psychiatry Behav Sci*. 2011; 5 (2):18-25.
23. Hazan C, Shaver PR. Love and work: An attachment-theoretical perspective. *Journal of Personality and social Psychology*. 1990; 59 (2):270. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.2.270>
24. Davaji RB, Valizadeh S, Nikamal M. The relationship between attachment styles and suicide ideation: The study of Turkmen students, Iran. *Procedia-social and behavioral sciences*. 2010; 5: 1190-4. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.259>
25. Dehghanifar F, Khosropour F. Structural modeling of object relations mediated by cognitive emotion regulation to predict the love trauma syndrome in female students. *Preventive Care in Nursing & Midwifery Journal*. 2020; 10 (2):1-8. <https://doi.org/10.52547/pcnm.10.2.1>