

به نام خدا

# ناگویی خلقی در نوجوانان

مولفان :

مجید علی نژادیان

آسیه سلمانوند زاده

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۲)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

[chaponashr.ir](http://chaponashr.ir)

سرشناسه : علی نژادبان، مجید، ۱۳۶۴-

عنوان و نام پدیدآور : ناگویی خلقی در نوجوانان/مولفان مجید علی نژادبان، آسیه سلمانوندزاده.

مشخصات نشر : ارسطو ( سامانه اطلاع رسانی چاپ و نشر ایران ) ، ۱۴۰۲.

مشخصات ظاهری : ۱۲۰ص.: جدول، نمودار (بخشی رنگی).

شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۴۱۰-۲

وضعیت فهرست نویسی : فیبا

یادداشت : کتابنامه: ص. [۱۰۱] - ۱۲۰.

Alexithymia

Affective disorders

Social intelligence

Emotions and cognition

Well being -- Psychological aspects

موضوع : نارسایی هیجانی

اختلالات عاطفی

هوش اجتماعی

هیجان ها و شناخت

بهبودی -- جنبه های روان شناسی

شناسه افزوده : سلمانوندزاده، آسیه، ۱۳۶۸-

رده بندی کنگره : RC۵۴۰

رده بندی دیویی : ۶۱۶/۸۵۲۶

شماره کتابشناسی ملی : ۹۴۱۸۳۲۴

اطلاعات رکورد کتابشناسی : فیبا

نام کتاب : ناگویی خلقی در نوجوانان

مولفان : مجید علی نژادبان - آسیه سلمانوند زاده

ناشر : ارسطو ( سامانه اطلاع رسانی چاپ و نشر ایران )

صفحه آرای، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر

تیراژ : ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ : اول - ۱۴۰۲

چاپ : زبرجد

قیمت : ۹۶۰۰۰ تومان

فروش نسخه الکترونیکی - کتاب رسان :

<https://chaponashr.ir/ketabresan>

شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۴۱۰-۲

تلفن مرکز بخش : ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵

[www.chaponashr.ir](http://www.chaponashr.ir)



## فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۷	مقدمه.....
۱۰	نوجوانی و ناگویی خلقی.....
۱۱	ناگویی خلقی یا الکسی تایمی.....
۱۷	تعاریف ناگویی خلقی - هیجانی.....
۱۹	تعاریف دیگر.....
۲۰	همه گیر شناسی ناگویی خلقی - هیجانی.....
۲۲	سبب شناسی ناگویی خلقی - هیجانی.....
۲۳	فرزند پروری و ناگویی خلقی - هیجانی.....
۲۵	حمایت اجتماعی و ناگویی خلقی - هیجانی.....
۳۳	سبک های شناختی هیجانی.....
۳۴	ارتباط الکسی تایمی با اختلالات دیگر.....
۳۵	انواع ناگویی خلقی.....
۳۵	حالت در برابر صفت.....
۳۸	نظریات عواطف و خلیات.....
۳۸	اسکینر.....
۳۹	هب.....
۳۹	آیزنک.....
۴۰	لیرد- جانسون و اوتلی.....

- ۴۰..... نظریه جیمز- لانگه
- ۴۱..... نظریه برانگیختگی- تفسیر:
- ۴۲..... نظریه ارزیابی لازاروس
- ۴۲..... خودشناسی انسجامی
- ۴۵..... تعریف خودشناسی
- ۴۶..... اهمیت خودشناسی
- ۴۸..... کاربردهای خودشناسی
- ۴۹..... برخی عوامل مؤثر در رشد خودشناسی
- ۵۲..... سازه‌های خودشناسی
- ۵۳..... اجزای خودشناسی
- ۵۳..... شناخت ویژگی‌ها
- ۵۴..... الف) شناخت ویژگی‌های جسمانی
- ۵۵..... ب) شناخت ویژگی‌های هیجانی یا احساسی
- ۵۵..... ج) شناخت ویژگی‌های رفتاری
- ۵۶..... شناخت توانایی‌ها و مهارت‌های خود
- ۵۶..... شناخت توانمندی‌ها و استعدادها
- ۵۷..... شناخت پیشرفت‌ها و موفقیت‌ها
- ۵۸..... شناخت نقاط ضعف خود
- ۵۸..... شناخت افکار
- ۵۹..... شناخت باورها و ارزش‌ها خود
- ۶۰..... روش‌هایی برای دستیابی به خودشناسی

۶۲	..... نظریه تحلیل رفتار متقابل
۶۶	..... هوش اجتماعی
۶۶	..... تعریف و مفهوم هوش
۷۰	..... انواع هوش
۷۱	..... هوش اجتماعی
۷۲	..... ظهور و پیدایش هوش اجتماعی
۷۴	..... تعاریف هوش اجتماعی
۷۶	..... نظریه پردازان هوش اجتماعی
۷۶	..... ۱. هوش اجتماعی از دیدگاه بار- اون:
۷۷	..... ۲. هوش اجتماعی از دیدگاه گاردنر
۷۷	..... ۳. هوش اجتماعی از دیدگاه هیچ و گاردنر
۷۸	..... ۴. هوش اجتماعی از دیدگاه آلبرشت
۸۰	..... هوش اجتماعی از دیدگاه سیلورا، مارتین یوسن و داهل
۸۰	..... ۱- پردازش اطلاعات اجتماعی
۸۱	..... ۲- آگاهی های اجتماعی:
۸۱	..... ۳- مهارت های اجتماعی:
۸۲	..... ۶. هوش اجتماعی از دیدگاه گلمن
۸۲	..... آگاهی اجتماعی
۸۳	..... مهارت اجتماعی
۸۴	..... مؤلفه های هوش اجتماعی از دید صاحب نظران

۸۵.....	ویژگیهای هوش اجتماعی:
۸۸.....	عوامل موثر بر پرورش هوش اجتماعی
۸۸.....	بهبودی روانشناختی
۸۹.....	مفهوم بهبودی روانشناختی
۹۰.....	نظریه‌های مرتبط با بهبودی روانشناختی
۹۲.....	مدل ریف و ابعاد بهبودی روانشناختی
۹۵.....	مدل بهبودی روانشناختی ویسینگ و اندان
۹۶.....	عوامل مؤثر در بهبودی روانشناختی
۱۰۰.....	سخن پایانی
۱۰۱.....	منابع

## مقدمه

نوجوانی از حساس ترین مراحل زندگی است و آن را دوره گذر از کودکی به بلوغ می دانند. دوران نوجوانی سرشار از تغییرات و چالش ها می باشد که شناخت احساسات و تمایز بین احساسات می تواند به گذر از این دوره حساس کمک کند (میکائلی و همکاران، ۱۳۹۸). از ویژگی های مهمی که شناخت آن می تواند اهمیت زیادی داشته باشد ناگویی خلقی است. ناگویی خلقی ساختار چند بعدی است و متشکل از دشواری در شناسایی احساسات، تمایز بین احساسات و هیجان فیزیکی مرتبط با انگیختگی عاطفی، قدرت تجسم محدود و دشواری در توصیف احساسات هست (هلر<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۲). مطالعات تجربی درباره ثبات ناگویی خلقی بحث انگیز است. نتایج برخی از پژوهش ها در بین جمعیت های بالینی نشان داده است که ناگویی خلقی یک صفت شخصیتی؛ در حالی که نتایج گروه دیگری از پژوهش ها به روشنی نشان داده است که ناگویی خلقی یک ویژگی وابسته به حالت است که در طی زمان و با توجه به وضعیت بالینی آزمودنی تغییر پیدا می کند (سالمین<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۰۶). از دیدگاه علوم شناختی بخش عمده های از مسائل مربوط به ناگویی خلقی مرتبط با هیجانها است و هیجانها به عنوان دسته ای از روان سازه مبتنی بر پردازش اطلاعات شناخته می شود که شامل فرایندها و تجسم های نمادین و غیر نمادین است. ناگویی خلقی می تواند با عوامل مختلفی در ارتباط باشد از جمله خودشناسی انسجامی، هوش اجتماعی و بهزیستی روان شناختی. تحقیقات زیادی نشان می دهد که تفاوت های فردی در خودآگاهی با سلامت روانی و جسمانی ارتباط دارد (مک کراکن و ولمن<sup>۳</sup>، ۲۰۱۰). خودآگاهی دو بعد اصلی دارد. خودآگاهی تجربه ای که بر توجه لحظه به لحظه به تغییراتی که در ما رخ می دهد،

---

1-Heller

2-Salminen

3-McCracken & Velleman

متمرکز است، که ذهن آگاهی نیز یکی از جنبه های خودشناسی تجربه ای است و خودآگاهی انعکاسی، که تحلیل تجربه خود از طریق کارهای شناختی پیچیده تر و منظم تر است (صالح میرحسینی و همکاران، ۱۳۹۵) و بر مقایسه لحظه حال با استانداردهای درونی عملکرد که براساس تجربه خود در گذشته و آینده مطلوب بنا شده، تمرکز دارد، ادغام این دو بعد خودشناسی انسجامی را تشکیل می دهد و از مؤلفه های مهم سلامت روانی است (قربانی و همکاران، ۲۰۰۸). در این راستا قربانی، کریستوفر و واستون<sup>۱</sup> (۲۰۱۰) بیان کردند که خودشناسی منسجم به تلاش فرد در یکپارچه کردن تجربه ی خود در گذشته، حال و آینده در جهت سازش و ارتقای خود اشاره دارد و از نظر آنها این مدل به منظور درک یکپارچه ای از فرایندهای درون خود و همچنین آگاهی از آنها و آگاهی بیش از پیش از پویای های درون روانی ساخته شده است و دارای دو وجه خودشناسی تجربی و خودشناسی تأملی است که پردازش شناختی اطلاعات مرتبط با خود در زمان حال و گذشته را در بر می گیرد (یاسمی نژاد، ۱۳۹۶) با ناگویی خلقی می تواند در ارتباط باشد. همچنین هوش اجتماعی موضوعی است که سعی در تشریح و تفسیر جایگاه احساسات، عواطف و روابط بین فردی در توانمندی های انسانی دارد (اصغرزاده و محمودی، ۱۳۹۶) پس می تواند با ناگویی خلقی در ارتباط باشد. هوش اجتماعی اصطلاح فراگیری است که مجموعه گسترده ای از مهارت ها و خصوصیات فردی را در بر گرفته و معمولا به آن دسته از مهارت ها و خصوصیات فردی و بین فردی اطلاق می گردد که فراتر از حوزه مشخصی از دانش های پیشین، مهارت های فنی یا حرفه ای است (بوزان، ۱۳۸۴). همچنین بهزیستی روان شناختی را می توان به عنوان ارزیابی های شناختی و مؤثر زندگی تعریف کرد. این ارزیابی علاوه بر قضاوت های شناختی، شامل واکنش های هیجانی به وقایع و رضایت از زندگی نیز می شود (دائمی و جوشنلو، ۱۳۹۳). ریف، بهزیستی روان شناختی را تلاش برای کمال در جهت تحقق توانایی های بالقوه ی واقعی فرد می داند. در این دیدگاه بهزیستی به معنای تلاش برای

استعلا و ارتقا است که در تحقق استعدادها و توانایی های فرد متجلی می شود (عزیزمحمدی و مجتبائی، ۱۳۹۶).

سازه ی ناگویی خلقی اولین بار از مشاهداتی که روی بیماران اختلالات روان تنی انجام شده، اقتباس و فرمول بندی شد، چرا که این بیماران نقص هایی در بیان احساسات خود داشتند (داشناو<sup>۱</sup>، ۲۰۱۷). ناگویی خلقی یا آلکسی تایما توسط سیفونز<sup>۲</sup> (۱۹۷۳) در توصیف افرادی به کار برده شد که فقدان ظرفیت عاطفی آنها، منجر به شکست در تشخیص و توصیف هیجانات و به کلام در آوردن آنها می شد. بنابراین اصطلاح آلکسی تایما به معنای فقدان لغت برای هیجانات است. در توصیف ناگویی خلقی چهار ویژگی عنوان شده که عبارتند از: دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات، دشواری در تمایزگذاری بین هیجانات و تحریکات بدنی ناشی از برانگیختگی هیجانی و سبک تفکر برون مدار. در واقع این پدیده از سال ۱۹۴۸ خصوصاً در برخورد با بیمارانی که از بیماری های روان تنی رنج می بردند، مطرح شد (بشارت و همکاران، ۱۳۹۳). افراد مبتلا به ناگویی خلقی هیجانات خود را به سختی تشخیص می دهند، نمی توانند احساسات خود را به دیگران ابراز کنند، در تجربه های هیجانی خود ناتوان هستند (چن جینگ و چان<sup>۳</sup>، ۲۰۱۱). افراد دارای ناگویی خلقی نمی توانند هیجانات خود را ابراز کنند. ناگویی هیجانی نوعی نقص نارسایی خلقی است که باعث ناتوانی در پردازش شناختی اطلاعات هیجانی و تنظیم هیجان ها می شود. افراد دارای ناگویی هیجانی با مشکلاتی در تشخیص، ابراز کلامی، تحلیل احساسات، کاهش سطوح تجارب و تصویرسازی ذهنی از هیجانات روبه رو هستند (استاسویچ و همکاران<sup>۴</sup>، ۲۰۱۴). تایلر، باگبی و پارکر<sup>۵</sup> (۱۹۹۷) مدعی شده اند که حجم وسیعی از پژوهش ها مؤید این نکته

---

1-Dashnaw

2-Sifonze

3-. Chen Jing & Chan

4 -Stasiewicz, Bradizza, Gudleski, Coffey and Schlauch

5 -Taylor, Bagby & Parker

هست که نارسایی در تنظیم هیجانات با بروز نشانه های آسیب روانی همراه است. با پدیدآیی روان شناسی مثبت نگر در چند دهه ی اخیر، تأکید بر توانمندی ها و ارتقاء سطح سلامت افراد به همراه فعلیت بخشیدن به استعدادهای آنها مورد توجه بسیار قرار گرفته است. این جنبش در پی آن است که از نقاط قوت انسان به عنوان سپری در برابر آسیب های روانی بهره گیرد (صدوقی و حسام پور، ۱۳۹۶).

### نوجوانی و ناگویی خلقی

نوجوانی دوره ای است حدفاصل بین کودکی و بزرگسالی، زمانی که فرد با یک سری از موانع و مشکلاتی از قبیل تکالیف بهنجاری (مانند رشد هویت، استقلال از خانواده، توأم با ادامه ارتباط و قرار گرفتن در گروه های همسالان) و انتقال از کودکی به بزرگسالی مواجه می شود که واجد ویژگی هایی چون تغییرات فیزیولوژیکی و تحولات شناختی است. این مواجهه آغاز بحرانی خواهد بود که می تواند مثبت یا منفی باشد. نکته ی مهمی که وجود دارد این است که بسیاری از آسیب های روانی در دوران بزرگسالی در واقع ادامه ی مشکلات دوران کودکی و نوجوانی است. بروز نابسامانی ها و آسیب پذیری در برابر اختلالات روانی در دوره نوجوانی می تواند قابلیت ها و در نهایت سرنوشت فرد را تحت تأثیر جدی قرار دهد (سدیدی و یمنی، ۱۳۹۷). همچنین، امروزه نوجوانان در دوره نوجوانی خود به دلیل فشار برای داشتن استقلال، فشارهای تحصیلی، فشار دوستان، روابط جدید و مسئولیت های محول شده، زندگی پردغدغه ای دارند، و آنها با مشکلات و تصمیم گیری فراوانی در جاده بزرگسالی مواجه هستند که این امر می تواند در نوجوانان حس ناخوشایندی به وجود آورد و آنها احساس کنند که همه چیز خارج از کنترل آنهاست و به همین دلیل گاهی این احساس منجر می شود آنها احساسات خود را انکار کرده و بیان نکنند و همچنین روی خودشناسی آنان با توجه به این دوران نوجوانی شناخت هویت است تأثیرگذار باشد و همچنین موجب شود روابط اجتماعی آنان آسیب ببیند. و این مشکلات موجب صدمه به خود مانند افسردگی، پرخاشگری و اضطراب را به وجود آورد. بدیهی است که شناخت هیجانات و گفتن آنها باعث ایمنی نوجوانان در

برابر مشکلات می شود و آنها به راحتی می توانند با شرایط متغیر زندگی انطباق یابند. این گویایی هیجانانگیز در ارتقاء بهزیستی روانی نوجوانان مؤثر خواهد بود. از طرف دیگر داشتن خودشناسی نوجوانان باعث شناخت بیشتر هیجانانگیز شده و آن ها بهتر می توانند هیجانانگیز را ابراز کرده، بنابراین سلامت روانی آنان افزایش یابد. از طرف دیگر هوش اجتماعی باعث ارتباط بیشتر و بهتر نوجوانان با محیط شده و امنیت آنان را تأمین می کند که بتوانند گویایی هیجانانگیز خود باشند و از سلامت روان بیشتری برخوردار شوند. تعداد کثیری از دانش آموزان با مشکلات روان شناختی مواجه هستند که عملکرد تحصیلی و سلامت روانی آن ها را تحت تأثیر قرار داده و به بعضی آشفتگی های روان شناختی در بین آنها منجر شده است. یکی از علت های مراجعه نوجوانان به مراکز مشاوره حاکی از وجود مشکلات ارتباطی و بیشتر ناتوانی در ابرازگری هیجانی است. افراد مبتلا به این نارسایی خیلی تحت فشار همبسته های جسمانی هیجانانگیز هستند که به طور کلامی بیان نمی شوند. این نارسایی مانع تنظیم هیجانانگیز شده و سازگاری فرد را مشکل می کند (زکی بی، ۱۳۹۱).

### ناگویی خلقی یا الکسی تایمی

ناگویی خلقی یا الکسی تایمی به ناتوانی در پردازش شناختی اطلاعات هیجان و تنظیم هیجان ها گفته می شود. ناگویی خلقی یا الکسی تایمی سازه ای است چند وجهی متشکل از دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات برای دیگران و جهت گیری فکری بیرونی. ویژگی های اصلی ناگویی خلقی یا الکسی تایمی عبارتند از: ناتوانی در بازشناسی و توصیف کلامی هیجان های شخصی، فقر شدید تفکر نمادین که آشکار سازی برخورد ها، احساسات، تمایلات و سائق ها را محدود می کند، ناتوانی در به کارگیری احساسات به عنوان علایم مشکلات هیجانی، تفکر انتزاعی در مورد واقعیت های کم اهمیت بیرونی، کاهش یادآوری روایاها، دشواری در تمایز بین حالت های

هیجانی و حس های بدنی، فقدان جلوه های عاطفی چهره، ظرفیت محدود برای همدلی و خودآگاهی (ماروتی، لیلنگرن و بیلویکیوت-لجانگر<sup>۱</sup>، ۲۰۱۸).

از دیدگاه علوم شناختی بخش عمدهای از مسائل مربوط به ناگویی خلقی مرتبط با هیجانها است و هیجانها به عنوان دسته ای از روان سازه مبتنی بر پردازش اطلاعات شناخته می شود که شامل فرایندها و تجسم های نمادین و غیر نمادین است.

تجسم های نمادین شامل تصاویر و واژه ها است و تجسم های غیر نمادین شامل تهییج های جسمانی و احشایی است که در هنگام برانگیختگی هیجانی تجربه می شوند. نظام های نمادین مانند زبان این امکان را فراهم می آورند که انسان درباره احساس های هیجانی و دیگر تجاربش فکر کند و به این ترتیب حالت های هیجانی خود را تنظیم نماید. به نظر میرسد در ناگویی خلقی توانایی بسیار اندکی برای نمایش نمادین هیجانها وجود دارد و درنهایت تجسم نمادین هیجانها به شکل ضعیف با تصاویر و واژه ها ارتباط برقرار می کند و به همین دلیل کمتر تحت کنترل شناختی قرار دارد (اوردنیزاک، پایپر، جوی<sup>۲</sup>، ۲۰۱۱).

همانگونه که در تعریف ناگویی خلقی مطرح شده است، اختلال در پردازش اطلاعات هیجانی نقش مهمی در شکل گیری این اختلال دارد و پژوهش های مختلف شواهدی متعددی را در حمایت این فرض مطرح کرده اند. به عنوان مثال مطالعات نشان داده اند افراد با ناگویی - خلقی بالا نسبت به افراد با ناگویی خلقی پایین در تکالیفی که نیازمند هماهنگی محرک های هیجانی کلامی و غیرکلامی با پاسخ های هیجانی کلامی و غیرکلامی است، ضعیف تر عمل می کنند (لین، سکرست، ریدل، ولدان، کازنیاک و شوارتز<sup>۳</sup>، ۱۹۹۶).

1 -Lilliengren, & Bileviciute-Ljungar

2 -Ordinazac, Piper & Joy

3 -Lane, Seckrest, Riddle, Weldan, Kazniak and Schwartz

همچنین عملکرد آنها در نام گذاری رنگ واژه های مربوط به بیماری، کندتر از رنگ های مربوط به هیجانهای منفی است، در حالیکه در افراد با ناگویی خلقی پایین، چنین تفاوتی مشاهده نمی شود (لاند، جانسون، سان ویست و اولسن<sup>۱</sup>، ۲۰۰۲).

ناگویی خلقی بر آزمون تصمیم گیری واژگانی نیز اثرگذار است. افراد با ناگویی خلقی بالا در آزمون تصمیم گیری واژگانی برای واژه های هیجانی که بعد از موقعیتی هیجانی ارائه شود، دچار تأخیر می شوند در حالیکه در موقعیتی خنثی از نظر هیجانی این تأخیر مشاهده نمی شود (سوسلو و جانگهانز، ۲۰۰۲). نتایج مطالعه لامینت و همکاران (۲۰۰۶) در مورد دانشجویان نیز نشان داد که افراد با ناگویی خلقی بالا واژه های هیجانی -چه مثبت و چه منفی -کمتری را نسبت به افراد با ناگویی خلقی پایین فراخوانی کردند. در این مطالعه همه شرکتکنندگان صرفنظر از ناگویی خلقی بالا یا پایین، واژه هایی را که در سطح معنایی پردازش شده بود، بهتر از سطح پردازش ادراکی به یاد آوردند؛ و صرفنظر از سطح پردازش، واژه هایی را که بار هیجانی مثبت داشت بیش از واژه های دارای بار هیجانی منفی به یاد آوردند. این یافته ها در مطالعه مت، وازکیوز و کمپل<sup>۲</sup> (۱۹۹۲) نیز تأیید شد.

سایر یافته های پژوهش لامینت و همکاران حاکی از آن بود که افراد با ناگویی خلقی بالا در سطح پردازش معنایی، نقص بیشتری نسبت به سطح پردازش ادراکی دارند. محور دیگری که در بررسی و تبیین ناگویی خلقی مورد توجه بوده است، مسأله بررسی ثبات زمانی ناگویی خلقی است. برخی از پژوهشگران این سازه را به عنوان صفت شخصیتی ثابت قلمداد می کنند که بیانگر نقص در پردازش شناختی اطلاعات هیجانی است (لامینت<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۰۶؛ سالمینن، ساریجاروی، توکیا، کاوهانن و آرلا<sup>۴</sup>، ۲۰۰۶).

1 -Land, Johnson, Sunwest and Olsen

2 -Matt, Vazquez and Campbell

3 -Luminet

4 -Salminen, J. K., Saarijarvi, S., Toikka, T., Kauhanen, J., & Aarela, E

در مقابل این رویکرد صفت مدار، دست‌های از پژوهش‌ها ثبات زمانی ناگویی خلقی را مورد تردید قرار داده و آن را به عنوان حالت (نه صفت)، پیامد درماندگی شخصی معرفی کرده‌اند. اگر چنین باشد شرایط موقعیتی و حالت‌های خلقی جاری فرد می‌تواند؛ بر ناگویی خلقی تأثیرگذار باشد (هانکالامپی، هینتیکا، سارینن، لهتونن و ویناماکی<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰).

همچنین نارسایی در تنظیم و مدیریت هیجان‌ها (فرآیند گذار از پردازش به عمل) نیز از ویژگی‌های نارسایی هیجانی است. ناگویی خلقی یا آلکسی‌تایمیا شامل تخریب سه حوزه بازشناسی، پردازش و ابراز احساسها می‌باشد که یکی از نزدیکترین مفاهیم به هوش هیجانی است (سوسلو و جانگهانز، ۲۰۰۲).

ریشه این سازه در تحوّل پزشکی روان‌تنی است. طبق دیدگاه افلاطون هرچیزی با روح ارتباط دارد و این روح است که بدن را بطور کامل تحت تأثیر قرار می‌دهد (ریگارتوس<sup>۲</sup> و اسکارلوس<sup>۳</sup>، ۱۹۸۷، به نقل از ماتیلا<sup>۴</sup>، ۲۰۰۹).

هورنای<sup>۵</sup> و کلمن<sup>۶</sup> (۱۹۵۲، به نقل از ماتیلا، ۲۰۰۹) یک روان‌درمانی با بیمارانی که در پردازش هیجان‌های خود مشکل داشتند را توضیح دادند. طبق نظر آن‌ها، زندگی این بیماران فقط جنبه برون‌گرایانه داشت و این پژوهشگران اظهار داشتند که یکنواختی در احساس‌ها، افکار و ارتباط در این بیماران قابل ملاحظه است. بسیاری از این بیماران از اختلال روان‌تنی رنج می‌بردند.

در دهه‌ی ۱۹۷۰، ناگویی خلقی - هیجانی به عنوان سازه‌ای بالینی، برای فهم فرآیندهای آسیب‌شناختی مرتبط با رشد اختلالات روان‌تنی معرفی گردید و بسیار سریع به صورت

1 -Honkalampi, K., Hintikka, J., Saarinen P., Lehtonen, J.,& Viinamaki, H

2 -Rigartos

3.-Scarlos

4-Mattila

5 -Hornay

6.-kolman

جایگزینی برای الگوی روان تنی سنتی که توسط الکساندر<sup>۱</sup> مطرح شده بود، ظاهر گشت. اصطلاح ناگویی خلقی- هیجانی که در سال ۱۹۷۳ توسط سیفنوس<sup>۲</sup> مطرح شد به مجموعه‌ای از نارسایی‌های عاطفی اشاره دارد که وی در بیماران روان تنی مختلف مشاهده نموده است (دوبی<sup>۳</sup>، پاندی<sup>۴</sup> و میشر<sup>۵</sup>، ۲۰۱۰). سیفنوس (به نقل از مهرابی زاده هنرمند، افشاری و داوودی، ۱۳۸۹) اصطلاح ناگویی خلقی- هیجانی را در توصیف افرادی بکار برد که فقدان ظرفیت عاطفی آن‌ها، به شکست در تشخیص و توصیف هیجان‌ها و به کلام در آوردن آن‌ها منجر می‌شد. این اصطلاح یونانی از سه بخش تشکیل شده است: پیشوند «ای<sup>۶</sup>» به معنی فقدان، «لکسی<sup>۷</sup>» به معنی کلمه و «تیموس<sup>۸</sup>» به معنی هیجان (هاتین<sup>۹</sup>، ۲۰۱۰). به طور اساسی، زمانی که این مفهوم مطرح شد، فرض بر این بود که ناگویی خلقی- هیجانی، الگوی شخصیتی نوعی، برای بیماران روان تنی است و مطالعات اولیه بر این گروه بیمار متمرکز بود (کاروکیوی<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۱). اغلب بیماران که برچسب ناگویی خلقی- هیجانی داشتند، یکسری احساس‌های بدنی را بیان می‌کردند که اساس فیزیولوژیکی نداشتند، بلکه نشانه‌های آن‌ها از ناراحتی- های روانی نشأت می‌گرفت (دی ریک<sup>۱۱</sup> و ونهول<sup>۱۲</sup>، ۲۰۰۷). اگرچه جسمانی کردن پریشانی هیجانی ممکن است نتیجه‌ی ناگویی خلقی- هیجانی باشد، اما امروزه این

---

1 -Alexander

2-Siffenos

3-. Dubey

4 -Pandey

5 -Mishra

6 -A

7 -Lexus

8- Thymos

9-Hatin

10-Karukivi

11- De rick

12-. Vanheule

حالت، ویژگی تعریف کننده‌ی ناگویی خلقی- هیجانی به حساب نمی‌آید (طیب نیا و زیدل<sup>۱</sup>، ۲۰۰۵).

اگرچه ناگویی خلقی- هیجانی اساساً به صورت دشواری‌هایی در فهم و تبادل هیجان و احساس‌ها (سیف‌نوس، ۱۹۹۱، به نقل از دویی و همکاران، ۲۰۱۰) تعریف می‌شود، این مشکل همچنین با مشکلات عاطفی متعدد دیگری همچون فقدان هیجان‌های مثبت و شیوع هیجان‌های منفی، ظرفیت کم تنظیم هیجانی و توانایی‌های ضعیف مدیریت فشار روانی در ارتباط است. در مورد این که ناگویی خلقی- هیجانی یک صفت پایدار است یا متغیری است که افراد مختلف، میزان متفاوتی از آن را دارا هستند، مناقشاتی وجود دارد. تعدادی از پژوهش‌های انجام شده در زمینه‌ی بررسی ثبات زمانی<sup>۲</sup> ناگویی خلقی- هیجانی، این سازه را به عنوان یک صفت شخصیتی<sup>۳</sup> ثابت، که بیانگر نقص در پردازش شناختی اطلاعات هیجانی است، تأیید کرده‌اند (تیلور<sup>۴</sup>، ۲۰۰۰، به نقل از بشارت، ۱۳۸۷). در مقابل این رویکرد صفت مدار، دسته‌ای از پژوهش‌ها ثبات زمانی ناگویی خلقی- هیجانی را مورد تردید قرار داده‌اند و آن را به عنوان یک حالت<sup>۵</sup> (نه یک صفت)، پیامد درماندگی شخصی معرفی کرده‌اند (هاویلند<sup>۶</sup>، شاو<sup>۷</sup>، کومینگز<sup>۸</sup> و مک مورای<sup>۹</sup>، ۱۹۸۸، به نقل از بشارت، ۱۳۸۷).

---

1 -Zaidel

2 -temporal stability

3 -personal trait

4 -Taylor

5 -state

6 -Haviland

7 -Shaw

8 -Cummings

9 -MacMurray

## تعاریف ناگویی خلقی - هیجانی

از جمله تعاریفی که برای ناگویی خلقی - هیجانی بیان شده است می توان به موارد زیر اشاره کرد:

ناگویی یک سازه‌ی شناختی-عاطفی<sup>۱</sup> است که به صورت (الف) دشواری در شناسایی احساس‌ها و تمیز احساس‌ها از تهییج‌های عاطفی بدنی مرتبط با انگیزتگی هیجانی؛ (ب) دشواری در توصیف احساس‌ها برای دیگران؛ (ج) قدرت تجسم محدود (که به وسیله‌ی فقر در خیال پردازی‌ها مشخص می‌شود) و (د) یک سبک شناختی عینی (برون مدار و محرک وابسته) تعریف می‌شود (تیلور و همکاران، ۱۹۹۷، به نقل از شیشیدو<sup>۲</sup>، ۲۰۱۱). به علاوه، نمی<sup>۳</sup>، فریبرگر<sup>۴</sup> و سیفنوس (۱۹۷۶)، به نقل از دورارد<sup>۵</sup> و همکاران، (۲۰۰۸) معتقدند که ناگویی خلقی - هیجانی، که از نظر لغوی معنای «هیچ واژه ای برای خلق» است، به یک اختلال هیجانی خاص اشاره دارد که با ناتوانی در شناسایی حالات عاطفی درونی و توصیف کلامی آن‌ها مشخص می‌شود.

همچنین تیلور، باگبی<sup>۶</sup> و پارکر<sup>۷</sup> (۱۹۹۱)، به نقل از ویلیامز<sup>۸</sup>، کارن<sup>۹</sup> و بروس<sup>۱۰</sup> (۲۰۱۱) اظهار داشتند که ناگویی خلقی - هیجانی یک سازه‌ی شخصیتی است که به وسیله مشکلاتی در شناسایی و توصیف هیجان‌ها، یک زندگی خیالی تضعیف شده و تفکر عینی تعریف می‌شود. ناگویی خلقی - هیجانی به معنی ناتوانی در بیان احساس‌ها به دلیل

1 -cognitive-affective

2-Shishido

3 -Nemiah

4 -Friberger

5 -Dorard

6.-Bagby

7.- Parker

8 -Williams

9 -Curren

10 -Bruce

فقدان آگاهی هیجانی است. افراد مبتلا به ناگویی خلقی - هیجانی بطور معمول قادر به شناسایی، درک و یا توصیف هیجان‌های خویش نیستند (براون<sup>۱</sup>، ۲۰۰۳، به نقل از مظاهری و همکاران، ۱۳۸۹). همچنین ناگویی خلقی - هیجانی به دشواری در خود نظم دهی هیجانی و به عبارت دیگر، به ناتوانی در پردازش شناختی اطلاعات هیجانی و تنظیم هیجان‌ها گفته می‌شود (سوآرت<sup>۲</sup>، کورتکاس<sup>۳</sup> و آلمن<sup>۴</sup>، ۲۰۰۹). کینگ<sup>۵</sup>، اوزن<sup>۶</sup> و ودلی<sup>۷</sup> (۱۹۹۲)، به نقل از شاهقلیان، مرادی و کافی، (۱۳۸۶) معتقدند ناگویی خلقی - هیجانی حاصل عدم ابراز هیجان‌ها به دلیل نارسایی در توانایی پردازش و نظم دهی هیجان‌ها یا بازداری آگاهانه‌ی ابراز هیجانی است.

ویژگی‌های اصلی ناگویی خلقی - هیجانی عبارتند از: ناتوانی در بازشناسی و توصیف کلامی هیجان‌های شخصی؛ فقر شدید تفکر نمادین که آشکار سازی بازخوردها، احساس، تمایل و سایق‌ها را محدود می‌کند؛ ناتوانی در بکارگیری احساس‌ها به عنوان علایم مشکلات هیجانی؛ تفکر در مورد واقعیت‌های کم اهمیت بیرونی؛ کاهش یادآوری رؤیاها؛ دشواری در تمایز بین حالت‌های هیجانی و حس‌های بدنی؛ قیافه خشک و رسمی؛ فقدان جلوه‌های عاطفی چهره؛ ظرفیت محدود برای همدلی و خودآگاهی (تول<sup>۸</sup>، مداگلیا<sup>۹</sup>، رومر<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۵، به نقل از بشارت ۱۳۸۷).

- 
- 1 -Brown
  - 2 -Swart
  - 3 -Kortekaas
  - 4 -Aleman
  - 5 -King
  - 6 -Ammons
  - 7 -Woodely
  8. -Tull
  - 9 -Medaglia
  - 10 -.Roemer

## تعاریف دیگر

ناگویی خلقی یا آلکسی‌تیمیا شامل تخریب سه حوزه بازشناسی، پردازش و ابراز احساسها می باشد که یکی از نزدیکترین مفاهیم به هوش هیجانی است (آلن و همکاران، ۲۰۱۱). مشخصه های بیرونی که سازه نارسایی هیجانی را تشکیل می دهند بیانگر نقایصی در پردازش شناختی و تنظیم هیجانات می باشند. از دیدگاه علوم شناختی، هیجان ها به عنوان دسته ای از طرح واره های مبتنی بر پردازش اطلاعات شناخته می شوند که شامل فرآیندها و تجسم های نمادین و غیر نمادین هستند کاهش ابراز هیجانات اساسا بیان گر نوعی فقدان یا بدتنظیمی هیجانات است. به همین صورت آسیب در ظرفیت های پردازش هیجانی مبتنی بر نارسایی هیجانی ممکن است یک عامل خطر احتمالی برای انواع مشکلات سلامت روان باشند.

نارسایی هیجانی سازه ای است چند وجهی متشکل از دشواری درشناسایی احساسات و تمایز بین احساسات و تهییج های بدنی مربوط به انگیختگی هیجانی، دشواری درتوصیف احساسات برای دیگران، قدرت تجسم محدود که بر حسب فقر خیال پرداززی ها مشخص می شود؛ سبک شناختی عینی (غیر تجسمی)، عمل گرا و واقعیت مدار یا تفکر عینی افراد مبتلا به نارسایی هیجانی، تهییج های بدنی بهنجار را بزرگ می کنند، نشانه های بدنی انگیختگی هیجانی را بد تفسیر می کنند، درماندگی هیجانی را از طریق شکایت های بدنی نشان می دهند و در اقدامات درمانی نیز به دنبال درمان نشانه های جسمانی هستند (آلن و همکاران، ۲۰۱۱).

مشخصه های بیرونی که سازه نارسایی هیجانی را تشکیل می دهند بیانگر نقایصی در پردازش شناختی و تنظیم هیجانات می باشند. از دیدگاه علوم شناختی، هیجان ها به عنوان دسته ای از طرح واره های مبتنی بر پردازش اطلاعات شناخته می شوند که شامل فرآیندها و تجسم های نمادین و غیر نمادین هستند کاهش ابراز هیجانات اساسا بیان گر نوعی فقدان یا بد تنظیمی هیجانات است. به همین صورت آسیب در ظرفیت

های پردازش هیجانی مبتنی بر نارسایی هیجانی ممکن است یک عامل خطرات احتمالی برای انواع مشکلات سلامت روان باشند (آلن و همکاران، ۲۰۱۱).

### همه گیر شناسی ناگویی خلقی - هیجانی

شیوع ناگویی خلقی - هیجانی دقیقاً مشخص نیست، اما با این وجود، طیف آن از ۲۸-۰ درصد برآورد شده است (جیمرسون<sup>۱</sup>، ولفی<sup>۲</sup>، فرانک<sup>۳</sup>، کووینو<sup>۴</sup> و سیفنوس، ۱۹۹۴، به نقل از هاتین، ۲۰۱۰). ساکینن<sup>۵</sup>، کالتیالا-هینو<sup>۶</sup>، رانتا<sup>۷</sup>، هاتاچا<sup>۸</sup> و جوکاما<sup>۹</sup> (۲۰۰۷) در مطالعه‌ی خود با نمونه‌ای شامل ۸۸۲ دانش‌آموز ۱۷-۱۲ ساله به یک شیوع ۱۴/۶ درصد در میان پسران و ۱۷/۳ درصد در میان دختران در یک نمونه از جمعیت کلی نوجوانان دست یافتند. جوکاما و همکاران (۲۰۰۷) در بررسی همه‌گیر شناسی ناگویی خلقی - هیجانی نوجوانان ۱۵ و ۱۶ ساله، نرخ آن در میان دختران ۹/۵ درصد و میان پسران ۶/۹ درصد گزارش نمود. بوربا<sup>۱۰</sup> و همکاران در سال ۲۰۰۶ با مطالعه‌ی کنترل شده‌ای در مورد ناگویی خلقی - هیجانی نوجوانان دارای اختلال درد جسمانی شکل مداوم<sup>۱۱</sup>، شیوع ناگویی خلقی - هیجانی را در این نوجوانان ۵۹ درصد و در نوجوانان گروه گواه ۱ درصد بدست آوردند. در نمونه‌ی مورمن<sup>۱۲</sup> و همکاران (۲۰۰۸)، به نقل از هاتین، ۲۰۱۰ که شامل ۳۵۴ دانشجو بود، ۱۱/۶ درصد در طبقه ناگویی خلقی - هیجانی نوع اول، ۸/۸ درصد در طبقه ناگویی خلقی - هیجانی نوع دوم و ۹ درصد در طبقه‌ی ناگویی خلقی -

1-Imerson

2- Wolfe

3- Franko

4- Covino

5- Sakkinen

6- Kaltiala-Heino

7- Ranta

8- Haataja

9- Joukamaa

10- Burba

11- persistent somatoform pain disorder

12- Moormann