

دومین همایش ملی روانشناسی کاربردی

The second national conference of applied psychology

[DATE]

رابطه بین تحمل پریشانی با ناگویی هیجانی در رانندگان با سوءمصرف مواد

منصوره سادات موسوی زاهد ۱، سارا ظاهری ۲

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، گروه پزشکی، واحد نجف آباد، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران

۲- دکتری تخصصی روانشناسی، واحد زاهدان، دانشگاه آزاد اسلامی، سیستان و بلوچستان، ایران

Email: (mosavi.zahed@gmail.com)

Email: (drsara7800@gmail.com)

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه بین تحمل پریشانی با ناگویی هیجانی در رانندگان با سوءمصرف مواد شهر اصفهان در سال ۱۴۰۳ به روش توصیفی از نوع همبستگی انجام شد. جامعه آماری این پژوهش را کلیه رانندگان کامیون تشکیل دادند که از بین آنها تعداد ۵۰ نفر به روش نمونه گیری دردسترس انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها شامل دو پرسشنامه ناگویی هیجانی (TAS) بگبی، پارکر و تی‌لور (۱۹۹۴) با ۲۰ گویه و پرسشنامه تحمل پریشانی (DTS) سیمونز و گاهر (۲۰۰۵) با ۱۵ ماده و بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای طیف لیکرت بود که روایی صوری آن توسط چند نفر از پاسخگویان تایید و پایایی آن نیز با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب ۰٫۷۵۹ و ۰٫۶۲۴ برآورد شد. به منظور تجزیه و تحلیل یافته‌های پژوهش در بخش آمار توصیفی از مشخصه‌های آماری مانند میانگین، انحراف معیار، کمترین و بیشترین مقدار و در بخش آمار استنباطی از آزمون همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل یافته‌ها نشان داد تحمل پریشانی رابطه معکوس با ناگویی هیجانی دارد.

کلمات کلیدی: تحمل پریشانی، ناگویی هیجانی، رانندگان با سوءمصرف مواد

دومین همایش ملی روانشناسی کاربردی

[DATE]

The second national conference of applied psychology

۱. مقدمه

اعتیاد وضعیت مزمنی است که با رفتارهای اجباری، غیرقابل کنترل و جستجوگری برای مواد و مصرف مداوم شناسایی می‌شود (احمدی و قاسمی پور، ۱۴۰۰). سوءمصرف مواد یکی از دغدغه‌های بزرگ جوامع بشری همراه با آثار مخرب جسمانی، روانی، خانوادگی، شغلی، مالی، اخلاقی و ویژه پیامهای نامطلوب اجتماعی است. برآوردهای گزارش شده از تعداد معتادین و سوءمصرف کنندگان مواد مخدر در ایران حاکی از دو میلیون نفر معتاد است (کامکار، فرخی، سلیمی بجستانی و مردانی‌راد، ۱۳۹۸). از طرفی رانندگی از پراسترس‌ترین موقعیتها به شمار میرود که می‌تواند متأثر از سطوح بالای استرس شغلی بوده و عدم تعادل رفتاری و خطرهای سلامتی را به همراه داشته باشد (شکوهی یکتا، اکبری زردخانه و حدادی، ۱۳۹۷).

بنابر آنچه بنظر می‌رسد یکی از عناصر مهم در گرایش افراد به اعتیاد، ناگویی هیجانی^۱ است (کامکار، فرخی، سلیمی بجستانی و مردانی‌راد، ۱۳۹۸). فقدان توانایی شناسایی و تنظیم هیجانات به روش سازگارانه یکی از ویژگیهای شخصیتی است که با نام ناگویی هیجانی شناخته میشود (فرجی، باباپور خیرالدین و بخشی پور رودسری، ۱۴۰۲). واژه ناگویی هیجانی اولین بار توسط سیف‌نوس در سال ۱۹۷۳ به عنوان یک صفت شخصیتی که با ناتوانی در پردازش و تشخیص هیجانات فرد مشخص میشود، توصیف کرد. ناگویی هیجانی یک سازه شخصیتی است که وجه مشخصه آن ناتوانی در درک و بیان هیجانات است (ایزدی و افتخارافضلی، ۱۴۰۰). پژوهشهای بسیاری حاکی از رابطه معنادار میان ناگویی هیجانی و مصرف مواد در بزرگسالان است، به گونه‌ای که در میان ۳۹ تا ۶۷٫۵ درصد از بزرگسالان مصرف‌کننده، ناگویی هیجانی نیز دیده می‌شود (حائری، بشارت، احمدوند شاهرودی، رضانی مقدم آرای، ۱۴۰۱). ناگویی هیجانی ممکن است با نتایج درمان و پیش آگهی در زمینه اعتیاد تداخل داشته باشد. آن دسته از افرادی که تشخیص و توصیف حالات عاطفی برای آنها دشوار است ممکن است نتوانند به اندازه کافی حالات عاطفی خود را تنظیم کنند یا ارتباط خود را با شروع و/ یا حفظ یک ماده، الکل و یا اعتیاد رفتاری به خصوص در حالت پریشانی شدید. تشخیص دهند (اورسلینی، ۲۰۲۰).

هیجان‌ها از تعیین کننده های مهم رفتار، افکار و تجربه هستند. شمار زیادی از افراد احساسات خود را سرکوب و تعدادی نیز در مورد هیجانات تجربه شده خود آگاهی لازم را ندارند، بدین معنی که این افراد مشخصه های ناگویی هیجانی یا ابهام خلق را گزارش میکنند (نصرالهی و آقای، ۱۴۰۱). درحال حاضر، ناگویی هیجانی عمدتاً به عنوان یک سازه شخصیتی در نظر گرفته می‌شود که با یک اختلال عملکرد مشخص در آگاهی عاطفی، دلبستگی اجتماعی و روابط بین فردی مشخص می‌شود. ناگویی هیجانی ممکن است نشان دهنده یک ویژگی شخصیتی باثبات باشد که به شدت تحت تأثیر عوامل متعددی از جمله تجربیات زندگی، روابط قبلی، تجربیات آسیب‌زا اولیه است (اورسلینی، ۲۰۲۰).

تحمل پریشانی^۳ را توانایی فرد در تجربه و تحمل حالات هیجانی منفی تعریف کرده اند. درحقیقت، تحمل پریشانی یک متغیر تفاوت‌های فردی است که به ظرفیت تجربه و مقاومت در برابر ناراحتی هیجانی اشاره دارد (رفیعی پور، فرهادتمسکی، یاراحمدیان، فراهانی و دبیری، ۱۳۹۹). افراد دارای تحمل پریشانی کم، هیجان را غیرقابل تحمل میدانند و نمیتوانند به آشفته‌گی و پریشانی‌شان

¹ Alexithymia

² orsolin

³ Distress & Tolerance

دومین همایش ملی روانشناسی کاربردی

[DATE]

The second national conference of applied psychology

رسیدگی نمایند. این افراد وجود هیجان را نمیپذیرند و از وجود آن احساس شرم و آشفستگی میکنند زیرا توانایی مقابلهای خود با هیجانات را دستکم میگیرند(نرگس، فتحی آشتیانی، داودی و اشرفی، ۱۳۹۷).

به طور کلی عدم تحمل بیشتر برای پریشانی، در نهایت منجر به سوء استفاده طولانی مدت دارو و آستانه پایین تر برای تحمل پریشانی می شود. ارتباط بین تحمل پریشانی و اختلالات مصرف مواد به طور گسترده مورد مطالعه قرار گرفته است. عدم تحمل استرس و حالات عاطفی منفی (یا عدم تحمل پریشانی) عامل برجسته ای در زمینه حفظ اختلالات مصرف مواد در نظر گرفته می شود. نشان داده شده است که پریشانی مستقیماً باعث عود مصرف تنباکو، الکل و حشیش پس از یک دوره پرهیز می شود (هنسچل^۴، فلانگان^۵، آگوس^۶، جفیرس^۷ و بک^۸، ۲۰۲۱). تحمل پریشانی نقش مهمی در ارتقای سلامت دارد و این سازه شامل توانایی تحمل، ارزیابی، ظرفیت پذیرش حالت عاطفی و شیوه تنظیم هیجانهای منفی است(طولابی و ایضا، ۱۴۰۰)

با توجه به مطالب گفته شده و بررسی پژوهشهای پیشین(فرجی و همکاران^{۱۴۰۲}، طولابی و ایضا، ۱۴۰۰، رفیعی پور و همکاران^{۱۳۹۹}، هنسچل و همکاران، ۲۰۲۱) نشان داد که سوء مصرف مواد در اثر کاهش تحمل پریشانی و بالا بودن ناگویی هیجان است ولی در پژوهشی هردو سازه تحمل پریشانی و ناگویی مخصوصاً در رانندگان با سوء مصرف مواد بررسی نشده است. از طرفی این مساله بسیار مهم می باشد بدین دلیل که مصرف مواد مخدر در رانندگان علاوه بر حوادث غیرقابل چیران و از دست دادن افراد از جهت از بهمریختگی خانواده ها مورد توجه است. سوء مصرف باعث عدم صمیمیت در خانواده و همینطور عدم حمایت اه سوء مصرف شده و بنیان خانواده را برهم می زند بنابراین این پژوهش قصد دارد با کشف ارتباط این دو سازه و ارتباطش با سوء مصرف مواد به کاهش آن و جلوگیری از مواردی که گفته شد بپردازد. لذا پژوهش حاضر درصدد بررسی فرضیه زیر می باشد:

تحمل پریشانی با ناگویی هیجانی در رانندگان با سوء مصرف مواد رابطه دارد.

۲. روش پژوهش

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر، کلیه رانندگان کامیون با سابقه سوء مصرف مواد در شهر اصفهان در سال ۱۴۰۲ بود که با مراجعه به بیمه انکاری حمل مواد نفتی تعداد ۷۵ پرسشنامه روش نمونه گیری در دسترس بین آنها توزیع گردید و تعداد ۵۰ پرسشنامه به پژوهشگر عودت داده شد. باتوجه به اینکه معیار انتخاب نمونه برای مطالعات توصیفی حداقل ۵۰ نفر می باشد(حسن زاده و مداح، ۱۴۰۱)، ملاک های ورود شامل راننده بودن و سابقه سوء مصرف مواد و نیز رضایت آنان از ارائه اطلاعات و ملاک های خروج شامل عدم تمایل به همکاری و عدم سوء مصرف مواد بود. مشارکت در پژوهش داوطلبانه بود و راننده ای که به هر دلیلی تمایل به همکاری نداشتند، می توانستند پرسشنامه دریافت نکنند. همچنین ملاحظات اخلاقی پژوهش شامل بیان اصل رازداری، محرمانه ماندن اطلاعات شخصی، آزاد بودن آزمودنی جهت شرکت در پژوهش بود. جهت تجزیه و تحلیل

⁴ Hensche

⁵ Flanagan

⁶ Augu

⁷ Jeffirs

⁸ Back

دومین همایش ملی روانشناسی کاربردی

[DATE]

The second national conference of applied psychology

داده های بدست آمده از نرم افزار SPSS25 و آزمون رگرسیون همزمان استفاده شد. ابزار جمع آوری اطلاعات شامل سه پرسشنامه زیر بود:

(۱) پرسشنامه تحمل پریشانی (DTS)

مقیاس تحمل پریشانی، یک شاخص خودسنجی تحمل پریشانی است که توسط سیمونز و گاهر در سال ۲۰۰۵ تهیه شد. تعداد گویه های این مقیاس دارای ۱۵ ماده و ۴ خرده مقیاس و نمره گذاری مقیاس براساس طیف پنج درجه ای لیکرت از کاملاً موافق (نمره ۱) تا کاملاً مخالف (نمره ۵) که هریک از این گزینه ها به ترتیب ۴، ۳، ۲، ۱ و ۵ امتیاز دارند. عبارت ۶ به صورت معکوس نمره گذاری می شود. نمرات بالا در این مقیاس نشان گر تحمل پریشانی بالاست و نمرات کمتر نشان دهنده عدم تحمل پریشانی است. سیمونز و گاهر، در بررسی پایایی و روایی، ضریب آلفا را برای این مقیاس ۰/۸۲ و همچنین روایی ملاکی و همگرایی اولیه را مطلوب گزارش کردند. پایایی این مقیاس در مطالعه کشاورز محمدی و خلعتبری ۰/۸۱ به دست آمد.

(۲) پرسشنامه ناگویی هیجان (TAS)

این پرسشنامه توسط بگبی، پارکر و تیلور (۱۹۹۴)، ساخته شده است. پرسشنامه ناگویی هیجانی تورنتو یک پرسشنامه خودسنجی و ۲۰ سوالی است که دارای سه بعد دشواری در تشخیص و شناسایی احساسات (شامل ۷ سوال)، دشواری در توصیف احساسات (شامل ۵ سوال) و تمرکز بر تجارب بیرونی (شامل ۸ سوال) است. سوال ها بر حسب معیار ۵ درجه ای لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) نمره گذاری می شوند. ماده های شماره ۴، ۵، ۱۰، ۱۸ و ۱۹ بصورت معکوس نمره گذاری می شوند. ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش بگبی، پارکر و تیلور ۰/۸۸ بود. بشارت (۱۳۹۲) ضریب آلفای کرونباخ برای ناگویی هیجان کل و سه زیر مقیاس را به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۸۲، ۰/۷۵ و ۰/۷۲ و روایی همزمان بر حسب همبستگی زیرمقیاس های این آزمون مورد تایید قرار گرفت.

۳. یافته ها

تجزیه تحلیل یافته های پژوهش به وسیله بسته نرم افزار آماری SPSS نسخه ۲۵ در دو سطح توصیفی و استنباطی تحلیل شد. یافته ها در دو سطح توصیفی (فراوانی، درصد فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد) و استنباطی (آزمون همبستگی پیرسون) انجام گردید. یافته ها در سطح توصیفی نشان داد که بیشترین فراوانی مربوط به گروه سنی ۵۰ سال به بالا، متاهل و دارای مدرک تحصیلی دیپلم با حداقل ۸ سال سوء مصرف مواد بودند. در جدول ۱، برای هر یک از متغیرهای پژوهش میانگین، انحراف استاندارد، کمترین مقدار و بیشترین مقدار مربوط به هر یک از این عوامل بیان شده است.

جدول (۱) میانگین متغیرهای اصلی پژوهش

| متغیرهای پژوهش | میانگین | انحراف | کمترین | بیشترین |
|----------------|---------|--------|--------|---------|
|----------------|---------|--------|--------|---------|

دومین همایش ملی روانشناسی کاربردی

The second national conference of applied psychology

[DATE]

| مقدار | مقدار | معیار | | |
|-------|-------|-------|------|--------------|
| ۳,۹۵ | ۱,۸۰ | ۰,۴۹۶ | ۲,۸۶ | ناگوی هیجانی |
| ۳,۶۷ | ۱,۷۱ | ۰,۴۸۵ | ۲,۸۱ | تحمل پریشانی |

با توجه به فرضیه اصلی پژوهش و با توجه به نرمال بودن توزیع داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون مطابق جدول ۲ جهت آزمون فرضیه‌های پژوهش استفاده گردید.

جدول (۲) ضریب همبستگی بین تحمل پریشانی با ناگوی هیجانی

| ناگوی هیجانی | | | متغیر ملاک |
|--------------|--------------------|--------------|---------------|
| | | | شاخص آماری |
| سطح معناداری | مجذور ضریب همبستگی | ضریب همبستگی | متغیر پیش‌بین |
| ۰/۰۰۰ | ۰/۲۹۵ | **-۰/۵۴۴ | تحمل پریشانی |

$P < 0/01^{**}$

یافته‌های جدول (۹-۴) نشان می‌دهد ضریب همبستگی بین تحمل پریشانی و ناگوی هیجانی معنادار است. یعنی بین تحمل پریشانی و ناگوی هیجانی رابطه معنادار و معکوس به میزان ($r = -0/544$) وجود دارد. بر اساس ضریب تعیین (r^2) ۲۹/۵ درصد از واریانس تحمل پریشانی و ناگوی هیجانی مشترک بوده است، لذا فرضیه پژوهش مبنی بر این که بین تحمل پریشانی و ناگوی هیجانی رابطه وجود دارند تأیید گردید.

۴. نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر با هدف تعیین رابطه بین ناگوی هیجانی با تحمل پریشانی انجام شد. یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که بین ناگوی هیجانی و تحمل پریشانی رابطه معکوس و معنادار وجود دارد. یافته‌های این پژوهش با پژوهش فرجی و همکاران (۱۴۰۲)، طولابی و ایتا (۱۴۰۰)، رفیعی‌پور و همکاران (۱۳۹۹) و هنسچل و همکاران (۲۰۲۱)، همسو می‌باشد.

دومین همایش ملی روانشناسی کاربردی

[DATE]

The second national conference of applied psychology

در تبیین این یافته میتوان گفت که فرد دارای ناگویی هیجانی مشکلاتی در خودتنظیمی هیجانی دارد که مانع ایجاد تکانه‌های هیجانی، سازگاری هیجانی و یا پاسخ‌های مقابله‌ای مؤثر می‌شود. ناگویی هیجانی، سازهای مشخص است که در آن مشکل، آگاهی هیجانی است. افرادی که ناگویی هیجانی در آنها بالاست در بیان تجارب و هیجانات خود مشکل دارند. افراد دچار ناگویی هیجانی که دارای تحمل کمی در بحران‌ها و پریشانی دارند ممکن است از رفتارهای نابهنجار از جمله سوءمصرف مواد به عنوان راهبرد جبرانی برای تحمل احساسات منفی خود استفاده کنند.

در این بین رانندگان مبتلا به ناگویی هیجانی که در تشخیص و بیان احساسات خود مشکل دارند، ممکن است احساسات خود را سرکوب یا از آن فرار کنند، این رفتار، خطر اعتیاد را در آنها افزایش می‌دهد. شرایط و مشکلات کاری بویژه در جاده موجب درماندگی روانشناختی رانندگان شده و آنها را وارد یک دور باطل می‌سازد که در نهایت باعث افزایش میزان ناگویی هیجانی آنها می‌شود. این دور باطل بدینگونه است که ابتدا با ایجاد یک درماندگی روانشناختی در فرد سیستم پردازش شناختی او مختل می‌شود و فرآیند شناسایی و توصیف احساسات دشوار میگردد. رانندگانی که در بیان احساسات خود ضعیف هستند به احتمالی دارای تحمل پریشانی کمتری هم به دلیل استرس و اضطرابی که همه روزه در محیط کاری خود تجربه می‌کنند دارند. آنها بدلیل اینکه کمتر قادر به بیان احساسات و هیجانات خود به صورت کلامی هستند و نیز بخاطر عدم مدیریت عواطف خود، به مصرف مواد روی آورده تا بتوانند این ضعف را بدینگونه جبران کنند.

لذا به منظور افزایش سلامت روان رانندگان ضمن تأمین تجهیزات کافی در زمینه تأمین سلامت جاده‌ای آنها، ضروری است زمینه را برای بهره‌گیری از خدمات مشاوره و روانشناسی به‌موقع جهت کاهش اضافه‌بار روانی آنها مهیا سازد. چراکه کاهش سلامت روانی رانندگان به عنوان یکی از ازکان مهم در زمینه انتقالات جاده‌ای، علاوه بر تاثیر مخرب بر زندگی شخصی و خانوادگی می‌تواند باعث افزایش حوادث جاده‌ای و میزان نرخ مرگ و میر جاده‌ای گردد. همچنین روش نمونه‌گیری اجراشده در پژوهش حاضر، نمونه‌گیری به روش در دسترس بود که به دلیل و محدودیتهای زمانی رانندگان و نیز فعالیت آنها در جاده امکان به لحاظ گردآوری بیشتر پرسشنامه و نیز عدم تمایل به دادن اطلاعات در زمینه سوءمصرف مواد در آنها از محدودیتهای این پژوهش به شمار می‌رود.

۵. قدردانی

در پایان از رانندگان محترم که با ما نهایت همکاری را داشتند کمال تقدیر و تشکر را ابراز می‌نمائیم.

۶. منابع

احمدی سبا، قاسمیپور یداله. (۱۴۰۰). مقایسه ترس از صمیمیت، ناگویی هیجانی و ارضای نیازهای بنیادین روانشناختی در افراد موفق و ناموفق در ترک اعتیاد، فصلنامه علمی اعتیاد پژوهی، سال پانزدهم، شماره شصت و دوم، ص ۱۸۵-۲۰۴ زمستان ۱۴۰۰
افتخار افزلی امیر رضا، ایزدی فاطمه (۱۴۰۰). بررسی اثربخشی شناختدرمانی مبتنیبر ذهنآگاهی بر شفقت خود، ناگویی هیجانی و تحریف شناختی دانشجویان با نشانگان ضربۀ عشقی پژوهشهای علوم شناختی و رفتاری سال یازدهم، شماره دوم، پیاپی (۲۱)، ص:

دومین همایش ملی روانشناسی کاربردی

The second national conference of applied psychology

[DATE]

۷۲-۶۱

طولابی سعید و ایطا تینا. (۱۴۰۰). مقایسه کیفیت زندگی، سلامت روان، ناگویی هیجانی و تحمل پریشانی در پرستاران بخش مراقبت از بیماران کووید ۱۹- با پرستاران سایر بخش‌ها. نشریه علمی پژوهش در نظام‌های آموزشی، دوره ۱۵، شماره ۵۵، ص ۱۶۴-۱۵۳

حائری مهسا، بشارت محمدعلی، احمدوند شاهوردی محمد، رضانی مقدم آرایه فریده (۱۴۰۱) مقایسه تکانشوری، استحکام من، ناگویی هیجان و حمایت اجتماعی ادراک شده در معتادان ادامه دهنده و رها کننده درمان، فصلنامه روانشناسی کاربردی، دانشگاه شهید بهشتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دوره ۱۶- شماره ۲- پیاپی ۶۲- صفحه ۱۵۶-۱۳۳، تیر ۱۴۰۱

حسن‌زاده رمضان، مداح محمدتقی. روش‌های آماری در علوم رفتاری (۱۴۰۱). انتشارات ویرایش

رفیعی‌پور امین، فرهاد توسکی لیلا، یاراحمدیان مهرداد، فراهانی سمانه، دبیری سولماز. (۱۴۰۰). پیش‌بینی سازگاری اجتماعی، هیجانی و تحصیلی دانش‌آموزان مدارس شاهد بر اساس بلوغ عاطفی و تحمل پریشانی. روانشناسی نظامی سال ۱۲، شماره ۴۶، ص ۵۶-۴

شکوهی یکتا محسن، اکبری زردخانه سعید، حداد روح‌الله. (۱۳۹۷) اثربخشی بسته آموزشی روانشناختی رانندگان بر رفتارهای دوستانه و احساس خصومت رانندگان اتوبوس‌های درون‌شهری تهران، فصلنامه علمی پژوهشی مطالعات پژوهشی راهور. سال هفتم، شماره ۳۴، ص ۹۳-۱۱۸

کامکار شبنم، فرخی نورعلی، سلیمی بجستانی حسین، مردانی‌راد مژگان. (۱۳۹۹). تدوین و آزمون مدل علی گرایش به اعتیاد دانشجویان بر اساس متغیرهای تحمل پریشانی و تمایز یافتگی با میانجی‌گری ناگویی هیجانی، فصلنامه اعتیاد پژوهی سوءمصرف مواد، سال چهاردهم، شماره پنجاه و پنجم، ص ۲۹-۴۶

فرجی رباب، باباپور خیرالدین جلیل، بخشی پور رودسری عباس. (۱۴۰۲). نقش واسطه‌های نشخوار ذهنی در رابطه بین ناگویی هیجانی، تکانشگری، تحمل‌پریشانی و خودانتقادی با خودآسیبی، مطالعات روانشناختی دوره ۱۹، شماره ۱، بهار ۱۴۰۲، صص ۶۷-۴۷

نرگسی فریده، فتحی آشتیانی علی، داندی ایران و اشرفی عماد (۱۳۹۷) ارتباط بین ناگویی خلقی، حساسیت اضطرابی و تحمل پریشانی با علائم وسواسی-اجباری با میانجیگری بد کارکردی راهبردهای تنظیم هیجان در دانشجویان. مجله مطالعات ناتوانی (۹۰:۸) نصرالهی بیتا، آقای وحیده (۱۴۰۱)، مقایسه ناگویی هیجانی و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در افراد دارای نشانه‌های اختلال اضطراب فراگیر و اجتماعی، سوء مصرف مواد و افراد سالم، مجله روان‌شناسی معاصر، ۱۶-۳ (۲)، ۱۴۰۱، ۸

Hensche Aisling V, Flanagan Julianne C, Augu Isabel Fr, Jeffirs Stephanie M, Back Sudie E. (2021) Motives for prescription opioid use: The role of alexithymia and distress tolerance, American Academy of Addiction Psychiatry

Orsolin Laura. (2020 Distress & Tolerance). Unable to Describe My Feelings and Emotions Without an Addiction: The Interdependency Between Alexithymia and Addiction. Frontiers in Psychiatry , Volume 11 | Article 543346