

## تقابل فرایندهای خودشناختی با «آستانه گذری»

ناصر آقابابائی\* / نیما قربانی\*\* / محمدرضا خدابخش\*\*\*

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف مقایسه «آستانه گذری» با فرایندهای هشیاری که در فعالیت‌های لوب پیشانی، ریشه دارند، و با توجه به نقش جنسیت انجام گرفته است. بدین منظور ۲۶۶ دانشجو علاوه بر مقیاس «آستانه گذری» به پرسشنامه‌های فرایندهای خودشناختی، شامل بهوشیاری، خودشناسی انسجامی و خودمهارگری پاسخ داده‌اند. تحلیل داده‌ها نشان می‌دهد که زنان در «آستانه گذری» نمره‌های بالاتری دارند. همچنین ارتباط فرایندهای خودشناختی با هم مثبت و قوی بوده، اما نمره‌های آزمودنی‌ها در مقیاس «آستانه گذری» با فرایندهای خودشناختی، رابطه منفی دارد. بر پایه این یافته‌ها «آستانه گذری» به عنوان گونه‌ای از هشیاری که در ناحیه گیجگاهی ریشه دارد، با فرایندهای خودشناختی به عنوان هشیاری‌های مرتبط با ناحیه پیشانی، رابطه تقابلی دارند. بالاتر بودن نمره زنان در «آستانه گذری»، توجیهی برای بالاتر بودن گرایش‌های معنوی آنان است. کلید واژه‌ها: هشیاری، آستانه گذری، فرایندهای خودشناختی، روان‌شناسی دین، جنسیت.

naseragha@gmail.com

\* کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشگاه تهران.

\*\* دانشیار گروه روان‌شناسی دانشگاه تهران

\*\*\* کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشگاه تهران.

دریافت: ۱۳۸۹/۸/۱۹ - پذیرش: ۱۳۸۹/۱۰/۲۳

**مقدمه**

هشیاری<sup>۱</sup>، اصطلاحی فراگیر برای دسته‌ای از ابعاد اصلی تجربه شخصی ماست. هشیاری، عرصه‌ای است برای خودشناسی، میدانی است برای چشم‌انداز فردی و قلمروی است برای هیجانها و افکار خصوصی ما. در سال‌های اخیر، روش‌ها و فناوری‌های جدید، بینش چشمگیری از ماهیت هشیاری ارائه کرده‌اند. به طور ویژه، علم عصب‌شناختی به آشکار ساختن جزئیات پیوند پدیده‌های مغزی، تجارب ذهنی و فرایندهای شناختی پرداخته است. اثر این پیشرفت‌ها آن بوده است که هشیاری، نقشی محوری در یک‌پارچه ساختن زمینه‌های مختلف روان‌شناسی و پیوند دادن آنها با پیشرفت‌های علم عصب‌شناختی پیدا کرد.<sup>۲</sup> در این مطالعه به بررسی دو دسته از پدیده‌های هشیاری که پژوهش‌ها از ارتباط متفاوت آنها با مناطق مغز، حکایت می‌کنند، پرداخته خواهد شد. ابتدا فرایندهای خودشناختی<sup>۳</sup> بررسی می‌شود.

نظریه‌های متعددی در مورد فرایندهای خودشناختی ارائه شده است. بر پایه یک مفهوم‌سازی، فرایندهای خودشناختی فرایندی به هم پیوسته است که با بهوشیاری<sup>۴</sup> آغاز می‌شود، از گذرگاه خودشناسی می‌گذرد و با خودمهارگری<sup>۵</sup> پایان می‌یابد. طبق تعریف، بهوشیاری عبارت است از آگاهی و توجه پذیرنده<sup>۶</sup> به رخدادها و تجربه زمان حال. بهوشیاری در فعالیت‌های بنیادین هشیاری، یعنی توجه و آگاهی<sup>۸</sup> ریشه دارد.<sup>۹</sup> این مفهوم به دو صورت مطالعه می‌شود: به عنوان یک تجربه در یک زمان مشخص (یعنی حالت) و به عنوان یک گرایش پایدارتر (یعنی صفت). بهوشیاری به افراد اجازه می‌دهد چشم‌انداز درونی‌شان را سیاحت کنند و به چرایی رفتارهایشان بصیرت یابند. در پژوهش‌های براون و رایان هر دو نوع بهوشیاری، با انگیزش خودپیرو بیشتر، عاطفه مثبت بیشتر، و بهزیستی بهتر همبسته‌اند.<sup>۱۰</sup> خودشناسی انسجامی<sup>۱۱</sup>، همه جنبه‌های شناخت خود را در بر می‌گیرد و شامل خودآگاهی و تجسم‌های پایدار خود است که توانایی فرد را در دسترسی به حالت‌های روان‌شناختی جاری و پردازش محتوای تجربه‌های کنونی و گذشته و تفکیک آنها از هم می‌سنجد و قدرت فرد را در پردازش شناختی اطلاعات مربوط به خود، ارزیابی می‌کند.<sup>۱۲</sup> خودمهارگری که معمولاً به آن خودتنظیم‌گری<sup>۱۳</sup> می‌گویند، توانایی فرد در نادیده گرفتن افکار، هیجانها، تکانه‌ها، و رفتارهای خودکار یا عادت‌هاست که او را با محیط‌های جدید و مطالبات آنها سازگار می‌کند. عملکرد اجرایی<sup>۱۴</sup> خود، به ابعاد فعال و ارادی شخصیت بر

می‌گردد و خودتنظیم‌گری یکی از عملکردهای اجرایی است. خودتنظیم‌گری با دیدگاه کنترل دو پردازشی هماهنگ است که در آن افراد در پی هماهنگی خود و محیط هستند. در این دیدگاه، افراد یا تلاش می‌کنند دنیا را تغییر دهند تا با خودشان هماهنگ شود یا تلاش می‌کنند خود را تغییر دهند تا با دنیا هماهنگ شوند. معمولاً خود برای هدایت فرد به اجرای عملکردهای شناختی پیچیده نیازمند است. این پردازش‌های شناختی، منبع انرژی مشترکی با خودتنظیم‌گری دارند. در نتیجه، فعالیت‌هایی که نیازمند پردازش‌های فکری است، به‌ویژه آنهایی که به توجه و راهنمایی خود نیاز دارند، اگر بعد از خودتنظیم‌گری اجرا شوند، ناموفق‌ترند.<sup>۱۵</sup>

تلاش برای روشن کردن همبسته‌های مغزی خودآگاهی، قرن‌ها وجود داشته است. اکنون بر پایه پژوهش‌های مبتنی بر مطالعه موردی و عصب‌نگاری نوین، مشخص شده است که نیمکره راست و قشر پیشانی، و احتمالاً قشر پیش پیشانی راست، در پردازش‌های مرتبط با خود غالب است. پژوهش‌های دلالت‌کننده بر قشر پیشانی / نیمکره راست، بر خودتنظیم‌گری، تشخیص چهره خود، حافظه رویدادی از خود و معرفت به خود،<sup>۱۶</sup> تمرکز دارند.<sup>۱۷</sup> برای مثال، اوشنر و همکارانش<sup>۱۸</sup> نشان داده‌اند که ارزیابی خود، با فعالیت قشر میانی پیش پیشانی<sup>۱۹</sup> همراه است. دی آرگمبو و همکارانش<sup>۲۰</sup> نیز افکار ارجاعی به خود را با افزایش جریان چند منطقه، از جمله قشر شکمی میانی<sup>۲۱</sup> پیش پیشانی همراه یافته‌اند. به باور آنها این منطقه برای آگاهی مربوط به خود، حیاتی است. آزمایش فرون و همکارانش<sup>۲۲</sup> هم نشان می‌دهد که تفاوت‌های فردی در ویژگی بهوشیاری توانسته است فعالیت قشر پشتی میانی پیش پیشانی<sup>۲۳</sup> را پیش‌بینی کند. آزمایش کرس ول و همکارانش<sup>۲۴</sup> نشان داده است که تفاوت‌های فردی در ویژگی بهوشیاری با فعالیت گسترده قشر پیش پیشانی و کاهش فعالیت بادامه همبسته است. ضمن اینکه در افرادی که نمره صفت بهوشیاری آنها بالا بوده، پاسخ‌های قشر پیش پیشانی و بادامه راست، همبستگی منفی داشته است. منطقه اولیه خودمهارگری نیز قشر پیش پیشانی است که آسیب آن سبب اختلال در خودمهارگری می‌شود.<sup>۲۵</sup> و سرانجام آنکه فراتحلیل وندر میر و همکارانش<sup>۲۶</sup> نشان داده است که دو منطقه از قشر میانی پیش پیشانی برای پردازش خوداندیشی<sup>۲۷</sup> مهم هستند: شکمی<sup>۲۸</sup> و پشتی.<sup>۲۹</sup>

تالبورن نوعی از هشیاری را معرفی می‌کند که با مناطق دیگری از مغز مرتبط است و برای دسته خاصی از تجارب، مانند تفکر واگرا و تجربه عرفانی، نقش حیاتی دارد. مفهوم «آستانه گذری»<sup>۳۱</sup> که تالبورن آن را مطرح ساخته به جریان مواد روان‌شناختی<sup>۳۱</sup> به درون و بیرون از هشیاری می‌پردازد. تعریف ابتدایی «آستانه گذری» چنین بود: میل فرضی مواد روان‌شناختی به گذر از آستانه‌های هشیاری.<sup>۳۲</sup> تعریف یاد شده ناشی از این یافته است که یک عامل، زیربنای هفت متغیر روان‌شناختی است: تفکر سحرآمیز، تجربه عرفانی، جذب،<sup>۳۳</sup> فزونی حساسیت، تجربه مانیک، تفسیر رویا و گرایش به خیال‌پردازی. به گفته تالبورن ابتدا تصور می‌شد مواد روان‌شناختی از سطح ناهشیار به هشیار جریان دارند، اما پژوهش‌ها نشان داد این جریان می‌تواند در جهت معکوس و حتی از محیط خارجی به هشیاری باشد. جدیدترین تعریف «آستانه گذری» چنین است: حساسیت شدید<sup>۳۴</sup> به مواد روان‌شناختی که از ناهشیار یا محیط خارجی سرچشمه می‌گیرند. «مواد روان‌شناختی» گستره وسیعی از خیال‌پردازی، تصویرسازی ذهنی، عاطفه و ادراک را پوشش می‌دهد.<sup>۳۵</sup> به گفته تالبورن و همکارانش<sup>۳۶</sup> «آستانه گذری» ناشی از ارتباط شدید مناطق کناری-گیجگاهی و قشرهای تداعی حسی است. افراد دارای «آستانه گذری» بالا، تعداد بیشتری از انواع داده‌های مناطق زیر آستانه‌ای را تجربه می‌کنند و می‌توان انتظار داشت افرادی با درجات متوسط تا بالای «آستانه گذری»، دارای فوران از نیمه هشیار یا ناهشیار به سوی هشیاری باشند؛ تجارب مختلفی که آنها را با عناوین روحی،<sup>۳۷</sup> عرفانی و خلّاق می‌شناسیم.<sup>۳۸</sup> به گفته تالبورن، مفهوم «آستانه گذری» در آرای جیمز<sup>۳۹</sup> ریشه دارد؛ آنجا که جیمز از ذهن زیر آستانه‌ای و مناطق فرامرزی<sup>۴۰</sup> سخن رانده است. به باور جیمز عملیات غیرمنطقی، محصول ناحیه زیرآستانه‌ای ذهن است، تجارب عرفانی از آن ریشه می‌گیرد و سرچشمه اصلی دین در آن جای دارد.<sup>۴۱</sup> هود<sup>۴۲</sup> ادعای تالبورن را این‌گونه تأیید می‌کند: «مقیاس آستانه گذری که تالبورن ساخته، جیمزترین مقیاس عرفان است که در اختیار داریم».

پژوهش‌های تجربی نشان داده است که افراد خلّاق درجات بالاتری از «آستانه گذری» دارند.<sup>۴۳</sup> «آستانه گذری» با یادآوری رویا، دین‌داری، فراوانی تفسیر رویا، تجارب عرفانی،<sup>۴۴</sup> باور و تجربه فراطبیعی، درون‌نگری،<sup>۴۵</sup> گرایش به خیال‌پردازی، ویژگی شخصیتی اسکیزوتایپی و روان‌پریشی‌گرایی همبسته است. علاوه بر این، نمره‌های پایین «آستانه

گذری» با سخت‌رویی، وظیفه‌شناسی، و نمره‌های بالای آن با انتزاعی بودن و گشودگی به تغییر، همبستگی دارد.<sup>۴۶</sup> «آستانه گذری» با حساسیت به محرک‌های دیداری و شنیداری نیز همبستگی بالایی دارد.<sup>۴۷</sup> پیش‌بینی تالبورن و هوران<sup>۴۸</sup> درباره رابطه منفی «آستانه گذری» با شادی، تأیید نشده اما «آستانه گذری» با مصرف بیشتر داروهای غیر مجاز رابطه داشته است. پژوهش جدیدتری از تالبورن و مالتبی<sup>۴۹</sup> حاکی از همبستگی بالای این سازه با اسکیزوتیپی و ناستواری<sup>۵۰</sup> گیجگاهی است. ناستواری گیجگاهی یا علائم نرم قطعه گیجگاهی، پدیده‌ای است که پرسینگر<sup>۵۱</sup> آن را منشأ تجارب فراطبیعی، از جمله تجارب عرفانی می‌داند.<sup>۵۲</sup> تالبورن و همکارانش<sup>۵۳</sup> همبستگی بالای آستانه‌گذری و ناستواری گیجگاهی ( $r=0.72$ ) را در حمایت از این فرضیه دانسته‌اند که آستانه گذری با پردازش مهار نشده لوب گیجگاهی مرتبط است. فلک و همکارانش<sup>۵۴</sup> برای نخستین بار با EEG همبسته‌های عصبی «آستانه گذری» را بررسی کرده‌اند. آنها با مطالعه امواج مغزی در حالت استراحت دریافته‌اند که افراد دارای نمره بالا در آستانه گذری (در مقایسه با افراد دارای نمره پایین در سازه یاد شده) توان آلفا، بتا و گامای ضعیف‌تری را در قشر تداعی خلفی چپ<sup>۵۵</sup> دارند. همچنین در گروه یاد شده، توان آلفای بلند، بتای کوتاه و گاما در منطقه خط میانی پیشانی<sup>۵۶</sup> در مقایسه با افراد دارای نمره پایین در آستانه گذری، ضعیف‌تر است. فلک و همکارانش یافته خود را در راستای پژوهش‌های پیشین مبنی بر کاهش فعالیت گیجگاهی / آهیانه‌ای چپ و نیز ناقرینگی<sup>۵۷</sup> فعالیت گیجگاهی راست در اسکیزوتیپی و اختلالات مربوط به طیف اسکیزوفرنی قلمداد کرده‌اند.

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه آستانه گذری با فرایندهای خودشناختی در گروهی از دانشجویان انجام شده است. با توجه به اینکه پژوهش‌ها نشان داده است که این سازه‌ها با نواحی متفاوتی از مغز مرتبط‌اند، چگونگی رابطه این سازه‌ها با هم در مرکز توجه نگارندگان، قرار گرفته است؛ آیا هشیاری‌هایی که متأثر از مناطق پیشانی‌اند با هشیاری که متأثر از لوب گیجگاهی است رابطه دارد؟ بررسی نقش جنسیت با توجه به ادعای تالبورن، و پژوهش‌های روان‌شناسی دین اهمیت دارد. تالبورن مدعی است «آستانه گذری» سازه زیربنای تجارب عرفانی و دینی است و پژوهش‌ها نشان داده‌اند که زنان گرایش‌های معنوی و دینی بالاتری دارند. با این توضیح، پرسش دیگر ما این است که آیا زنان در آستانه گذری نمره‌های بالاتری گزارش می‌کنند؟

## روش

این پژوهش از نوع توصیفی-استنباطی است. جامعه آماری پژوهش، دانشجویان رشته‌های مختلف دانشگاه تهران در سال تحصیلی ۱۳۸۸-۱۳۸۹ بوده است (حدود ۳۹ هزار دانشجوی). ۲۶۶ دانشجو (شامل ۱۴۰ زن و ۱۲۶ مرد) با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و دعوت به شرکت در پژوهش شده‌اند. میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۲۳/۶۱ سال با دامنه ۱۸ تا ۴۰ و انحراف استاندارد ۳/۷۰ بوده است. معمولاً پژوهشگران برای تعیین حجم نمونه، از توانی بین ۰/۷ تا ۰/۹ استفاده می‌کنند. طبق روش کوهن<sup>۵۸</sup> برای آزمودن معناداری اثری با اندازه ۰/۲۰ و توان ۰/۹ نمونه‌ای با حجم ۲۶۶ نفر برای کشف تفاوت‌های معنادار آزمون t لازم است.<sup>۵۹</sup> برای گردآوری داده‌ها از ابزارهای زیر استفاده شده است:

### مقیاس تجدیدنظر شده آستانه‌گذری

تالبورن و همکارانش برای سنجش «آستانه‌گذری» مقیاس تجدیدنظر شده آستانه‌گذری را ارائه کرده‌اند. این مقیاس تک‌عاملی، دامنه زیربنایی هفت بعداً ظاهراً متفاوت روان‌شناختی را می‌سنجد: فزونی حساسیت<sup>۶۰</sup>، تجربه مانیک یا هیپومانیک، گرایش به خیال پردازی، جذب، نگرش مثبت (و شاید وسواس گونه) به تفسیر رویا، تجربه عرفانی و تفکر سحرآمیز. مقیاس اصلی، ۲۹ گویه دارد، اما تنها هفده گویه آن، نمره‌گذاری می‌شوند. باقی‌گویه‌ها برای قرار دادن پاسخ دهنده در بافت، ضروری است. این تصمیم با روش تحلیل راس<sup>۶۱</sup> به دست آمده است که چینش گویه‌ها را محاسبه می‌کند. پایایی مقیاس با این روش برابر با ۰/۸۵ و پایایی بازآزمایی مقیاس پس از پنجاه روز برابر با ۰/۸۲ به دست آمده است. پاسخ دهنده‌ها به گویه‌ها به صورت درست و نادرست پاسخ داده‌اند.<sup>۶۲</sup> نسخه فارسی مقیاس، روند استاندارد ترجمه و ترجمه برگردان را طی کرده تا از صحت ترجمه، اطمینان حاصل شود.

### مقیاس خودشناسی انسجامی

این مقیاس که محصول بازنگری در نظریه خودشناسی تجربه‌ای و تأملی است، دو وجه یاد شده را به صورت منسجم با دوازده گویه می‌سنجد. بررسی‌ها در ایران و ایالات متحده حکایت از اعتبار و روایی سازه، ملاک و پیش‌بین این مقیاس دارد. پایایی درونی مقیاس با

روش آلفای کرونباخ در ایران برابر با ۰/۸۱ و در ایالات متحده برابر با ۰/۸۳ است. همبستگی بین آزمون-بازآزمون مقیاس در هر دو فرهنگ بالا است و با سازه‌های مرتبط، همبستگی‌های قابل پیش‌بینی را نشان می‌دهد. خودشناسی به اندازه توانایی‌های تحصیلی سنجیده شده با آزمون استاندارد شده کالج امریکا در پیش‌بینی عملکرد تحصیلی دانشجویان ایالات متحده، توانمند بوده است.<sup>۶۳</sup>

### مقیاس بهوشیاری

براون و رایان<sup>۶۴</sup> این مقیاس پانزده گویه‌ای را برای سنجش تفاوت‌های فردی در بهوشیاری ساخته‌اند. پایایی درونی این مقیاس، با روش آلفای کرونباخ از ۰/۸۰ تا ۰/۸۷ بوده است. همبستگی آن با چندین پرسش‌نامه، مانند مقیاس خودآگاهی حکایت از روایی همگرا و واگرایی آن داشت.<sup>۶۵</sup> آلفای کرونباخ مقیاس در نمونه‌های ایرانی برابر با ۰/۸۱ به دست آمده است.<sup>۶۶</sup> این مقیاس از معروف‌ترین مقیاس‌های بهوشیاری است که ویژگی‌های سنجشی مطلوبی داشته و از لحاظ نظری ارتباط‌های پایداری با فعالیت‌های مغز دارد.<sup>۶۷</sup>

### مقیاس کوتاه خود مهارگری

تانگنه و همکارانش<sup>۶۸</sup> این مقیاس را برای سنجش صفت خودمهارگری ساخته‌اند. نسخه کوتاه مقیاس، سیزده گویه دارد. بررسی‌های انجام شده از اعتبار و روایی قابل قبول این آزمون حکایت دارد. همبستگی این نسخه با نسخه کامل و ۳۶ گویه‌ای آن بسیار بالا بوده است (I = ۰/۹۳). پایایی درونی آن با روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۵ و پایایی بازآزمایی آن پس از سه هفته برابر با ۰/۸۷ بوده است.<sup>۶۹</sup> در پژوهش داک ورس و سلیگمن<sup>۷۰</sup> نیز آلفای کرونباخ آن برابر با ۰/۸۶ و پایایی بازآزمایی آن پس از هفت ماه برابر با ۰/۷۶ بوده است. شرکت کنندگان به این پرسش‌نامه و دو پرسش‌نامه پیشین در یک مقیاس پنج درجه‌ای از عمدتاً نادرست تا عمدتاً درست پاسخ می‌دهند.

### یافته‌ها

بررسی پایایی درونی ابزارهای پژوهش با روش آلفای کرونباخ نشان از پایایی رضایت‌بخش مقیاس‌ها دارد (جدول ۱). برای مقایسه نمره‌های دو جنس در متغیرهای پژوهش، آزمون t مستقل اجرا شد. یافته‌ها نشان داده است که دانشجویان دختر و پسر تنها در آستانه گذری با هم تفاوت معنادار دارند؛ دختران در این مقیاس نمره بالاتری گزارش

کرده‌اند (جدول ۱)، از این رو، تحلیل همبستگی داده‌ها در دانشجویان دختر و پسر به عنوان دو گروه اجرا شد.

جدول ۱: مقایسه نمره‌های دو جنس در متغیرهای پژوهش

t	میانگین (انحراف معیار)			آلفای کرونباخ	متغیرها
	کل	پسران	دختران		
۰/۶۸	۳/۵۴ (۰/۷۰)	۳/۵۷ (۰/۷۳)	۳/۵۱ (۰/۶۷)	۰/۸۲	۱. خودشناسی انسجامی
۰/۴۷	۳/۴۶ (۰/۶۷)	۳/۴۴ (۰/۷۳)	۳/۴۸ (۰/۶۲)	۰/۸۴	۲. بهوشیاری
۰/۳۳	۳/۳۵ (۰/۶۹)	۳/۳۳ (۰/۷۶)	۳/۳۷ (۰/۶۳)	۰/۷۴	۳. خودمهارگری
*۲/۹۶	۷/۲۸ (۳/۹۵)	۶/۵۳ (۴/۰۸)	۷/۹۵ (۳/۷۲)	۰/۸۰	۴. آستانه گذری

\*P<۰/۰۱

تحلیل همبستگی، رابطه فرایندهای خودشناختی و آستانه گذری را به دست داده است. چنان‌که در جدول ۲ مشاهده می‌شود فرایندهای خودشناختی با هم رابطه مثبت و قوی دارند، اما رابطه آستانه گذری با فرایندهای خودشناختی منفی و ضعیف است. این رابطه برای دختران به طور قابل ملاحظه‌ای قوی‌تر است، به گونه‌ای که در پسران از سه فرایند خودشناختی، تنها رابطه بهوشیاری با آستانه گذری معنادار است. در دختران، رابطه آستانه گذری با همه فرایندهای خودشناختی، معنادار و قوی‌تر از این رابطه در پسران است.

جدول ۲: ضریب‌های همبستگی متغیرهای پژوهش به تفکیک جنسیت

متغیرها		۱. خودشناسی انسجامی		۲. بهوشیاری		۳. خودمهارگری	
		پسران	دختران	پسران	دختران	پسران	دختران
	۱. خودشناسی انسجامی	۱	۱				
	۲. بهوشیاری	*۰/۶۸	*۰/۶۲	۱	۱		
	۳. خودمهارگری	*۰/۵۵	*۰/۴۵	*۰/۵۶	*۰/۵۱	۱	۱
	۴. آستانه گذری	-۰/۱۷	*-۰/۳۳	*-۰/۲۳	*-۰/۳۶	*-۰/۲۲	-۰/۰۲

\*P<۰/۰۱

### بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش حاضر که به بررسی سازه‌های گوناگونی در قلمرو هشیاری پرداخته، از جهاتی ارزشمند است. مفهوم نامأنوس «آستانه گذری» معرفی شد. جست‌وجوی ما نشان می‌دهد که تاکنون رابطه آستانه گذری با فرایندهای خودشناختی بررسی نشده است. این پژوهش برگ جدیدی بر پژوهش‌های هشیاری افزود و یافته‌های آن نشان دهنده اعتبار مقیاس‌های پژوهش است. همبستگی مثبت و قوی فرایندهای خودشناختی با هم، نشان دهنده اعتبار همگرایی مقیاس‌های فرایندهای خودشناختی است، و رابطه منفی آستانه گذری



با فرایندهای خودشناختی، از اعتبار واگرای هریک از چهار مقیاس، حکایت دارد. یافته‌های پژوهش از این موضوع حمایت می‌کند که فرایندهای خودشناختی بیش از آنکه با کارکرد لوب گیجگاهی مرتبط باشد، از فعالیت مناطق دیگری چون قشر پیشانی متأثر است. در واقع، همبستگی منفی آستانه گذری با فرایندهای خودشناختی، این ایده را مطرح می‌سازد که کارکرد بیشتر لوب گیجگاهی را می‌توان مانعی برای فرایندهای خودشناختی دانست.

یکی از یافته‌های پژوهش حاضر می‌تواند برای روان‌شناسی دین ارزشمند باشد. امروزه تفاوت جنسیتی، مفهوم رایجی است که همه چیز بر پایه آن قرار می‌گیرد. بسیاری از کسانی که ابعاد رشد انسان را مطالعه کرده‌اند صراحتاً یا تلویحاً می‌گویند که مردان و زنان متفاوت‌اند. این تفاوت، خواه راجع به اشکال یگانه استدلال اخلاقی باشد یا شیوه‌های شناخت یا تهییج‌پذیری یا سبک‌های دلبستگی و یا شکل‌گیری هویت، به هر حال، تفاوت‌ها در همه این ابعاد به تفاوت‌های جنسیتی در قلمرو نگرش به معنویت منجر می‌شود.<sup>۷۱</sup> برخی از متن‌های روان‌شناسی دین تأکید می‌کنند که تفاوت‌های جنسیتی در دین‌داری، جزء تأییدشده‌ترین یافته‌های این زمینه پژوهشی‌اند<sup>۷۲</sup> و گفته شده است که زنان به طور متوسط در همه جنبه‌ها از مردان، متدین‌ترند.<sup>۷۳</sup> برای مثال، سازمان بهداشت جهانی در یک پژوهش بین فرهنگی در هجده کشور نشان داده است که زنان احساس پیوند معنوی و ایمان بیشتری از مردان دارند.<sup>۷۴</sup> در دانشجویان ایرانی نیز دختران نمره‌های بالاتری در معنویت گزارش کرده‌اند.<sup>۷۵</sup> تفاوت جنسیتی در معنویت و دین‌داری، چنان روشن است که نظریه‌های متعددی برای تبیین آن ارائه شده است. از سوی دیگر، به گفته تالبورن، «آستانه گذری» عامل زیربنایی تجارب دینی و معنوی است.<sup>۷۶</sup> اگر «آستانه گذری» ریشه تجارب معنوی است و زنان معنویت بالاتری گزارش می‌کنند، پس زنان باید «آستانه گذری» بالاتری داشته باشند. یافته‌های این پژوهش نشان داده که چنین است. این یافته، ارزشی دوگانه دارد؛ از یک سو می‌توان این یافته را به منزله اعتبار سازه مقیاس آستانه گذری تلقی کرد. اعتبار سازه در اینجا بیانگر این است که مقیاس بتواند تفاوت گروه‌هایی را که بین آنها از نظر متغیر مورد بررسی، تفاوت وجود دارد نشان دهد و این گروه‌ها را از هم متمایز سازد. از سوی دیگر، این یافته می‌تواند به منزله توجیهی‌شناختی و عصب‌شناختی برای تفاوت معنویت در دو جنس تلقی شود. فراوانی بیشتر تجارب عرفانی در زنان ناشی از حساسیت بیشتر زنان به حالت‌های هشجاری با منشأ ناهشیار و محیط

خارجی است و آن‌گونه که تالبورن در تبیین بالاتر بودن آستانه گذری در افراد مذهبی گفته است: «باور به خدا تا حدودی ناشی از عوامل خارجی و تاحدودی از درون فرد است».<sup>۷۷</sup>

بسیاری از کارهای تالبورن در مجله‌های فراروان‌شناسی منتشر شده که جریان اصلی روان‌شناسان غالباً از آنها غفلت کرده‌اند. با این حال، به گفته هود<sup>۷۸</sup> کارهای تالبورن به علت تقابل با دیدگاه هود، قابل توجه‌اند. ادعای هود مبنی بر اینکه عرفان، تجربه‌ای جهانی با انشعابات هستی‌شناختی است، در برابر پژوهش‌های تالبورن و همکارانش قرار می‌گیرد. پژوهش‌های تالبورن عرفان را بخشی از یک روان‌شناسی طبیعی ناب می‌داند که در حساسیت نسبت به حالات هشیاری، ریشه دارد.

مانند هر پژوهش دیگری، یافته‌های پژوهش حاضر محدود به طرح پژوهش است. حجم نمونه، نسبتاً کوچک است و شرکت‌کنندگان، دانشجویان بوده‌اند. از این رو داده‌ها از نمونه معرف جامعه عمومی نیست. در این پژوهش همچون بسیاری از پژوهش‌های هشیاری از مقیاس عینی استفاده نشده و به مقیاس خودگزارشی بسنده شده است. برای سنجش هشیاری، روش‌های ذهنی و عینی وجود دارد و از آن رو که هشیاری تجربه‌ای ذهنی است، روش خودگزارشی، روش اساسی در سنجش هشیاری است. با این حال، کاربرد هم‌زمان دو روش ذهنی و عینی، گزینه نخست در پژوهش‌های هشیاری است. پژوهش در زمینه هشیاری به عنوان یکی از متغیرهای مؤثر در سلامت<sup>۷۹</sup> باید در مرکز توجه روان‌شناسان و دیگر افرادی باشد که به سلامت جسمی و روانی جامعه می‌پردازند. مطالعه جمعیت عمومی و گروه‌های دیگر در اولویت پژوهش در این زمینه است.

1. Consciousness
2. W. P. Banks & I. Farber, "Consciousness", *Handbook of Psychology, Experimental Psychology*, v 4, p 3.
3. Self-knowledge processes
4. Mindfulness
5. Self-control
6. N. Ghorbani, "Processes of self-knowledge", *Unpublished Manuscript*, p 1.
7. Receptive
8. awareness
9. K. W. Brown et al., "Mindfulness: theoretical foundations and evidence for its salutary effects", *Psychological Inquiry*, v 18(4), p 212.
10. R. M. Ryan & E. L. Deci, "Self-determination theory and the role of basic psychological needs in personality and the organization of behavior", *Handbook of Personality Theory and Research*, p 670.
11. Integrative self-knowledge
۱۲. خدیجه شاه محمدی و همکاران «تاثیر پیش بین خودشناسی انسجامی، به‌شیاری و سبکهای دفاعی بر سلامت»، *مجله روان شناسی و علوم تربیتی*، ش ۳۹(۹)، ص ۱۰۳.
13. Self-regulation
14. Executive function
15. M. T. Gailliot et al. "Self-Regulation", *Handbook of Personality Theory and Research*, p 472.
16. Autooetic consciousness
17. J. P. Keenan et al. "The neural correlates of self-awareness and self-recognition", *The Self in Neuroscience and Psychiatry*, p 166.
18. K. N. Ochsner et al. "The neural correlates of direct and reflected self-knowledge", *NeuroImage*, v 28, p 797.
19. Medial prefrontal cortex
20. A. D'Argembeau et al. "Self-referential reflective activity and its relationship with rest: a PET study", *NeuroImage*, v 25, p 616.
21. Ventromedial
22. P. A. Frewen et al. "Individual differences in trait mindfulness predict dorsomedial prefrontal and amygdala response during emotional imagery: An fMRI study", *Personality and Individual Differences*, v 49, p 479.
23. Dorsomedial Prefrontal Cortex (DMPFC)
24. J. D. Creswell et al. "Neural correlates of dispositional mindfulness during affect labeling", *Psychosomatic Medicine*, v 69, p 560.
25. J. F. Banfield et al., "The cognitive neuroscience of self-regulation", *Handbook of self-Regulation Research, Theory, and Applications*, p 62.
26. L. Van Der Meer et al. "Self-reflection and the brain: A theoretical review and meta-analysis of neuroimaging studies with implications for schizophrenia", *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, v 34, p 935.
27. Self Reflection
28. Ventral
29. Dorsal
30. Transliminality
31. Psychological material
32. M. A. Thalbourne & J. Houran, "Transliminality, The mental experience inventory and tolerance of ambiguity", *Personality and Individual Differences*, v 28, p 853.
33. Absorption
34. Hypersensitivity
35. M. A. Thalbourne et al., "Temporal lobe lability in the highly transliminal mind", *Personality and Individual Differences*, v 35, p 1965-1966.
36. Ibid, p 1965.
37. Psychic
38. G. Del Prete & P. E. Tressoldi "Anomalous cognition in hypnagogic state with OBE induction: an experimental study", *Journal of Parapsychology*, v 69(2), p 336.
39. William James
40. Extra marginal or Ultra marginal

41. R. Lange et al., "The revised transliminality scale: Reliability and validity data from a Rasch top-down purification procedure", *Consciousness and Cognition*, v 9, p 613.
42. Hood, R. W. Jr. "Mystical, religious, and spiritual experiences", *International Handbook of Education for Spirituality*, Care and wellbeing, p 201.
43. M. A. Thalbourne & P. S. Delin, "A common thread underlying belief in the paranormal, Creative personality, Mystical experience and Psychopathology", *Journal of Parapsychology*, v 54, p 3.
44. M. A. Thalbourne & P. S. Delin, "Transliminality: Its relation to dream life, religiosity, and mystical experience", *International Journal for the Psychology of Religion*, v 9(1), p 45.
45. Introspection
46. D. A. Bradbury et al., "Psychosis-like experiences in the general population: An exploratory factor analysis", *Personality and Individual Differences*, v 46, p 731; R. Lange et al. "The revised transliminality scale: Reliability and validity data from a rasch top-down purification procedure", *Consciousness and Cognition*, v 9, p 594.
47. J. Houran et al., "Perceptual-personality characteristics associated with naturalistic haunt experiences", *European Journal of Parapsychology*, v 17, p 29.
48. M. A. Thalbourne & J. Houran, "Patterns of self-reported happiness and substance use in the context of transliminality", *Personality and Individual Differences*, v 38, p 327.
49. M. A. Thalbourne & J. Maltby, "Transliminality, thin boundaries, Unusual experiences, and temporal lobe lability", *Personality and Individual Differences*, v 44, p 1617.
50. Lability
51. Persinger
52. K. Makarec & M. A. Persinger, "Electroencephdographic validation of a temporal lobe signs inventory in a normal population", *Journal of Research in Personality*, v 24, p 324; J. N. Booth et al., "Increased feelings of the sensed presence and increased Geomagnetic activity at the time of the experience during exposures to transcerebral weak complex magnetic fields", *International Journal of Neuroscience*, v 115, p 1054.
53. M. A. Thalbourne et al., "Temporal lobe lability in the highly transliminal mind", *Personality and Individual Differences*, v 35, p 1972.
54. J. I. Fleck et al., "The transliminal brain at rest: Baseline EEG, unusual experiences, and access to unconscious mental activity", *Cortex*, v 44, p 1353.
55. Left posterior association cortex
56. Frontal- midline region
57. Desynchronization
58. Cohen
۵۹. پل سی کازبی، پایه های پژوهش در علوم رفتاری، ترجمه حجت اله فراهانی و حمیدرضا عریضی، ص ۳۰۵.
60. Hyperesthesia
61. Rasch
62. J. Houran et al., "Methodological note: Erratum and comment on the use of the revised transliminality scale", *Consciousness and Cognition*, v 12, p 140.
۶۳. خدیجه شاه محمدی و دیگران، «نقش خودشناسی در تنیدگی، سبکهای دفاعی و سلامت جسمانی»، *روانشناسان ایرانی*، ش ۳(۱۰)، ص ۱۴۹.
64. K. W. Brown & R. M. Ryan, "The benefits of being present: Mindfulness and its role in Psychological well-being", *Journal of Personality and Social Psychology*, v 84(4), p 822.
65. Ibid, p 829.
66. N. Ghorbani et al., "Mindfulness in Iran and the United States: cross-cultural structural complexity and parallel relationships with Psychological adjustment", *Current Psychology*, v 28(4), p 216.
67. N. T. Van Dam et al. "Measuring mindfulness? An Item response theory analysis of the mindful attention awareness scale", *Personality and Individual Differences*, v 49, p 806.
68. J. P. Tangney et al., "High self-control predicts good adjustment, Less Pathology, Better grades, and interpersonal success", *Journal of Personality*, v 72(2), p 271.
69. Ibid, p 283, 287, 288.
70. A. L. Duckworth & M. E. P. Seligman, "Self-discipline outdoes IQ in predicting academic performance of adolescents", *Psychological Science*, v 16(12), p 942.
71. A. N. Bryant, "Gender differences in spiritual development during the College years", *Sex Roles*, v 56, p 835.

---

72. L. Francis, "The psychology of gender differences in religion: A review of empirical research", *Religion*, v 27, p 81.

73. M. Argyle, *Psychology and Religion an Introduction*, p 31.

74. WHOQOL SRPB Group. "A cross-cultural study of spirituality, religion, and personal beliefs as components of quality of life", *Social Science & Medicine*, v 62, p 1486.

۷۵. ناصر آقابابائی و دیگران، «معنویت و احساس شخصی رواندرستی در دانشجویان و طلاب»، *مجله علوم*

*روانشناختی*، ش ۳۱، ص ۳۶۶.

76. R. W. Jr. Hood & J. A. Belzen, "Research methods in the psychology of religion", *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*, p 71.

77. M. A. Thalbourne & P. S. Delin, "Transliminality: Its relation to dream life, religiosity, and mystical experience", *International Journal for the Psychology of Religion*, v 9(1), p 56.

78. R. W. Jr. Hood, "Mystical, spiritual, and religious experiences", *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*, p 359.

79. Howell, A. J. et al., "Mindfulness predicts sleep-related self-regulation and well-being", *Personality and Individual Differences*, v 48, p 419.

## منابع

- آقابابائی، ناصر و دیگران، «معنویت و احساس شخصی رواندرستی در دانشجویان و طلاب»، *مجله علوم روان‌شناختی*، ش ۳۱، ۱۳۸۸، ص ۳۷۲-۳۶۰.
- شاه محمدی، خدیجه و دیگران، «تاثیر پیش بین خودشناسی انسجامی، به‌شیراری و سبکهای دفاعی بر سلامت»، *مجله روان‌شناسی و علوم تربیتی*، ش ۳۹(۹)، ۱۳۸۸، ص ۱۱۹-۹۹.
- \_\_\_\_\_ «نقش خودشناسی در تنیدگی، سبکهای دفاعی و سلامت جسمانی»، *روان‌شناسان ایرانی*، ش ۳(۱۰)، ۱۳۸۵، ص ۱۵۶-۱۴۵.
- کازبی، پل سی، *پایه‌های پژوهش در علوم رفتاری*، ترجمه حجت اله فراهانی و حمیدرضا عریضی، تهران، روان، ۱۳۸۶.
- Argyle, M. *Psychology and Religion an Introduction*, London, Routledge, 2005.
- Banfield, J. F., et al., "The cognitive Neuroscience of self-regulation", In R. F. Baumeister & K. D. Vohs (Eds.), *Handbook of Self-Regulation Research, Theory, and Applications*, New York, The Guilford press, 2004, p 62-83.
- Banks, W. P. & Farber, I., "Consciousness", In A. F. Healy & R. W. Proctor (Eds.), *Handbook of Psychology, Experimental Psychology*, New Jersey, John Wiley & Sons, Inc, v 4, 2003, p 3-31.
- Booth, J. N., et al., "Increased feelings of the sensed presence and increased geomagnetic activity at the time of the experience during exposures to transcerebral weak complex magnetic fields", *International Journal of Neuroscience*, v 115, 2005, p 1053-107.
- Bradbury, D. A., et al., "Psychosis-like experiences in the general population: An exploratory factor analysis", *Personality and Individual Differences*, v 46, 2009, p 729-734.
- Brown, K. W., et al., "Mindfulness: Theoretical foundations and evidence for its salutary effects", *Psychological Inquiry*, v 18(4), 2007, p 211-237.
- Brown, K. W., Ryan, R. M., "The benefits of being present: Mindfulness and Its role in psychological well-being", *Journal of Personality and Social Psychology*, v 84(4), 2003, p 822-848.
- Bryant, A. N., "Gender differences in spiritual development during the college years", *Sex Roles*, v 56, 2007, p 835-846.
- Creswell, J. D., et al., "Neural correlates of dispositional mindfulness during affect labeling", *Psychosomatic Medicine*, v 69, 2007, p 560-565.
- D'Argembeau, A., et al., "Self-referential reflective activity and its relationship with rest: a PET study", *NeuroImage*, v 25, 2005, p 616-624.
- Del Prete, G. & Tressoldi, P. E., "Anomalous cognition in hypnagogic state with OBE induction: an experimental study", *Journal of Parapsychology*, v 69(2), 2005, p 329-339.
- Duckworth, A. L. & Seligman, M. E. P., "Self-discipline outdoes IQ in predicting academic performance of adolescents", *Psychological Science*, v 16(12), 2005, p 939-944.
- Fleck, J. I., et al., "The transliminal brain at rest: Baseline EEG, unusual experiences, and access to unconscious mental activity", *Cortex*, v 44, 2008, p 1353-1363.
- Francis, L., "The psychology of gender differences in religion: A review of empirical research", *Religion*, v 27, 1997, p 81-96.
- Frewen, P. A., et al., "Individual differences in trait mindfulness predict dorsomedial prefrontal and amygdala response during emotional imagery: An fMRI study", *Personality and Individual Differences*, v 49, 2010, p 479-484.
- Gailliot, M. T., et al., (2008). "Self-regulation", In O. P. John, R. W. Robins & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of Personality Theory and Research*, New York, The Guilford press, 2008, p 472-491.
- Ghorbani, N., "Processes of self-knowledge", *Unpublished Manuscript*, university of Tehran, 2010.
- \_\_\_\_\_, et al., "Comparative analysis of integrative self-knowledge, mindfulness, and private self-consciousness in predicting responses to stress in Iran", *International Journal of Psychology*, v 45(2), 2010, p 147-154.
- \_\_\_\_\_, et al., "Philosophy, self-knowledge, and personality in Iranian teachers and students of

- philosophy", *The Journal of Psychology*, v 139(1), 2005, p 81-95.
- \_\_\_\_\_, et al., "Integrative self-knowledge scale: Correlations and incremental validity of a cross-cultural measure developed in Iran and the United States", *The Journal of Psychology*, v 142(4), 2008, p 395-412.
- \_\_\_\_\_, et al., "Mindfulness in Iran and the United States: Cross-cultural structural complexity and parallel relationships with psychological adjustment", *Current Psychology*, v 28(4), 2009, p 211-224.
- Hood, R. W., Jr. & Belzen, J. A., "Research methods in the psychology of religion", In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*, New York, The Guilford Press, 2005, p 62- 79.
- Hood, R. W. Jr., "Mystical, spiritual, and religious experiences", In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*, New York, The Guilford Press, 2005, p 348-364.
- \_\_\_\_\_, "Mystical, religious, and spiritual experiences", In M. de Souza et al. (Eds.), *International Handbook of Education for Spirituality, Care and Wellbeing*, New York, The Guilford Press, 2009, p 189-207.
- Houran, J., et al., "Perceptual-personality characteristics associated with naturalistic haunt experiences", *European Journal of Parapsychology*, v 17, 2002, p 17-44.
- \_\_\_\_\_, et al., "Methodological note: Erratum and comment on the use of the revised transliminality scale", *Consciousness and Cognition*, v 12, 2003, p 140-144.
- Howell, A. J., et al., "Mindfulness predicts sleep-related self-regulation and well-being", *Personality and Individual Differences*, v 48, 2010, p 419-424.
- Keenan, J. P., et al., "The neural correlates of self-awareness and self-recognition", In T. Kircher & A. David (Eds.), *The Self in Neuroscience and Psychiatry*, Cambridge, Cambridge University Press, 2003, p 166-179.
- Lange, R., et al., "The revised transliminality scale: reliability and validity data from a Rasch top-down purification procedure", *Consciousness and Cognition*, v 9, 2000, p 591-617.
- Makarec, K. & Persinger, M. A., "Electroencephalographic validation of a temporal lobe signs inventory in a normal population", *Journal of Research in Personality*, v 24, 1990, p 323-337.
- Ochsner, K. N., et al., "The neural correlates of direct and reflected self-knowledge", *NeuroImage*, v 28, 2005, p 797-814.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L., "Self-determination theory and the role of basic psychological needs in personality and the organization of behavior", In O. P. John, R. W. Robins & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of Personality Theory and Research*, New York, The Guilford Press, 2008, p 654-678.
- Tangney, J. P., et al., "High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success", *Journal of Personality*, v 72(2), 2004, p 271-324.
- Thalbourne, M. A. & Delin, P. S., "A common thread underlying belief in the paranormal, creative personality, mystical experience and psychopathology", *Journal of Parapsychology*, v 54, 1994, p 3-38.
- \_\_\_\_\_, "Transliminality: its relation to dream life, religiosity, and mystical experience", *International Journal for the Psychology of Religion*, v 9(1), 1999, p 45-61.
- \_\_\_\_\_, "Transliminality, The mental experience inventory and tolerance of ambiguity", *Personality and Individual Differences*, v 28, 2000, p 853-863.
- \_\_\_\_\_, "Patterns of self-reported happiness and substance use in the context of transliminality", *Personality and Individual Differences*, v 38, 2005, p 327-336.
- \_\_\_\_\_, "Transliminality, thin boundaries, unusual experiences, and temporal lobe lability", *Personality and Individual Differences*, p 44, 2008, p 1617-1623.
- Thalbourne, M. A., et al., "Temporal lobe lability in the highly transliminal mind", *Personality and Individual Differences*, v 35, 2003, p 1965-1974.
- Van Dam, N. T., et al., "Measuring mindfulness? An item response theory analysis of the mindful attention awareness scale", *Personality and Individual Differences*, v 49, 2010, p 805-810.
- van der Meer, L., et al., "Self-reflection and the brain: A theoretical review and meta-analysis of neuroimaging studies with implications for schizophrenia", *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, v 34, 2010, p 935-946.
- WHOQOL SRPB Group, "A cross-cultural study of spirituality, religion, and personal beliefs as components of quality of life", *Social Science & Medicine*, v 62, 2006, p 1486-1497.