

## بررسی رابطه بین سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه با رضایت زناشویی دبیران

احمد پوررستمی<sup>۱</sup>، احمد سیاسرنژاد<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup> کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، تنکابن - ایران.

<sup>۲</sup> کارشناسی ارشد، گروه علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، تنکابن - ایران.

نام نویسنده مسئول:

احمد پوررستمی

### چکیده

هدف از مطالعه حاضر بررسی رابطه بین سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه با رضایت زناشویی دبیران بوده است. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه دبیران مرد یا زن متاهل شهرستان رامسر که در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ در کلیه مقاطع تحصیلی مشغول به فعالیت هستند تشکیل داده اند که به طور تصادفی ۲۰۶ نفر از بین آنها انتخاب و پس از اینکه در مورد هدف پژوهش توجیه شدند، پرسشنامه های این پژوهش در اختیار آنها قرار گرفت. برای تحلیل داده ها از روش های آمار توصیفی و همچنین رگرسیون چند متغیره (گام به گام) و همبستگی پیرسون توسط نرم افزار آماري Spss استفاده شده است. یافته های پژوهش نشان می دهد که همبستگی بین متغیر طرحواره های ناسازگار اولیه با میزان رضایت زناشویی دبیران از نظر آماری معنی دار و منفی بوده است و در عین حال، همبستگی بین متغیر سبک های دلبستگی با رضایت زناشویی دبیران به طور کلی غیر معنی دار بوده است. لذا تنها متغیر طرحواره های ناسازگار اولیه پیش بینی کننده متغیر رضایت زناشویی دبیران می باشد. ارتباط بین متغیر های محرومیت هیجانی، رها شدگی، بی اعتمادی، بیگانگی اجتماعی، نقص و شرم، شکست، بازداری هیجانی، آسیب پذیری نسبت به ضرر، گرفتاری در دام افتادگی، اطاعت، فداکاری و وابستگی با رضایت زناشویی تایید گردید و تنها سه طرحواره، معیار های سرسختانه و استحقاق ابرزگ منشی و خویشتن داری/خود انظباطی ناکافی با رضایت زناشویی عدم معنی داری بدست آمد. سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا، هر یک با رضایت زناشویی دبیران دارای ارتباط معنی دار بوده اند و فرضیات مولفه های دلبستگی تایید می گردند.

**واژگان کلیدی:** رضایت زناشویی، سبک های دلبستگی، طرحواره های ناسازگار اولیه.

## مقدمه

هیچ جامعه ای نمی تواند ادعای سلامت کند چنانچه از خانواده های سالم برخوردار نباشد و هیچ یک از آسیب های اجتماعی نیست که فارغ از تاثیر خانواده پدید آید و در حقیقت حفظ و تداوم این نهاد مقدس در گرو تداوم سلامت رابطه بین زن و شوهر می باشد. رابطه زناشویی که زیربنای نظام خانواده می باشد در زمره پیچیده ترین روابط انسانی است. حال چنانچه انتخاب همسر بر پایه شناخت و به کارگیری معیارهای حساب شده و عمیق تری صورت گیرد احتمال اینکه در مسیر سازنده تری قرار بگیرد و عشق در پیری به پختگی و شیرینی خاصی برسد بیشتر است و دختران و پسران جوانی که می خواهند ازدواج نموده و تشکیل خانواده دهند با آگاهی از این عوامل می توانند در انتخاب خود دقت لازم را بنمایند تا بتوانند با انتخاب صحیح یک زندگی راحت و آرامی را برای خود و فرزندانشان به وجود آورند (فراست<sup>۱</sup>، ۱۳۹۱).

ما اعتقاد داریم که شخصیت هر فردی بی همتاست، یعنی گذشته از شباهت هایی که بین مردم وجود دارد، هر انسانی از ویژگی های منحصر به فردی برخوردار است که او را از دیگران متمایز می سازد (شولتز<sup>۲</sup>، ۱۹۹۰، به نقل از کریمی و همکاران، ۱۳۸۴).

در حوزه شناخت درمانی، بک<sup>۳</sup> (۱۹۶۷) در اولین نوشته هایش به مفهوم طرحواره اشاره کرد، با این حال، در رفتار روان شناختی و روان درمانی، طرحواره به عنوان هر اصل سازمان بخش کلی در نظر گرفته می شود که برای درک تجارب زندگی فرد ضروری است. یکی از مفاهیم اصلی جدی و بنیادی حوزه روان درمانی این است که طرحواره ها در اوایل زندگی شکل می گیرند، به حرکت خود ادامه می دهند و خودشان را به تجارب بعدی زندگی تحمیل می کنند، حتی اگر هیچ گونه کاربردی نداشته باشند. فرض تئوری شناخت بر این است که باورها و فرضیات اساساً تعبیر، ادراک، احساسات و رفتار را تحت الشعاع قرار می دهد. بر اساس نظریه یونگ، باورها از طرحواره های بنیادی نشأت می گیرند. طرحواره های اولیه بسیار بیشتر از سطوح سطحی شناخت، نسبت به تغییر مقاوم ترند. بنابراین ایده واگذاری این باورها در حین پروسه تغییر، بسیار استدلال می شود (کرچ<sup>۴</sup>، ۲۰۰۹).

کاربرد مهم دوره حساس رشد در مورد رشد انسان دلبستگی<sup>۵</sup> است. این مفهوم بیانگر این استدلال است که تجربیات اولیه زندگی در رفتار بعدی انسان شدن او نقش مهمی دارد. جان بالبی<sup>۶</sup> یک روانکاو بود که با الهام از مشاهدات نقش پذیری، نظریه کرداشناسی را در مورد فهمیدن رابطه کودک - مادر به کار برد و به حوزه روانشناسی وارد کرد. او باور داشت که رفتارهای دلبستگی نوزادان مانند لبخند زدن، غان و غون کردن، گریه کردن علائم اجتماعی ذاتی هستند که والد را به نزدیک شدن به نوزاد و مراقبت کردن از او و تعامل با وی ترغیب می کنند. که نتیجه آن ایجاد امنیت است. به اعتقاد او این پیوند پیامد های مادام العمر دارد و از گهواره تا گور بر روابط تاثیر می گذارد (فرهنگی، ۱۳۹۳).

یکی از مفاهیمی که اخیراً در حوزه روان شناسی شناختی مطرح شده و پژوهش های زیادی را نیز در پی داشته، مفهوم طرحواره یا باورهای مرکزی می باشد که توانسته است جایگاه بسیار مهمی را در حوزه درمان برای خود کسب کند. اگرچه در خصوص باورهای مرکزی و طرحواره ها بین صاحب نظران رویکرد شناختی اختلاف نظر وجود دارد، اما باورهای مرکزی در حقیقت زیربنایی ترین سطح شناخت را تشکیل می دهند (لیهی<sup>۷</sup>، ۲۰۰۳، به نقل از حمیدپور و اندوز، ۱۳۸۵).

در حوزه شناخت درمانی، بک (۱۹۶۷) در اولین نوشته هایش به مفهوم طرح واره اشاره کرد (یانگ و همکاران، به نقل از حمیدپور و اندوز، ۱۳۸۸). یانگ به کار بر روی طرحواره ها و طرحواره درمانی پرداخت و ۱۸ طرحواره اصلی را بررسی کرد. طرحواره های ناسازگار به عنوان زیر ساخت های شناختی منجر به تشکیل باورهای غیر منطقی می شوند. طرحواره ها دارای مولفه های شناختی، عاطفی و رفتاری هستند. هنگامی که طرحواره های ناسازگار فعال می شوند سطوحی از هیجان منتشر می شود و مستقیم یا غیر مستقیم منجر به اشکال مختلفی از آشفتگی های روان شناختی نظیر افسردگی، اضطراب، عدم توانایی شغلی، سوء مصرف مواد، تعارضات بین فردی و مانند آن می شود. طرحواره های ناسازگار مستقیماً منجر به اختلال خاصی نمی شوند اما آسیب پذیری فرد را برای این اختلال افزایش می دهند (هالجنین<sup>۷</sup>، به نقل از سید محمدی، ۱۳۸۴).

طرحواره ها را می توان ساختارهایی برای بازیابی مفاهیم کلی ذخیره شده در حافظه یا مجموعه سازمان یافته ای از اطلاعات، باورها و فرض ها دانست. محتوای هر طرحواره از طریق تجربه های زندگی فرد ساخته و پرداخته می شود، سازمان می یابد و در ادراک و ارزیابی اطلاعات جدید مورد استفاده قرار می گیرد. یکی دیگر از عوامل مهم که در سال های اخیر به آن توجه شده است و بر رضایت زناشویی تاثیر

- 1 . Ferast
- 2 . Beck
- 3 . kirsch
- 4 . Attachment
- 5 . Balbi
- 6 . Lihi
- 7 . Halejin

دارد، تجارب اولیه فرد با والدین و یا نوع رابطه عاطفی فرد با والدین خود در دوران کودکی است. برخی از مطالعات تلاش کرده اند چگونگی اثر گذاری تجارب اولیه فرد در دوران کودکی را بر بزرگسالی دریابند (سیمپسون<sup>۸</sup>، ۱۹۹۸ به نقل از جلالی و همکاران، ۱۳۸۴). سبک دلبستگی یک از عوامل شخصی است که در رضایت زناشویی تاثیر می گذارد و تحقیقات زیادی در این خصوص انجام شده است. همچنین شواهد فراوانی گویای آن است که زوج ها در جامعه امروزی برای برقراری، حفظ، ارتباط صمیمی و درک احساسات از جانب همسر نشان با مشکلات فراوانی درگیرند. و باعث پریشانی در روابط زناشویی شده است. رضایت از زندگی زناشویی به احساس عینی از خشنودی، رضایت و لذت تجربه شده توسط زن و مرد است وقتی که همه جنبه های مشترک زندگیشان را در نظر بگیرند (بالبی، ۱۹۸۷). پژوهش ها بیشتر به طور جداگانه ارتباط بین طرحواره ها با رضایت زناشویی و سبک های دلبستگی با رضایت زناشویی را بررسی کرده اند و این پژوهش به دنبال پاسخگویی به این پرسش می باشد که: آیا بین طرحواره های ناسازگار اولیه و سبک های دلبستگی با رضایت زناشویی رابطه وجود دارد؟

با توجه به اینکه خانواده مهم ترین نهاد جامعه می باشد و رضایت زناشویی عامل اساسی رشد و پرورش این نهاد می باشد و از آجایی که عوامل مختلفی در رضایت زناشویی دخالت دارند و ریشه و اساس بسیاری از تعارضات زناشویی طرحواره های ناسازگار اولیه و سبک های نامناسب دلبستگی است. با بررسی ای که توسط این پژوهش صورت گرفت می توان به شناسایی طرحواره های ناسازگار و سبک های نامناسب دلبستگی در رضایت زناشویی پرداخت و با آموزش های لازم برای تغییر طرحواره ها و سبک های دلبستگی، کیفیت روابط زناشویی را بالا برد.

### روش شناسی تحقیق

روش پژوهش بر اساس ماهیت داده از نوع کمی، بر اساس هدف تحقیق از نوع کاربردی و بر اساس نحوه گردآوری داده ها توصیفی از نوع همبستگی می باشد. جامعه آماری تحقیق عبارتست از کلیه دبیران مرد و زن متاهل شهرستان رامسر که در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ در کلیه مقاطع تحصیلی مشغول به فعالیت هستند که به تعداد ۶۰۶ نفر هستند، که به طور تصادفی ۲۰۶ نفر از بین آنها انتخاب و پس از اینکه در مورد هدف پژوهش توجیه شدند، پرسشنامه های این پژوهش در اختیار آنها قرار گرفت. روش نمونه گیری خوشه ای تصادفی بوده به طوری که ابتدا از هر سه مقطع (ابتدایی، متوسطه اول و متوسطه دوم) ۱۵ مدرسه به طور تصادفی انتخاب شدند بعد از آن پس از تهیه لیست دبیران متاهل شاغل در هر مدرسه، کلاً ۲۰۶ نفر به صورت تصادفی به طوری که از متوسطه دوم ۷۷ نفر، متوسطه اول ۷۰ نفر و ابتدایی ۵۹ نفر انتخاب شدند. برای اندازه گیری طرحواره های ناسازگار، ابزار اندازه گیری مورد استفاده، شکل کوتاه پرسشنامه طرحواره یانگ می باشد. این پرسشنامه یک ابزار ۷۵ سئوالی برای سنجش طرحواره های ناسازگار اولیه با طیف لیکرت بر روی یک مقیاس ۶ درجه ای از «کاملاً درست دربارۀ من» تا «کاملاً غلط دربارۀ من» درجه بندی می شود. یانگ (۱۹۹۸) این پرسشنامه را از روی فرم اصلی پرسشنامه (۲۰۵ آیتمی) ساخت. فرم کوتاه این پرسشنامه، ۱۵ طرحواره ناسازگار اولیه را می سنجد. هر ۵ آیتم این پرسشنامه، یک طرحواره را می سنجد.

۱. طرحواره محرومیت هیجانی: آیتم های ۱،۲،۳،۴،۵
۲. طرحواره رهاشدگی: آیتم های ۶،۷،۸،۹،۱۰
۳. طرحواره بی اعتمادی/بد رفتاری: آیتم های ۱۱،۱۲،۱۳،۱۴،۱۵
۴. طرحواره بیگانگی اجتماعی: آیتم های ۱۶،۱۷،۱۸،۱۹،۲۰
۵. طرحواره نقص و شرم: آیتم های ۲۱،۲۲،۲۳،۲۴،۲۵
۶. طرحواره ناکامی/شکست: آیتم های ۲۶،۲۷،۲۸،۲۹،۳۰
۷. طرحواره وابستگی/بی کفایتی: آیتم های ۳۱،۳۲،۳۳،۳۴،۳۵
۸. طرحواره آسیب پذیری نسبت به ضرر: آیتم های ۳۶،۳۷،۳۸،۳۹،۴۰
۹. طرحواره گرفتاری/دردام افتادگی: آیتم های ۴۱،۴۲،۴۳،۴۴،۴۵
۱۰. طرحواره اطاعت: آیتم های ۴۶،۴۷،۴۸،۴۹،۵۰
۱۱. طرحواره فداکاری: آیتم های ۵۱،۵۲،۵۳،۵۴،۵۵
۱۲. طرحواره بازداری هیجانی: آیتم های ۵۶،۵۷،۵۸،۵۹،۶۰
۱۳. طرحواره معیارهای سرسختانه: آیتم های ۶۱،۶۲،۶۳،۶۴،۶۵
۱۴. طرحواره استحقاق: آیتم های ۶۶،۶۷،۶۸،۶۹،۷۰

۱۵. طرحواره خودانضباطی ناکافی: آیتم های ۷۱، ۷۲، ۷۳، ۷۴، ۷۵

اولین پژوهش جامع در مورد اعتبار و پایایی پرسشنامه طرحواره یانگ توسط اسمیت<sup>۹</sup>، جوینر<sup>۱۰</sup>، یانگ، تلچ<sup>۱۱</sup> (۱۹۹۵) انجام شده، نتایج این مطالعه نشان داد برای هر طرحواره ناسازگار اولیه، ضریب آلفای ۰/۸۳. (برای طرحواره خود تحول نیافته / گرفتار) تا ۰/۹۶. (برای طرحواره نقص/شرم) و ضریب بازآزمون در جمعیت غیربالینی بین ۰/۵۰ تا ۰/۸۲. به دست آمد، خرده مقیاس های اولیه، پایایی آزمون- بازآزمون ثبات بالایی نشان دادند. همچنین این پرسشنامه با مقیاس های ناراحتی روانشناختی، احساس ارزشمندی، آسیب پذیری شناختی نسبت به افسردگی و نشانه شناسی اختلالات شخصیت روایی همگرا و افتراقی خوبی نشان داد.

رتین مایر (۱۹۹۷) روایی همگرایی حوزه های طرحواره یانگ را با پرسشنامه فرسودگی، مسلش<sup>۱۲</sup> و جکسون<sup>۱۳</sup> (۱۹۶۸) مورد بررسی قرار داد. پرسشنامه فرسودگی مسلش برای سنجش معلمان دبیرستان کالیفرنیا به این نتیجه دست یافت که دو حوزه طرحواره ارتباط بیش از حد و معیارهای افراطی همبستگی بالایی با مقیاس مفرط هیجانی پرسشنامه فرسودگی مسلش داشتند. ارتباط بیش از حد با این مقیاس رابطه ای نداشت. اما دو مقیاس دیگر پرسشنامه یعنی شخصیت زدایی و مهارت فردی ارتباط زیادی داشتند (کولسکو، ویشار و یانگ، ترجمه حمیدپور و اندوز، ۱۳۸۶).

در ایران هنجاریابی این پرسشنامه توسط آهی صورت گرفت. پایایی فرم کوتاه پرسشنامه طرحواره یانگ با استفاده از روش بازآزمایی و محاسبه ضریب همبستگی پیرسون برای خرده مقیاس ها به شرح زیر می باشد.

وابستگی/شکست: ۰/۸۳

بیگانگی اجتماعی/نقص-شرم: ۰/۸۰

محرومیت هیجانی: ۰/۷۸

خودانضباطی ناکافی/اطاعت: ۰/۷۶

آسیب پذیری نسبت به ضرر: ۰/۷۶

معیارهای سرسختانه: ۰/۸۵

خود تحول نیافته/گرفتار: ۰/۷۷

بی اعتمادی/بدرفتاری: ۰/۶۵

بازداری هیجانی: ۰/۶۹

رهاشدگی: ۰/۷۸

از خود گذشتگی: ۰/۶۹

استحقاق: ۰/۷۹

روایی سازه فرم کوتاه پرسشنامه یانگ با استفاده از تحلیل رگرسیون و همبستگی بین خرده مقیاس ها در سطح  $P < 0.05$  و  $P < 0.01$  معنادار بودند. یعنی این پرسشنامه دارای روایی بالایی می باشد (آهی، ۱۳۸۵).

هر آیتم بر روی یک مقیاس ۶ درجه ای نمره گذاری می شود (نمره ۱ برای کاملاً نادرست، نمره ۲ برای بیشتر نادرست، نمره ۳ برای تا حدی نادرست و نمره ۴ برای تقریباً درست و همچنین نمره ۵ برای بیشتر درست است تا غلط و نمره ۶ برای کاملاً درست). در این پرسشنامه هر ۵ سؤال یک طرحواره را می سنجد پس برای به دست آوردن هر نمره خرده مقیاس در طرحواره ناکارآمد میانگین نمره در هر ۵ سؤال محاسبه می گردد.

### پرسشنامه سبک های دلبستگی (RAAS)

این مقیاس شامل خود ارزیابی از مهارت های ایجاد روابط و خود توصیفی شیوه شکل دهی روابط دلبستگی نسبت به چهره های دلبستگی نزدیک است و مشتمل بر ۱۸ داده می باشد که از طریق علامتگذاری روی یک مقیاس ۵ درجه ای (از نوع لیکرت) که از: به هیچ وجه با خصوصیات مطابقت ندارد: (۱)، تا کاملاً با خصوصیات من تطابق دارد: (۵)، تشکیل می گردد، سنجیده می شود (کولینز و رید، ۱۹۹۰، به نقل از پاکدامن، ۱۳۸۰). بر پایه توصیف هایی که در پرسشنامه دلبستگی بزرگسال هازان و شیور در مورد سه سبک اصلی دلبستگی وجود داشت مواد پرسشنامه خود راتدارک دیده اند. مدت اجرای پرسشنامه کولینز و رید (RAAS) بر اساس زمینه یابی انجام

9. Schmidt

10. Joiner

11. Telch

12. Maslach

13. Jackson



در این پژوهش به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از شاخص‌های توصیفی مانند جداول، توزیع فراوانی، نمودارها، میانگین، انحراف معیار و برای آزمون فرضیه‌ها از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیری به روش گام به گام استفاده شد. پس از اینکه افراد نمونه پرسشنامه‌های این پژوهش را تکمیل کردند، جمع‌آوری و داده‌های مورد لزوم استخراج و از طریق برنامه آماری SPSS جهت آزمون فرضیه‌ها مورد پردازش قرار گرفت.

### یافته‌های پژوهش

در این بخش برای تجزیه و تحلیل اطلاعات از روش آمار توصیفی و آمار استنباطی استفاده شده است. در بخش آمار توصیفی از میانگین و انحراف معیار، ترسیم نمودار و در بخش آمار استنباطی برای بررسی تأثیر ابعاد متغیر پیش بین بر متغیر ملاک از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه (گام به گام) استفاده شده است.

جدول ۱- تعداد نمونه‌های مورد بررسی به تفکیک متغیرها

متغیرهای تحقیق	تعداد نمونه	میانگین	انحراف معیار	واریانس	نمره حداقل	نمره حداکثر
سن	۲۰۶	۴۱	۷/۷	۵۹	۲۴	۵۶
تحصیلات	۲۰۶	۳/۲	۱/۵	۲/۳	۱	۲۳
دلبستگی ایمن	۲۰۶	۱۳/۱۴	۲/۸	۷/۸	۶	۲۲
دلبستگی اجتنابی	۲۰۶	۱۳/۴	۲/۶	۶/۹	۶	۲۱
دلبستگی دوسوگرا	۲۰۶	۹/۷	۴/۶	۲۱	۰۰	۲۰
رضایت زناشویی	۲۰۶	۱۶۲	۲۶	۶۷۷/۹	۸۷	۲۱۶
خود انطباطی ناکافی	۲۰۶	۱۳/۰۹	۴/۶	۲۱/۴	۵	۳۰
استحقاق	۲۰۶	۱۵/۱	۵/۳	۲۸/۲	۵	۳۰
سرسختانه	۲۰۶	۱۸/۴۶	۵/۶	۳۵/۵	۵	۳۰
بازداری هیجانی	۲۰۶	۱۲/۳۴	۵/۳	۲۸	۵	۳۰
فداکاری	۲۰۶	۱۸/۴	۵/۴	۲۹/۴	۵	۳۰
اطاعت	۲۰۶	۹/۸	۴/۳	۱۸/۱۸	۵	۳۰
گرفتاری	۲۰۶	۱۰/۴	۴/۷	۲۲	۵	۲۸
آسیب‌پذیری	۲۰۶	۹/۰۲	۵/۶	۲۰/۹۵	۵	۳۰
وابستگی	۲۰۶	۸/۷	۴/۰۹	۱۶/۹	۵	۲۲
شکست	۲۰۶	۸/۹	۳/۳	۱۰/۸	۵	۲۰
شرم	۲۰۶	۷/۷	۳/۲	۱۰/۵	۵	۲۸
بیگانگی	۲۰۶	۸/۵	۳/۶	۱۳/۱۷	۵	۲۱
بی‌اعتمادی	۲۰۶	۱۰/۹۵	۴/۴	۱۹/۵۶	۵	۳۰
رهاشدگی	۲۰۶	۱۲/۴	۵/۸	۳۲/۵	۴	۲۷
محرومیت هیجانی	۲۰۶	۱۱/۹۴	۴/۹	۳۵/۱۹	۵	۳۰

نتایج جدول شماره (۱) نشان می‌دهد که بالاترین میانگین دلبستگی مربوط به مؤلفه دلبستگی ایمن با میانگین ۱۳/۱۴ با انحراف معیار ۲/۸، و کمترین میانگین دلبستگی مربوط به مؤلفه دلبستگی دوسوگرا با میانگین ۹/۷ با انحراف معیار ۴/۶ بوده است، و بالاترین میانگین طرحواره‌های ناسازگار اولیه مربوط به مؤلفه سرسختانه با میانگین ۱۸/۴۶ با انحراف معیار ۵/۶، و کمترین میانگین طرحواره‌های ناسازگار اولیه مربوط به مؤلفه شرم با میانگین ۷/۷ با انحراف معیار ۳/۳ بوده است، میانگین سن نیز ۴۱ با انحراف معیار ۷/۷ بوده است.

### بررسی فرضیه های پژوهش

فرضیه اصلی: بین سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه با رضایت زناشویی رابطه وجود دارد.

جدول ۲- ماتریس همبستگی متغیرهای سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه با رضایت زناشویی

متغیر	۱. سبک های دلبستگی	۲. طرحواره های ناسازگار اولیه	۳. رضایت زناشویی
۱. سبک های دلبستگی	-	۰/۴۰۳	-۰/۰۸۰
۲. طرحواره های ناسازگار اولیه		-	-۰/۲۸۴
۳. رضایت زناشویی			-

همانطور که در جدول (۲) مشاهده می شود با توجه به مقدار  $F = -0/080$  بیان شده، مقدار همبستگی بین سبک های دلبستگی با رضایت زناشویی دبیران از نظر آماری معنی دار نیست ( $\text{sig}=0/126$ ). همبستگی بین طرحواره های ناسازگار اولیه با رضایت زناشویی دبیران با توجه به مقدار  $F = -0/284$  بیان شده، از نظر آماری معنی دار و منفی است ( $\text{sig}=0/000$ ). در عین حال با توجه به مقدار  $F = 0/403$  بیان شده، و ( $\text{sig}=0/000$ ) رابطه بین سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه معنی دار می باشد. جهت تعیین بهترین پیش بینی کننده رضایت زناشویی از بین متغیرهای پیش بینی کننده از مدل گرسینون با روش گام به گام استفاده شده است. قابل ذکر است که متغیرهای طرحواره های ناسازگار اولیه، سبک های دلبستگی وارد معادله شده است. نتایج حاصل در جدول ۴-۶ ارائه شده است.

جدول ۳- خلاصه تحلیل رگرسیون گام به گام متغیرهای سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه با رضایت زناشویی

متغیرهای مدل پیش بینی کننده	R	$R^2$	$\Delta R^2$	خطای استا ندارد
اول سبک های دلبستگی	۰/۰۸۰	۰/۰۰۶	۰/۰۰۲	۲۶/۰۲
دوم سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه	۰/۲۴۹	۰/۰۶۲	۰/۰۵۳	۲۵/۳۴

نتایج جدول شماره (۳) نمایانگر این است که متغیر سبک های دلبستگی قادر به توجیه ۰/۰۰۲ درصد واریانس رضایت زناشویی ( $\Delta R^2 = .002$ ) شده است که البته قدرت پیش بینی ناچیزی داشته است (در واقع قدرت پیش بینی را ندارد). و با اضافه شدن متغیر طرحواره های ناسازگار اولیه به متغیر سبک های دلبستگی در مدل دوم باعث اضافه شدن ۰/۰۵۱ درصد واریانس رضایت زناشویی شده است ( $\Delta R^2 = .053$ ) و متغیرهای سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه توانسته است ۵/۳ درصد واریانس رضایت زناشویی را توجیه کنند.

جدول ۴- آزمون تحلیل واریانس برای بررسی معنی دار بودن مدل رگرسیون گام به گام سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه با رضایت زناشویی

شاخص آماری منبع تغییرات	مجموع مجذورات SS	درجه آزادی df	میانگین مجذورات ms	آزمون F	سطح معناداری
رگرسیون متغیر سبک های دلبستگی	۸۹۱/۸۷۵	۱	۸۹۱/۸۷۵	۱/۳۱۸	۰/۲۵۲
باقی مانده	۱۳۸۰۶۶/۵۵۲	۲۰۴	۶۷۶/۷۹۷		
جمع کل	۱۳۸۹۵۸/۴۲۷	۲۰۵			
رگرسیون متغیرهای سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه	۸۶۳۰/۵۵۴	۲	۴۳۱۵/۲۷۷	۶/۷۲۲	۰/۰۰۱
باقیمانده	۱۳۰۳۲۷/۸۷۳	۲۰۳	۶۴۲/۰۰۹		
جمع کل	۴۵۱۲۵/۷۹۰	۲۰۵			

با توجه به نتایج جدول شماره (۴) چون  $F$  محاسبه شده متغیر سبک های دلبستگی در سطح  $0.01$  معنادار نیست ( $p = 1.318$  و  $F(1, 204) = 0.04$ ) بنابراین با  $99\%$  درصد اطمینان نتیجه می گیریم که بین متغیر سبک های دلبستگی با رضایت زناشویی رابطه وجود ندارد و متغیر سبک های دلبستگی قدرت پیش بینی متغیر ملاک رضایت زناشویی را ندارد. و در مدل دوم همانطور که دیده می شود  $F$  بدست آمده طرحواره های ناسازگار اولیه در سطح  $0.01$  معنی دار است ( $p < 0.01$ ،  $F(2, 203) = 6.722$ ). بنابراین با  $99\%$  درصد اطمینان نتیجه می گیریم که بین متغیر طرحواره های ناسازگار اولیه با متغیر رضایت زناشویی رابطه وجود دارد و نیز قدرت پیش بینی متغیر ملاک رضایت زناشویی را دارد.

جدول ۵- تحلیل رگرسیون سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه با رضایت زناشویی

سطح معناداری	آزمون T برای معناداری شیب خط رگرسیون	ضریب استاندارد تفکیک رگرسیون (B)	خطای معیار	ضریب تفکیکی رگرسیون (B)	شاخص ها منبع تغییرات	
0/000	15/558		11/237	174/818	مقدار ثابت	مدل اول
0/252	-1/148	-0/080	0/919	-1/055	سبک های دلبستگی	
	16/282		11/466	186/685	مقدار ثابت	مدل دوم
0/750	0/319	0/024	0/978	0/313	سبک های دلبستگی	
0/001	-3/472	-0/258	0/698	-2/422	طرحواره های ناسازگار اولیه	

در مدل اول متغیر سبک های دلبستگی وارد معادله شده و معادله آن به صورت زیر تنظیم گردیده است:

$$\hat{Y} = a + b_1 x_1$$

$$\text{(سبک های دلبستگی)} (-1.055) + 174.818 = \text{رضایت زناشویی}$$

با توجه به نتایج جدول (۵) مشخص می شود مقدار  $\beta$  استاندارد شده مربوط به سبک های دلبستگی  $-0.080$  است این عدد نشان می دهد که متغیر سبک های دلبستگی بر رضایت زناشویی اثر ندارد و قادر به پیش بینی رضایت زناشویی را ندارد. در مدل دوم متغیر های سبک های دلبستگی، طرحواره های ناسازگار اولیه وارد معادله شده و معادله آن به صورت زیر تنظیم گردیده است.

$$\hat{Y} = a + b_1 x_1 + b_2 x_2$$

$$\text{(طرحواره های ناسازگار اولیه)} (-2.422) + \text{(سبک های دلبستگی)} 0.313 + 186.685 = \text{رضایت زناشویی}$$

با توجه به نتایج جدول (۵) مشخص می شود مقدار  $\beta$  استاندارد شده مربوط طرحواره های ناسازگار اولیه  $-0.258$  است این عدد نشان می دهد که متغیر طرحواره های ناسازگار اولیه به طور غیر مستقیم بر رضایت زناشویی تحصیلی اثر دارد و طرحواره های ناسازگار اولیه  $0.220$  تغییرات متغیر ملاک رضایت زناشویی را پیش بینی می کند.

اگر یک واحد تغییر در متغیر پیش بین طرحواره های ناسازگار اولیه مشاهده کنیم متغیر ملاک رضایت زناشویی  $-0.258$  تغییر می کند بدین معنا که با افزایش طرحواره های ناسازگار اولیه، رضایت زناشویی کاهش پیدا می کند. چنانچه دیده می شود مقدار  $T$  مربوط به متغیر رضایت زناشویی  $-3/472$  در سطح  $0.01$  معنادار است.

با عنایت به معنادار شدن رابطه محاسبه شده با  $0.99$  احتمال نتیجه گرفته می شود که برای تبیین فرضیه پژوهش مبنی بر این که بین سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه با رضایت زناشویی رابطه وجود دارد، باید بیان کرد که در ارتباط متغیر رضایت زناشویی با متغیر دلبستگی رد می گردد ولی ارتباط متغیر رضایت زناشویی با متغیر طرحواره های ناسازگار اولیه تایید می شود و از بین متغیرهای (سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه) مؤلفه، طرحواره های ناسازگار اولیه بیشترین تاثیر را بر رضایت زناشویی دارد.



### بحث و نتیجه گیری

برای بررسی فرضیه اصلی اول پژوهش، مبنی بر این که "بین سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه با رضایت زناشویی دبیران رابطه معنادار وجود دارد" از تحلیل رگرسیون گام به گام و همبستگی استفاده شده است. با توجه به مقدار  $F = 0/403$  بیان شده، و  $(sig=0/000)$  رابطه بین سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه معنی دار می باشد. همبستگی بین طرحواره های ناسازگار اولیه با رضایت زناشویی دبیران با توجه به مقدار  $F = -0/284$  بیان شده، از نظر آماری معنی دار و منفی است  $(sig=0/000)$ . در عین حال با توجه به مقدار  $F = 0/403$  بیان شده، و  $(sig=0/000)$  رابطه بین سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه معنی دار می باشد. نتایج رگرسیون به روش گام به گام، نشان داد که طرحواره های ناسازگار اولیه به عنوان متغیر پیش بین وارد مدل شده است. و قدرت پیش بینی رضایت زناشویی را دارد. در آزمون تجزیه و تحلیل واریانس برای معنی داری مدل به صورت گام به گام دیده شد مقدار  $p < 0/01$ ،  $f(2 و 203) = 6.722$  از نظر آماری معنی دار است؛ بنابراین با اطمینان ۰/۹۹ نتیجه می گیریم که رابطه طرحواره های ناسازگار اولیه با رضایت زناشویی از نظر آماری معنی دار است. در آزمون رگرسیون گام به گام برای پیش بینی متغیر ملاک، طرحواره های ناسازگار اولیه با مقدار  $B$  استاندارد  $-0/258$  به طور غیرمستقیم بر رضایت زناشویی اثر داشته که نشان دهنده پیش بینی بسیار خوب رضایت زناشویی می باشد لذا می توان با جرات بیان نمود که طرحواره های ناسازگار اولیه قدرت پیش بینی متغیر رضایت زناشویی را دارد. نتایج بدان معنی است که با افزایش میزان طرحواره های ناسازگار اولیه، رضایت زناشویی کاهش می یابد. لذا می توان نتیجه گرفت که در سطح معنی داری  $P < 0/01$  این رابطه تایید می گردد. اما برای بررسی رابطه بین سبک های دلبستگی با رضایت زناشویی دبیران مشاهده شد که با توجه به مقدار  $-0/080$   $F =$  بیان شده، مقدار همبستگی بین سبک های دلبستگی با رضایت زناشویی دبیران از نظر آماری معنی دار نیست  $(sig=0/126)$ . نتایج رگرسیون به روش گام به گام، نشان داد که سبک های دلبستگی به عنوان متغیرهای پیش بین وارد مدل شد ولی قدرت پیش بینی رضایت زناشویی را نداشته است. در آزمون تجزیه و تحلیل واریانس برای معنی داری مدل به صورت گام به گام دیده شد رابطه سبک های دلبستگی با رضایت زناشویی از نظر آماری معنی دار نیست. در آزمون رگرسیون گام به گام برای پیش بینی متغیر ملاک، سبک های دلبستگی نشان داد که قدرت پیش بینی رضایت زناشویی را نداشته است این بدان معنی است که سبک های دلبستگی به طور کلی، در رضایت زناشویی دبیران تاثیری ندارد. لذا احتمال این ارتباط در سطح معنی داری  $P < 0/01$  رد می شود. لذا یافته با یافته پژوهش های (آزادبخت و وکیلی، ۱۳۹۲)، (لقابرازنده، ۱۳۸۴) و (قربانی، ۱۳۸۹) همسو است.

با توجه به بررسی فرضیات به طور کلی می توان نتیجه گرفت که از میان طرحواره های ۱۵ گانه تنها سه طرحواره، معیارهای سرسختانه و استحقاق/بزرگ منشی و خویشتن داری/خود انطباقی ناکافی با رضایت زناشویی در ارتباط نیستند. لذا یافته های پژوهش همسو است با پژوهش های (ذوالفقاری و همکاران، ۱۳۸۷)، (دهقانی و همکاران، ۱۳۹۰)، (راسین، ۲۰۰۵)، (ولبرن، ۲۰۰۲)، (فریمن، ۱۹۹۹)، (الیس، ۱۹۹۲) و استیلز، ۲۰۰۴، به نقل از یانگ ۱۳۸۴، (یوسف نژاد، ۱۳۸۶)، (رخشنده رو، ۱۳۸۹)، (لقابرازنده، ۱۳۸۴) و (قربانی، ۱۳۸۹).

در تبیین این فرضیه می توان گفت که رضایت مندی زناشویی مهم ترین مولفه ازدواج است. به نظر می رسد سلامت روان به عنوان مولفه ای از ویژگی های فردی، با رضایت مندی زناشویی ارتباط دارد. خانواده یکی از رکن های اصلی جامعه به شمار می رود. دستیابی به جامعه سالم آشکارا در گرو سلامت خانواده است و تحقق خانواده سالم مشروط به برخورداری افراد آن از داشتن رابطه های مطلوب با یکدیگر است. در چنین نظامی افراد با علایق و دل بستگی های عاطفی نیرومند دیرپا و متقابل به یکدیگر پیوسته اند. این دل بستگی ها اگر چه شاید شدت وحدت شان در طی زمان کاسته شود. اما در سراسر زندگی پاینده خواهند بود ازدواج به عنوان مبنای شکل گیری نهاد خانواده و مهم ترین واقعه در زندگی فردی همواره در افکار عمومی جامعه و در تحقیقات علمی و دانشگاهی مورد توجه قرار گرفته است (اسدی نوقایی و همکاران، ۱۳۸۴) ازدواج یک نهاد اجتماعی و حقوقی مهم می باشد که از طریق فراهم کردن مجموعه خاصی از حقوق، امتیازات، تعهدات، مسئولیت ها و انتظارات نقشی جدید از روابط زناشویی پایدار حمایت می کند و موجب بقا و تداوم نهاد خانواده و ساختار اجتماعی می شود (آراسته، مدبر و همکاران، ۱۳۸۵)، رضایت مندی زناشویی را به صورت نگرش ها یا احساسات کلی فرد را نسبت به همسر و رابطه اش تعریف می کند و هنگامی به کار می رود که واحد تحلیل فرد است و هدف تجزیه و تحلیل و نگرش های ذهنی افراد (به جای نشانه های عملی) درباره همسر و رابطه اش است. چنین تعریفی از رضایت مندی زناشویی نشانگر آن است که رضایت مندی یک مفهوم تک بعدی و مبین ارزیابی کلی فرد نسبت به همسر و رابطه اش است (انصاریان، ۱۳۸۷).

طبق پژوهش هایی که در حیطه ازدواج و روابط زناشویی انجام شده است متغیرهای مختلفی با روند رضایت زناشویی در طول زمان رابطه دارند، این متغیرها می توانند پیش بینی کننده شانس حفظ رضایت رابطه زناشویی در طول زمان یا رفتن به طرف آشفستگی زناشویی و طلاق باشند، یکی از این متغیرها مربوط به سطح سلامت فرد است (انصاریان، ۱۳۸۷)، در جامعه امروز به دلایل متعددی چون گذر از سنت به مدرنیته، تغییر نظام خانواده ها و فشارهای شغلی و اجتماعی و هم چنین پیدا شدن نقش های جدید مثل نقش اشتغال به نقش های سنتی زنان و با توجه به اهمیت ویژه و جایگاه والایی که نقش های سنتی هم چون همسری و مادری زنان در نظر همسرانشان در

فرهنگ ایرانی داراست. مشکلات و تعارض های خانوادگی و زناشویی افزایش چشمگیری یافته اند و شواهد فراوانی گویای آن هستند که زوج ها در جامعه امروزی برای برقراری و حفظ روابط صمیمی و دوستانه به مشکلات شدید و فراگیری دچارند. افزایش روز افزون طلاق در دنیای کنونی هر چند در مقیاسی بسیار کمتر متأسفانه جامعه فعلی ما را نیز در بر گرفته است و نارضایتی زن و شوهر از یکدیگر و نیز از هم گسیختگی کانون های گرم بسیاری از خانواده ها و تاثیرات سوء این جدایی بر افراد خانواده نیاز به رسیدگی و رفع این مشکل را مطرح ساخته است. پیش گیری از بیماری ها و برنامه های بهداشتی باید از روز تولد شروع شود تا از پیدایش ناتوانی های جسمانی و روانی که سد راه انسان برای رسیدن به یک زندگی سالم و موفق است جلوگیری کند. طب دنیای امروز و فردا طب پیش گیری و برنامه ریزی برای بهتر زیستن جسمی و روانی اجتماعی است. با توجه به اهمیتی که جوامع امروزی برای تداوم بقا، سلامت و بهداشت روانی افراد جامعه قائل هستند. بررسی و شناخت عواملی که منجر به پایداری و برقراری سلامت روان می گردند ضروری به نظر می رسد. دستیابی به جامعه سالم، آشکارا در گرو سلامت روان خانواده می باشد و تحقق خانواده سالم مشروط به برخورداری افراد از سلامت روانی و داشتن رابطه های مطلوب با یکدیگر است از این رو سالم سازی اعضای خانواده و رابطه هایشان بی گمان اثر مثبتی را در جامعه به دنبال خواهد داشت (بهرامی، ۱۳۸۷). در دیدگاه شناختی طرحواره های ناسازگار اولیه از بنیادی ترین مولفه های شناختی محسوب شده، حتی گاهی اوقات پیش از آنکه کودک زبان را بیاموزد، شکل می گیرد (طرحواره های پیش کلامی) و اغلب نفوذ خود را بر سیستم پردازش اطلاعات در زیر آستانه هوشیاری اعمال می کند و حالتی خودآیند دارد. این ارتباط به حدی است که درمانگران معتقدند در زمان فعال شدن طرحواره های ناسازگار، فنون فراسناختی می تواند با آنها مقابله کند و فرد یاد می گیرد با بحث و استدلال شناختی با حالات هیجانی خود مقابله کرده، از تحریف اطلاعات محیط توسط طرحواره ها جلوگیری کند. آشفته گی های فکری و شناخت های ناکارآمد از ویژگی های اختلالات هیجانی هستند. به همین علت، در سال های اخیر ارتباط بین شناخت و هیجان موضوع تحقیقات و پژوهش های گوناگون در روان شناسی بوده است. محققان بسیاری این دو زمینه را در ارتباط با هم مطالعه کرده و به این ترتیب، شناخت و هیجان به عنوان یک زمینه مطالعاتی به رسمیت شناخته شده و گسترش یافته است. هدف عمده این تحقیقات، دستیابی به نحوه ارتباط بین این دو جنبه در انسان است. در این میان، سازه های گوناگون و متفاوتی بررسی شده است. از جمله، کنش های شناختی که به هیجان های گوناگون منجر می شوند و یا حالات هیجانی گوناگون که درگیر شناخت های خاص هستند از جمله سازه های مهم و جدیدی که به بررسی سبک پردازش شناختی و نحوه اثرگذاری آن بر پردازش هیجانی در انسان می پردازد، سازه طرحواره های ناسازگار اولیه است (یانگ و همکاران، ۱۹۵۰) طرحواره ها در عمیق ترین سطح شناخت، معمولاً بیرون از سطح آگاهی عمل می کنند و فرد را به لحاظ روان شناختی نسبت به ایجاد آشفته گی های چون افسردگی، اضطراب، ارتباطات ناکارآمد، اعتیاد و اختلالات روان تنی آسیب پذیر می سازند (یانگ و همکاران، ۱۹۵۰).

یانگ معتقد است هر کدام از علائم آسیب شناسی روانی با یک یا تعداد بیشتری از طرحواره های اولیه مرتبط است (لطفی، ۱۳۸۵) طرحواره هایی که در اوایل سیر تحول انسان شکل می گیرند و اغلب در محور ساخت شناختی قرار دارند، غیر شرطی اند. طرحواره هایی که بعداً در سیر تحول شکل می گیرند شرطی اند. طرحواره های شرطی در پاسخ به طرحواره های غیر شرطی به وجود می آیند. مثلاً طرحواره معیارهای سرسختانه در پاسخ به طرحواره نقص، طرحواره اطاعت در پاسخ به طرحواره رهاشدگی و طرحواره ایثار در پاسخ به طرحواره نقص بوجود می آیند. ارضای توقعات طرحواره شرطی همیشه امکان پذیر نیست و دیر یا زود فرد با طرحواره اصلی اش مواجه می شود. یکی از نظریه هایی که در زمینه ی شخصیت، آسیب شناسی روانی و روان درمانی مطرح شده، مدل طرح واره درمانی است که هسته ی اصلی آن مفهوم طرح واره های ناسازگار اولیه است طرح واره های ناسازگار اولیه الگو ها یا درون مایه های عمیق و فراگیری هستند که از خاطرات، هیجان ها، شناخت واره ها و احساسات بدنی تشکیل شده اند، در دوران کودکی یا نوجوانی شکل گرفته اند، در سیر زندگی تداوم دارند، درباره ی خود و رابطه با دیگران هستند، به شدت ناکارآمد هستند و اثرات شدید روی بهزیستی و عملکرد سازگاران دارند. طرحواره ها سازه هایی هستند که بر اساس واقعیت یا تجربه شکل می گیرند و به عنوان واسطه، پاسخ های رفتاری افراد را تحت تأثیر قرار می دهند. در چارچوب روان درمانی طرحواره به عنوان یک عامل سازمان بخش در نظر گرفته می شود که برای درک تجارب زندگی فرد ضروری است (نقل از یانگ و همکاران، ۱۹۵۰).

با توجه به بررسی فرضیات به طور کلی می توان نتیجه گرفت که هر کدام از سبک های دلبستگی ایمن، دوسوگرا و اجتنابی به تنهایی با رضایت زناشویی در ارتباط هستند. اما ترکیب آنها یعنی سبک های دلبستگی با رضایت زناشویی رابطه ای را ایجاد نمی کند. با توجه به یافته های بدست آمده در این پژوهش، می توان بیان داشت که پژوهش همسو است با پژوهش های (مظاهری، ۱۳۷۹)، (ابراهیمی و محمدی، ۱۳۸۵)، (عبدی و خانجانی، ۱۳۸۶)، (جلالی طهرانی، ۱۳۸۶) (حمیدی، ۱۳۸۶) (شاکر و همکاران، ۱۳۹۰)، (فتحی و همکاران، ۱۳۹۱)، (تیمورپور و همکاران، ۱۳۸۹) و (مردانی و حیدری، ۱۳۸۹).

در تبیین این فرضیه می توان گفت که سبک دلبستگی از عوامل تعیین کننده روابط بین فردی از جمله تفاهم زناشویی است. افرادی که دارای سبک دلبستگی ایمن هستند، درک عمیق تری را از روابط به صورت بالاتر نشان می دهند و این افراد از اشتراک های بالاتری در

روابط بین فردی برخوردارند. تفاوت های فردی در دل بستگی بین اشخاص تحقیقات اولیه، در بررسی دل بستگی زوجین، بیشتر بر جستجوی رابطه سبک دل بستگی و ارزیابی کیفیت روابط متمرکز بودند. این پژوهشها نشان دادند که سبک دل بستگی بر گستره ای از رفتارها که در شرایط گوناگون ظاهر می شوند، تاثیر دارد. افراد با سبک های دل بستگی متفاوت در موقعیت های گوناگون و از جمله موقعیت های تنیدگی زا، به شکل های متفاوت رفتار می کنند. به عبارت دیگر، سبک دل بستگی افراد، عاملی برای شناسایی و طبقه بندی تفاوت های فردی است. تحقیقات اخیر، تاثیر سبک دل بستگی را بر کیفیت روابط زوجین به خوبی نشان می دهند. از مودنی هایی که هم خود و هم همسرشان، سبک دل بستگی ایمن داشتند، کیفیت روابطشان مطلوب تر بود (احدی، ۱۳۸۷). سبک دل بستگی یکی از عوامل شخصی است که بر همسازی و ناهمسازی زناشویی تاثیر می گذارد به همین دلیل تحقیقات بسیاری درباره آن انجام شده است. قبل از دهه هفتم قرن بیستم، تحقیقات انجام شده در خصوص خانواده، به طور عمده حول محور طلاق و اثرات روانی - اجتماعی آن بر اعضای خانواده متمرکز بود. ولی از این دهه به بعد، توجه محققان به مسئله نارضایتی از زندگی زناشویی و راه های افزایش احساس رضایت و شادکامی از زندگی مشترک معطوف شد. با شناخت تاثیر رابطه دل بستگی با رضایت مندی زناشویی کوشش می شود تا زمینه های روان شناختی را که به رضایت مندی منتهی می شوند شناسایی گردند. با شناخت این زمینه ها می توان در سطوح مختلف مداخله نمود. میزان ازدواج های با خطر بالا را کاهش داد و بر رضایت و شادکامی ازدواج های موجود افزود. از بخشی از ناسازگاری ها پیشگیری نمود و از این طریق از بسیاری از نابسامانی های خانوادگی که منجر به هدر رفتن نیروهای عظیم انسانی می شود جلوگیری کرد (حمیدی، ۱۳۸۶).

### پیشنهادها

پیشنهاد می گردد برای دبیران جلساتی تشکیل گردد و از کارشناسان و اساتید دانشگاه دعوت به عمل آید و اهمیت موضوع رضایت زناشویی و عوامل موثر بر آن با تکیه بر طرحواره ها و دل بستگی ها تشریح گردد. توجه رسانه جمعی به مقوله رضایت زناشویی و عوامل موثر بر آن با تکیه بر طرحواره ها و دل بستگی ها و ایجاد برنامه های آموزشی در قالب سنجش متغیر های فردی و گروهی و جامعه ای برای تمامی افراد جامعه و مخصوصا زوج های جوان.

## منابع و مراجع

- [۱] آراسته، م.، ۱۳۸۵، بررسی وضعیت سلامت روان و عوامل مرتبط با آن در میان کارکنان درمانی و غیردرمانی بیمارستان های شهر سمنان در سال ۱۳۸۵، مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی کردستان، شماره ۱۳، صص ۴۴-۳۵.
- [۲] آهی، ق.، ۱۳۸۵. هنجاریابی فرم کوتاه پرسشنامه طرحواره یانگ بین دانشجویان دانشگاه های تهران در سال تحصیلی ۸۴-۸۳. پایان نامه فوق لیسانس، دانشگاه علامه طباطبائی.
- [۳] احدی، ح.، نقشبندی، ر.، تابع جماعت، م.، ۱۳۸۷، رابطه شیوه های دلبستگی با رضایتمندی زناشویی، روزنامه مستقل سراسری صبح ایران، نسخه شماره ۳۲۴۱.
- [۴] اسدی نوقایی، م.، ۱۳۸۴، روان پرستاری (بهداشت روان)، تهران، نشر و تبلیغ بشری (با همکاری نشر تحفه).
- [۵] الیس، آ.، ۱۹۹۲، زوج درمانی، ترجمه جواد صالحی قدردی و سید امیر امین یزدی، تهران: انتشارات میثاق.
- [۶] انصاریان، ح.، ۱۳۸۷، نظام خانواده در اسلام، قم: انتشارات ام ابیها.
- [۷] بهرامی، ه.، ۱۳۸۷، آزمون های روانی (مبانی نظری و فنون کاربردی)، تهران: انتشارات دانشگاه علامه طباطبائی.
- [۸] پاکدامن، ش.، ۱۳۸۰، بررسی ارتباط بین دلبستگی و جامعه‌طلبی در نوجوانی. مجله علوم روان‌شناختی، شماره ۹، صص ۲۵-۲۷.
- [۹] تیمورپور، ن.، مشتاق، ن.، پورشهباز، ع.، ۱۳۸۹، هدف بررسی رابطه سبک های دلبستگی، رضایت زناشویی و احساس گناه جنسی با میل جنسی در زنان. مجله روانشناسی بالینی، شماره ۲، صص ۱۱۱-۱۳۸.
- [۱۰] جلالی، د.، جلالوند، ل.، ۱۳۸۵، بررسی تاثیر آموزش مهارت های زندگی بر سازگاری زناشویی زوج های چکیده مقالات دومین کنگره سراسری آسیب شناسی خانواده در ایران، دانشگاه شهید بهشتی تهران.
- [۱۱] حمیدی، ف.، ۱۳۸۶، بررسی رابطه سبک های دلبستگی با رضایت مندی زناشویی در دانشجویان متأهل، دبیری. فصلنامه خانواده پژوهشی، شماره ۹، صص ۴۴۳-۴۵۳.
- [۱۲] رخشنده رو، م.، ۱۳۸۹، رابطه طرحواره ناسازگار اولیه و سبک های مقابله ای در دانشجویان. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی مرو دشت.
- [۱۳] دهقانی، س.، ایزدی خواه، ز.، تقی نسب، م.، رضایی، ا.، ۱۳۹۰، تحلیل مسیر طرحواره های ناسازگار اولیه: راهبردهای مقابله با استرس و کیفیت زندگی روانی، مجله تحقیقات علوم رفتاری، شماره ۱۲(۲)، صص ۸-۱.
- [۱۴] ذوالفقاری، م.، فاتحی زاده، م.، عابدی، م.، ۱۳۸۷، بررسی رابطه طرحواره های ناسازگار اولیه با صمیمیت زناشویی، فصلنامه خانواده پژوهی، شماره ۱۵، صص ۲۴۸-۲۱۱.
- [۱۵] سلیمانیان، ع.ا.، ۱۳۷۶، بررسی تفکرات غیر منطقی بر نارضایتی زناشویی، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تربیت معلم تهران.
- [۱۶] شاکر، ع.، فتحی، ع.، مهدویان، ع.، ۱۳۹۰، بررسی رابطه بین سبک های دلبستگی و سلامت روانی با سازگاری زناشویی، مجله علوم رفتاری، شماره ۲، صص ۱۷۹-۱۸۴.
- [۱۷] شولتز، د.، ۱۹۹۰، نظریه های شخصیت، ترجمه: یوسف کریمی و همکاران، تهران: نشر ارسباران.
- [۱۸] عبدی، ر.، خانجانی، ز.، ۱۳۸۵، بررسی رضایت زناشویی در سبک های مختلف دلبستگی، فصلنامه روانشناسی دانشگاه تبریز، شماره ۱ (۳ و ۲)، صص ۲۰۱-۱۷۵.
- [۱۹] فتحی، ا.، اعتمادی، ا.، حاتمی، ا.، گرجی، ز.، ۱۳۹۱، بررسی رابطه بین سبک دلبستگی، تعهد زناشویی و رضایتمندی زناشویی، فصلنامه زن و مطالعات خانواده، شماره ۱۸، صص ۸۲-۶۳.
- [۲۰] فراست، ع.، ۱۳۹۱، بررسی و مقایسه منبع کنترل و رضایت زناشویی در بین زنان شاغل (معلم) و خانه دار در شهر تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تهران.
- [۲۱] فرهنگ، ع.، ۱۳۹۳، روانشناسی رشد، تهران: انتشارات پوران پژوهش.
- [۲۲] قربانی، م.، ۱۳۸۹، رابطه طرحواره های ناسازگار اولیه و رضایت زناشویی، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشکده روانشناسی دانشگاه آزاد قزوین.
- [۲۳] لطفی، ر.، ۱۳۸۵، مقایسه ی طرحواره های ناسازگار در مبتلایان به اختلالات شخصیت، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهرا تهران.

- [۲۴] لقايرازنده، ه.، ۱۳۸۴، رابطه معيار های ارتباطی و طرحواره های ناسازگار اولیه با سازگاری زناشویی، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علوم تربیتی و روانشناسی فردوسی مشهد.
- [۲۵] لی هی ر.، ۲۰۰۳، تکنیک های شناخت درمانی، ترجمه: حسن حمیدپور، زهرا اندوز، تهران: انتشارات ارجمند.
- [۲۶] مردانی حموله، م.، ۱۳۸۹، ارتباط خوشبینی و سبک های دلبستگی با رضایت زناشویی در کارکنان بیمارستان، ماهنامه دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه، شماره ۸(۱)، صص ۴۶-۵۵.
- [۲۷] مظاهری، م.، ۱۳۷۹، نقش دلبستگی در کنش وری ازدواج، مجل روان شناسی ریا، شماره ۱۵، صص ۳۰۲-۲۸۶.
- [۲۸] هالچین، ر پی.، ویتبورن، س ک.، ۲۰۰۶، آسیب شناسی روانی دیدگاه های بالینی درباره اختلال های روانی، (جلد دوم)، ترجمه: یحیی سید محمدی، تهران: نشر روان.
- [۲۹] یانگ، ج.، ۲۰۰۶، شناخت درمانی اختلالات شخصیت، ترجمه: علی صاحبی و حسن حمیدپور. ۱۳۸۴. تهران: انتشارات ارجمند.
- [۳۰] یانگ، ج.، کلوسکو، ژ.، ویشار، م.، ۲۰۰۸، طرحواره درمانی، ترجمه: حسن حمیدپور و زهرا اندوز. ۱۳۸۶. تهران: انتشارات ارجمند.
- [۳۱] یانگ، ج.، کلوسکو، ژ.، ویشار، م.، ۱۹۵۰، طرحواره درمانی: راهنمای کاربردی برای متخصصین بالینی، ترجمه: حسن حمیدپور، زهرا اندوز. ۱۳۸۹. تهران: انتشارات ارجمند.
- [32] Bowlby, J (1987) *Asecure Buse: elinical Applications of Atlachment Theory*. London Routledge.
- [33] Kirsch, Jennifer (2009) *EARLY MALADAPTIVE SCHEMAS, SELF-ESTEEM, AND CHANGES IN DEPRESSION AND ANXIETY IN YOUNG ADULTS DURING RESIDENTIAL SUBSTANCE ABUSE TREATMENT*. WIDENER UNIVERSITY
- [34] Olson, D. H. Fournier, D. G. & Druckman, J.M (1989) *Families*, California: Sage publication Inc.
- [35] Welburn K, Coristine M, Dagg P, Pontrefact A, Jordan S (2002) *The Schema Questionnaire-Short Form:Factor analysis and relationship between schemas and symptoms*. *Cogn Ther and Rese*; (26), pp 519-530.