
Developing a Model of Marital Burnout based on Personality Dimensions with the Mediation of Emotion Regulation Strategies

Article Info	Abstract
Authors: Azam Ebrahimi ¹ , Majid Barzegar* ² , Nadereh Sohrabi Shekefti ³ , Maryam Zarnaghash ⁴	Purpose: The aim of the present study was to develop a model of marital burnout based on personality dimensions mediated by emotion regulation strategies in married couples in Bushehr.
Keywords: Personality dimensions, boredom, emotion regulation strategies.	Methodology: The research method was descriptive-correlational based on structural equation modeling and the statistical population was all married people in Bushehr in 2024. The sample size was determined as 420 people based on the rule of sample-to-path ratio, including a 20% possible sample drop. However, finally, after removing outliers, 403 samples entered the analysis stages. These people were selected through non-random and purposeful sampling. Information was collected through the short form of the Neo Personality Questionnaire (1983), the Pines Marital Disgust Scale (1996), and the Gross and John Cognitive Emotion Regulation (2003).
Article History: Received: 2025-05-02 Accepted: 2025-09-07 Published: 2025-09-25	Findings: Data analysis showed that the five personality factors (neuroticism, extraversion, agreeableness, conscientiousness, and openness to experience) have a significant indirect effect on marital burnout through the mediation of emotion regulation strategies (emotional suppression and reappraisal) ($P < 0.05$). The studied model also had acceptable fit indices (χ^2/df , NFI, CFI, TLI, RMSEA, GFI).
Correspondence: Email: mbarzegar55@gmail.com	Conclusion: This study showed that personality traits play an important role in marital burnout through their influence on emotion regulation strategies. Therefore, strengthening emotion regulation skills can help reduce burnout and increase marital satisfaction. Therefore, psychological interventions that simultaneously target personality traits and emotion regulation are effective in improving the quality of marital relationships.

-
1. Department of Psychology, Marvdasht Branch, Islamic Azad University, Marvdasht, Iran.
 2. Department of Psychology, Marvdasht Branch, Islamic Azad University, Marvdasht, Iran.
 3. Department of Psychology, Marvdasht Branch, Islamic Azad University, Marvdasht, Iran.
 4. Department of Psychology, Marvdasht Branch, Islamic Azad University, Marvdasht, Iran.

تدوین الگوی دزدگی زناشویی براساس ابعاد شخصیت با میانجیگری راهبردهای تنظیم هیجان^۱

اعظم ابراهیمی^۲، مجید برزگر^۳، نادره سهرابی شکفتی^۴، مریم زرنقاش^۵

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر، تدوین الگوی دزدگی زناشویی براساس ابعاد شخصیت با میانجیگری راهبردهای تنظیم هیجان در متاهلین شهر بوشهر بود.

روش: روش پژوهش، توصیفی-همبستگی براساس مدلسازی معادلات ساختاری و جامعه آماری کلیه متاهلین شهر بوشهر در سال ۱۴۰۳ بودند. حجم نمونه براساس قاعده نسبت نمونه به مسیر با احتساب ۲۰ درصد افت احتمالی نمونه، ۴۲۰ نفر تعیین شد. اما در نهایت پس از حذف داده‌های پرت تعداد ۴۰۳ نمونه وارد مراحل تحلیل شدند. این افراد به روش نمونه‌گیری غیرتصادفی و هدفمند انتخاب شدند. اطلاعات از طریق فرم کوتاه پرسشنامه شخصیت نئو (۱۹۸۳)، مقیاس دزدگی زناشویی پاینز (۱۹۹۶) و تنظیم شناختی هیجان گراس و جان (۲۰۰۳) جمع‌آوری شد.

یافته‌ها: تحلیل داده‌ها نشان داد ابعاد پنج‌عامل شخصیت (روان‌رنجوری، برون‌گرایی، توافق‌پذیری، وظیفه‌مداری، و گشودگی به تجربه) از طریق میانجی‌گری راهبردهای تنظیم هیجان (سرکوب هیجانی و ارزیابی مجدد) بر دزدگی زناشویی اثر غیرمستقیم معنادار دارند ($P < 0.05$). همچنین الگوی بررسی شده، دارای شاخص‌های برازش (χ^2/df ، NFI، CFI، TLI، RMSEA، GFI) قابل قبول بود.

نتیجه‌گیری: این پژوهش نشان داد که ویژگی‌های شخصیتی از طریق تأثیر بر راهبردهای تنظیم هیجان، نقش مهمی در دزدگی زناشویی دارند. بنابراین تقویت مهارت‌های تنظیم هیجان می‌تواند به کاهش دزدگی و افزایش رضایت زناشویی کمک کند. از این‌رو، مداخلات روان‌شناختی که به طور همزمان ویژگی‌های شخصیتی و تنظیم هیجان را هدف قرار می‌دهند، در بهبود کیفیت روابط زناشویی موثر هستند.

کلیدواژه‌ها: ابعاد شخصیت، دزدگی، راهبردهای تنظیم هیجان.

^۱ این مقاله برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول می‌باشد.

^۲ گروه روانشناسی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران.

^۳ گروه روانشناسی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران.

^۴ گروه روانشناسی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران.

^۵ گروه روانشناسی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران.

مقدمه

دلزدگی زناشویی^۱ یکی از آسیب‌های مهم روابط زوجین است که با فرسودگی هیجانی، کاهش علاقه، و احساس بی‌معنایی نسبت به زندگی مشترک شناخته می‌شود (Fatehi et al., 2021). این فرایند غالباً به‌طور خزنده و نامحسوس آغاز می‌شود و با کاهش تدریجی هیجان‌های مثبت، افزایش فاصله عاطفی و کم‌رنگ شدن احساس صمیمیت ادامه می‌یابد. چنین تغییراتی می‌تواند به کاهش رضایت از نقش همسری و تضعیف پیوندهای هیجانی بین زوجین منجر شود. این پدیده معمولاً به‌صورت تدریجی شکل می‌گیرد و پیامدهای گسترده‌ای همچون افت رضایت زناشویی، افزایش تعارضات، کاهش صمیمیت، و در نهایت افزایش احتمال طلاق را در پی دارد (Mousavi Mirkolaei & Golpour, 2023). از نظر روانی، دلزدگی زناشویی می‌تواند با افزایش نشانه‌های افسردگی، اضطراب، و احساس بی‌ارزشی همراه باشد. همچنین، برخی شواهد حاکی از آن است که این پدیده پیامدهای جسمانی از جمله اختلالات خواب و کاهش کیفیت سلامت عمومی را نیز در پی دارد (Walsh, 2019). از منظر روان‌شناختی، دلزدگی زناشویی صرفاً نتیجه مشکلات بیرونی یا تعارضات آشکار نیست، بلکه حاصل برهم‌کنش پیچیده ویژگی‌های فردی، الگوهای ارتباطی، و توانایی مدیریت هیجان‌ها است (Walsh, 2019). این تعامل پیچیده نشان می‌دهد که حتی در نبود عوامل استرس‌زای آشکار، ترکیب صفات شخصیتی خاص با ضعف در تنظیم هیجان می‌تواند بستر مناسبی برای بروز دلزدگی فراهم آورد.

نظریه‌های شخصیت، به‌ویژه مدل پنج‌عاملی کاستا و مک‌کری^۲، چارچوب مفهومی گسترده‌ای برای درک تفاوت‌های فردی در روابط زناشویی فراهم می‌کنند. این مدل پنج بعد روان‌رنجوری، برون‌گرایی، سازگاری، گشودگی به تجربه، و وظیفه‌شناسی را دربرمی‌گیرد که هر یک می‌تواند به شیوه‌ای خاص بر نحوه تعامل زوجین اثر بگذارد (Malouff et al., 2010). بنابراین ابعاد شخصیت یکی از مهم‌ترین متغیرهای فردی است که می‌تواند بر کیفیت روابط زناشویی تأثیرگذار باشد. براساس مدل پنج‌عاملی شخصیت، صفاتی مانند برون‌گرایی، گشودگی به تجربه، و سازگاری اغلب با رضایت و پایداری رابطه همراه هستند، در حالی که روان‌رنجوری با سطوح بالای تعارض، کاهش حمایت هیجانی، و افزایش خطر دلزدگی ارتباط دارد (Malouff et al., 2010; Roberts et al., 2007; Schaffhuser et al., 2014). برای مثال، زوجینی که در بُعد برون‌گرایی نمره بالاتری دارند معمولاً تعاملات گرم‌تری را تجربه می‌کنند، در حالی که زوجینی با روان‌رنجوری بالا بیشتر مستعد تجربه هیجان‌های منفی و واکنش‌های افراطی در مواجهه با تعارض هستند.

پژوهش Fotouhi و Abolghasemi (۲۰۱۶) نیز تأیید می‌کند که ابعاد شخصیت از طریق سبک‌های عشق می‌توانند سازگاری یا ناسازگاری زناشویی را پیش‌بینی کنند. افزون بر این، نظریه‌پردازان شخصیت تأکید دارند که ویژگی‌های شخصیتی نه تنها بر رفتارهای روزمره، بلکه بر انتخاب راهبردهای تنظیم هیجان نیز اثرگذار هستند (Trull & Widiger, 2013). این بدان معناست که صفات پایدار شخصیت می‌توانند تعیین کنند که فرد در شرایط تنش‌زا، چه راهبردهایی را برای مواجهه با هیجان‌ات منفی برمی‌گزیند؛ انتخابی که به نوبه خود می‌تواند کیفیت رابطه را ارتقا داده یا تضعیف کند.

از آنجا که شخصیت بر نحوه تجربه و ابراز هیجان‌ها تأثیر می‌گذارد، بررسی آن در کنار توانایی تنظیم هیجان می‌تواند در تبیین کیفیت روابط زناشویی که مرتبط با دلزدگی زناشویی است، روشن‌گر باشد. با توجه به این که ویژگی‌های شخصیتی به‌طور مستقیم بر نحوه پردازش و مدیریت هیجان‌ها اثر می‌گذارند، بررسی نقش تنظیم هیجان در کنار ابعاد شخصیت می‌تواند درک جامع‌تری از کیفیت روابط زناشویی به دست دهد. تنظیم هیجان به توانایی فرد در تعدیل و مدیریت پاسخ‌های هیجانی در موقعیت‌های مختلف اشاره دارد و یکی از عوامل کلیدی در کیفیت روابط صمیمانه محسوب می‌شود (Daros & Williams, 2019). این توانایی نه تنها در لحظات بحرانی رابطه، بلکه در تعاملات

^۱ - Marital Burnout^۲ - Big Five Personality

روزمه نیز اهمیت دارد؛ به گونه‌ای که زوجین با مهارت بالای تنظیم هیجان، اختلاف نظرها را به فرصت‌هایی برای رشد و صمیمیت بیشتر تبدیل می‌کنند. راهبردهای تنظیم هیجان می‌توانند سازگارانه یا ناسازگارانه باشند؛ راهبردهایی مانند بازنگری شناختی، پذیرش، و حل مسئله اغلب با رضایت بیشتر و دزدگی کمتر همراه هستند، در حالی که راهبردهایی مانند اجتناب، سرکوب هیجان، یا نشخوار ذهنی با افزایش تعارضات و ناراضی زناشویی ارتباط دارند (Ghafouri asl et al., 2014; Nasiri et al., 2021). در مقابل، راهبردهایی چون سرزنش خود یا اجتناب مداوم، نه تنها مشکل را حل نمی‌کنند، بلکه احساس فاصله و بیگانگی هیجانی را در رابطه تشدید می‌نمایند. بر این اساس، بررسی همزمان ویژگی‌های شخصیتی و راهبردهای تنظیم هیجان می‌تواند درک عمیق‌تری از علل و مکانیسم‌های دزدگی زناشویی فراهم آورد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که تنظیم هیجان نه تنها مستقیماً بر دزدگی زناشویی اثر می‌گذارد، بلکه می‌تواند رابطه بین صفات شخصیتی و پیامدهای زناشویی را نیز میانجی‌گری کند (Vedes et al., 2016).

مرور پیشینه تجربی نشان می‌دهد که ارتباط میان این متغیرها در مطالعات متعدد بررسی شده است. به‌طور مثال، Baher talari و همکاران (۲۰۲۴) نشان دادند که تحریف‌های شناختی، بخشودگی بین‌فردی و راهبردهای تنظیم هیجان، سرخوردگی زناشویی را پیش‌بینی می‌کنند. Esmaili و همکاران (۲۰۲۴) در یک فراتحلیل گزارش کردند که ناگویی هیجانی با کاهش رضایت زناشویی رابطه معناداری دارد. این یافته اهمیت پردازش هیجانی را در تبیین کیفیت روابط زناشویی برجسته می‌سازد. یافته‌های Yavarizadeh و همکاران (۲۰۲۵) نیز بیانگر آن بود که الگوهای ارتباطی، نقش تعدیل‌کننده در رابطه بین کمال‌گرایی عاشقانه و بی‌ثباتی زناشویی ایفا می‌کنند. بنابراین، سبک‌های ارتباطی می‌توانند همچون سپری در برابر آثار منفی صفات یا باورهای ناسازگار عمل کنند. همچنین، Momeni و همکاران (۲۰۲۱) نشان دادند که آموزش راهبردهای تنظیم هیجان می‌تواند دزدگی زناشویی و نارسایی هیجانی زوجین در شرف طلاق را کاهش دهد. در پژوهش Mousavi Mirkolaei و Golpour (۲۰۲۳) نیز دشواری تنظیم هیجانی و اضطراب اجتماعی به‌عنوان پیش‌بینی‌کننده‌های مهم دزدگی زناشویی زنان متأهل شناسایی شدند. با وجود اهمیت این متغیرها، هنوز الگوی جامعی که نشان دهد چگونه ابعاد شخصیت می‌توانند از طریق راهبردهای تنظیم هیجان بر دزدگی زناشویی اثر بگذارند، به‌طور کامل در بافت فرهنگی ایران بررسی نشده است. این کمبود به‌ویژه در شرایطی اهمیت می‌یابد که تفاوت‌های فرهنگی، هنجاری و اجتماعی می‌توانند شیوه ابراز هیجان، انتخاب همسر، و حتی درک فرد از رضایت زناشویی را تحت تأثیر قرار دهند. با وجود این یافته‌ها، بیشتر پژوهش‌های پیشین یا به بررسی جداگانه صفات شخصیتی یا راهبردهای تنظیم هیجان پرداخته‌اند و کمتر مطالعه‌ای به بررسی همزمان و یکپارچه این دو متغیر در پیش‌بینی دزدگی زناشویی، به‌ویژه در بافت فرهنگی ایران، پرداخته است. با توجه به شواهد موجود، به نظر می‌رسد تعامل میان صفات شخصیتی و راهبردهای تنظیم هیجان می‌تواند مکانیزم اصلی در شکل‌گیری یا پیشگیری از دزدگی زناشویی باشد. از این‌رو، پرسش اساسی پژوهش حاضر این است که الگوی دزدگی زناشویی براساس ابعاد شخصیت و با میانجی‌گری راهبردهای تنظیم هیجان در متاهلین چگونه است؟

روش

این پژوهش براساس هدف، از نوع پژوهش‌های کاربردی محسوب می‌شود و براساس چگونگی به دست آوردن داده‌های مورد نیاز از روش تحقیق توصیفی-همبستگی براساس معادلات ساختاری است که در آن رابطه متغیرها بر پایه هدف پژوهش تحلیل می‌شود. جامعه آماری شامل کلیه متاهلین شهر بوشهر در سال ۱۴۰۳ بوده و حجم نمونه براساس قاعده نسبت نمونه به مسیر با احتساب ۲۰ درصد افت احتمالی نمونه، ۴۲۰ نفر متاهل تعیین شد. اما در نهایت پس از حذف داده‌های پرت تعداد ۴۰۳ نمونه وارد مراحل تحلیل شدند. این افراد به روش نمونه‌گیری غیرتصادفی و هدفمند انتخاب شدند. ابزار به کار گرفته شده نیز، در ادامه شرح داده شده‌اند.

فرم کوتاه پرسشنامه ۵ عاملی فرم کوتاه پرسشنامه شخصیتی (NEO): این فرم ۶۰ سؤالی بوده و برای ارزیابی ۵ عامل اصلی شخصیت به کار می‌رود. پاسخنامه براساس مقیاس لیکرتی (کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم)

تنظیم شده است. نمره‌گذاری این فرم در تمام مواد یکسان نیست. به این معنی که در نمره‌گذاری برخی از مواد، نمره‌گذاری معکوس و از ۴ تا ۰ است (گروسی فرشی، ۱۳۸۰). این نسخه توسط مک کری و کاستا روی ۲۰۸ نفر از دانشجویان آمریکایی به فاصله سه ماه اجرا گردید که ضرایب اعتبار آن بین ۰/۸۳ تا ۰/۷۵ به دست آمده است. یک مطالعه طولانی ۶ ساله روی مقیاس های روان‌آزردگی خویی، برون‌گرایی و بازبودن نسبت به تجربه، ضریب‌های اعتبار ۰/۶۸ تا ۰/۸۳ را در گزارش‌های شخصی و نیز در گزارش های زوجها نشان داده است. ضریب اعتبار دو عامل سازگاری و باوجدانی به فاصله دو سال به ترتیب ۰/۷۹ و ۰/۶۳ بوده است (مک کری و کاستا، ۱۹۸۳؛ به نقل از گروسی فرشی، ۱۳۸۰). در هنجاریابی آزمون NEO که توسط گروسی فرشی (۱۳۸۰) روی نمونه‌ای با حجم ۲۰۰۰ نفر از بین دانشجویان دانشگاه‌های تبریز، شیراز و دانشگاه‌های علوم پزشکی این دو شهر صورت گرفت ضریب همبستگی ۵ بعد اصلی را بین ۰/۵۶ تا ۰/۸۷ گزارش کرده است.

پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان: پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان به منظور اندازه‌گیری راهبردهای تنظیم هیجان توسط گراس و جان در سال ۲۰۰۳ ساخته شد. این پرسشنامه مشتمل بر دو خرده‌مقیاس ارزیابی مجدد با شش گویه و سرکوب با چهار گویه است. شرکت کنندگان در یک مقیاس لیکرت ۷ درجه‌ای از به شدت مخالفم تا به شدت موافقم پاسخ می‌دهند. در پژوهش گراس و جان همبستگی درونی برای ارزیابی مجدد ۰/۷۹ و سرکوب ۰/۷۳ به دست آمد. در کشور نیز روایی و اعتبار آن مورد تایید قرار گرفته است.

مقیاس دلدزدگی زناشویی: این پرسشنامه توسط پاینز در سال ۱۹۹۶، ساخته شد که شامل ۲۱ گویه هفت گزینه‌ای و دارای سه مؤلفه خستگی عاطفی، خستگی روانی و خستگی جسمی است. به هر گویه روی یک مقیاس هفت درجه‌ای لیکرت از هرگز تا همیشه پاسخ داده می‌شود. حد بالای نمره ۱۴۷ و حد پایین نمره ۲۱ است. نمره بالاتر بیانگر میزان دلدزدگی بیشتر است. ضریب پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های آن بین ۰/۸۴ تا ۰/۹۰ به دست آمد. همبستگی‌های منفی این پرسشنامه با ویژگی‌های ارتباطی مثبت (ضریب همبستگی بالای ۰/۳) روایی آن را تایید کرد. در ایران نویدی (۱۳۸۴) به منظور محاسبه پایایی، این پرسشنامه را بر روی نمونه ۲۴۰ نفری اجرا و ضریب پایایی آن را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۶ محاسبه کرده است و ضریب همبستگی آن را با پرسشنامه رضایت زناشویی اینترچ ۰/۴۰- گزارش کرد که نشان‌دهنده روایی و پایایی مناسب این پرسشنامه است.

یافته‌ها

یافته‌های مربوط به اطلاعات جمعیت‌شناختی نشان داد ۷۱/۶۷ درصد از شرکت‌کنندگان زن و ۲۸/۳۳ درصد مرد بوده‌اند. میانگین سنی شرکت‌کنندگان $34/60 \pm 5/20$ نیز سال بوده است. این بازه، دوران میانسالی اولیه را در بر می‌گیرد که معمولاً با چالش‌های جدیدی از جمله احتمال دلدزدگی، بحران‌های هویتی و تغییر سبک‌های تعامل در روابط زناشویی همراه است. در خصوص مدت زمان ازدواج نیز، میانگین $10/07 \pm 5/80$ سال ازدواج، نشان دهنده آن بود که بیشتر شرکت‌کنندگان در مرحله‌ی تثبیت یا گذار از بحران‌های میانی زندگی زناشویی قرار داشتند از این رو، بررسی دلدزدگی زناشویی در این دوره از اهمیت بالایی برخوردار است.

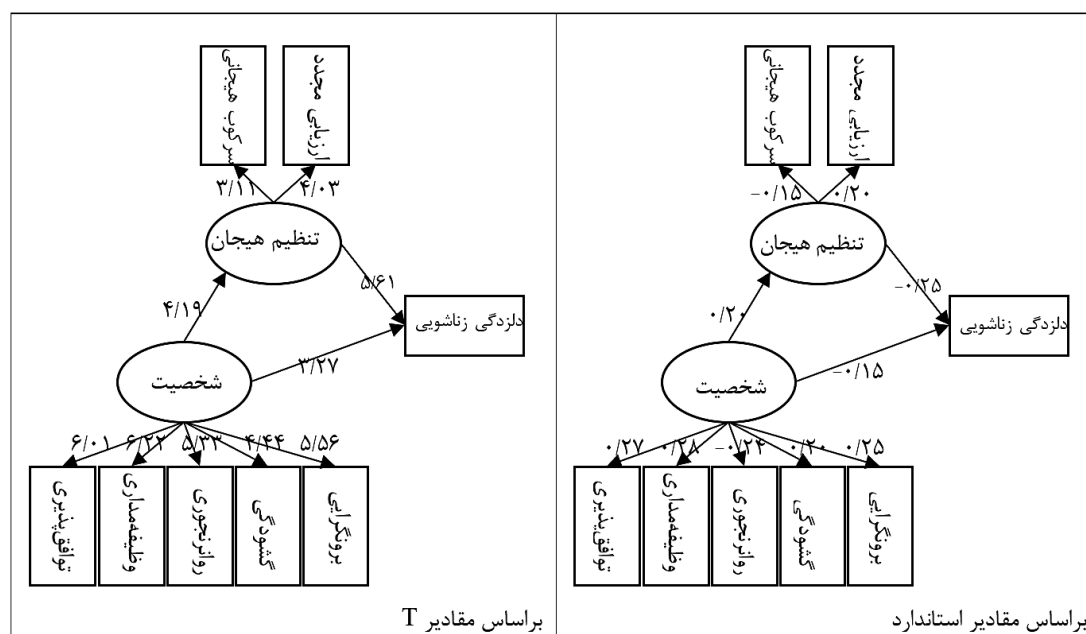
بررسی شاخص‌های چولگی و کشیدگی متغیرهای پژوهش نیز نشان داد تمامی متغیرها دارای چولگی و کشیدگی در بازه قابل‌قبول ± 2 بودند. دستاورد آزمون کلموگروف اسمیرنوف نیز حاکی از آن بود که سطح معناداری برای تمامی متغیرهای پژوهش بالاتر از ۰/۰۵ است. بنابراین نتیجه گرفته شد که توزیع نمرات این متغیرها نرمال بوده و مفروضه نرمال بودن داده‌ها جهت انجام تحلیل‌های پارامتریک (از جمله همبستگی پیرسون و مدل‌سازی معادلات ساختاری) رعایت شده است. بنابراین با فرض نرمال بودن توزیع، تحلیل مدل‌های معادلات ساختاری قابل انجام بود. از سویی دیگر، نظر به اینکه در تحلیل‌های چندمتغیره، داده‌های پرت می‌توانند بر نتایج مدل‌سازی اثر منفی بگذارند و باعث انحراف در مسیرها، ضرایب رگرسیونی و برازش مدل شوند. به همین دلیل، پیش از تحلیل مسیرها، از آزمون فاصله مالهالانویس در سطح معناداری ۰/۰۱ و با در نظر گرفتن ۸ متغیر مشاهده‌پذیر (دلدزدگی زناشویی، روان‌رنجوری، برون‌گرایی، گشودگی به تجربه، توافق‌پذیری، وظیفه‌مداری، ارزیابی مجدد (تنظیم هیجان) و هیجان (سرکوب هیجان))

برای شناسایی موارد پرت استفاده شد. نتایج حاصل از این تحلیل نشان داد که ۱۷ مورد از آزمودنی‌ها دارای فاصله‌ی ماهالانوبیس بالاتر از مقدار بحرانی بوده‌اند و بنابراین به‌عنوان داده‌های پرت چندمتغیره شناسایی شدند. با توجه به حجم بالای سوال‌ها (۱۵۰ سؤال) و ساختار پیچیده مدل مفهومی، وجود این تعداد داده پرت از نظر آماری طبیعی و قابل پیش‌بینی ارزیابی شد. بر این اساس، جهت افزایش دقت مدل‌سازی ساختاری و جلوگیری از اثر منفی موارد افراطی بر برازش مدل، این ۱۷ مورد از داده‌ها حذف گردیده و حجم نمونه نهایی به ۴۰۳ نفر کاهش یافت. در واقع با هدف بهبود برازش الگو و جلوگیری از تورش احتمالی در ضرایب مسیر، ۱۷ مورد داده پرت شناسایی شده با آزمون ماهالانوبیس حذف گردید. پس از حذف، هم شاخص‌های برازش الگو بهبود یافتند و هم ساختار داده‌ها یک‌دست‌تر شد. این گام از نظر روش‌شناختی در مطالعات مدل‌سازی معادلات ساختاری ضروری تلقی می‌شود.

جدول ۱. ماتریس همبستگی بین متغیرها

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹
روان‌رنجوری	1								
برون‌گرایی	-.28**	1							
گشودگی به تجربه	-	.22**	1						
توافق‌پذیری	-.19*	.25**	.20**	1					
وظیفه‌مداری	-	.28**	.19**	.36**	1				
ارزیابی مجدد	-.25**	.24**	.29**	.29**	.31**	1			
سرکوب هیجان	.31**	-.22**	-.35*	-.25**	-.26**	-.28**	1		
نمره کل تنظیم هیجان	.28**	-.26**	-	-.27**	-.29**	-.32**	.81**	1	
دزدگی زناشویی	.42**	-.31**	-.27*	-.34**	-.38**	-.33**	.37**	.41**	1

مطابق جدول (۱) دزدگی زناشویی با همه متغیرهای پیش‌بین و میانجی رابطه‌ی معناداری دارد. این متغیر با روان‌رنجوری، واکنش روانی، سرکوب هیجان و نمره کل تنظیم هیجان ناسازگارانه رابطه‌ی مثبت و معنادار دارد ($p < 0.01$)، که نشان‌دهنده‌ی افزایش دزدگی در افرادی با ویژگی‌های هیجانی ناسازگار است. در مقابل، دزدگی زناشویی با وظیفه‌مداری، توافق‌پذیری، برون‌گرایی و ارزیابی مجدد هیجانی رابطه‌ی منفی و معنادار دارد ($p < 0.01$)، که بیانگر نقش تعدیل‌کننده و پیشگیرانه‌ی این ویژگی‌ها در دزدگی است. در حقیقت، یافته‌های این جدول بیانگر آن است که دزدگی زناشویی تقریباً با تمامی متغیرهای مستقل و میانجی رابطه معنادار دارد. جهت این روابط عمدتاً مطابق با پیش‌بینی نظری و مدل مفهومی پژوهش بوده و الگویی منسجم را نشان می‌دهد. ضرایب همبستگی در بیشتر موارد در سطح متوسط (۰/۳-۰/۵) بوده‌اند که علاوه بر معناداری آماری، از لحاظ علمی نیز حائز اهمیت هستند. در مجموع یافته‌ها حاکی از آن است که دزدگی زناشویی تحت تأثیر مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای شخصیتی و راهبردهای تنظیم هیجان قرار دارد. این روابط مبنای آماری مناسبی برای تحلیل مسیر و مدل‌سازی ساختاری در مراحل بعدی پژوهش فراهم می‌سازند.



شکل ۱. مسیرهای مدل و نقش میانجی

مطابق شکل (۱) مسیرهای مستقیم مدل نشان دادند که ابعاد پنج‌عامل شخصیت (روان‌رنجوری، برون‌گرایی، توافق‌پذیری، وظیفه‌مداری، و گشودگی به تجربه) از طریق میانجی‌گری راهبردهای تنظیم هیجان (سرکوب هیجانی و ارزیابی مجدد) بر دزدگی زناشویی اثر غیرمستقیم معنادار دارند. به بیان دیگر، این ابعاد شخصیت با تاثیرگذاری بر راهبردهای تنظیم هیجان، به صورت غیرمستقیم بر دزدگی زناشویی تأثیر می‌گذارند. برای مثال، روان‌رنجوری از طریق افزایش سرکوب هیجانی و کاهش ارزیابی مجدد موجب افزایش دزدگی زناشویی می‌شود، و بالعکس، ابعاد مثبت شخصیت از طریق بهبود راهبردهای تنظیم هیجان به کاهش دزدگی منجر می‌شوند.

جدول ۲. وضعیت برازش مدل مطرح شده

شاخص برازش	شرح شاخص	مقدار مشاهده شده	معیار پذیرش	وضعیت برازش
χ^2	کای دو	۱۸۶/۵۷	—	—
df	درجه آزادی	۷۹	—	—
χ^2/df	کای دو نسبی	۲/۳۶	کمتر از ۳	مطلوب
NFI	شاخص تطابق نرمال شده	۰/۹۱	۰/۹۰ به بالا	مناسب
CFI	شاخص تطابق تطبیقی	۰/۹۴	۰/۹۰ به بالا	عالی
TLI	شاخص تطابق تاکر لوئیس	۰/۹۲	۰/۹۰ به بالا	عالی
RMSEA	ریشه میانگین مربعات خطای برازش	۰/۰۶۷	کمتر از ۰/۰۸	بسیار مناسب
GFI	شاخص برازش مطلق	۰/۹۰	۰/۹۰ به بالا	مطلوب

یافته‌ها نشان داد که مدل ساختاری از برازش مطلوبی برخوردار است زیرا شاخص‌های کلی برازش مدل (در جدول ۲) همگی در محدوده قابل قبول قرار دارند که تأییدکننده اعتبار مدل مفهومی است. در ادامه برای بررسی نقش میانجی راهبردهای تنظیم هیجان (سرکوب هیجانی و ارزیابی مجدد) در رابطه بین ابعاد پنج‌عامل شخصیت و دزدگی زناشویی، روش بوت‌استرپ به کار گرفته شد.

جدول ۳. روش بوت استرپ برای آزمون نقش میانجی

مسیر میانجی	اثر غیرمستقیم	فاصله اطمینان ۹۵٪	نتیجه نقش میانجی
روان رنجوری	۰/۱۲ ۰/۰۹	[۰/۰۶، ۰/۱۸] [۰/۰۴، ۰/۱۳]	جزئی و معنادار ضعیف و معنادار
برونگرایی	-۰/۱۰ -۰/۰۸	[-۰/۰۴، -۰/۱۲] [-۰/۰۳، -۰/۱۱]	جزئی و معنادار ضعیف و معنادار
توافق پذیری	-۰/۱۰ -۰/۱۱	[-۰/۰۴، -۰/۱۲] [-۰/۰۷، -۰/۱۵]	جزئی و معنادار جزئی و معنادار
وظیفه مداری	-۰/۱۱ -۰/۱۲	[-۰/۰۶، -۰/۱۶] [-۰/۰۷، -۰/۱۷]	جزئی و معنادار جزئی و معنادار
گشودگی به تجربه	-۰/۰۹ -۰/۰۸	[۰/۰۴، ۰/۱۳] [-۰/۰۳، -۰/۱۱]	ضعیف و معنادار ضعیف و معنادار

مطابق جدول (۳) در تمامی مسیرهای آزمون شده، فاصله اطمینان بوت استرپ ۹۵٪ اثر غیرمستقیم از صفر عبور نکرده است، که این نشان دهنده معناداری نقش میانجی تنظیم هیجان در رابطه بین متغیرهای پیش بین و دزدگی زناشویی است. با اینکه برخی ضرایب کوچک هستند (۰/۰۸ - ۰/۱۲)، اثر عملی آن‌ها از منظر بالینی قابل توجه است؛ چرا که فرآیند تنظیم هیجان در زوج درمانی و آموزش ارتباطی نقش بنیادین دارد.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف تدوین الگوی دزدگی زناشویی براساس ابعاد شخصیت با میانجیگری راهبردهای تنظیم هیجان در بین متاهلین شهر بوشهر در سال ۱۴۰۳ انجام شد. مشارکت بالای جنسیت زن نشان دهنده تمایل بیشتر زنان به مشارکت در پژوهش‌های روان شناختی بود، که از منظر تحلیل‌های جنسیتی، باید در تفسیر نتایج در نظر گرفته شود. یافته‌ها نشان دادند که ابعاد پنج عامل شخصیت (روان رنجوری، برون گرایی، توافق پذیری، وظیفه مداری، و گشودگی به تجربه) از طریق میانجی‌گری راهبردهای تنظیم هیجان (سرکوب هیجانی و ارزیابی مجدد) بر دزدگی زناشویی اثر غیرمستقیم معنادار داشتند. به بیان دیگر، این ابعاد شخصیت با تاثیرگذاری بر راهبردهای تنظیم هیجان، به صورت غیرمستقیم بر دزدگی زناشویی تأثیرگذار بودند. برای مثال، روان رنجوری از طریق افزایش سرکوب هیجانی و کاهش ارزیابی مجدد موجب افزایش دزدگی زناشویی می‌شود، و بالعکس، ابعاد مثبت شخصیت از طریق بهبود راهبردهای تنظیم هیجان به کاهش دزدگی منجر می‌شوند. در خصوص برازش الگو نیز، یافته‌ها نشان داد که مدل ساختاری از برازش مطلوبی برخوردار بوده زیرا شاخص‌های کلی برازش همگی در محدوده قابل قبول قرار داشتند که تأییدکننده اعتبار مدل مفهومی بود. برای بررسی نقش میانجی راهبردهای تنظیم هیجان (سرکوب هیجانی و ارزیابی مجدد) در رابطه بین ابعاد پنج عامل شخصیت و دزدگی زناشویی، روش بوت استرپ به کار گرفته شد. مطابق یافته‌ها در تمامی مسیرهای آزمون شده، فاصله اطمینان بوت استرپ ۹۵٪ اثر غیرمستقیم از صفر عبور نکرد، که این نشان دهنده معناداری نقش میانجی تنظیم هیجان در رابطه بین متغیرهای پیش بین و دزدگی زناشویی بود. با اینکه برخی ضرایب کوچک بودند، اثر عملی آن‌ها از منظر بالینی قابل توجه بود؛ چرا که فرآیند تنظیم هیجان در زوج درمانی و آموزش ارتباطی نقش بنیادین دارد. این یافته‌ها به روشنی نقش میانجی‌گرانه راهبردهای تنظیم هیجان را در ارتباط بین ویژگی‌های شخصیتی و دزدگی زناشویی تأیید کرد. به طور مشخص، تحلیل مسیرهای غیرمستقیم با استفاده از روش بوت استرپ نشان داد که صفات پنج گانه شخصیت، به ویژه روان رنجوری، وظیفه مداری و برون گرایی، از طریق اثرگذاری بر دو مؤلفه‌ی کلیدی تنظیم هیجان (سرکوب هیجانی و ارزیابی مجدد) بر دزدگی زناشویی اثرگذارند. این یافته، نه تنها از لحاظ آماری معنادار، بلکه از منظر نظری و بالینی نیز دارای اعتبار قابل توجهی است. نقش روان رنجوری در افزایش دزدگی از مسیر تقویت سرکوب هیجان و تضعیف ارزیابی مجدد، با یافته‌های پژوهش Nasiri و همکاران (۲۰۲۱) و

Fatehi و همکاران (۲۰۲۱) هم‌راستا است. این مطالعات نشان داده‌اند که افراد با سطح بالای روان‌رنجوری، تمایل بیشتری به استفاده از راهبردهای غیرسازگارانه هیجانی داشته و کمتر از روش‌های بازسازی شناختی برای مواجهه با چالش‌های بین‌فردی استفاده می‌کنند؛ عاملی که در نهایت به فرسودگی عاطفی و سردی در روابط می‌انجامد. همچنین مرور نظام‌مند Daros و Williams (۲۰۱۹) بر ارتباط میان اختلالات هیجانی و راهبردهای تنظیم نشان داده است که سرکوب هیجانات، شاخصی از تنظیم هیجان ناکارآمد و مرتبط با کاهش کیفیت روابط صمیمی است. در مقابل، ویژگی‌های مثبت شخصیت از قبیل وظیفه‌مداری، برون‌گرایی، توافق‌پذیری و گشودگی، با افزایش احتمال استفاده از راهبردهای مؤثر چون ارزیابی مجدد شناختی، از شدت دلزدگی زناشویی می‌کاهند. این نتایج با یافته‌های Schaffhuser و همکاران (۲۰۱۴)، Malouff و همکاران (۲۰۱۰)، Roberts و همکاران (۲۰۰۷) و همسو هستند که نقش صفات مثبت شخصیت در ارتقاء کیفیت روابط زناشویی را از طریق بهبود سازگاری هیجانی تأیید کرده‌اند.

از منظر فرهنگی و در بافت ایرانی نیز، یافته‌های پژوهش Esmaeili و همکاران (۲۰۲۴) و Baher talari و همکاران (۲۰۲۴) نقش تعیین‌کننده‌ی تنظیم هیجان در واسطه‌گری میان ویژگی‌های درون‌فردی و دلزدگی زناشویی را برجسته کرده‌اند. این مطالعات بیانگر آن‌اند که راهبردهای شناختی-هیجانی نه‌تنها پیامدهای روانی رابطه را تحت تأثیر قرار می‌دهند، بلکه به عنوان هدفی مداخله‌پذیر در حوزه مشاوره و درمان زناشویی قابل استفاده‌اند. علاوه بر این، سبک‌های عشق نیز به عنوان ساختارهایی تعاملی در شکل‌گیری و هدایت راهبردهای هیجانی ایفای نقش می‌کنند. به‌طور غیرمستقیم، حضور مؤلفه‌هایی چون صمیمیت و تعهد، همان‌گونه که در یافته‌های پژوهش Fotohi و Abolghasemi (۲۰۱۶) و Vedes و همکاران (۲۰۱۶) اشاره شده است، می‌تواند مسیرهای شناختی مطلوب‌تری برای تنظیم هیجان ایجاد کند که در نهایت، زمینه‌ساز رضایت و دوام رابطه می‌گردد.

در نهایت، تأیید برازش مطلوب مدل ساختاری با شاخص‌های آماری مناسب (χ^2/df , RMSEA, CFI, ...)، صحت نظری مدل را تقویت کرده و شواهد تجربی محکمی را در حمایت از سازه‌ی نظری پژوهش فراهم می‌آورد. آن‌چه از تحلیل فرضیه چهارم برمی‌آید، تأکید بر این نکته بنیادین است که ساختار شخصیتی، به‌تنهایی و در خلأ عمل نمی‌کند؛ بلکه اثر آن بر کیفیت زندگی زناشویی از طریق مکانیسم‌های تنظیم هیجانی تحقق می‌یابد. این موضوع نه‌تنها در سطح تبیین علمی، بلکه در سطوح مداخله‌ای، طراحی درمان‌های شناختی-هیجانی، و آموزش‌های زناشویی اهمیت فراوان دارد.

با وجود نتایج معنادار و برازش مطلوب مدل، این پژوهش محدودیت‌هایی نیز داشت که باید در تفسیر یافته‌ها مدنظر قرار گیرد. نخست، طرح پژوهش مقطعی بود و امکان استنباط روابط علی دقیق بین متغیرها را محدود می‌کند. دوم، استفاده از ابزارهای خودگزارش‌دهی می‌تواند تحت تأثیر سوگیری پاسخ‌دهی و مطلوبیت اجتماعی قرار گیرد. سوم، جامعه پژوهش صرفاً شامل متأهلین شهر بوشهر در سال ۱۴۰۳ بود و تعمیم نتایج به سایر مناطق یا گروه‌های فرهنگی نیازمند احتیاط است. همچنین، بررسی صرف دو راهبرد تنظیم هیجان (سرکوب هیجانی و ارزیابی مجدد) ممکن است تمامی ابعاد این سازه پیچیده را پوشش ندهد. از این‌رو، با توجه به یافته‌های پژوهش، پیشنهاد می‌شود برنامه‌های مشاوره و آموزش زناشویی بر ارتقای راهبردهای تنظیم هیجان سازگارانه، به‌ویژه ارزیابی مجدد شناختی، تمرکز داشته باشند. مداخلاتی نظیر آموزش بازسازی شناختی، مهارت‌های ارتباطی، و کاهش گرایش به سرکوب هیجان می‌توانند به بهبود کیفیت روابط و پیشگیری از دلزدگی کمک کنند. برای پژوهش‌های آتی، پیشنهاد می‌شود مطالعات طولی و بین‌فرهنگی برای بررسی پایداری روابط مشاهده‌شده انجام گیرد و راهبردهای تنظیم هیجان متنوع‌تری، همچون پذیرش و حل مسئله، نیز در مدل لحاظ شود. همچنین، استفاده از داده‌های چندمنبعی (مانند ارزیابی همسر یا مشاهده تعاملات زوجین) می‌تواند دقت نتایج را افزایش دهد.

ملاحظات اخلاقی و پیروی از اصول اخلاق پژوهش

در این پژوهش به شرکت‌کنندگان در مورد محرمانه ماندن اطلاعات اطمینان داده شد و افراد داوطلبانه، بدون هیچ اجباری به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند.

حامی مالی

هزینه‌های این مطالعه توسط نویسندگان مقاله تامین شد.

مشارکت نویسندگان

در تدوین این مقاله همه نویسندگان مشارکت یکسان داشته است.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان مقاله حاضر فاقد هرگونه تعارض منافع بوده است.

References

- Baher Talari, M., Aghajani, S., & Habibi, N. (2024). Predicting marital frustration based on cognitive distortion, interpersonal forgiveness, and emotion regulation strategies in married individuals. *Social Psychology Research*, 14(53), 1-16. [in Persian] [[Link](#)]
- Daros, A. R., & Williams, G. E. (2019). A meta-analysis and systematic review of emotion-regulation strategies in borderline personality disorder. *Harvard review of psychiatry*, 27(4), 217-232. [[Link](#)]
- Esmaeili Anamagh, B., Paknejad, H., & Narimani, M. (2024). The relationship between emotional alexithymia and marital satisfaction: a meta-analytic study. *Quarterly Cultural-Educational Journal of Women and Family*, 19(67), 167-188. [in Persian] [[Link](#)]
- Fatehi, N., Kachooei, M., & Gholami-Hosnaroudi, M. (2021). The causal model of couple burnout based on irrational relationship beliefs, non-adaptive strategies of cognitive emotion regulation, and psychological capital. *International Journal of Behavioral Sciences*, 15(2), 120-126. [in Persian] [[Link](#)]
- Fotohi, S., Abolghasemi, A. (2016). The relationship between personality dimensions and marital adjustment of couples: Examining the mediating role of love styles. *Cultural-Educational Quarterly Journal of Women and Family*, 11(35), 41-60. [in Persian] [[Link](#)]
- Ghafouri Asl, F., Abdollahi, M., Amiri, M. (2014). Attachment styles, emotion regulation and spouse selection criteria in single students of Kharazmi University. *Strategic Studies of Sports and Youth*, 13(26), 131-150. [in Persian] [[Link](#)]
- Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Schutte, N. S., Bhullar, N., & Rooke, S. E. (2010). The five-factor model of personality and relationship satisfaction of intimate partners: A meta-analysis. *Journal of research in personality*, 44(1), 124-127. [[Link](#)]
- Momeni, K., Azizi, S., Mohammad Najjar, N., Ahmadian, A., Taghipuor, B., Serajmohamadi, P. (2021). Effectiveness of Emotion Regulation Instruction in Reducing Marital Burnout and Alexithymia among Couples on the Brink of Divorce. *Journal of Modern Psychological Researches*, 16(62), 18-31. [in Persian] [[Link](#)]
- Mousavi Mirkalai, R., Golpour, R. (2023). Investigating the role of emotional regulation difficulties and social anxiety in predicting marital burnout in married women, *Journal of Studies and Research in Behavioral Sciences*, 5(15), 152-163. [in Persian] [[Link](#)]
- Nasiri, P., Mousavi, F., Molazadeh, J. (2021). Study of a biological model of personality based on the activity of the behavioral brain system and marital satisfaction: The mediating role of cognitive emotion regulation strategies. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology (Thought and Behavior)*, 27(4), 474-491. [in Persian] [[Link](#)]

- Roberts, B. W., Kuncel, N. R., Shiner, R., Caspi, A., & Goldberg, L. R. (2007). The power of personality: The comparative validity of personality traits, socioeconomic status, and cognitive ability for predicting important life outcomes. *Perspectives on Psychological science*, 2(4), 313-345. [[Link](#)]
- Schaffhuser, K., Allemand, M., & Martin, M. (2014). Personality traits and relationship satisfaction in intimate couples: Three perspectives on personality. *European Journal of personality*, 28(2), 120-133. [[Link](#)]
- Trull, T. J., & Widiger, T. A. (2013). Dimensional models of personality: the five-factor model and the DSM-5. *Dialogues in clinical neuroscience*, 15(2), 135-146. [[Link](#)]
- Vedes, A., Hilpert, P., Nussbeck, F. W., Randall, A. K., Bodenmann, G., & Lind, W. R. (2016). Love styles, coping, and relationship satisfaction: A dyadic approach. *Personal Relationships*, 23(1), 84-97. [[Link](#)]
- Walsh, C. M. (2019). *Emotional capital and the benefits for personal well-being: How positive moments with you might help me too*. The University of Texas at Austin. [[Link](#)]
- Yavarizadeh, P., Rasouli, R., Abdollahi, A. (2025). The Relationship Between Romantic Perfectionism and Marital Instability: The Moderating Role of Communication Patterns. *Social Psychology Research*, 15(57), 153-167. [in Persian] [[Link](#)]