

پیش‌بینی رضایت‌زناشویی و تاب‌آوری بر اساس سبک دلبستگی در دانشجویان متأهل

Predicting Marital Satisfaction And Resilience Based on Attachment Style In Married Students

Sareh rasaei (Corresponding author)

M.A. in Psychology, Hamadan Branch, Islamic Azad University, Hamadan, Iran.

Email: Rasaeisareh3@gmail.com

leyla orvati movafagh

Professor of Psychology, Hamadan Branch, Islamic Azad University, Hamadan, Iran.

Abstract

Aim: The aim of this study was to investigate the prediction of marital satisfaction and resilience based on attachment style in married students in Hamadan and the research method was correlational. The statistical population of the study included all married students of Islamic Azad University, Hamadan Branch. **Method:** The method of relative random sampling and to determine the sample size, Tabachenik and Fidel (2007) formula were used, based on which the number of sample size was estimated to be 105 people (+ 104 number of predictor variables), which was considered as a precaution of 120 people. The tools used include the Hazen and Shiver Attachment Styles Questionnaire (1987), the Enrich Marital Satisfaction Questionnaire (1989), and the Connor and Davidson Resilience Questionnaire (2003). Research coefficients are used to test the coefficient of parson and regression analysis. To analyze the data, the SPSS version 25 was used. **Results:** Analysis results show that attachment styles can explain marital satisfaction and also attachment styles can explain resilience. There is a significant positive relationship between marital satisfaction and secure attachment style. There is a significant negative relationship between marital satisfaction and avoidant attachment style. There is a significant negative relationship between marital satisfaction and ambivalent attachment style. There is a significant positive relationship between resilience and secure attachment style. There is no significant relationship between resilience and avoidant attachment style. Resilience has a significant negative relationship with ambivalent attachment style. **Conclusion :** According to the research results, it can be stated that resilience and secure attachment style are effective in marital satisfaction of couples and couples counseling centers can use these two psychological structures to promote couples' satisfaction.

Keywords: attachment style, marital satisfaction, resilience, married men and women.

ساره رسایی (نویسنده مسئول)

کارشناس ارشد روانشناسی، واحد همدان، دانشگاه آزاد اسلامی، همدان، ایران.

Email: Rasaeisareh3@gmail.com

لیلا عروتموفق

استاد گروه روانشناسی، واحد همدان، دانشگاه آزاد اسلامی، همدان، ایران.

چکیده

هدف: پژوهش حاضر با هدف بررسی پیش‌بینی رضایت‌زناشویی و تاب‌آوری بر اساس سبک دلبستگی در دانشجویان متأهل شهر همدان انجام شد. این پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر روش انجام، توصیفی از نوع همبستگی است. روش: جامعه آماری پژوهش، شامل کلیه دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان بود. روش نمونه‌گیری تصادفی نسبی و برای تعیین حجم نمونه از فرمول تاباچنیک و فیدل (۲۰۰۷) استفاده شد که بر اساس آن تعداد حجم نمونه ۱۰۵ نفر (۱۰۴+ تعداد متغیرهای پیش‌بین) برآورد شده که به جهت احتیاط ۱۲۰ نفر در نظر گرفته شد. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه سبک‌های دلبستگی هازن و شیور (۱۹۸۷)، پرسشنامه رضایت‌زناشویی انریچ (۱۹۸۹) و پرسشنامه تاب‌آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) بود. برای آزمون فرضیه‌های پژوهش از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون استفاده شد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۵ استفاده شد. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که سبک‌های دلبستگی توان تبیین رضایت‌زناشویی را دارند همچنین سبک‌های دلبستگی توان تبیین تاب‌آوری را دارند. بین رضایت‌زناشویی با سبک دلبستگی ایمن رابطه معنادار مثبت وجود دارد. بین رضایت‌زناشویی با سبک دلبستگی اجتنابی رابطه معنادار منفی وجود دارد. بین رضایت‌زناشویی با سبک دلبستگی دوسوگرا رابطه معنادار منفی وجود دارد. بین تاب‌آوری با سبک دلبستگی ایمن رابطه معنادار مثبت وجود دارد. بین تاب‌آوری با سبک دلبستگی اجتنابی رابطه معنادار وجود ندارد. تاب‌آوری با سبک دلبستگی دوسوگرا رابطه معنادار منفی وجود دارد. **نتیجه‌گیری:** با توجه به نتایج پژوهش می‌توان بیان کرد که تاب‌آوری و سبک دلبستگی ایمن در رضایت‌زناشویی زوجین مؤثر هستند و مراکز مشاوره زوجین می‌توانند از این دو سازه روانشناختی برای ارتقای رضایت زوجین استفاده نمایند.

کلمات کلیدی: سبک‌دلبستگی، رضایت‌زناشویی، تاب‌آوری، زنان و مردان متأهل.

مقدمه

ازدواج، به عنوان یکی از زیر بناهای اصلی ساختمان اجتماع در نظر گرفته شده است (دولان^۱، ۲۰۱۱). با ازدواج و ایجاد رابطه زناشویی، رضایت‌زناشویی به متغیری مهم در رابطه با کیفیت ازدواج بدل می‌شود (ویسمن، گیل مور و سلینگر^۲، ۲۰۱۸). رضایت زناشویی یکی از مفاهیم رایج است که برای ارزیابی خوشبختی و ثبات در ازدواج مورد استفاده قرار می‌گیرد. در حقیقت، آنچه حتی از ازدواج مهم‌تر است، موفقیت در ازدواج و رضایت زوجین است. رضایت زناشویی به عنوان میزان ادراک زوج از اینکه شریکش نیازها و تمایلات او را برآورده می‌کند تعریف می‌شود (پلگ^۳، ۲۰۰۸).

رضایت زناشویی به عنوان یکی از مهم‌ترین شاخص‌های تعیین و استحکام عملکرد خانواده است که طی آن زن و شوهر از ازدواج با یکدیگر و با هم بودن احساس رضایت می‌کنند (کرنی و بردبوری^۴، ۲۰۲۰؛ یدیریر و همارتا^۵، ۲۰۱۵). در واقع رضایت‌زناشویی، انطباق بین وضعیت موجود و وضعیت مورد انتظار است. طبق این تعریف، زمانی رضایت زناشویی محقق می‌شود که وضعیت موجود در رابطه، با وضعیت مورد انتظار فرد منطبق باشد (بالاچر و همکاران^۶، ۲۰۱۳).

یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌هایی که باعث افزایش ارتباط مفید زوجین می‌شود، تاب‌آوری است. به عقیده (بندرا^۷، ۲۰۰۷) تاب‌آوری از جمله سازه‌هایی است که جایگاه ویژه‌ای در حوزه پژوهش‌های روانشناختی، به ویژه در عرصه روانشناسی خانواده یافته است. تاب‌آوری ظرفیت افراد برای سالم ماندن تحمل در شرایط سخت و پرخطر است که فرد نه تنها بر آن شرایط دشوار فائق می‌شود بلکه طی آن و با وجود آن قوی‌تر نیز می‌گردد. (مولر و لوو^۸، ۲۰۰۴) افراد تاب‌آور معمولاً امیدوار هستند، استرس کمتری دارند، سطح کمتری از اجتناب را نشان می‌دهند (هی‌فیت و همکاران^۹، ۲۰۱۹).

تاب‌آوری ویژگی است که به افراد و همسران کمک می‌کند کمتر تحت تأثیر پیشامدهای ناگوار قرار گیرند و همسرانی که از ویژگی تاب‌آوری برخوردار نیستند توانایی تعدیل شرایط ناگوار و استرس‌های ناشی از مشکلات زناشویی را ندارند، که این موجب افزایش تعارضات می‌شود (دارنهوفر و همکاران^{۱۰}، ۲۰۱۶).

اما یکی دیگر از عوامل مهم که در سال‌های اخیر به آن توجه شده است و بر رضایت زناشویی تأثیر دارد، تجارب اولیه فرد با والدین و یا نوع رابطه هیجانی فرد با والدین خود در دوران کودکی است (بری و همکاران^{۱۱}، ۲۰۱۴). نظریه-پردازان دلبستگی معتقدند که، انتظارات افراد هنگام ورود به روابط عاشقانه که بر پایه روابط صمیمانه قبلی با مراقبان

¹ Dolan

² Whisman, Gilmour & Salinger

³ Peleg

⁴ Karney & Bradbury

⁵ Yedirir & Hamarta

⁶ Blacher, Begum, Marcoulides & Baker

⁷ Bandura

⁸ Muller & Louw

⁹ Heifetz, Brown, Chacra, Tint, Vigod & Bluestein

¹⁰ Darnhofer, Lamine, Strauss & Navarrete

¹¹ Berry, Roberts, Danquah & Davies

اولیه قرار دارد اغلب بر سبک دلبستگی و نحوه ارتباط با همسر و زندگی زناشویی آنها تأثیرگذار است در نتیجه نوع دلبستگی می‌تواند تا اندازه‌ای پیش‌بینی‌کننده کیفیت زندگی زناشویی باشد (کالیل، رایان و چور،^۱ ۲۰۱۴). (بالبی،^۲ ۱۹۸۸) دلبستگی را تحت عنوان سه سبک دلبستگی ایمن، نایمن اجتنابی، نایمن دوسوگرا مطرح کرده است (هازن و شیور،^۳ ۱۹۸۷).

افراد ایمن، اجتنابی و دوسوگرا از راهبردهای کاملاً متفاوتی برای تنظیم خود استفاده می‌کنند و این حالت‌های هیجانی را در رفتار افراد می‌توان مشاهده کرد (پاوراوریلت،^۴ ۲۰۱۹). فردی با الگوی دلبستگی ایمن، مراقب خود را قابل دسترس می‌داند و خودش را به صورت مثبت تجربه می‌کند (استین و همکاران،^۵ ۱۹۹۱). دلبستگی ایمن متضمن روابط بین فردی سازگارانه است، اما دلبستگی نایمن موجب آسیب دیدن کارکردهای بین فردی، فرونشانی هیجانات منفی و اتکای مداوم به بازنمایی‌های ذهنی تحریف شده از خود و دیگران می‌شود (عین‌دور و همکاران،^۶ ۲۰۱۰).

مرور پژوهش‌ها نشان می‌دهد بین متغیرهای پژوهش و سبک دلبستگی رابطه وجود دارد. صابونچی، دوکانه‌ای فرد و بهبودی (۱۳۹۹) نشان دادند رضایت زناشویی بر اساس سبک دلبستگی قابل پیش‌بینی است. در پژوهش پاسیار، موسوی و رضایی (۱۳۹۷) مشخص شد تاب‌آوری با سبک دلبستگی ایمن و راهبردهای کنارآمدن مسئله‌مدار و اجتنابی همبستگی مثبت معنادار دارد. فلاح‌زاده ابرقویی و تقی‌نژاد (۱۳۹۶) نشان دادند بین سبک دلبستگی ایمن و سبک دلبستگی اجتنابی ارتباط مثبت و معناداری با رضایت زناشویی وجود دارد اما سبک دلبستگی اضطرابی ارتباط منفی معناداری با رضایت زناشویی دارد. سجادی و فقیرپور (۱۳۹۵) نشان داد سبک دلبستگی ایمن با رضایت زناشویی رابطه مثبت و معنادار و با سبک دلبستگی اجتنابی و دو سوگرا رابطه منفی و معنادار دارند.

در پژوهش‌های خارج از ایران هم آلدِر و همکاران^۷ (۲۰۱۸) دریافتند رفتارهای دلبستگی ایمن رابطه مثبت و معنی‌دار با افزایش رضایت زناشویی همسران دارد. جینورا، دی‌مگیو، سانتیلی، سگراملا، ناتو و سوریز^۸ (۲۰۱۷) نشان دادند تاب‌آوری باعث رضایت بیشتر می‌شود. مولر، وانگ و ویکبرگ^۹ (۲۰۱۶) معتقدند مادران و پدرانی که دلبستگی اضطرابی بیشتری گزارش داده بودند، در روابط زناشویی نیز رضایت کمتری داشتند. بنابراین سبک دلبستگی اضطرابی می‌تواند عدم رضایتمندی زناشویی پدران و مادران بعد از والد شدن را به طور معناداری پیش‌بینی کند. جنگینز^{۱۰} (۲۰۱۶) دریافت بین سبک دلبستگی و تاب‌آوری رابطه‌ای وجود ندارد. چن^{۱۱} (۲۰۱۶) بین سبک مقابله‌ای و تاب‌آوری رابطه وجود دارد. همان‌گونه که بیان شد، رضایت‌زناشویی و تاب‌آوری در خانواده از اهمیت بالایی برخوردار است و سبک دلبستگی یکی از مؤلفه‌های مهم در پیش‌بینی این دو است اما مرور پژوهش‌های انجام شده نشان می‌دهد که

¹ Kalil, Ryan & Chor

² Bowlby

³ Hazan & Shaver

⁴ Power

⁵ Stein, Gath, Bucher, Bond, Day & Cooper

⁶ Quinlan, Deane, Crowe & Caputi

⁸ Alder, Yorgason, Sandberg & Davis

⁸ Ginevra, Di Maggio, Santilli, Sgaramella, Nota & Soresi

⁹ Moller, Hwang & Wickberg

¹⁰ Jenkins

¹¹ Chen

اگر چه محققین به بررسی رابطه سبک دلبستگی، رضایت زناشویی و تاب‌آوری به صورت جداگانه پرداخته‌اند اما هیچ‌کدام از پژوهش‌ها به پیش‌بینی رضایت زناشویی و تاب‌آوری بر اساس متغیر سبک دلبستگی نپرداخته است. بر این اساس هدف اصلی این پژوهش پیش‌بینی رضایت زناشویی و تاب‌آوری بر اساس سبک‌های دلبستگی دانشجویان متأهل است.

روش

پژوهش حاضر یک تحقیق توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان است که تعداد آنها ۱۵۰۰ نفر بود. افراد نمونه با استفاده از فرمول نمونه‌گیری (تاباچینگ و همکاران^۱، ۲۰۰۷) تعداد ۱۲۰ نفر از دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد همدان بود که با روش نمونه‌گیری طبقه‌ای نسبی انتخاب شدند. جهت کفایت تعداد نفرات نمونه می‌توان گفت، حجم نمونه تا حد زیادی به هدف و روش تحقیق بستگی دارد. برای پژوهش‌های توصیفی، مانند مطالعات میدانی و زمینه‌یابی، نمونه‌ای به حجم حداقل ۱۰۰ نفر نیاز است (دلاور، ۱۳۸۸). در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل اطلاعات حاصل، از رگرسیون و ضریب همبستگی پیرسون در نرم افزار spss نسخه ۲۵ استفاده شد.

ابزار

پرسشنامه رضایت زناشویی اینریچ^۲: این پرسشنامه شامل ۳۶ سوال می‌باشد. توسط (ادموندسون و اولسون^۳، ۱۹۸۹) ساخته شده و متشکل از ۴۷ سوال و ۱۱ خرده مقیاس می‌باشد. در این پرسشنامه از طیف پنج گزینه‌ای لیکرت استفاده شده است و پاسخ‌ها از کاملاً مخالفم (انمره) تا کاملاً موافقم (۵ نمره) دارند. در ایران اولین بار (سلیمانیان، ۱۳۷۳) همبستگی درونی آزمون را برای فرم بلند ۰/۹۳ و برای فرم کوتاه ۰/۹۵ محاسبه و گزارش کرده است. برای محاسبه روایی این پرسشنامه (شریفی نیا، ۱۳۸۰) روایی پرسشنامه رضایت زناشویی را با پرسشنامه سازگاری زوجی ابزار سنج خانواده ۹۲ درصد به دست آورد. همچنین این مقیاس با مقیاس‌های رضایت خانوادگی و مقیاس رضایت از زندگی همبسته شد. نتایج نشان داد که ضریب همبستگی این پرسشنامه با رضایت خانوادگی از ۰/۴۱ تا ۰/۶۰ و با مقیاس‌های رضایت از زندگی از ۰/۳۲ تا ۰/۴۱ است که نشانه روایی سازه آن است.

پرسشنامه سبک دلبستگی هازن و شیور: پرسشنامه سبک‌های دلبستگی توسط (هازن و شیور، ۱۹۸۷) ساخته شده است. این پرسشنامه یک ابزار گزارش‌دهی است که با استفاده از ۲۱ ماده، سه مولفه سبک‌های ایمن، اجتنابی و دوسوگرا را مورد سنجش قرار می‌دهد. هازن و شیور اعتبار این پرسشنامه را به شیوه بازآزمایی ۰/۸۱ و به روش آلفای کرونباخ برابر ۰/۷۸ به دست آوردند. در همین راستا (رحیمیان بوگر، نوری، عریضی، مولوی، فروغی مبارکه، ۱۳۸۶) ضرایب اعتبار این پرسشنامه را به شیوه آلفای کرونباخ برای سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا به ترتیب ۰/۷۷، ۰/۸۱ و ۰/۸۳ به دست آورد.

^۱ Tabachnick, Fidell & Ullman

^۳ Enrich & Evans

^۴ Olson

پرسشنامه تاب آوری کانر و دیویدسون^۱: پرسشنامه تاب آوری توسط کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) ساخته شده است. این ابزار از ۲۵ سؤال مدرج ۵ گزینه‌ای از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم تشکیل شده است. پرسشنامه تاب آوری در ایران توسط (محمدی، ۱۳۸۴) هنجاریابی شده است و نتایج نشان داد که این پرسشنامه از آلفای کرونباخ ۰/۸۴ برخوردار است.

یافته‌ها

در این پژوهش ۱۲۰ فرد متأهل (۷۱ زن و ۴۹ مرد) شرکت کردند. از این میان ۴۰٪ دانشجویان ۲۱-۲۸ ساله، ۲۷٪ دانشجویان ۲۹-۳۶ ساله، ۲۳٪ دانشجویان ۳۷-۴۴ ساله، ۸٪ دانشجویان ۴۵-۵۲ ساله و ۲٪ دانشجویان ۵۳-۶۰ ساله بودند. ۱۷٪ نمونه آماری فوق‌دیپلم، ۵۹٪ لیسانس، ۲۳٪ فوق‌لیسانس و بالاتر بودند. بعد از اطمینان از رعایت پیش فرض نرمال بودن داده‌ها و پیش فرض‌های خطی بودن رابطه بین متغیرها و مستقل بودن داده‌ها از رگرسیون استفاده شد.

جدول (۱): خلاصه مدل رگرسیون پیش‌بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی

در دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد همدان

متغیر	R	R ²	AR ²	SE
سبک دوسوگرا	۰/۶۲	۰/۳۹	۰/۳۸	۱۸/۹۲
سبک دوسوگرا، سبک ایمن	۰/۶۵	۰/۴۳	۰/۴۲	۱۸/۳۵

در راستای پاسخ‌گویی به این فرضیه پژوهش نتایج مجذور تعدیل شده ضریب همبستگی پیرسون چندگانه نشان می‌دهد که بر پایه مدل اول سبک دوسوگرا ۰/۳۸ و بر پایه مدل دوم سبک دوسوگرا، سبک ایمن ۰/۴۲ درصد از واریانس رضایت زناشویی دانشجویان را تبیین می‌کند، بنابراین می‌توان گفت سبک‌های دلبستگی در دانشجویان متأهل توان تبیین رضایت زناشویی در دانشجویان را دارند.

ب- بررسی امکان پیش‌بینی تاب آوری بر اساس سبک‌های دلبستگی دانشجویان

برای بررسی این متغیر از نتایج تحلیل رگرسیون خطی از روش گام به گام استفاده می‌شود. بنابراین متغیرهای پیش‌بین قوی‌تر وارد مدل می‌شوند و متغیرهای ضعیف‌تر حذف می‌شوند.

جدول (۲): خلاصه مدل رگرسیون پیش‌بینی تاب آوری بر اساس سبک‌های دلبستگی

در دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد همدان

متغیر	R	R ²	AR ²	SE
سبک دوسوگرا	۰/۴۹	۰/۲۴	۰/۲۳	۱۳/۵۱
سبک دوسوگرا، سبک ایمن	۰/۵۸	۰/۳۴	۰/۳۳	۱۲/۶۴
سبک دوسوگرا، سبک ایمن، سبک اجتنابی	۰/۶۱	۰/۳۷	۰/۳۶	۱۲/۳۶

در راستای بررسی این فرضیه پژوهش نتایج مجذور تعدیل شده ضریب همبستگی پیرسون چندگانه نشان داد که بر پایه مدل اول سبک دوسوگرا ۰/۲۳، بر پایه مدل دوم سبک دوسوگرا، سبک ایمن ۰/۳۳ درصد و بر پایه مدل سوم

^۱ Connor & Davidson

سبک دوسوگرا، سبک ایمن، سبک اجتنابی ۰/۳۶ درصد از واریانس تاب‌آوری دانشجویان را تبیین می‌کند، بنابراین می‌توان گفت سبک‌های دلبستگی در دانشجویان متأهل توان تبیین تاب‌آوری در دانشجویان را دارند. برای بررسی رابطه بین رضایت زناشویی با سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در دانشجویان متأهل از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شده است.

جدول (۳): ضریب همبستگی پیرسون بین رضایت زناشویی با سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در دانشجویان متأهل

متغیر مورد مطالعه	شاخص‌های آماری	سبک دلبستگی ایمن
رضایت زناشویی	ضریب همبستگی (r)	۰/۲۲
	معناداری (p)	۰/۰۱۴
سبک دلبستگی اجتنابی		
		-۰/۲۳
		۰/۰۱۳
سبک دلبستگی دوسوگرا		
		-۰/۶۲
		۰/۰۰۰۱

نتایج آزمون ضریب همبستگی پیرسون نشان داد بین رضایت زناشویی با سبک دلبستگی ایمن در دانشجویان متأهل رابطه معنادار مثبت وجود دارد. بین رضایت زناشویی با سبک دلبستگی اجتنابی در دانشجویان متأهل رابطه معنادار منفی وجود دارد. بین رضایت زناشویی با سبک دلبستگی دوسوگرا در دانشجویان متأهل رابطه معنادار منفی وجود دارد.

برای بررسی رابطه بین تاب‌آوری با سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در دانشجویان متأهل از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شده است.

جدول (۴): ضریب همبستگی پیرسون بین تاب‌آوری و سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در دانشجویان متأهل

متغیر مورد مطالعه	شاخص‌های آماری	سبک دلبستگی ایمن
تاب‌آوری	ضریب همبستگی (r)	۰/۳۳
	معناداری (p)	۰/۰۰۰۱
سبک دلبستگی اجتنابی		
		-۰/۰۷
		۰/۴۵
سبک دلبستگی دوسوگرا		
		-۰/۴۹
		۰/۰۰۰۱

نتایج آزمون ضریب همبستگی پیرسون نشان می‌دهد بین تاب‌آوری با سبک دلبستگی ایمن در دانشجویان متأهل رابطه معنادار مثبت وجود دارد. بین تاب‌آوری با سبک دلبستگی اجتنابی در دانشجویان متأهل رابطه معناداری وجود ندارد. تاب‌آوری با سبک دلبستگی دوسوگرا در دانشجویان متأهل رابطه معنادار منفی وجود دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی پیش‌بینی رضایت زناشویی و تاب‌آوری بر اساس سبک دلبستگی در دانشجویان متأهل شهر همدان انجام شد. یافته‌ها نشان داد سبک‌های دلبستگی توان تبیین رضایت زناشویی را دارند همچنین سبک‌های

دل بستگی توان تبیین تاب آوری را دارند. بین رضایت زناشویی با سبک دل بستگی ایمن رابطه معنادار مثبت وجود دارد. بین رضایت زناشویی با سبک دل بستگی اجتنابی رابطه معنادار منفی وجود دارد. بین رضایت زناشویی با سبک دل بستگی دوسوگرا رابطه معنادار منفی وجود دارد. بین تاب آوری با سبک دل بستگی ایمن رابطه معنادار مثبت وجود دارد. بین تاب آوری با سبک دل بستگی اجتنابی رابطه معناداری وجود ندارد. تاب آوری با سبک دل بستگی دوسوگرا رابطه معنادار منفی وجود دارد. با توجه به نتایج پژوهش می توان بیان کرد که تاب آوری و سبک دل بستگی ایمن و در رضایت زناشویی زوجین مؤثر هستند و مراکز مشاوره زوجین می توانند از این دو سازه روانشناختی برای ارتقای رضایت زوجین استفاده نمایند.

این یافته ها با نتایج پژوهش های وجساند و همکاران (۲۰۱۹)، آلدور و همکاران (۲۰۱۸)، جینورا و همکاران (۲۰۱۷)، چن (۲۰۱۶)، مولر و همکاران (۲۰۱۶)، لمنز و همکاران (۲۰۱۵)، صابونچی و همکاران (۱۳۹۹)، کیانی و همکاران (۱۳۹۹)، پاسپار و همکاران (۱۳۹۷)، فلاح زاده ابر قویی و تقی نژاد (۱۳۹۶)، حسینی نژاد و درستکار (۱۳۹۵)، سجادی و فقیرپور (۱۳۹۵) همخوانی دارد و با نتیجه یافته جنگینز (۲۰۱۶) ناهمخوان است.

در تبیین این یافته ها می توان گفت، دل بستگی به کیفیت روابط عاطفی فرد با افراد مهم زندگی اشاره دارد. دل بستگی یا پیوند بین مادر و کودک، اولین نیاز کودک برای برقراری ارتباط با جهان خارج است و هر قدر این دل بستگی ایمن تر باشد، جهان برای او ایمن تر خواهد بود. چنانچه این احساس در دوران رشد و تکامل رو به بهبود نباشد، فرد با همین احساس وارد رابطه زناشویی می شود و دل بستگی ناایمن خواهد داشت (راهیما و شیخ الاسلامی، ۱۳۹۵). آنچه در مورد شکل گیری دل بستگی مخصوصاً در دوره جوانی مهم می باشد این است که پیشرفت فیزیکی، توسعه شناختی، عاطفی و اجتماعی در فرد به جایی می رسد که می تواند کلیه باورها، عقاید و ایده های مرتبط با فرد چه در گذشته و چه در حال و آینده را به صورت یکپارچه ارائه نماید (نوحی، حاتمی، جان بزرگی و بنی جمالی، ۱۳۹۶).

در سبک دل بستگی ایمن فرد به راحتی می تواند به دیگران نزدیک شود و با آنها روابط صمیمی برقرار کند، از نزدیکی روابط دیگران با خود نگران نبوده و به دوستان خود اطمینان دارد، او مطمئن است که اگر به کمک نیاز داشته باشد به او کمک خواهد شد، از نداشتن روابط صمیمی احساس ناراحتی کرده، به راحتی می تواند به دیگران اتکا کند و به آنها اعتماد کند. این ویژگی ها موجب می شود تا فرد بتواند با دیگران به خوبی رابطه برقرار کند و از حمایت های آنها برخوردار شود.

زوجینی که دارای سبک دل بستگی ایمن هستند در رویارویی با مسائل و مشکلات به واسطه روابط مناسبی که با اطرافیان دارند از آنها کمک می گیرند و مشکلات خود را با آنها در میان می گذارند و از کمک های آنها بهره می گیرند. احساس داشتن دوستان نزدیک و افرادی که می توان در مشکلات به آنها تکیه کرد و از آنها کمک گرفت، احساس خوشایندی به فرد می دهد و موجب می شود تا در امور مشترک با همسر توافق بیشتری داشته باشند و در نتیجه رضایت از زندگی آنان افزایش می یابد.

افراد با سبک دل بستگی ناایمن هنگامی که نیازهای اولیه شان مطرح بوده از تعامل کافی با خود و مراقبشان برخوردار نبوده اند، این محرومیت عاطفی اثرات سوء بر روابط بزرگسالی آنها برجای می گذارد که شایع ترین آنها ظهور علائم

اختلالات اضطرابی و افسردگی است که به سلامت عمومی زوجین آسیب می‌رساند و رضایت‌مندی از همدیگر و زندگی مشترک را کاهش می‌دهد و حتی از بین می‌برد (خوش لهجه صدق و صلیبی، ۱۳۹۴).

در سبک دلبستگی اجتنابی که از سبک‌های دلبستگی نایمن است، فرد دوست ندارد با دیگران ارتباط برقرار کند و با آن‌ها صمیمی شود، تصور می‌کند در صورت نیاز، دیگران به او کمک نخواهند کرد، ارتباط با دیگران برایش دشوار است، از جدایی دیگران ناراحت و آزرده نمی‌شود و اعتماد کردن به دیگران برایش دشوار است. با توجه به این ویژگی‌ها فرد دارای سبک دلبستگی اجتنابی از دیگران فاصله می‌گیرد و نمی‌تواند به خوبی تعامل اجتماعی برقرار کند و از کمک‌های فکری و اجتماعی و حمایت‌های آن‌ها در صورت لزوم استفاده کند.

بسیاری از مسائل و مشکلات موجود بین زن و مرد با کمک گرفتن از افراد با تجربه و دوست و همراه قابل حل شدن است، وقتی فرد از دیگران دوری می‌کند، نمی‌تواند مسائلی که ذهن او را گرفتار کرده‌اند با کسی در میان بگذارد و مسائل جزئی رفته‌رفته گسترش می‌یابد و زمینه دلخوری و نارضایتی بین زوجین را به دنبال خواهد داشت، دلبستگی نایمن زوجین نسبت به یکدیگر نیز موجب می‌شود تا اطمینان لازم را به همدیگر نداشته باشند و این شرایط موجب کاهش رضایت زناشویی زوجین می‌شود رضایت‌زناشویی بین زوجین به عوامل متعددی وابسته است و سبک‌های دلبستگی از متغیرهای موثر و مهم در پیش‌بینی رضایت‌زناشویی است.

رضایت‌زناشویی ابعاد مختلفی از زندگی مشترک نظیر: حل تعارض، مدیریت مالی، اوقات فراغت، ازدواج بچه‌ها، جهت‌گیری‌های عقیدتی و ارتباط با بستگان و دوستان را شامل می‌شود که انجام مطلوب هر یک از این نقش‌ها، نیازمند همکاری و همراهی زن و مرد در کنار یکدیگر است. هر قدر روابط صمیمی بین زن و مرد حاکم باشد و آن‌ها بتوانند با والدین و نزدیکان خود ارتباط صمیمانه و نزدیکی داشته باشند و دلبستگی ایمنی داشته باشند بهتر می‌توانند مسائل پیش روی زندگی را حل کنند و از تحقق اهداف مشترکشان خرسند باشند و بالعکس اگر دلبستگی نایمن داشته باشند نمی‌توانند از قابلیت ارتباطات اجتماعی استفاده کنند و رضایت‌زناشویی آن‌ها کاهش می‌یابد.

سبک‌های دلبستگی با تاب‌آوری نیز مرتبط است. وجود روابط نزدیک و صمیمی بین زوجین و همچنین توانایی برقراری روابط صمیمی آن‌ها با اطرافیان موجب می‌شود تا بتوانند بهتر در برابر مشکلات مقاومت کنند و در نتیجه تاب‌آوری آن‌ها افزایش می‌یابد. در صورت عدم توانایی در برقراری ارتباط نزدیک با دیگران و احساس سردرگمی نسبت به برقراری روابط صمیمانه و اهمیت آن و عدم باور به حمایت دیگران، در رویارویی با مشکلات نمی‌توانند به خوبی مقاومت کنند و میزان تاب‌آوری آن‌ها کاهش می‌یابد. زوجینی که در برابر مشکلات دوام می‌آورند و آمادگی لازم را برای پشت سرگذاشتن ناملازمات و گرفتاری‌ها دارند، زندگی مطلوبی در کنار هم خواهند داشت و در نتیجه رضایت‌زناشویی در آن‌ها نیز افزایش می‌یابد. بنابراین می‌توان گفت، سبک‌های دلبستگی زوجین در پیش‌بینی رضایت-زناشویی و میزان تاب‌آوری آنان نقش تعیین‌کننده‌ای دارند.

در این پژوهش ابزار گردآوری اطلاعات به پرسشنامه محدود شد که به دلیل ماهیت خودگزارشی این ابزار امکان بی‌دقتی، سوگیری و عدم اطمینان از صحت پاسخ‌های ابراز شده وجود دارد، پس استفاده از روش مصاحبه نیز در کنار

پرسشنامه تأکید می‌شود. جامعه آماری این پژوهش به دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد همدان محدود شد، جهت تعمیم یافته‌ها پیشنهاد می‌شود، پژوهشی با همین عنوان در سایر مناطق انجام شود. لازم به ذکر است با توجه به اهمیت سبک‌های دلبستگی و تأثیرات بلندمدت آن در زندگی افراد، به مسئولان آموزشی، روانشناسان، مشاوران و مهدکودک‌ها پیشنهاد می‌شود: ۱- نسبت به برگزاری کلاس‌ها و کارگاه‌های آموزشی برای والدین اقدام کرده و در این کارگاه‌ها، آگاهی والدین و خانواده‌ها از تعامل صحیح با کودکان را افزایش داده و درباره نقش و تأثیر طولانی مدت نوع رفتار و پاسخ‌دهی آن‌ها در شکل‌گیری سبک‌های دلبستگی کودکان آموزش‌های لازم را ارائه دهند و ۲- از طریق رسانه‌های گروهی، سبک‌های دلبستگی والدین و عواقب و پیامدهای آن ارائه داده شود. ۳- مراکز مشاوره آموزش‌های لازم جهت ایجاد رضایت زناشویی در حد مطلوب را به زوجین آموزش دهند. ۴- کارگاه‌های آموزش تاب‌آوری جهت زوجین در برنامه مسئولین قرار گیرد. ۵- جلسات دانش‌افزایی و مهارت‌آموزی از طرق مختلف، اینترنتی، حضوری، گروهی و انفرادی در برنامه‌ریزی‌های مسئولین قرار گیرد.

تشکر و قدردانی

در انتها، بر خود لازم می‌دانیم از تمامی زنان و مردانی که با سعه صدر در این پژوهش، پژوهشگران را یاری نمودند صمیمانه تشکر و قدردانی نماییم.

لازم به ذکر است که این مقاله از پایان‌نامه کارشناسی ارشد ساره رسایی (گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان) با عنوان پیش‌بینی رضایت زناشویی و تاب‌آوری بر اساس سبک دلبستگی در دانشجویان متأهل اخذ شده است و با منافع شخصی یا سازمانی منافات ندارد.

منابع

- اخوان عبیری، فاطمه؛ شعیری، محمدرضا؛ غلامی فشارکی، محمد. (۱۳۹۸). رابطه سبک دلبستگی و پریشانی روان شناختی باتوجه به نقش واسطه‌ای ذهن آگاهی. *دو ماهنامه علمی پژوهشی*، ۲۳(۱)، ۸۹-۱۰۱.
- اکبری، زهرا؛ وفایی، طیبیه؛ خسروی، صدراله. (۱۳۹۰). بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و میزان تاب‌آوری همسران. *مجله طب جانپاز*، ۳(۱۰)، ۱۲-۱۷.
- پاسیار، سولماز؛ موسوی، سیدولی‌اله؛ رضایی، سجاد. (۱۳۹۷). پیش‌بینی تاب‌آوری کودکان کار بر اساس راهبردهای کنارآمدن با تنیدگی و سبک‌های دلبستگی. *فصلنامه سلامت روان کودک*، ۵(۴)، ۱-۱۲.
- حسینی‌نژاد، سیداحمد؛ درستکارمقدم، حسین. (۱۳۹۵). رابطه بین سبک‌های دلبستگی و خود تاب‌آوری با رضایت زناشویی معلمان مقطع متوسطه مشهد. *چهارمین همایش ملی مشاوره و سلامت روان*. قوچان، (۲)۵، ۱-۱۴.
- حمیدی، فریده. (۱۳۸۶). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی با رضایت زناشویی در دانشجویان. *خانواده پژوهی*، ۳(۹)، ۴۴۳-۴۵۳.
- خلعتبری، جواد؛ بهاری، صونا. (۱۳۸۹). ارتباط بین تاب‌آوری و رضایت از زندگی. *نشریه روانشناسی تربیتی*، ۱(۲)، ۸۳-۹۴.
- خوش‌لهجه صدق، مریم؛ صلیبی، ژانست. (۱۳۹۴). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و سلامت عمومی با رضایتمندی زناشویی در کارکنان زن متأهل دانشگاه تربیت مدرس. *جامعه پژوهی فرهنگی*. پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، ۱(۱)، ۷۵-۱۰۷.
- دلاور، علی. (۱۳۸۸). *مبانی نظری و علمی پژوهشی در علوم انسانی و اجتماعی*. تهران: انتشارت رشد. چاپ هفتم.
- راهیپما، سمیرا؛ شیخ‌الاسلامی، راضیه. (۱۳۹۵). نقش واسطه‌ای هویت معنوی در رابطه بین دلبستگی به والدین و همسالان با تاب‌آوری. *روانشناسی معاصر*، ۲۱(۱)، ۴۷-۶۲.
- رسولی، مریم؛ نوایی‌نژاد، شکوه؛ ثنایی ذاکر، باقر. (۱۳۹۷). رابطه بین الگوهای ارتباط زوج‌های دانشجویان و الگوهای ارتباط والدین آنها. *مجله تحقیقات زنان*، ۴(۴)، ۹۱-۸۳.

- سجادی، فریدون؛ فقیرپور، مقصود. (۱۳۹۵). رابطه سبک‌های دلبستگی با رضایت زناشویی دانشجویان زن متأهل. *کنگره علوم اسلامی*. دوره اول. دانشگاه تهران، (۱)۲، ۶۱-۶۶.
- سلیمانیان، علی اکبر. (۱۳۷۳). بررسی تأثیر تفکرات غیرمنطقی (براساس رویکرد شناختی) بر نارضایتی زناشویی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره. دانشگاه تربیت معلم.
- شریف‌نیا، فریده. (۱۳۸۰). رابطه بین رضایت از ازدواج و افسردگی مادران و ارتباط این متغیرها با سازگاری فردی اجتماعی و عملکرد تحصیلی فرزندان دختر دوره راهنمایی آنان در شهرستان اهواز. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی. دانشگاه شهید چمران اهواز.
- صابونچی، فرانک؛ دوکانه‌ای فرد، فریده؛ بهبودی، معصومه. (۱۳۹۹). الگوی ساختاری رضایت زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه با میانجی‌گری هیجان‌خواهی. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، (۱)۱۴، ۱۱۹-۱۳۸.
- غلامزاده بافقی، طیبه؛ جمالی بافقی، طیبه. (۱۳۹۷). بررسی رابطه بین عضویت در شبکه‌های اجتماعی مجازی و رضایت زناشویی در بین دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد بافق. *پژوهش در نظام‌های آموزشی*، (۳)۴، ۱۱۵۱-۱۱۶۵.
- فلاح‌زاده ابرقویی، مریم؛ تقی‌نژاد، نوشین. (۱۳۹۶). رابطه بین سبک‌های دلبستگی با رضایت زناشویی. سومین همایش تازه‌های روانشناسی مثبت‌نگر. بندرعباس. دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرعباس.
- کیانی، احمدرضا؛ فتحی، داوود؛ هنرمند فوج بیگلر، پژمان؛ عبدی، سیما؛ استاجی، رضا. (۱۳۹۹). رابطه سبک‌های دلبستگی، حمایت اجتماعی و سبک‌های مقابله‌ای با تاب‌آوری روانشناختی در افراد دارای تجربه سوگ، ارائه مدل تحلیل مسیر. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*. دانشگاه علامه طباطبائی. (۴۱)۱۱، ۱۵۷-۱۸۰.
- نوحی، شهناز؛ حاتمی، حمیدرضا؛ جان بزرگی، مسعود؛ بنی جمالی، اشرف‌السادات. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش فرزند پروری ترکیبی زیستی، اجتماعی، به مادران بر خودکارآمدی ادراک شده کودکان فزون وزن. *دو فصلنامه علمی-پژوهشی شناخت اجتماعی*، (۱)۶، ۷۳-۸۷.
- Alder, M. C., Yorgason, J. B., Sandberg, J. G., & Davis, S. (2018). Perceptions of parents' marriage predicting marital satisfaction: The moderating role of attachment behaviors. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 17(2), 146-164.
- Bandura, A. (2007). *An agentic perspective on positive psychology the science of human flourishing*. (Ed) ISJL, editor. New York: Praege .
- Bello, R., Brandau_Brown, F., & Ragsdale, J.D. (2008). Attachment style, marital satisfaction, commitment, and communal strength effects on relational repair message interpretation among remarried. *Journal Of Communication Quarterly*, 56 (1): 1_16.
- Berry, K., Roberts, N., Danquah, A., & Davies, L. (2014). An exploratory study of associations between adult attachment, health service utilisation and health service costs. *Psychosis*, 6(4), 355-358.
- Blacher, J., Begum, G. F., Marcoulides, G. A., & Baker, B. L. (2013). Longitudinal perspectives of child positive impact on families: Relationship to disability and culture. *American Journal on Intellectual and developmental disabilities*, 118(2), 141-155.
- Bowlby, J. (2005). *A secure base: Clinical applications of attachment theory* (393). Taylor & Francis .
- Chen, C. (2016). The role of resilience and coping styles in subjective well-being among Chinese university students. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 25(3), 377-387.
- Conner, D.H. (2005). Examine subtypes of behavior problems among 3-years old children, part II: investigating differences in parent psychopathology, couple conflict, and other family stressors. *Journal of abnormal child psychology* 2(1), 121-135.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-avidson resilience scale (CD- RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82 .
- Darnhofer, I., Lamine, C., Strauss, A., & Navarrete, M. (2016). The resilience of family farms: Towards a relational approach. *Journal of Rural Studies*, 44, 111-122 .
- Dolan, F. E. (2011). Re-reading Rape in "The Changeling". *Journal for Early Modern Cultural Studies*, 11(1), 4-29 .
- Edmondson, D. G., & Olson, E. N. (1989). A gene with homology to the myc similarity region of MyoD1 is expressed during myogenesis and is sufficient to activate the muscle differentiation program. *Genes & development*, 3(5), 628-640 .

- Ein-Dor, T., Mikulincer, M., Doron, G., & Shaver, P. R. (2010). The attachment paradox: How can so many of us (the insecure ones) have no adaptive advantages? *Perspectives on Psychological Science*, 5(2), 123-141.
- Enrich, C., & Evans, W. H. (1989). Antibodies to hepatic endosomes. Identification of two endosome antigens. *European journal of cell biology*, 48(2), 344-352.
- Friedli, L. (2009). *Mental health, resilience and inequalities*. WHO Regional Office for Europe, 1-3.
- Ginevra, M. C., Di Maggio, I., Santilli, S., Sgaramella, T. M., Nota, L., & Soresi, S. (2018). Career adaptability, resilience, and life satisfaction: A mediational analysis in a sample of parents of children with mild intellectual disability. *Journal of Intellectual & Developmental Disability*, 43(4), 473-482.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*, 52(3), 511.
- Heifetz, M., Brown, H. K., Abou Chacra, M., Tint, A., Vigod, S., Bluestein, D., & Lunsky, Y. (2019). Mental health challenges and resilience among mothers with intellectual and developmental disabilities. *Disability and Health Journal*, 12(4), 602-607.
- Jenkins, J. K. (2016). The Relationship Between Resilience, Attachment, and Emotional Coping Styles.
- Kalil, A., Ryan, R., & Chor, E. (2014). Time investments in children across family structures. *The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science*, 654(1), 150-168.
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2020). Research on Marital Satisfaction and Stability in the 2010s: Challenging Conventional Wisdom. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 100-116.
- Lemmens, G. M., Buysse, A., Heene, E., Eisler, I., & Demyttenaere, K. (2015). Marital satisfaction, conflict communication, attachment style and psychological distress in couples with a hospitalized depressed patient. *Acta Neuropsychiatrica*, 19(2), 109-117.
- Moller, K., Hwang, C. P., & Wickberg, B. (2016). Romantic attachment, parenthood and marital satisfaction. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 24, 233-240.
- Moller, K., Hwang, P. C., & Wickberg, B. (2008). Couple relationship and transition to parenthood: Does workload at home matter?. *Journal of reproductive and infant psychology*, 26(1), 57-68.
- Morgan, H. J., & Shaver, P. R. (1999). *Attachment processes and commitment to romantic relationships. In Handbook of interpersonal commitment and relationship stability* (109-124). Springer, Boston, MA.
- Müller, F. H., & Louw, J. (2004). Learning environment, motivation and interest: Perspectives on self-determination theory. *South African Journal of Psychology*, 34(2), 169-190.
- Patrick, S., Sells, J. N., Giordano, F. G., & Tollerud, T. R. (2007). Intimacy, differentiation, and personality variables as predictors of marital satisfaction. *The family journal*, 15(4), 359-367.
- Pelege, O. (2008). The relation between differentiation of Self and marital satisfaction: What Can Be Learned From Married People Over the Course of Life? *The American Journal of Family Therapy*, 36: 388-401.
- Power, O. (2019). *An Investigation of the Association between Adult Attachment Styles, Emotional Intelligence and Marital Satisfaction as an outcome*. Dublin, National College of Ireland.
- Tabachnick, B., Fidell, L., & Ullman, J. (2007). *Using multivariate statistics* (Vol. 5): Pearson Boston: MA.
- Van den B., Maarten, V., Hans, D. e. W., & Willy, L. (2008). Explaining the relationships between job characteristics, burnout, and engagement: The role of basic psychological need satisfaction, *Work & Stress*, 22(3):277-294.
- Vegsund, H. K., Reinfjell, T., Moksnes, U. K., Wallin, A. E., Hjemdal, O., & Eilertsen, M. E. B. (2019). Resilience as a predictive factor towards a healthy adjustment to grief after the loss of a child to cancer. *PloS one*, 14(3).
- Waller, M. A. (2001). Resilience in ecosystemic context: Evolution of the child. *American Journal of Orthopsychiatry*, 71, 290-297.
- Whisman, M. A., Gilmour, A. L., & Salinger, J. M. (2018). Marital satisfaction and mortality in the United States adult population. *Health Psychology*, 37(11), 1041.
- Yedirir, S., & Hamarta, E. (2015). Emotional Expression and Spousal Support as Predictors of Marital Satisfaction: The Case of Turkey. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 15(6), 1549-1558.