



## The relationship between attachment styles, emotional schemas and rumination with non-suicidal self-harm in divorced women

Fariba Azhdari Pilehroud<sup>1</sup>, Saideh Masafi<sup>\*2</sup>, Nastaran Mohammadi Farrokhran<sup>3</sup>

1. Bachelor in Psychology, Department of Psychology, Iranian eUniversity, Tehran, Iran.

<https://orcid.org/0009-0007-8153-7406>

2. Assistant Professor, Faculty of Psychology, Iranian eUniversity, Tehran, Iran.

<https://orcid.org/0009-0007-3587-3046>

3. Master, Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran.

<https://orcid.org/0009-0000-1136-4510>

### Article Info

### ABSTRACT

Article type:  
Research Article

Article History:  
Received:  
December 6, 2023

Accepted:  
February 6, 2023

#### Keywords:

Attachment Styles,  
Emotional Schema,  
Rumination, Non-  
Suicidal Self-Harm,  
Divorced Women

**Introduction:** One of the psychosocial problems of the societies at present is the increasing number of divorces and the disintegration of the family structure. Therefore, the present study aimed to investigate the relationship between attachment styles, emotional schemas and rumination with non-suicidal self-harm among divorced women. **Method:** According to the nature of the subject and the desired goals, the present research is correlational descriptive research. The current research population included divorced women who had thoughts or experience of non-suicidal self-harm and referred to counseling centers in Tehran in 2023, from which 300 people were selected through convenience sampling method. **Findings:** Using Nolen Hoeksema and Morrow's rumination questionnaire, self-harm (masochism) questionnaire, Leahy's emotional schema standard questionnaire and Collins and Read's adult attachment style questionnaire and data analysis, it was determined that there is a significant difference between secure attachment style and non-suicidal self-harm in divorced women. There is a positive and significant correlation between anxious insecure attachment style, rumination, neurotic defense mechanism and underdeveloped defense mechanism with non-suicidal self-harm in divorced women, and there is no significant correlation between avoidant insecure attachment style and non-suicidal self-harm in divorced women. The results of regression analysis also indicated that secure attachment style can negatively and significantly predict non-suicidal self-harm in divorced women; while anxious insecure attachment style, rumination and emotional schemas can positively and significantly predict non-suicidal self-harm in divorced women. **Conclusion:** As a result, considering the family problems in the Iranian society and the increase in the rate of divorce, identifying the influential and related factors and planning trainings based on these findings can be effective in preventing non-suicidal thoughts and acts of self-harm.

Cite this article:

Azhdari Pilehroud, F., Masafi, S., Mohammadi Farrokhran, N. (2024). The relationship between attachment styles, emotional schemas and rumination with non-suicidal self-harm in divorced women. *Journal of Islamic-Iranian Family studies* .3(4), 1-17

---

**Corresponding  
author**

**Saeideh Masafi**

**Address:** Faculty of Psychology, Iranian eUniversity, Tehran, Iran.

**Email:** saeideh.masafi@iranian.ac.ir

---

### Extended Abstract

**Introduction:** One of the topics that has occupied the minds of most thinkers and even the public in recent years is the issue of divorce. Currently, this phenomenon in Iran is a social problem which has created many problems for individuals and families facing divorce. Divorce not only has many negative economic effects for the family, but also these effects permeate every social cell and even healthy families are unconsciously affected by the effects of divorce. In our society, the reality of the life of divorced women is ignored under a lot of false and problematic beliefs. A large percentage of divorced women believe the narrow-minded judgments of people in society regarding divorce and divorced women, and create feelings of alienation, insecurity and discomfort within themselves. Economic needs demand that divorced women start a new family to restore themselves spiritually and meet their needs. However, such a situation is not possible in our society, due to such a restriction, the possibility of divorced women entering into criminal activities increases because of financial and sexual needs. However, due to the increasing prevalence of divorce, many therapists and researchers have tried to develop therapeutic models. As a result, significant attention was paid to the state of development and evaluation of behavioral/psychosocial treatments. Schema therapy covers a wide range of aspects of a person's life and is primarily used for behavioral and emotional problems that last a long time. Also, schema therapy is based on the assumption that primary maladaptive schemas form the core of personality pathologies and psychological problems. Considering the family problems in the society and the increase in the rate of divorce, identifying the influential and related factors and planning trainings based on these findings can be effective in preventing non-suicidal thoughts and acts of self-harm. Since one of the psychosocial problems of the societies at present is the increasing number of divorces and the disintegration of the family structure; therefore, the present study aimed to investigate the relationship between attachment styles, emotional schemas and rumination with non-suicidal self-harm in divorced women.

**Methodology:** According to the nature of the subject and the desired goals, the present research is correlational descriptive research. The current research population included divorced women who had thoughts or experience of non-suicidal self-harm and referred to counseling centers in Tehran in 2023, out of which 300 people were selected as a sample. Using Nolen Hoeksema and Morrow's rumination questionnaire, self-harm (masochism) questionnaire, Leahy's emotional schema standard questionnaire and Collins and Read's adult attachment style questionnaire (1990) and data analysis.

**Discussion and results:** Table 1 examines the mean and standard deviation, attachment styles, emotional schemas, rumination and non-suicidal self-harm.

**Table 1. Mean and standard deviation, attachment styles, emotional schemas, rumination and non-suicidal self-harm.**

Variable	Mean	standard deviation	minimum	Maximum
Secure attachment style	13.19	4.09	4	28
Avoidant insecure attachment style	7.73	3.29	0	18
Anxious insecure attachment style	13.35	5.59	1	34
Emotional schemas	38.61	10.54	15	68
Rumination	48.39	10.53	24	81
Non-suicidal self-harm	166.83	40.61	49	284

**Table 2. Correlation between attachment styles, emotional schemas, rumination, and non-suicidal self-injury**

Variable	1	2	3	4	5	6
Non-suicidal self-injury	1					
Secure attachment style	0.15	1				
Insecure avoidant attachment style	0.09	-0.17	1			
Insecure anxious attachment style	0.23	0.16	0.31	1		
Rumination	0.39	0.01	0.27	0.48	1	
Emotional schemas	0.51	-0.09	0.08	0.09	0.13	1

**Table 3. Prediction of non-suicidal self-harm in divorced women based on attachment styles, emotional schemas and rumination**

Variables	B	SE.B	Beta	R	R2	F	T	Sig
Secure attachment style	-0.19	0.04	-0.31				-4.83	0.007
Anxious insecure attachment style	0.17	0.13	0.22	0.50	0.25	23.42	1.30	0.046
Rumination	0.21	0.10	0.26				2.07	0.039
Emotional schemas	0.28	0.15	0.47					0.001

It was found that there is a significant negative correlation between secure attachment styles and non-suicidal self-harm in divorced women. There is a positive and significant correlation between anxious insecure attachment style, rumination, neurotic defense mechanism and underdeveloped defense mechanism with non-suicidal self-harm in divorced women, and there is no significant correlation between avoidant insecure attachment style and non-suicidal self-harm in divorced women. The results of regression analysis also indicated that secure attachment style ( $\beta=-0.31$ ,  $p=0.007$ ) can negatively and significantly predict non-suicidal self-harm in divorced women; While anxious

insecure attachment style ( $\beta=0.22$ ,  $p= 0.046$ ), rumination ( $\beta=0.31$ ,  $p= 0.007$ ) and emotional schemas ( $\beta=0.47$ ,  $p= 0.001$ ) can positively and significantly predict non-suicidal self-harm in divorced women.

**Conclusion:** As a result, considering the family problems in the Iranian society and the increase in the rate of divorce, identifying the influential and related factors and planning trainings based on these findings can be effective in preventing non-suicidal thoughts and acts of self-harm.

**Limitations:** Despite all the efforts made to ensure the accuracy and correctness of the research, like other studies, there are inevitable limitations that should be taken into consideration when generalizing the research results. One of the limitations of the current study is the use of questionnaires to measure the research variables, so it is recommended to also use interviews in future studies alongside questionnaires. This research was conducted in Tehran, so it is better to generalize these results to other cities and cultures with caution.

**Suggestions:** It is suggested that similar studies be conducted in other groups such as divorced men or adolescents to enable more confident comparison and generalization of results. It is recommended that family therapists, considering the role of attachment styles, cognitive distortions, and emotional schemas in non-suicidal self-injury in divorced women, take action to reduce symptoms after divorce in women and maintain and improve their mental health. Furthermore, the results of the current research can be beneficial for family counselors in the stages before marriage, during marriage, and divorce, so that family therapists pay attention to the importance of attachment styles, cognitive distortions, and emotional schemas and use this model to help couples in conflict and seeking divorce, thereby increasing the effectiveness of their treatment.

### **Acknowledgment**

We hereby express our gratitude to all the participants in this research for their patience and sincere cooperation.

### **Funds**

According to the authors, this article has no financial sponsor or conflict of interest.

### **Ethics approval and consent to participate**

The cooperation of the participants was voluntary and consent was received from them at the beginning of the research. In addition, the aspects of confidentiality and withdrawal from the research were announced to them at each stage.

### **Conflict of interest**

The authors declare that they had no conflict of interests.



## رابطه بین سبک های دلبستگی، طر حواره های هیجانی و نشخوار فکری با خودآزاری غیر

### خودکشی در زنان مطلقه

فریبا اژدری پيله رود<sup>۱</sup>، سعیده مصافی<sup>۲\*</sup>، نسترن محمدی فرخان<sup>۳</sup>

۱. کارشناسی روان شناسی، گروه روان شناسی، دانشگاه ایرانیان، ایران

<https://orcid.org/0009-0007-8153-7406>

۲. استادیار، دانشکده روان شناسی، مؤسسه آموزش عالی الکترونیکی ایرانیان، تهران، ایران

<https://orcid.org/0009-0007-3587-3046>

۳. کارشناسی ارشد گروه روان شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

<https://orcid.org/0009-0000-1136-4510>

### اطلاعات مقاله چکیده

**مقدمه:** یکی از معضلات روانی اجتماعی جوامع در حال حاضر، افزایش روز افزون طلاق و از هم پاشیدگی بنای خانواده است. بنابراین، پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین سبک های دل بستگی، طر حواره های هیجانی و نشخوار فکری با خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه صورت گرفت. **روش:** پژوهش حاضر با توجه به ماهیت موضوع و اهداف مورد نظر، از نوع تحقیقات توصیفی همبستگی است. جامعه پژوهش حاضر شامل زنان مطلقه دارای اندیشه یا تجربه اقدام به خودآزاری غیر خودکشی و مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر تهران در سال ۱۴۰۲ بودند که از بین آن ها به صورت نمونه گیری در دسترس ۳۰۰ نفر انتخاب شدند. **یافته ها:** با استفاده از پرسش نامه های پرسش نامه نشخوار فکری نولن هوکسما و مارو، پرسش نامه خود آزاری (مازوخیسم)، پرسش نامه استاندارد طر حواره های هیجانی لیهی و پرسش نامه سبک دلبستگی بزرگسال کولینز و رید (۱۹۹۰) و تجزیه و تحلیل داده ها مشخص شد که بین سبک دلبستگی ایمن با خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه همبستگی منفی معناداری وجود دارد. بین سبک دلبستگی ناایمن اضطرابی، نشخوار فکری، مکانیسم دفاعی روان آزرده و مکانیسم دفاعی رشد نیافته با خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد و بین سبک دلبستگی ناایمن اجتنابی با خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه همبستگی معناداری وجود ندارد. نتایج تحلیل رگرسیون نیز حاکی از آن بود که سبک دلبستگی ایمن ( $p=0/007$  و  $\beta=-0/31$ ) می تواند به طور منفی و معنی داری خودآزاری غیر خودکشی را در زنان مطلقه پیش بینی کند؛ در حالی که سبک دلبستگی ناایمن اضطرابی ( $p=0/046$  و  $\beta=0/22$ )، نشخوار فکری ( $p=0/039$  و  $\beta=0/261$ ) و طر حواره های هیجانی ( $p=0/001$  و  $\beta=0/47$ ) می توانند به طور مثبت و معناداری خودآزاری غیر خودکشی را در زنان مطلقه پیش بینی کنند.

**نتیجه گیری:** در نتیجه با توجه به مشکلات خانوادگی در جامعه و بالارفتن میزان طلاق، شناسایی عوامل تأثیرگذار و مرتبط با آن و برنامه ریزی آموزش های مبتنی بر این یافته ها می تواند در پیشگیری از افکار و اعمال خودآزاری غیر خودکشی مثرم ثمر واقع شود.

نوع مقاله :

مقاله پژوهشی

تاریخچه مقاله :

تاریخ دریافت:

۶ دی ۱۴۰۲

تاریخ پذیرش:

۶ اسفند ۱۴۰۲

واژه های کلیدی :

سبک های دلبستگی،

طر حواره هیجانی،

نشخوار فکری،

خودآزاری غیر

خودکشی، زنان

مطلقه

### استناد :

اژدری پيله رود، فریبا، مصافی، سعیده، محمدی فرخان. نسترن (۱۴۰۲). رابطه بین سبک های دلبستگی، طر حواره های هیجانی و نشخوار فکری با خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه، فصلنامه مطالعات اسلامی ایرانی خانواده، ۳(۴)، ۱-۱۷.

نویسنده  
مسئول:

سعیده مصافی

نشانی: استادیار دانشکده روان‌شناسی، مؤسسه آموزش عالی الکترونیکی ایرانیان، تهران، ایران.

ایمیل: saeideh.masafi@iranian.ac.ir

## مقدمه

یکی از موضوعاتی که در چند سال اخیر ذهن اکثر اندیشمندان و حتی عموم را به خود مشغول کرده، مسئله طلاق است. در حال حاضر، این پدیده در ایران به شکل یک مسئله و معضل اجتماعی، مشکلات زیادی را برای افراد و خانواده های در معرض طلاق به وجود آورده است. حدود ۲۰ درصد از طلاق‌ها به علت نداشتن شناخت صحیح زوجین از یکدیگر است (Williamson et al., 2016). طلاق مهم‌ترین عامل گسیختگی مهم‌ترین بنیاد اساسی جامعه، یعنی خانواده است. طلاق بر انحلال یک ازدواج رسمی در زمانی که طرفین آن هنوز در قید حیات هستند و بعد از آن آزادند تا دوباره ازدواج کنند دلالت می‌کند. به عبارت دیگر، طلاق شیوه نهادهی شده اختیاری پایان به یک ازدواج است. اگر چه طلاق برای پرهیز از مخاطراتی پذیرفته شده است، با این وجود چون از عواملی گسیختگی و از هم پاشیدگی کانون خانواده است به ناچار عواقب فردی و اجتماعی آن را باید انتظار داشت (Gottman, 1994).

طلاق نه تنها اثرات اقتصادی منفی بسیاری برای خانواده دارد، بلکه این اثرات در تک تک سلول‌های اجتماعی رخنه می‌کند و حتی خانواده‌های سالم، ناخودآگاه در اجتماع تحت تأثیر عوارض طلاق قرار می‌گیرند. در جامعه ما، واقعیت زندگی زنان مطلقه تحت انبوهی از باورهای غلط و مشکل‌زا نادیده گرفته می‌شود. درصد زیادی از زنان مطلقه، قضاوت‌های تنگ‌نظرانه افراد جامعه نسبت به طلاق و زنان مطلقه را باور داشته و احساس بیگانگی، ناامنی و ناراحتی را در خود به وجود می‌آورد. نیازهای اقتصادی چنین می‌طلبند که زنان مطلقه با تشکیل خانواده جدید به ترمیم روحی و رفع نیازمندی‌های خود بپردازند؛ اما چنین شرایطی در جامعه ما امکان پذیر نیست، به علت چنین محدودیتی احتمال ورود زنان مطلقه به فعالیت‌های بزهکارانه به سبب نیازهای مالی و جنسی افزایش می‌دهد (Hartley et al., 2020).

شیوع طلاق در دهه‌های اخیر در دنیا افزایش یافته است (Sands et al., 2017). طبق آمار سازمان ثبت‌احوال کشور در سال ۱۳۹۹، تعداد طلاق‌های ثبت‌شده رشد قابل توجهی داشته و با وجود تعداد ۱۸۳ هزار و ۱۹۳ عدد طلاق ثبت‌شده در سال ۱۳۹۹، میزان رشد طلاق در ایران حدود ۳٫۶ درصد نسبت به سال ۹۸ بوده است. در حقیقت، به ازای هر ۳ ازدواجی که در سال ۹۹ ثبت‌شده است، یک طلاق هم به ثبت رسیده و نسبت ازدواج به طلاق در کشور ۳ به ۱ است. بیشتر این طلاق‌ها متعلق به زوج‌هایی بوده که بین ۱ تا ۵ سال از زمان ازدواج آن‌ها می‌گذرد (Sands et al., 2017).

طلاق با دامنه‌ای از پیامدهای منفی موجب به خطر افتادن سطح سلامت روان در خانواده‌ها می‌شود (Sbarra & Coan, 2017). طلاق و جدایی مهم‌ترین عامل از هم گسیختگی ساختار بنیادی‌ترین بخش جامعه یعنی خانواده است. طلاق در لغت به معنی رها شدن از عقد و نکاح و پدیده‌ای است قراردادی که به زن و مرد امکان می‌دهد تا تحت شرایطی پیوند زناشویی را گسیخته و از یکدیگر جدا شوند. زنان پس از طلاق درگیر علائم بسیار زیادی چون نشخوار فکری، مشکلات هیجانی و خودآزاری و خشم می‌شوند (Takano et al., 2017). فرایند طلاق و مشکلات بعد از آن به خصوص برای زنان مطلقه باعث ایجاد ناتوانی می‌شود و به نوعی تاب و تحمل هیجانات و بهزیستی آنها را مختل می‌سازد (Watkins & Roberts, 2020).

برخی از پژوهش‌ها نشان می‌دهند که اختلالات روانی در بین افراد مجرد، مطلقه، جدا شده و بیوه بیشتر از افراد متأهل بوده و خطر طلاق برای ایجاد افسردگی افرادی است که همسرشان را از دست داده‌اند. در واقع، افسردگی اختلال شایعی در بین افراد مطلقه می‌باشد. افراد طلاق گرفته بیشتر از افراد متأهل دچار اختلالات جسمی و روحی از جمله اعتیاد به مشروبات الکلی، خودکشی و ضعف قوای ذهنی می‌شوند و رضایت خاطر کمتری از زندگی دارند (Mecacci et al., 2004).

زنان پس از طلاق و جدایی تا مدت طولانی به شریک زندگی قبلی خود فکر می‌کنند و ممکن است فکر کردن به معشوق و رنج کشیدن تبدیل به یک نشخوار فکری شود (Mecacci et al., 2004). نشخوار فکری در برگیرنده تمایل برای اندیشیدن مکرر درباره علل و عواقب ناشی از تجربه هیجانی منفی است یا به عبارتی دیگر توقف منفعلانه و تفکر تکراری در مورد امور استرس‌زا است (Zhou et al., 2020). نشخوارها عمدتاً سبک تفکر غیر کلامی هستند که در آن فرد تجزیه و تحلیل می‌کند تهدیدهای بالقوه را و تلاش برای پیدا کردن پاسخ به مشکلات و راه اجتناب از خطر است. این سبک تفکر اغلب در پاسخ به افکار خودکار منفی اولیه رخ می‌دهد. مشکل نشخوار این است که اثرات منفی و اضطرابی طولانی دارند و تمرکز فرد بر روی ایده‌ها و فرایندهایی است که باعث تقویت دانش ناکارآمد می‌شود. یکی از ابعاد مهم و تأمین کننده سلامت هیجانی، توانایی افراد در ابراز هیجان است. پژوهش‌های انجام شده در این زمینه بر اهمیت نقش ابراز هیجان در افراد تأکید دارند و سه شیوه ابراز هیجان را متمایز می‌کنند (Kim & Hwang, 2020). برخی از افراد هیجانان خود را آزادانه و بدون نگرانی از پیامدهای آن ابراز می‌کند. این افراد دارای شیوه ابراز هیجان از نوع ابرازگری هیجان هستند (Heilman, 2021). ابرازگری هیجانی به نمایش بیرونی هیجان بدون توجه به ارزش مثبت یا منفی یا روش (چهره‌ای، کلامی و حالت بدنی) اطلاق می‌شود (Anvari et al., 2020). مدل‌ها و تعاریف زیادی از نشخوار فکری ارائه شده است که نیرومندترین نظریه در این مورد، نظریه سبک‌های پاسخ<sup>۱</sup> نولن هوکسما<sup>۲</sup> هست. در این نظریه، نشخوار فکری به عنوان تفکر تکرارشونده درباره‌ی علائم افسردگی، علل احتمالی و پیامدهای این علائم تعریف شده است. شدت و سیر افسردگی پیامد ارزیابی فرد از علائم افسردگی خویش است. علاوه بر این، نشخوار فکری افسردگی را به واسطه‌ی افزایش تفکر منفی، حل مسئله ناکارآمد، تداخل با رفتار هدفمند و کاهش حمایت اجتماعی شدت و تداوم می‌بخشد (Nolen-Hoeksema et al., 2008).

یکی از عواملی که احتمالاً می‌تواند خودآزاری غیر خودکشی را در زنان مطلقه تحت تأثیر قرار دهد، سبک‌های دلبستگی است. عشق را می‌توان از جلوه‌های دلبستگی دانست (Mesbahi et al., 2019) و در واقع، در امتداد تحول دلبستگی مراحل اولیه دوران کودکی، دلبستگی بزرگسال به صورت تمایل پایدار افراد برای ایجاد و حفظ مجاورت و تماس با یک یا تعداد معینی از افراد ظاهر می‌شود. این دلبستگی می‌تواند امکانات ذهنی برای آرامش و امنیت جسمی و روانی فرد را فراهم سازد (Behdost et al., 2019). از دست دادن رابطه صمیمی ممکن است باعث ناراحتی شدید در هر فردی

1. Response styles

2. Nolen hoksema

شود. به لحاظ روانی، روابط بسیار صمیمی و پایدار به ویژه روابط عاشقانه برای افراد، بسیار مهم است و یافتن جایگزینی برای روابط عاشقانه از دست رفته به دلیل تعهد و صمیمیت عاطفی بالا، کار بسیار سختی است (Rajabi & Nikpoor, 2018). افرادی که شکست عاطفی را تجربه می کنند نشانه های مختلفی را همچون افسردگی، غم، احساس تنهایی، ناامیدی و اضطراب بروز می دهند که پس از مدتی بعد از انحلال رابطه عاشقانه ظاهر می شود و این مسئله می تواند باعث اختلال در عملکرد فرد در بسیاری از ابعاد زندگی از جمله خانوادگی، فردی، اجتماعی، تحصیلی و شغلی و واکنشهای ناسازگارانه شود (Ghazinejad et al., 2020).

دلبستگی به تجارب اولیه فرد با والدین و یا نوع رابطه هیجانی فرد با والدین خود در دوران کودکی اطلاق می شود. به عبارت دیگر دلبستگی، پیوند هیجانی پایدار بین دو فرد است، به طوری که یکی از دو طرف کوشش می کند نزدیکی و مجاورت با موضوع دلبستگی را حفظ کرده، به گونه ای عمل کند تا مطمئن شود که ارتباط ادامه می یابد سبک های دلبستگی از منابع درون فردی هستند که می توانند سطوح تنش و ناتوانی را در شرایط ناگوار تعدیل کنند و اثرات منفی تنش را کم رنگ تر جلوه دهند (Bonnemort, 2020).

طبق نظریه دلبستگی، برقراری پیوند عاطفی و نزدیک یک نیاز عمومی هر انسانی است و این نظریه، عملکردهای رفتار دلبستگی را به عنوان مکانسیم تعادل حیاتی جهت تعدیل در ماندگی در دوران بزرگسالی همانند دوره کودکی معرفی می کند (Mikulincer & Shaver, 2019). بر اساس این نظریه در خلال تکرار تجربیات وابسته به نمایه دلبستگی، کودک بازنمایی ذهنی یا به عبارتی مدل های کارکرد درونی، نسبت به خود و دیگران را به وجود می آورد (Fearon & Roisman, 2017). هنگامی که یک بار این مدل ها شکل بگیرد، اگر سیستم دلبستگی فعال شود، این مدل ها نیز فعال خواهند شد و رفتار فرد را هدایت خواهند شد و رفتار فرد را هدایت خواهند کرد (Holmes & Slade, 2018). اگر مراقبین نشانه های پریشانی نوزاد را به دقت تشخیص دهند و به نوزاد مضطرب فعالانه پاسخ گو باشند، چنین تجربه ای به احتمال زیاد به درونی کردن ادراک نوزاد به صورت پاسخ گویی یا مراقب بودن دیگران و شایسته و ارزشمند بودن خودش منجر می شود که سبب تسهیل رشد دلبستگی ایمن در وی خواهد شد (Simpson & Steven Rhoads, 2017). عدم وجود چنین تجربیاتی موجب می شود که کودکان روابط را نا ایمن ببینند و دیگران را به عنوان منابع نامطمئن و اتکاء ناپذیر و خود را دوست نداشتنی و نا مطلوب ادراک کنند که به رشد دلبستگی نا ایمن منجر می شود (Hazan & Shaver, 1990). بر اساس مدل سه طبقه ای دلبستگی هازن و شاور، افراد در سه طبقه دلبستگی اجتنابی، اضطرابی / دوسوگرا و ایمن قرار دادند (Laurita et al., 2019).

خود آسیب رسانی یکی از مشکلاتی است که خسارت های روانی و اجتماعی فراوانی بر جا می گذارد. در اغلب موارد رفتاری پنهان است که شناسایی آن دشوار است و به دلیل کارکردهای درون روانی اش به عنوان یک شیوه مقابله با استرس های زندگی ممکن است برای مدت طولانی تداوم یابد. در بسیاری از موارد رفتارهای خود آسیب رسانی با اقدام به خودکشی همراه هستند یا در طولانی مدت ممکن است زمینه ساز اقدام خودکشی یا خودکشی کامل شوند.



خودزنی یا خودآزاری غیر خودکشی<sup>۳</sup> به طیف وسیعی از رفتارهای ناراحت کننده و آزاردهنده اشاره دارد که شامل تخریب عمدی و خودآزاری بافت بدن بدون قصد خودکشی است و برای اهدافی انجام می شود که از نظر اجتماعی قابل مجازات نیستند. بنابراین از رفتارهایی که اگرچه برای فرد مخرب است، اما منجر به آسیب فوری به بافت بدن نمی شود (مثلاً غذا نخوردن و اعتصاب)، رفتارهایی که قصد خودکشی در آنها مشهود است (مثلاً مصرف بیش از حد داروهای تجویز شده) و رفتارهایی که گرچه به بافت بدن آسیب می رسانند اما از نظر اجتماعی قابل قبول هستند (مثلاً سوراخ کردن بدن، خال کوبی، جراحی زیبایی و رفتارهایی که ریشه و اهمیت معنوی، مذهبی یا قبیله‌ای دارند) جدا می شود. بریدن شناخته شده ترین رفتار خودزنی است، اما رفتارهای خودزنی ممکن است به صورت مشت زدن به خود، ضربه یا سیلی، خراشیدن، گاز گرفتن، سوزاندن، کندن، حک کردن کلمات یا نمادها بر پوست بدن، سوراخ کردن پوست با سنجاق، به وجود بیایند. اگرچه ممکن است ترمیم بافت آسیب دیده راحت باشد، اما درمان خودزنی دشوار است (Dorahy et al., 2019). اصطلاح رفتارهای خودجرحی، برای اشاره به رفتارهای خودجرحی متداول مانند بریدن، سوزاندن و خط انداختن روی بدن که با شدت خفیف تا متوسط انجام می شوند، به کار می رود. خودمعیوب سازی برای اشاره به رفتارهای شدیدی که باعث آسیب یا نقص عضو بدنی می شود مانند اخته کردن یا قطع اندام‌های بدن استفاده می شوند (Rogers et al., 2021).

در راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی (DSM-5) خود آسیب رسانی بدون قصد خودکشی (خود جرحی) در زمره اختلالاتی است که یادآور شده‌اند که نیاز به مطالعه بیشتر دارد. راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی (DSM-5) خود آسیب رسانی بدون قصد خودکشی را عبارت از: اقدام عمدی غیر مهلک، خواه فیزیکی یا مسمومیت با علم به احتمال خطر آن در موارد مسمومیت دارویی، رفتارهای خود آسیب رسان مستقیم و بدون قصد خودکشی بیان می کند (Rogers et al., 2021).

یکی از دیگر عواملی که احتمالاً می تواند در خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه نقش داشته باشد، طرحواره‌های هیجانی است. تنظیم احساسات به طور عمده متداول ترین دلیل صدمه به خود در نمونه‌های زنان مطلقه از این اختلال شناسایی شده است. احساسات منفی مانند غم و اضطراب مقدم بر خودآزاری است. عمل خودآزاری یا خودزنی تحریک و احساسات منفی ناشی از افسردگی و اضطراب را کاهش می دهد. در نتیجه احساس آرامش و آسودگی ایجاد می کند. بیش از نیمی از افرادی که به خود آسیب می رسانند، تنبیه یا خشم درونی را به عنوان انگیزه‌ای برای خودزنی تأیید می کنند. این یافته‌ها مطابق با تحقیقات دیگر است که نشان می دهد یک سبک شناختی انتقادی شامل احساسات منفی شدید در مورد خود، ممکن است یک عامل خطر خاص برای خودزنی باشد. افرادی که مرتکب خودزنی می شوند، چندین نیاز را نشان می دهند. نیازهایی مانند تمایل به کمک گرفتن از دیگران یا تأثیرگذاری بر آنها، یا ایجاد نشانه‌ای جسمی از پریشانی عاطفی خود. سایر نیازهایی که منجر به خودزنی می شوند، نیازهایی قابل شناسایی هستند که شامل رفتارهای ضد تجزیه (مثلاً ایجاد درد برای پایان بی حسی)، ضد خودکشی (مثلاً برای جلوگیری یا جایگزینی انگیزه خودکشی) و جست و جوی احساس (مثلاً انجام کاری برای ایجاد هیجان) بوده‌اند (Dorahy et al., 2019).

با این حال با توجه به شیوع روزافزون طلاق درمانگران و پژوهشگران بسیاری برای تدوین مدل‌های درمانی تلاش کرده‌اند. در نتیجه توجه چشمگیری به وضعیت ساخت و ارزیابی درمان‌های رفتاری / روانی اجتماعی معطوف شد. طرحواره درمانی جنبه‌های گسترده‌ای از زندگی فرد را در برمی‌گیرد و اساساً برای مشکلات رفتاری و هیجانی که دوام زیاد دارند، به کار برده می‌شود. همچنین طرحواره درمانی بر این فرض استوار است که طرحواره‌های ناسازگار اولیه هسته اصلی آسیب‌شناسی‌های شخصیت و مشکلات روان‌شناختی را شکل می‌دهند (Körük & Özabacı, 2018). در طرحواره درمانگر به بیمار کمک می‌کند تا طرحواره‌های خود را بشناسد و به ریشه‌های تحولی طرحواره‌ها در دوران کودکی و نوجوانی پی ببرد. در این مرحله مدل طرحواره به بیمار آموزش داده می‌شود و بیماران یاد می‌گیرند سبک‌های دلبستگی ناکارآمد خود را بشناسند و ببینند چگونه پاسخ‌های مقابله‌ای شان باعث تداوم طرحواره‌های شان می‌شود. همچنین بیماران آشفته راجع به ذهنیت‌های طرحواره‌های مطالبی را یاد می‌گیرند. با این شرایط زنان مطلقه هم از لحاظ عقلانی عملکردهای طرحواره‌ای را بفهمند و هم از لحاظ هیجانی این فرآیندها را تجربه کنند، قادر به کنترل و مدیریت آن خواهند شد (Leahy, 2019). از سوی دیگر، در درمان مبتنی بر کارآمدی هیجان، بد تنظیمی هیجانی به صورت طیف گسترده‌ای از افکار، احساسات، حس‌های بدنی و تمایلات رفتاری تعریف می‌شود که از منظر تناسب با بافت ناسازگارانه هستند و نیز بد تنظیمی هیجان به‌طور مداوم منجر به بد تنظیمی رفتاری می‌شود (Sangani & Dasht Bozorgi, 2018). مروری بر پژوهش‌های پیشین حاکی از آن است که ویژگی‌های فردی مانند افسردگی، عزت نفس پایین، عوامل خانوادگی و اجتماعی، تکانش‌گری، افکار و احساسات خودکشی، طلاق والدین و رویدادهای دشوار زندگی با خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه ارتباط دارند (Dorahy et al., 2019). با توجه به مشکلات خانوادگی در جامعه و بالارفتن میزان طلاق، شناسایی عوامل تأثیرگذار و مرتبط با آن و می‌تواند در پیشگیری از افکار و اعمال خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه شایان توجه است. بنابراین، پژوهش حاضر به دنبال بررسی سبک‌های دلبستگی، طرحواره‌های هیجانی و نشخوار فکری با خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه است.

## روش

پژوهش حاضر با توجه به ماهیت موضوع و اهداف مورد نظر، از نوع تحقیقات توصیفی همبستگی است. جامعه پژوهش شامل تمامی زنان مطلقه مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر تهران در سال ۱۴۰۲ بودند که دارای فکر یا تجربه خودآزاری غیر خودکشی بودند. که از بین آنها به صورت نمونه‌گیری در دسترس براساس فرمول تعیین حجم نمونه کرجسی و مورگان ۳۰۰ نفر انتخاب شدند. این افراد دچار خودآزاری غیر خودکشی و مطلقه بودند. برای اجرای پژوهش ابتدا با توضیح هدف پژوهش و کسب رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی و رازداری، پرسش‌نامه‌ها توزیع و جمع‌آوری گردید. با توجه به شرایط و زمان تکمیل پرسش‌نامه‌ها ضمن تأکید به تکمیل تمامی سؤال‌ها، شرکت‌کنندگان در مورد خروج از پژوهش مختار بودند. برای تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی (محاسبه میانگین، انحراف معیار) و آمار استنباطی (همبستگی پیرسون و رگرسیون به‌طور هم‌زمان) با استفاده از نرم افزار آماری SPSS-20 انجام شد. در پژوهش حاضر از ابزارهای زیر استفاده شده است.

پرسش‌نامه نشخوار فکری نولن هوکسما و مارو (۱۹۹۱)، این پرسش‌نامه دارای ۲۲ سؤال است و بر اساس طیف چهار گزینه‌ای لیکرت با سؤالاتی مانند (سعی می‌کنید شخصیت خود را بررسی کنید تا بفهمید که چرا افسرده اید) به سنجش نشخوار فکری می‌پردازد. نشخوار فکری در واقع به معنای متمرکز شدن توجه شخص بر روی دلایل و علایم

یک حالت پریشانی و نتایج آن، به جای تمرکز بر یافتن راه حل آن است. این پرسش‌نامه چهار سبک متفاوت واکنش به خلق منفی را مورد ارزیابی قرار می‌داد. بر پایه ی شواهد تجربی، مقیاس پاسخ‌های نشخواری پایایی درونی بالایی دارد. ضریب آلفای کرونباخ در دامنه‌ای از ۰/۸۸ تا ۰/۹۲ قرار دارد (Asadi et al., 2012). پژوهش‌های مختلف نشان می‌دهند همبستگی بازآزمایی برای پاسخ‌های نشخواری، ۰/۶۷ است. آلفای کرونباخ در پژوهش منصوری و همکاران (۲۰۱۰) ۰/۹۰ به دست آمد.

شیوه نمره گذاری آن بر اساس طیف لیکرت ۵ گزینه ای بوده بسیاری از ما گاهی دست به کارهایی می‌زنیم که برای جسم مضرند. مقاله‌ای که در پی می‌آید به دلایل آزار رسانی عمدی به خود، با روش‌هایی از قبیل بریدن، سوزاندن، چاقو زدن، خراشیدن و کبود کردن بدن یا کشیدن مو پرداخته است. این عمل به ندرت نشانه‌ای از جنون یا اقدام به خودکشی به‌شمار می‌رود اما نشان می‌دهد که مشکلاتی وجود دارد که باید به آنها پرداخت. در مطالعه محمد پور و همکاران (۱۳۸۸) برای به‌دست آوردن روایی پرسش‌نامه از نظرات استاد راهنما و چندین تن از دیگر اساتید و متخصصین و کارشناسان استفاده شده است. و از آن‌ها در مورد مربوط بودن سؤالات، واضح بودن و قابل فهم بودن سؤالات و اینکه آیا این سؤالات برای پرسش‌های تحقیقاتی مناسب است و آنها را مورد سنجش قرار می‌دهد، نظر خواهی شد و مورد تأیید قرار گرفت.

پرسش‌نامه استاندارد طرحواره‌های هیجانی لیهی (۲۰۰۲)، طرحواره‌های هیجانی را با عنوان الگوها، روش‌ها و راهبردهایی که در پاسخ به یک هیجان استفاده می‌شوند، تعریف کرده است (Beiranvand & Alipour, 2014). پرسش‌نامه استاندارد منظور از طرحواره های هیجانی در این پژوهش، نمره‌ای است که فرد در مقیاس طرحواره های هیجانی لیهی (۲۰۰۹) و در ابعاد چهارده گانه آن (تایید طلبی، قابلیت درک، احساس گناه، ساده انگاری هیجان‌ها، ارزش‌های والاتر، فقدان کنترل، کرختی، عقابنیت، تداوم، توافق‌پذیری، پذیرش احساسات، نشخوار فکری، بیان احساسات، سرزنش دیگران) کسب می‌نماید. این مقیاس دارای گزینه‌هایی در طیف لیکرت می‌باشد که از یک تا شش نمره گذاری می‌شود. هرچه نمره فرد در این مقیاس بیشتر باشد فرد طرحواره های منفی بیشتری را دارد.

پرسش‌نامه سبک دلبستگی بزرگسال کولینز و رید ۱۹۹۰ (RAAS)، این مقیاس مشتمل بر ۱۸ گویه است که از طریق علامت گذاری روی یک مقیاس ۵ درجه‌ای (از نوع لیکرت) که از به هیچ وجه با خصوصیات من تطابق ندارد = ۱، تا کاملاً با خصوصیات من تطابق دارد = ۵ تشکیل می‌گردد، سنجیده می‌شود. دارای ۳ زیر مقیاس است، وابستگی (Hartley et al., 2020)، نزدیک بود (Sbarra & Coan, 2017)، اضطراب (Gottman, 1994).

زیر مقیاس اضطراب با دلبستگی اضطرابی - دوسوگرا مطابقت دارد و زیر مقیاس نزدیک بودن یک بعد دو قطبی است که اساساً توصیف‌های ایمن و اجتنابی را در مقابل هم قرار می‌دهد بنابراین نزدیک بودن در تطابق با دلبستگی ایمن است و زیر مقیاس وابستگی را می‌توان تقریباً عکس دلبستگی اجتنابی قرار داد (Rajabi & Nikpoor, 2018). کولینز و رید (۱۹۹۰)، به نقل از پاکدامن، (۱۳۸۰) نشان دادند که زیر مقیاس‌های نزدیک بودن، وابستگی و اضطراب در فاصله زمانی ۲ ماه و حتی در طول ۸ ماه پایدار ماندند و در مورد قابلیت اعتماد مقیاس دلبستگی بزرگسال، کولینز و رید میزان آلفای کرونباخ را برای زیر مقیاس دلبستگی ایمن ۰/۸۲، برای دلبستگی اجتنابی ۰/۸۰ و برای دلبستگی اضطرابی ۰/۸۳ گزارش دادند. از

سوی دیگر، میزان پایایی آزمون با استفاده از آزمون مجدد نشان داده شد که این در سطح  $0/95$  است (Pakdaman, 2002). با توجه به این که مقادیر آلفای کرونباخ در تمامی موارد مساوی یا بیش از  $0/80$  بوده، آزمون از پایایی بالایی برخوردار است.

## یافته ها

در جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد، سبک های دلبستگی، طرحواره های هیجانی، نشخوار فکری و خودآزاری غیر خودکشی آورده شده است.

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد، سبک های دلبستگی، طرحواره های هیجانی، نشخوار فکری و خودآزاری غیر خودکشی

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	کمینه	بیشینه
سبک دلبستگی ایمن	۱۳/۱۹	۴/۰۹	۴	۲۸
سبک دلبستگی نایمن اجتنابی	۷/۷۳	۳/۲۹	۰	۱۸
سبک دلبستگی نایمن اضطرابی	۱۳/۳۵	۵/۵۹	۱	۳۴
طرحواره های هیجانی	۳۸/۶۱	۱۰/۵۴	۱۵	۶۸
نشخوار فکری	۴۸/۳۹	۱۰/۴۳	۲۴	۸۱
خودآزاری غیر خودکشی	۱۶۶/۸۳	۴۰/۶۱	۴۹	۲۸۴

جدول ۲. همبستگی بین، سبک های دلبستگی، طرحواره های هیجانی، نشخوار فکری با خودآزاری غیر خودکشی

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
خودآزاری غیر خودکشی	۱							
سبک دلبستگی ایمن	-۰/۱۵ -۰/۰۷	۱						
سبک دلبستگی نایمن اجتنابی	۰/۰۹ ۰/۱۱	-۰/۱۷ ۰/۰۰۴	۱					
سبک دلبستگی نایمن اضطرابی	-۰/۲۲ -۰/۰۱	-۰/۱۶ ۰/۰۰۶	-۰/۳۱ -۰/۰۰۱	۱				
نشخوار فکری	-۰/۳۹ -۰/۰۱	-۰/۰۱ -۰/۰۸	-۰/۲۷ -۰/۰۰۱	۰/۴۸ -۰/۰۰۱	۱			
طرحواره های هیجانی	۰/۵۱ -۰/۰۱	-۰/۰۹ -۰/۰۸	-۰/۰۸ -۰/۱۳	۰/۰۹ -۰/۱۱	۰/۱۳ -۰/۰۲	۱		

نتایج جدول ۲ نشان می دهد که بین سبک دلبستگی ایمن با خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه همبستگی منفی معناداری وجود دارد. بین سبک دلبستگی نایمن اضطرابی، نشخوار فکری، مکانیسم دفاعی روان آزاده و مکانیسم دفاعی رشدنیافته با خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد و بین سبک دلبستگی نایمن اجتنابی با خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه همبستگی معناداری وجود ندارد.

به منظور بررسی نقش سبک های دلبستگی، طرحواره های هیجانی و نشخوار فکری در پیش بینی خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه از تحلیل رگرسیون استاندارد استفاده گردید که نتایج آن در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. پیش‌بینی خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه براساس سبک‌های دلبستگی، طرحواره‌های هیجانی و نشخوار فکری

Sig	T	F	R2	R	Beta	SE.B	B	متغیرهای پیش‌بین
۰/۰۰۷	-۴/۸۳				-۰/۳۱	۰/۰۴	-۰/۱۹	سبک دلبستگی ایمن
۰/۰۴۶	۱/۳۰				-۰/۲۲	۰/۱۳	۰/۱۷	سبک دلبستگی ناایمن اضطرابی
۰/۰۳۹	۲/۰۷	۲۳/۴۲	۰/۲۵	۰/۵۰	-۰/۲۶	۰/۱۰	۰/۲۱	نشخوار فکری
۰/۰۰۱					-۰/۴۷	۰/۱۵	۰/۲۸	طرحواره‌های هیجانی

همان‌طور که در جدول شماره ۳ ملاحظه می‌کنید رگرسیون پیش‌بینی خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه براساس سبک‌های دلبستگی، طرحواره‌های هیجانی و نشخوار فکری معنادار است ( $F=23/42$  و  $p=0/001$ ). براساس نتایج رگرسیون، ۲۵ درصد از واریانس مربوط به خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه به‌وسیله متغیرهای پیش‌بین قابل تبیین است. سبک دلبستگی ایمن ( $\beta=-0/31$  و  $p=0/007$ ) می‌تواند به‌طور منفی و معنی‌داری خودآزاری غیر خودکشی را در زنان مطلقه پیش‌بینی کند؛ در حالی که سبک دلبستگی ناایمن اضطرابی ( $\beta=0/22$  و  $p=0/046$ )، نشخوار فکری ( $\beta=0/39$  و  $p=0/261$ ) و طرحواره‌های هیجانی ( $\beta=0/47$  و  $p=0/001$ ) می‌توانند به‌طور مثبت و معناداری خودآزاری غیر خودکشی را در زنان مطلقه پیش‌بینی کنند.

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی، طرحواره‌های هیجانی و نشخوار فکری با خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه انجام شد. نتایج پژوهش نشان داد که سبک دلبستگی ایمن به‌طور منفی و معنادار و سبک دلبستگی ناایمن اضطرابی، نشخوار فکری و طرحواره‌های هیجانی به‌طور مثبت و معناداری قادر به پیش‌بینی خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه هستند.

طبق نظریه دلبستگی، برقراری پیوند عاطفی و نزدیک یک نیاز عمومی هر انسانی است و این نظریه، عملکردهای رفتار دلبستگی را به‌عنوان مکانسیم تعادل حیاتی برای تعدیل درمادگی در دوران بزرگسالی همانند دوره کودکی معرفی می‌کند. اگر مراقبین نشانه‌های پریشانی نوزاد را به‌دقت تشخیص دهند و به نوزاد مضطرب فعالانه پاسخ‌گو باشند، چنین تجربه‌ای به احتمال زیاد به درونی کردن ادراک نوزاد به‌صورت پاسخ‌گویی یا مراقب بودن دیگران و شایسته و ارزشمند بودن خودش منجر می‌شود که سبب تسهیل رشد دلبستگی ایمن در وی خواهد شد (Simpson & Steven Rholes, 2017). عدم وجود چنین تجربیاتی موجب می‌شود که کودکان روابط را ناایمن ببینند و دیگران را به‌عنوان منابع نامطمئن و اتکاء ناپذیر و خود را دوست نداشتنی و نا مطلوب ادراک کنند که به رشد دلبستگی ناایمن منجر می‌شود (Laurita et al., 2019). بر اساس مدل سه طبقه‌ای دلبستگی هازن و شاور، افراد در سه طبقه دلبستگی اجتنابی، اضطرابی / دوسوگرا و ایمن قرار دادند (Hazan & Shaver, 1990). در تبیین رابطه سبک‌های دلبستگی با خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه می‌توان گفت افرادی که سبک دلبستگی ناایمن اضطرابی دارند قادر به مدیریت هیجانات

خود در شرایط دشوار زندگی نیستند و با رفتارهای خودآسیب رسان به چالش های زندگی واکنش نشان می دهند. از آنجایی که افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن اضطرابی به هنگام مواجهه با شرایط تهدید کننده زندگی از شیوه های مقابله هیجان محور استفاده می کنند و باورهای منفی درباره توانایی خود در مدیریت پریشانی دارند، در فرایند مقابله با شرایط استرس-زایی مانند طلاق این باور منفی سبب شدت بخشیدن به هیجانات منفی، فعال شدن طرحواره های هیجانی ناسازگار، نشخوار فکری، خود انتقادی و خود اشتغالی ذهنی می شوند که ممکن است منجر به بروز رفتارهای مبتنی بر آسیب رسانی به خود شود (Laurita et al., 2019).

در تبیین رابطه نشخوار فکری با خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه می توان گفت که نشخوار فکری با افزایش اضطراب و تداوم بخشیدن به تجربه اضطرابی می تواند در رفتارهای سازنده تداخل ایجاد کند و افکار منفی را بیشتر کرده، موجب گرایش به رفتارهای خود آسیب رسان می شوند. در واقع افرادی که نشخوار فکری می کنند احتمالاً به دنبال فرار از شرایط آزار دهنده از طریق سرکوب عواطف منفی و افکار منفی هستند و از طریق درگیری رفتارهای خود آسیب رسانی می شوند که باعث اجتناب آن ها از توجه به این شرایط آزار دهنده می شود (Laurita et al., 2019).

علاوه براین، در تبیین رابطه طرحواره های هیجانی با خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه می توان اظهار داشت که از آنجایی که رویدادهای پریشان کننده هیجانی مانند طلاق می توانند سبب فعال شدن طرحواره های ناکارآمد هیجانی که قبلاً در فرد شکل گرفته اند می شوند و افکار و هیجانات خود آیند منفی را برمی انگیزند که می تواند منجر به بروز رفتارهای ناسالم و پرخطری از جمله اقدام به خود جرحی و خود آسیب رسانی شود. از آنجایی که طلاق و جدایی ممکن است در برخی از افراد طرحواره های هیجانی غیر انطباقی را فعال سازد، عواطف ناخوشایند را در افراد افزایش می دهد و در نتیجه این افراد ممکن است از اقدامات خود جرحی و خود آسیب رسانی در جهت غلبه بر تجارب و عواطف ناخوشایند درونی استفاده نمایند (Laurita et al., 2019).

### محدودیت های پژوهش

با وجود همه تلاش های انجام شده در جهت دقیق و صحیح بودن پژوهش، مانند سایر پژوهش ها، ناگزیر محدودیت هایی وجود دارد که در تعمیم نتایج پژوهش باید مد نظر قرار داد. از محدودیت های پژوهش حاضر می توان به استفاده از پرسشنامه جهت سنجش متغیرهای پژوهش اشاره کرد.

### پیشنهادات پژوهش

پیشنهاد می شود در مطالعات آتی از مصاحبه نیز که در کنار پرسشنامه استفاده کرد. این پژوهش در شهر تهران انجام گرفته، بنابراین تعمیم این نتایج به شهرها و فرهنگ های دیگر بهتر است با احتیاط صورت پذیرد. پیشنهاد می شود پژوهش های مشابهی در سایر گروه ها مانند مردان مطلقه یا نوجوانان انجام شود تا امکان مقایسه و تعمیم نتایج با اطمینان بیشتری صورت گیرد. پیشنهاد می شود روان درمانگران خانواده با توجه به نقش سبک های دلبستگی، نشخوار فکری و طرحواره های هیجانی در خودآزاری غیر خودکشی در زنان مطلقه در راستای کاهش علائم پس از طلاق در زنان و حفظ و بهبود سلامت روانی آنان اقدام نمایند. علاوه براین، نتایج پژوهش حاضر می تواند برای مشاوران خانواده در مرحله قبل از ازدواج، زناشویی و طلاق سودمند باشد تا درمانگران خانواده اهمیت سبک های دلبستگی، نشخوار فکری و طرحواره های

هیجانی را مورد توجه قرار دهند و از این مدل برای کمک به زوجین دارای اختلاف و متقاضی طلاق بهره گرفته و از این طریق اثربخشی درمان خود را افزایش دهند.

## تعارض منافع

نویسندگان اعلام می دارند که هیچ گونه تعارض منافی در نگارش این مقاله نداشته‌اند.

## ملاحظات اخلاقی

همکاری شرکت کنندگان داوطلبانه بوده و در ابتدای همکاری از آنها رضایت گرفته شد. ضمناً جنبه های محرمانه بودن و انصراف از تحقیق در هر مرحله به آنها اعلام شد.

## حمایت مالی

این مطالعه با هزینه شخصی پژوهشگران انجام گرفته و در هیچ یک از مراحل انجام این پژوهش، منابع مالی دریافت نشده است.

## سپاسگزاری

بدین وسیله از تمامی افراد شرکت کننده در این پژوهش به خاطر صبر و همکاری صمیمانه، تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

## References

- Arbabzadeh, P., Kazemipour, S., & Moini, S. R. (2022). Identification and Assessment of the Emotional Divorce Drivers among Tehranian Couples Based on the Experts' Views Using a Multi-Criteria Decision-Making (MCDM) Approach. *Journal of Applied Sociology*, 33(Gottman), 145-178.
- Anvari, M., Hill, C. E., & Kivlighan, D. M. (2020). Therapist skills associated with client emotional expression in psychodynamic psychotherapy. *Psychotherapy research : journal of the Society for Psychotherapy Research*, 30(7), 900-911. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/10503307.2019.1680901>
- Asadi, S., Abedini, M., Poursharifi, H., & Nikokar, M. (2012). The Relationship between Intolerance of Uncertainty and Rumination with Worry on Student Population. *Journal of Clinical Psychology*, 4(4), 89-32. <https://doi.org/10.22075/jcp.2017.2110>
- Behdost, P., Kargar, K., Ziaaddini, Z., & Salimi, H. (2019). The effectiveness of spiritual-religious psychotherapy on love trauma syndrome and acceptance in female students With love failure. *Health, Spirituality and Medical Ethics*, 6(2), 45-51.
- Beiranvand, K., Alipour, K. (2014). Comparison of emotional schemas in people with migraine with healthy people. *Second National Conference of Psychology and Behavioral Sciences*, Tehran.
- Bonnemort, L. (2020). Exploring the Impact of Insecure Attachment Styles in Couple Adjustment Through the Lens of Cluster B Pathology [National Louis University].

- Dorahy, M. J., Carrell, J. M., & Thompson, N. (2019). Assessing the Validity of the Quartile Risk Model of Dissociation for Predicting Deliberate Self-Harm. *Journal of trauma & dissociation : the official journal of the International Society for the Study of Dissociation (ISSD)*, 20(5), 548-563.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1080/15299732.2019.1597812>
- Fearon, R. M. P., & Roisman, G. I. (2017). Attachment theory: progress and future directions. *Current Opinion in Psychology*, 15, 131-136.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.03.002>
- Ghazinejad, N., Asayesh, M. H., & Bahonar, F. (2020). Explanation of cognitive reactions in girls with love trauma syndrome: A phenomenological study. *ROOYESH E RAVANSHENASI JOURNAL*, 9(1), 97-106.
- Gottman, J. M. (1994). What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.4324/9781315806808>
- Hartley, S. L., Barker, E. T., & Bolt, D. (2020). The relative risk and timing of divorce in families of children with an autism spectrum disorder. *Journal of Family Psychology*, 24 (Gottman), 449. <https://doi.org/10.1037/a0019847>
- Hazan, C., & Shaver, P. (1990). Love and work: An attachment therapeutic practice. *J Pers Soc Cog Psychol*, 59(2), 270.
- Heilman, K. M. (2021). Emotion and mood disorders associated with epilepsy. *Handbook of clinical neurology*, 183, 169-173. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/B978-0-12-822290-4.00008-6>
- Holmes, J., & Slade, A. (2018). Attachment in therapeutic practice. Sage Publications, Inc.
- Kim, J. M., & Hwang, K. (2020). Roles of emotional expressions in review consumption and generation processes. *International Journal of Hospitality Management*, 86, 102454.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2020.102454>
- Körük, S., & Özabacı, N. (2018). Effectiveness of Schema Therapy on the Treatment of Depressive Disorders: A Meta-Analysis. *Psikiyatride Guncel Yaklasimlar*, 10, 460-470.  
<https://doi.org/10.18863/pgy.361790>
- Laurita, A. C., Hazan, C., & Spreng, R. N. (2019). An attachment theoretical perspective for the neural representation of close others. *Social cognitive and affective neuroscience*, 14(3), 237-151. <https://doi.org/https://doi.org/10.1093/scan/nsz010>
- Mecacci, L., Righi, S., & Rocchetti, G. (2004). Cognitive failures and circadian typology. *Personality and Individual Differences*, 37(1), 107-113.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2003.08.004>
- Mesbahi, E., AmiriMajd, M., Ghamari, M., & Bazazian, S. (2019). Development of a model to predict emotional failure in students according to personal factors and initial maladaptive schemas and quality of love relationships. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 25(1), 45-55. <https://doi.org/10.32598/ijpcp.25.1.42>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2019). Attachment orientations and emotion regulation. *Current Opinion in Psychology*, 25, 6-10.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.006>
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking Rumination. *Perspectives on psychological science : a journal of the Association for Psychological Science*, 3(5), 400-424. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2008.00088.x>
- Pakdaman, S. (2002). Investigating the relationship between attachment and sociability in adolescents. PhD thesis in psychology, University of Tehran.



- Rajabi, S., & Nikpoor, N. (2018). Comparison of the effectiveness of the transactional analysis training and emotion regulation on the improvement of love trauma syndrome: Dealing with the problems caused by the separation and love break up. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 20(1), 17-28. <https://doi.org/10.61186/jayps.4.4.1>
- Rogers, J. P., Chesney, E., Oliver, D., Begum, N., Saini, A., Wang, S., McGuire, P., Fusar-Poli, P., Lewis, G., & David, A. S. (2021). Suicide, self-harm and thoughts of suicide or self-harm in infectious disease epidemics: a systematic review and meta-analysis. *Epidemiology and psychiatric sciences*, 30, e32. <https://doi.org/https://doi.org/10.1017/S2045796021000214>
- Sands, A., Thompson, E. J., & Gaysina, D. (2017). Long-term influences of parental divorce on offspring affective disorders: A systematic review and meta-analysis. *Journal of affective disorders*, 218, 105-114. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.04.015>
- Sangani, A., & Dasht Bozorgi, Z. (2018). The Effectiveness of Schema Therapy on General Health, Ruminating and Social Loneliness of Divorced Women. 25(2), 201-216. <https://doi.org/10.22055/psy.2019.24944.2008>
- Sbarra, D. A., & Coan, J. A. (2017). Divorce and health: Good data in need of better theory. *Current Opinion in Psychology*, 13, 91-95. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.05.014>
- Simpson, J. A., & Steven Rholes, W. (2017). Adult Attachment, Stress, and Romantic Relationships. *Curr Opin Psychol*, 13, 19-24. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.04.006>
- Takano, K., Moriya, J., & Raes, F. (2017). Lost in distractors: Reduced Autobiographical Memory Specificity and dispersed activation spreading over distractors in working memory. *Behaviour research and therapy*, 94, 19-35. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.brat.2017.04.005>
- Watkins, E. R., & Roberts, H. (2020). Reflecting on rumination: Consequences, causes, mechanisms and treatment of rumination. *Behaviour research and therapy*, 127, 103573.
- Williamson, H. C., Bradbury, T. N., Nguyen, T. P., & Karney, B. R. (2016). Are Problems that Contribute to Divorce Present at the Start of Marriage, or Do They Emerge Over Time? *J Soc Pers Relat*, 33(8), 1120-1134. <https://doi.org/10.1177/0265407515617705>
- Zhou, H. X., Chen, X., Shen, Y. Q., Li, L., Chen, N. X., Zhu, Z. C., Castellanos, F. X., & Yan, C. G. (2020). Rumination and the default mode network: Meta-analysis of brain imaging studies and implications for depression. *NeuroImage*, 206, 116287. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2019.116287>