

«زن و مطالعات خانواده»

سال دوازدهم - شماره چهل و نهم - پاییز ۱۳۹۹

ص ص: ۱۴۷-۱۶۵

تاریخ دریافت: ۹۷/۰۳/۱۹

تاریخ پذیرش: ۹۹/۰۶/۱۶

پیش‌بینی تعارضات زناشویی بر اساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه، دشواری در تنظیم هیجانی و تمایز یافتگی خود در زوجین

نیوشا وزیری^۱

عاطفه نژاد محمد نامقی^۲

چکیده

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی تعارضات زناشویی بر اساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه، دشواری در تنظیم هیجانی و تمایز یافتگی خود در زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره انجام گرفت. روش تحقیق از نوع همبستگی بود و جامعه آماری این پژوهش زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره بود که تعداد ۱۲۰ زوج با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. داده‌های پژوهش با استفاده از پرسشنامه‌های تعارضات زناشویی تجدیدنظر شده MCQ-R (۱۳۸۶)، طرحواره یانگ (نسخه سوم فرم کوتاه، ۲۰۰۵)، دشواری در تنظیم هیجانی DERS (۲۰۰۴) و تمایز یافتگی خود DSI (۱۹۹۸)، گردآوری شد. اطلاعات گردآوری شده با روش آماری تحلیل رگرسیون همزمان و گام به گام مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته‌ها نشان دادند مؤلفه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه تأثیرات معناداری بر تعارضات زناشویی نداشتند. همچنین از بین مؤلفه‌های دشواری در تنظیم هیجانی، دشواری کنترل تکانه و دسترسی محدود به راهبردهای تنظیم هیجانی و از بین مؤلفه‌های تمایز یافتگی خود، مؤلفه‌های جایگاه من و هم آمیختگی با دیگران، پیش‌بینی کننده‌های تعارضات زناشویی بودند. براساس نتایج این پژوهش زوجینی که تمایز یافتگی کمتری دارند، انعطاف‌پذیری کمتری دارند، احتمالاً در برابر اضطراب مزمن زناشویی آسیب پذیرترند و توانایی استفاده از راه حل منطقی در رفع مشکلات زندگی را ندارند. هر چه زوجین از میزان دشواری در تنظیم هیجانی بیشتر و تمایز یافتگی خود کمتری برخوردار باشند بیشتر مستعد نارضایتی زناشویی و تعارضات زناشویی هستند. **کلید واژگان:** تعارضات زناشویی، طرحواره‌های ناسازگار اولیه، دشواری در تنظیم هیجانی، تمایز یافتگی خود

۱- کارشناس ارشد، روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم تحقیقات، تهران، ایران

۲- استادیار، گروه راهنمایی و مشاوره، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران (نویسنده مسئول)

مقدمه

رابطه زناشویی به عنوان یکی از مهمترین روابط است که مقدمه تربیت نسل آینده، بهزیستی روانی زوجین و استقلال خود افراد می‌شود (لارسون و هولمن^۱، ۱۹۹۴؛ آریامنش و همکاران، ۱۳۹۲). نباید فراموش کرد که پدید آمدن اختلاف و تعارض^۲ بین زن و شوهر امری غیر طبیعی نیست، به دلیل ماهیت کنش وری همسران در فضای زندگی مشترک، گاه پیش می‌آید که اختلاف دیدگاه بین زوجین روی دهد و یا اینکه نیازهای آنها برآورده نشود (امراهی و همکاران، ۱۳۹۲).

تعارض زناشویی^۳ از ناهماهنگی زن و شوهر در نوع نیازها و روش ارضای آن، خودمحوری در خواسته‌ها و روان پنهان‌های رفتاری آغاز می‌شود و عوامل متعددی می‌تواند بر آن اثرگذار باشد. تعارض در زندگی زناشویی زمانی اتفاق می‌افتد که عدم توافق، ناسازگاری و یا تفاوتی بین زوجین وجود داشته باشد. همچنین، می‌توان تعارض‌های زناشویی را حاصل اختلاف نظر زوجین در زمینه اهداف شخصی، انگیزه‌ها، ارزش‌ها و یا اولویت‌های رفتاری دانست (زیدنر و کلودا^۴، ۲۰۱۳). در رابطه با تعارض زناشویی، عوامل متعددی باعث تعارض میان زوجین می‌شود. یکی از عوامل روانشناختی طرحواره‌ها است که از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است (رفیعی، حاتمی و فروغی، ۱۳۹۰).

یانگ (۱۹۹۸) معتقد است این طرحواره‌ها که وی از آنها به عنوان «یک ساختار یا چارچوب مرجع» یاد می‌کند؛ ساختارهای پایدار و بادوامی هستند که به مثابه عدسی‌هایی بر ادراک فرد از جهان، خود و دیگران اثر می‌گذارد. این طرحواره‌ها در طی تجارب کودکی شکل گرفته و پاسخ فرد به رخدادهای محیطی را کنترل می‌کند (یانگ، ۱۹۹۸؛ شهامت، ثابتی و رضوانی، ۱۳۸۹). طرحواره‌های ناسازگار اولیه موجب سوگیری در تفسیرهای ما از رویدادهای به وجود آمده در زندگی زناشویی می‌شوند، که این سوگیری‌ها در آسیب شناسی روانی میان فردی به صورت سوء تفاهم‌ها، نگرش‌های تحریف شده، گمانه زنی‌های نادرست، هدف و چشم داشت‌های غیر واقع بینانه خود را نشان می‌دهند که تمامی آن‌ها بر زندگی زناشویی می‌تواند اثرگذار باشد (پاسکال، کریستین و جین^۵، ۲۰۰۸).

یکی از عوامل مؤثر دیگر در تعارضات زناشویی، «تنظیم هیجانی» است. تنظیم هیجانی به عنوان فرآیند آغاز، حفظ، تعدیل یا تغییر در بروز، شدت یا استمرار احساس درونی و هیجان مرتبط با فرآیندهای اجتماعی - روانی، فیزیکی در به انجام رساندن اهداف فرد تعریف می‌شود (ویمز و پینا^۶، ۲۰۱۰). از آنجا که تنظیم هیجانی بخش

^۱ Larson, J.H., & Holman, T.B.

^۲ conflict

^۴ Matrital Conflict

^۴ Zeidner, M., & Cloda, I.

^۵ Pascal, A, Christine, A & Jean, L.

^۶ Vimz, B., & Pina, W.

مهمی از زندگی هر فرد را به خود اختصاص می‌دهد، تعجب آور نیست که دشواری در آن می‌تواند زندگی زناشویی افراد را تحت تأثیر خود قرار دهد و منجر به اندوهگینی و حتی آسیب روانی شود (گراس، ۲۰۰۱). دشواری در تنظیم هیجانی در ارتباط با افزایش درگیری‌های زناشویی همراه است. دشواری در تنظیم هیجانی باید نتیجه کمبود توانایی‌ها و قابلیت‌های تنظیم هیجانی باشد. آگاهی و شناخت هیجان‌ات به عنوان استراتژی‌های تنظیمی در امر خانواده خیلی مهم در نظر گرفته می‌شود (کوتینهو^۲ و همکاران، ۲۰۱۰). دشواری در تنظیم هیجان از طریق بروز مشکلاتی در آگاهی، درک و پذیرش هیجان‌ها، فقدان دسترسی به راهبردهای انطباقی در مواجهه با هیجان‌های مختلف و یا ناتوانی در کنترل رفتار به هنگام مواجهه با انگیزتگی‌های شدید هیجانی تعریف می‌شود (گراتز و رومر^۳، ۲۰۰۴). زمانیکه زوجین با رویدادهای عاطفی به شدت منفی رو به رو می‌شوند، اغلب به حالتی بدوی و بقاگرایانه از تعاملات روی می‌آورند. در این نحوه تعامل، زوجین بارها و بارها تلاش میکنند تا رفتارشان را از راههایی همچون تحقیر همسر و یا انتقاد از او (کاتمن^۴، ۱۹۹۴) و یا با بیان خصوصیات منفی همسر توجیه کنند (کریمی، اصلی و میرزایی پوینک، ۱۳۹۲).

بوئن معتقد است سطح تمایز یافتگی فرد در بین خانواده مبدأ رشد می‌کند و به شدت تحت تأثیر پویایی‌ها و تعاملات بین اعضای خود قرار دارد و در زندگی آینده فرد اثر می‌گذارد. او معتقد است که افراد با الگوهای از سبک زندگی و سطح تمایز که در خانواده مبدأ رشد یافته وارد زندگی زناشویی می‌شوند. زن و شوهری که با هم ازدواج کرده‌اند و یک سیستم جدید تشکیل داده‌اند ممکن است به سیستم خانواده‌های قبلی‌شان وابسته باشند و این منجر به بروز تغییراتی در سیستم جدید آنها شود. بسیاری از اوقات تعارض‌هایی که بین زن و شوهر رخ می‌دهد، حاصل تأثیر متقابل این سیستم‌های خانوادگی است. اگر فرد سطح تمایز یافتگی پائینی داشته باشد، بیشتر کار مایه‌اش در فرآیند رابطه خانواده محدود می‌شود. آن‌ها توانایی محدودی برای کنش خارج از واکنش‌های هیجانی، و نظام هیجانی خانواده خواهند داشت. فردی با تمایز یافتگی پایین در موقعیت‌های هیجانی، واکنشی هیجانی نشان می‌دهد که این امر احتمالاً در مشکلات ارتباطی دخیل است (اکبری و همکاران، ۱۳۹۱).

با توجه به اهمیت کارکرد متعادل خانواده و جلوگیری از متلاشی شدن آن و به حداقل رساندن تعارضات زناشویی، شناخت عوامل مرتبط با تعارضات زناشویی که پایه استحکام بخش زندگی خانوادگی است، ضروری به نظر می‌رسد. بنابراین در صورت توجه به عوامل طرحواره‌های ناسازگار اولیه، دشواری در تنظیم هیجانی و تمایز یافتگی خود و تحقیق پیرامون آنها می‌توان انتظار داشت که بتوان بسیاری از مشکلات روانی، عاطفی و اجتماعی خانواده‌ها در کل جامعه کاهش یابد.

۱ Gross, J.J.

۲ Coutinho, J.

۳ Gratz, K., & Roemer, L.

۴ Gottman, J.M.

بشارت، خلیلی خضر آبادی و رضازاده (۱۳۹۵)، در پژوهشی به بررسی نقش واسطه‌ای دشواری در تنظیم هیجان در رابطه بین روان سازه‌های ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی پرداختند. نتایج پژوهش نشان داد که بین روان سازه‌های ناسازگار اولیه، مشکلات زناشویی و دشواری تنظیم هیجان همبستگی مثبت معنادار وجود دارد.

نعیمی و همکاران (۱۳۹۴)، پژوهشی به منظور بررسی رابطه ساختاری سلامت خانواده اصلی، طحوازه هیجانی، نظم دهی هیجان با رغبت به ازدواج در دانشجویان با نقش واسطه‌گری تمایز یافتگی خود انجام دادند. نتایج تحلیل مسیر حاکی بود که داده‌های پژوهش با الگوی پیشنهادی برازش کامل دارد و تمایز یافتگی در رابطه بین سلامت خانواده اصلی و طحوازه هیجانی با رغبت به ازدواج نقش واسطه‌ای دارد.

بلیاد و همکاران (۱۳۹۳)، در پژوهشی به بررسی نقش خانواده اصلی در تمایز خود و تعارضات زناشویی پرداختند. یافته‌ها نشان داد بین کارکرد خانواده اصلی و مؤلفه‌های آن و تعارضات زناشویی ($P < 0/01$) رابطه مثبت و معنادار وجود داشت. خانواده اصلی و مؤلفه‌های آن قادر به پیش‌بینی تعارضات زناشویی و تمایز خود ($P < 0/01$) است. همچنین نتایج آزمون تی نشان دهنده تفاوت معنادار میان تعارضات زناشویی و تمایز خود در خانواده‌های با کارکرد سالم و ناسالم می‌باشد ($P < 0/01$).

هراتیان و همکاران (۱۳۹۳)، به تعیین نقش روان بنه‌های ناسازگار اولیه و دین داری، در پیش‌بینی تعارضات زناشویی زنان متأهل پرداختند. یافته‌ها نشان داد که رابطه نمره کل و مؤلفه‌های روان بنه‌های ناسازگار اولیه و پایبندی مذهبی با تعارضات زناشویی، معنادار بوده ($P < 0/01$) و مؤلفه‌های بریدگی و طرد، پایبندی مذهبی و دوسوگرایی مذهبی، توان پیش‌بینی تعارضات زناشویی را دارند ($RT = 0/352$).

ساداتی و همکاران (۱۳۹۳)، در پژوهشی به تعیین رابطه علی تمایز یافتگی، نورزگرایی و بخشندگی با دلزدگی زناشویی با واسطه تعارضات زناشویی پرداختند. نتایج نشان داد که در کل نمونه، تمامی ضرایب تعیین مسیر بین متغیرها، از لحاظ آماری معنادار بودند.

آریا منش و همکاران (۱۳۹۲)، در پژوهشی به مقایسه تمایز یافتگی بین زوج‌های رضایت‌مند و زوج‌های دارای تعارضات زناشویی در شهر بندر عباس پرداختند. به طور کلی مشخص گردید که زوج‌های رضایت‌مند در مقایسه با زوج‌های دارای تعارضات زناشویی، از تمایز سطح بالاتری برخوردار می‌باشند و همین عامل باعث افزایش رضایت زناشویی در آنان شده است.

بلاج، هاز و لونسون^۱ (۲۰۱۴)، در یک مطالعه طولی ۱۲ ساله چند مرحله‌ای بر روی زوج‌های میانسال (۴۰ تا ۵۰ ساله) و مسن‌تر (۶۰ تا ۷۰ ساله)، به بررسی کاهش احساسات منفی (اندازه‌گیری شده در زمان مباحثات مربوط به تعارضات زناشویی در مرحله اول) و رضایت زناشویی (اندازه‌گیری شده در سه مرحله) پرداختند. بنابر نتایج، توانایی زنان در مدیریت و کاهش احساسات منفی پیش‌بینی کننده سطح بالاتری از رضایت زناشویی هم در مردان و هم در زنان بود. در نتیجه این پژوهش بطور کلی نمایانگر اهمیت مدیریت احساسات منفی زنان و رضایت زناشویی

^۱ Bloch, L., Hasse, C.M., & Levenson, R.W.

می‌باشد و گفتگو و برقراری ارتباط سازنده زنان را به عنوان راهی برای ارتقاء توانایی مدیریت و کاهش احساسات منفی و در نهایت بهبودی رضایت زناشویی معرفی می‌کند.

فریرا^۱ و همکاران (۲۰۱۴)، با بررسی ۴۲۸ زوج، به مطالعه نقش تمایز یافتگی خود در رضایت زناشویی از طریق بررسی رابطه آن با تمایلات جنسی و صمیمیت پرداختند. نتایج نشان داد تمایز یافتگی خود عامل پیش‌بینی کننده میل جنسی، صمیمیت و در نهایت رضایت زناشویی است.

با توجه به اهمیت کارکرد متعادل خانواده و جلوگیری از متلاشی شدن آن و به حداقل رساندن تعارضات زناشویی، شناخت عوامل مرتبط با تعارضات زناشویی که پایه استحکام بخش زندگی خانوادگی است، ضروری به نظر می‌رسد. بنابراین در صورت توجه به عوامل طرحواره‌های ناسازگار اولیه، دشواری در تنظیم هیجانی و تمایز یافتگی خود و تحقیق پیرامون آنها می‌توان انتظار داشت که بتوان بسیاری از مشکلات روانی، عاطفی و اجتماعی خانواده‌ها در کل جامعه کاهش یابد. بنابراین پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی تعارضات زناشویی بر اساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه، دشواری در تنظیم هیجانی و تمایز یافتگی خود در زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره انجام شد. فرضیه های پژوهش عبارت بودند از:

- تعارضات زناشویی در زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره از طریق طرحواره‌های ناسازگار اولیه قابل پیش‌بینی است.
- تعارضات زناشویی در زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره از طریق دشواری در تنظیم هیجانی قابل پیش‌بینی است.
- تعارضات زناشویی در زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره از طریق تمایز یافتگی خود قابل پیش‌بینی است.

روش پژوهش

روش، جامعه و نمونه: روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. همچنین جمع‌آوری داده‌ها با استفاده از ابزار پرسشنامه انجام شد. جامعه انتخاب شده در این پژوهش عبارت بود از کلیه زوجینی که به مراکز مشاوره در سال ۱۳۹۵ مراجعه کرده‌اند. در تحقیقات همبستگی و رگرسیون محققان تعداد ۴۰ نفر را به ازای هر متغیر کافی میدانند (کرامر، ۱۳۸۸). با توجه به اینکه در پژوهش حاضر سه متغیر پیش بین وجود دارد، نمونه آماری پژوهش شامل ۱۲۰ زوج (زن و مرد) بود که با توجه به شرایط مورد نظر پژوهشگر از میان زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره انتخاب شدند. بدین صورت که پس از ترغیب و موافقت کلیه زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره، پرسشنامه تعارضات زناشویی تجدید نظر شده MCQ-R (۱۳۸۶)، بر روی ۱۴۴ زوج اجرا شد، سپس از میان

^۱ Ferreira.L.C.

زوجینی که نمره کسب شده آن‌ها در پرسشنامه تعارضات زناشویی بالاتر از ۱۴۹ بود که نشان دهنده تعارض زناشویی بیش از حد بهنجار، شدید و یا روابط شدیداً آسیب پذیر بود، ۱۲۰ زوج به عنوان نمونه و به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و سایر پرسشنامه های پژوهش در اختیار آنها قرار گرفت.

پرسشنامه تعارضات زناشویی فرم تجدیدنظر شده MCQ-R (۱۳۸۶): این پرسشنامه یک ابزار ۵۴ سؤالی است که برای سنجیدن تعارضات زن و شوهری ساخته شده است که ۸ حیطه تعارض زوجین شامل کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش‌های هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزند (ان)، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه فردی با خویشاوندان همسر و دوستان، جدا کردن امور مالی از یکدیگر و کاهش ارتباط مؤثر را بررسی می‌کند. آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه روی یک گروه ۲۷۰ نفری برابر با ۰/۹۶ به دست آمد. «پرسشنامه تعارضات زناشویی» از روایی محتوایی خوبی برخوردار است. در مرحله تحلیل محتوای آزمون، پس از اجرای مقدماتی و محاسبه همبستگی هر سؤال با کل پرسشنامه و مقیاس‌های آن به دلیل همبستگی مناسب تمام سؤالات، هیچ سؤالی حذف نشد.

پرسشنامه طرحواره یانگ (نسخه سوم فرم کوتاه، ۲۰۰۵): پرسشنامه طرحواره یانگ (یانگ و براون، ۱۹۹۰، ۲۰۰۱)، یک ابزار اندازه‌گیری خود گزارشی به منظور ارزیابی طرحواره‌ها است. دارای ۹۰ گویه است. گویه‌ها به وسیله طرحواره‌ها گروه‌بندی شده‌اند. ۱۸ طرحواره که در ۵ حیطه طرحواره مطرح شده است. در بررسی ویژگی‌های روان سنجی پرسشنامه طرحواره یانگ-نسخه سوم- فرم کوتاه، به این نتیجه رسیدند که ضریب آلفای کرونباخ ۹۴ درصد، روایی همزمان با مقیاس "نگرش‌های ناکارآمد" ۶۵ درصد، حساسیت، ۵۸/۵ درصد، ویژگی ۷۱/۵ درصد و نقطه برش، ۲۷/۶ درصد حاصل شد (صدری کوپایی، ۱۳۸۸).

پرسشنامه دشواری‌های تنظیم هیجانی DERS (۲۰۰۴): این مقیاس یک پرسشنامه ۳۶ آئمی چند بعدی خودگزارشی با ۶ خرده مقیاس است که علاوه بر اینکه تنظیم هیجانی را ارزیابی میکند، دشواری در تنظیم هیجانی را نیز می‌سنجد. خرده مقیاس‌های این پرسشنامه عبارتند از: عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی، دشواری‌های دست زدن به رفتار هدفمند، دشواری‌های کنترل تکانه، فقدان آگاهی هیجانی، دسترسی محدود به راهبردهای تنظیم هیجانی، فقدان شفافیت هیجانی. نتایج مربوط به بررسی پایایی، نشان می‌دهد که این مقیاس دارای همسانی درونی بالا (کل مقیاس $\alpha=0/93$) است. در رابطه با روایی نیز بررسی‌ها نشانگر روایی سازه و پیش‌بین کافی برای این مقیاس است (گراتز و رومر، ۲۰۰۴).

پرسشنامه تمایز یافتگی خود DSI (۱۹۹۸): این پرسشنامه نخستین بار در سال ۱۹۹۸ توسط اسکورن و فریدلندر^۱ با ۴۳ سؤال طراحی و اجرا شد. سپس در سال ۲۰۰۳ مورد بازبینی قرار گرفت و با ۴۶ سؤال تنظیم شد که به منظور سنجش میزان تمایز یافتگی افراد به کار می‌رود. این پرسشنامه دارای ۴ خرده مقیاس واکنش پذیری عاطفی، جایگاه من، گریز عاطفی و هم آمیختگی با دیگران است.

ضریب آلفای کرونباخ گزارش شده توسط اسکورن و فریدرلندر برای این پرسشنامه ۰/۸۸ است (ثباتی ذاکر، ۱۳۸۷). به منظور اطمینان از روایی این پرسشنامه، از ۱۰ نفر از صاحب‌نظران در این زمینه نظرخواهی شد که روایی محتوایی این ابزار را مورد تأیید قرار دادند.

در این پژوهش اولین گام در تجزیه و تحلیل داده‌های جمع‌آوری شده، محاسبه شاخص‌های آمار توصیفی (میانگین، واریانس و انحراف معیار) برای داده‌ها و گام بعدی، بررسی همبستگی و پیش‌بینی از طریق انجام رگرسیون همزمان و گام به گام بود که توسط نرم افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها

با توجه به جدول (۱) از تعداد ۲۴۰ نفر شرکت کننده، ۱۷۹ نفر معادل ۷۴/۶ درصد دارای تعارضات زناشویی بیش از حد بهنجار و ۶۱ نفر معادل ۲۵/۴ درصد دارای تعارض شدید بودند. بنابراین تمامی زوجین، دارای سطحی بیش از حد بهنجار تعارض بودند. میانگین تعارض بیش از حد بهنجار ۱۷۳/۹۲ و تعارض شدید و یا روابط آسیب پذیر ۱۸۹/۷۳ محاسبه شد.

جدول ۱: شاخص‌های توصیفی مربوط به تعارضات زناشویی

شاخص	فراوانی	درصد	میانگین
تعارض بیش از حد بهنجار (۱۸۶-)	۱۷۹	۷۴/۶	۱۷۳/۹۲
تعارض شدید و روابط شدیداً آسیب پذیر (۱۸۷ به بالا)	۶۱	۲۵/۴	۱۸۹/۷۳
مجموع	۲۴۰	۱۰۰	۱۷۷/۹۴

با توجه به جدول (۲)، همبستگی بین دشواری در تنظیم هیجانی با تعارضات زناشویی ۰/۳۲۲ می‌باشد و همبستگی بین تمایز یافتگی خود با تعارضات زناشویی ۰/۳۴۱- است که این مقادیر در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار هستند. براساس نتایج حاصله مشخص می‌شود که بین هیچ یک از طرحواره‌های ناسازگار اولیه با تعارضات زناشویی همبستگی معناداری وجود ندارد ($p > 0/05$).

جدول ۲: ضرایب همبستگی بین متغیرهای پیش بین و تعارضات زناشویی و مؤلفه‌های آن

متغیر	تعارضات زناشویی همکاری	کاهش رابطه جنسی	کاهش واکنش هیجانی	افزایش جلب حمایت فرزند	افزایش رابطه با خویشاوندان خود	کاهش رابطه با خویشاوندان امور مالی همسر	جدا کردن کاهش ارتباط مؤثر
عدم پذیرش پاسخهای هیجانی	۰/۱۴۶ *	۰/۰۸۰	۰/۱۰۴	۰/۱۵۳ *	۰/۱۳۰ *	۰/۱۰۶	۰/۱۴۴ *
دشواری‌های دست زدن به رفتار هدفمند	۰/۱۷۲ **	۰/۰۸۱	۰/۱۴۷ *	۰/۱۸۲ **	۰/۱۵۲ *	۰/۱۲۳	۰/۱۷۶ **
دشواری کنترل تکانه	۰/۱۷۶ **	۰/۱۱۶	۰/۱۲۸ *	۰/۱۷۸ **	۰/۱۶۵ *	۰/۱۲۵	۰/۱۶۷ **
فقدان آگاهی هیجانی	۰/۱۵۲ *	۰/۰۶۸	۰/۱۶۴ *	۰/۱۶۲ *	۰/۱۶۶ *	۰/۰۶۶	۰/۱۲۷ *
دسترسی محدود به راهبردهای تنظیم هیجانی	۰/۱۲۶	۰/۰۴۳	۰/۰۹۷	۰/۱۳۹ *	۰/۱۰۱	۰/۱۱۶	۰/۱۳۴ *
فقدان شفافیت هیجانی	۰/۰۸۱	۰/۰۲۸	۰/۰۷۵	۰/۰۹۴	۰/۱۰۴	۰/۰۳۸	۰/۰۶۱
دشواری در تنظیم هیجانی	۰/۳۲۲ **	۰/۱۴۶ *	۰/۲۵۲ **	۰/۳۴۶ **	۰/۲۵۶ **	۰/۳۱۸ **	۰/۳۴۳ **
واکنش پذیری عاطفی	۰/۱۶۲ *	۰/۰۸۲	۰/۱۳۳ *	**	۰/۱۴۴ *	۰/۱۳۴ *	۰/۱۶۱ *
جایگاه من	۰/۲۶۴ **	۰/۱۷۸	**	**	۰/۲۶۴ **	۰/۱۷۷ **	۰/۲۲۳ **
گریز عاطفی	۰/۱۶۸ **	۰/۱۰۹	۰/۱۶۱ *	**	۰/۱۴۴ *	۰/۱۱۱	۰/۱۶۸ **
هم آمیختگی با دیگران	۰/۱۸۸ **	۰/۲۱۵	۰/۱۳۵ *	۰/۱۳۳ *	۰/۱۸۸ **	۰/۰۶۹	۰/۱۲۴
تمایز یافتگی خود	۰/۳۴۱ **	۰/۲۸۲	۰/۲۸۲	۰/۳۰۳	۰/۳۲۶ **	۰/۱۹۵ **	۰/۲۸۰ **
رهاشدگی / بی‌ثباتی	۰/۱۰۸	۰/۰۴۷	۰/۱۰۳	۰/۱۱۴	۰/۱۱۴	۰/۱۱۶	۰/۱۲۵
بی‌اعتمادی / بدرفتاری	۰/۰۶۶	۰/۰۰۵	۰/۰۰۲	۰/۰۷۷	۰/۰۴۱	۰/۱۲۵	۰/۰۷۵
محرومیت هیجانی	۰/۰۱۲	۰/۰۶۲	۰/۰۲۱	۰/۰۲۵	۰/۰۱۹	۰/۰۶۲	۰/۰۴۳
نقص / شرم	۰/۰۱۸	۰/۰۷۱	۰/۰۲۳	۰/۰۳۹	۰/۰۰۴	۰/۰۸۶	۰/۰۵۳
انزوای اجتماعی	۰/۰۵۹	۰/۰۱۶	۰/۰۲۳	۰/۰۷۶	۰/۰۲۸	۰/۱۲۵	۰/۰۷۳

-.۰۰۵۶	-.۰۰۵۲	-.۰۰۴۴	-.۰۰۳۱	-.۰۰۸۹	-.۰۰۷۴	-.۰۰۹۷	-.۰۰۱۹	-.۰۰۶۵	؛ابستگی / بی‌کفایتی
.۰۰۰۳	-.۰۰۰۶	.۰۰۱۷	-.۰۰۱۷	-.۰۰۵۳	-.۰۰۵۴	-.۰۰۵۴	.۰۰۵۰	-.۰۰۱۷	آسیب‌پذیری نسبت به ضرر
-.۰۰۱۱	-.۰۰۴۵	.۰۰۰۳	-.۰۰۹۰	-.۰۰۵۷	-.۰۰۶۱	-.۰۰۴۶	.۰۰۳۳	-.۰۰۳۸	گرفتار / خویشتن تحول نیافته
-.۰۰۳۶	-.۰۰۵۶	.۰۰۰۴	-.۰۰۴۳	-.۰۰۴۲	-.۰۰۴۹	-.۰۰۳۵	-.۰۰۱۵	-.۰۰۳۸	شکست
-.۰۰۸۹	-.۰۰۱۱۵	-.۰۰۵۳	-.۰۰۱۴۲ *	-.۰۰۸۹	-.۰۰۱۱۹	-.۰۰۸۶	-.۰۰۰۸	-.۰۰۱۰۳	استحقاق / بزرگ منشی
-.۰۰۴۰	-.۰۰۷۷	-.۰۰۰۶	-.۰۰۲۶	-.۰۰۵۲	-.۰۰۴۶	-.۰۰۷۶	-.۰۰۲۵	-.۰۰۴۵	خویشتن داری / خودانضباطی ناکافی
-.۰۰۰۵	-.۰۰۵۲	.۰۰۲۲	-.۰۰۱۲۰	-.۰۰۱۹	-.۰۰۳۷	-.۰۰۲۵	.۰۰۴۳	-.۰۰۲۷	اطاعت
-.۰۰۹۷	-.۰۰۱۱۹	-.۰۰۳۳	-.۰۰۱۲۶	-.۰۰۸۵	-.۰۰۹۶	-.۰۰۶۹	-.۰۰۴۷	-.۰۰۹۷	ایثار
.۰۰۱۸	.۰۰۱۷	.۰۰۲۴	-.۰۰۰۵	-.۰۰۰۶	.۰۰۲۴	.۰۰۱۹	.۰۰۳۴	.۰۰۱۹	پذیرش جویی / جلب توجه
.۰۰۴۱	-.۰۰۱۱	.۰۰۵۷	-.۰۰۱۷	.۰۰۱۰	.۰۰۰۳	-.۰۰۰۳	.۰۰۱۰۳	.۰۰۲۶	منفی‌گرایی / بدبینی
-.۰۰۸۸	-.۰۰۹۳	-.۰۰۴۷	-.۰۰۱۰۵	-.۰۰۱۲۴	-.۰۰۱۱۲	-.۰۰۹۲	.۰۰۱۰	-.۰۰۹۶	بازداری هیجانی
-.۰۰۰۷	-.۰۰۲۶	-.۰۰۰۹	-.۰۰۵۳	-.۰۰۷۰	-.۰۰۵۰	-.۰۰۳۵	.۰۰۲۷	-.۰۰۳۱	معیارهای سخت‌گیرانه
-.۰۰۷۴	-.۰۰۱۲۸ *	-.۰۰۴۹	.۰۰۱۴۷ *	-.۰۰۷۰	-.۰۰۱۱۱	-.۰۰۵۵	-.۰۰۱۲	-.۰۰۹۴	تنبیه

$p < .01$ * $p < .05$ *

فرضیه ۱: تعارضات زناشویی در زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره از طریق طرحواره‌های ناسازگار اولیه قابل پیش‌بینی است.

برای بررسی این فرضیه از آزمون تحلیل رگرسیون همزمان استفاده شد. مقدار همبستگی طرحواره‌های ناسازگار اولیه با متغیر تعارضات زناشویی $0/266$ می‌باشد و $7/1$ درصد از تغییرات تعارضات زناشویی را تبیین می‌نماید.

براساس آماره $F (0/935)$ و سطح معناداری آن ($0/536$) با توجه به مقدار آن برای طرحواره‌های ناسازگار اولیه که معنادار نمی‌باشد ($p > 0/05$)، میزان ضرایب همبستگی چندگانه و ضریب تبیین بدست آمده معنادار نمی‌باشند.

جدول ۳: ضرایب رگرسیونی استاندارد و غیراستاندارد متغیرهای پیش‌بین

سطح معنادار ی	آماره T	ضرایب غیر استاندارد		ضرایب استاندارد	B	خطای استاندارد
		ضرایب استاندارد	β			
۰/۰۰۱	۳۷/۰۸	-	-	۲/۶۹	۱۸۰/۷۱	مقدار ثابت
۰/۰۵۵	-۱/۹۲	-۰/۱۷۹	-۰/۱۷۹	۰/۱۵۶	-۰/۳۰۱	رهاشدگی / بی‌ثباتی
۰/۹۳۹	-۰/۰۷۶	-۰/۰۰۸	-۰/۰۰۸	۰/۲۰۵	-۰/۰۱۶	بی‌اعتمادی / بد رفتاری
۰/۴۸۵	۰/۶۹۹	۰/۰۷۲	۰/۰۷۲	۰/۲۱۰	۰/۱۴۷	محرومیت هیجانی
۰/۶۱۰	۰/۵۱۱	۰/۰۵۵	۰/۰۵۵	۰/۲۵۱	۰/۱۲۸	نقص / شرم
۰/۵۶۲	-۰/۵۸۰	-۰/۰۶۸	-۰/۰۶۸	۰/۳۰۴	-۰/۱۷۷	انزوای اجتماعی
۰/۶۰۷	-۰/۵۱۵	-۰/۰۴۶	-۰/۰۴۶	۰/۱۹۰	-۰/۰۹۸	وابستگی / بی‌کفایتی
۰/۵۵۵	۰/۵۹۱	۰/۰۵۷	۰/۰۵۷	۰/۲۴۶	۰/۱۴۵	آسیب‌پذیری نسبت به ضرر
۰/۹۴۲	-۰/۰۷۲	-۰/۰۰۹	-۰/۰۰۹	۰/۲۰۱	-۰/۰۱۵	گرفتار / خویشتن تحول نیافته
۰/۶۳۳	۰/۴۷۸	۰/۰۳۹	۰/۰۳۹	۰/۱۷۶	۰/۰۸۴	شکست
۰/۲۲۲	-۱/۲۲	-۰/۰۸۷	-۰/۰۸۷	۰/۰۸۳	-۰/۱۰۱	استحقاق / بزرگ منشی
۰/۹۰۵	-۰/۱۲۰	-۰/۰۱۰	-۰/۰۱۰	۰/۱۴۳	-۰/۰۱۷	خویشتن داری / خودانضباطی ناکافی
۰/۵۸۲	۰/۵۵۲	۰/۰۵۱	۰/۰۵۱	۰/۱۷۷	۰/۰۹۸	اطاعت
۰/۱۵۴	-۱/۴۳	-۰/۱۳۶	-۰/۱۳۶	۰/۱۶۱	-۰/۲۳۰	ایثار
۰/۱۴۳	۱/۴۷	۰/۱۵۲	۰/۱۵۲	۰/۱۹۲	۰/۲۸۲	پذیرش جویی / جلب توجه
۰/۳۴۸	۰/۹۴۰	۰/۰۹۳	۰/۰۹۳	۰/۱۸۹	۰/۱۷۸	منفی‌گرایی / بدبینی
۰/۰۸۴	-۱/۷۳	-۰/۱۶۳	-۰/۱۶۳	۰/۱۵۱	-۰/۲۶۳	بازداری هیجانی
۰/۶۶۵	۰/۴۳۴	۰/۰۵۳	۰/۰۵۳	۰/۱۹۹	۰/۰۸۶	معیارهای سخت‌گرایانه
۰/۳۱۰	-۱/۰۱	-۰/۰۷۸	-۰/۰۷۸	۰/۱۴۲	-۰/۱۴۴	تنبیه

با توجه به جدول (۳) سطح معناداری هیچ کدام از طرحواره‌های ناسازگار اولیه معنادار نیست (۰/۰۵) $(p >)$ ، بنابراین هیچ کدام تأثیری در پیش‌بینی تعارضات زناشویی ندارند. با توجه به این نتایج، فرضیه پژوهش تأیید نمی‌گردد.

فرضیه ۲: تعارضات زناشویی در زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره از طریق دشواری در تنظیم هیجانی قابل پیش‌بینی است.

برای بررسی این فرضیه از آزمون تحلیل رگرسیون همزمان استفاده شد. مقدار همبستگی مؤلفه‌های دشواری در تنظیم هیجانی با متغیر تعارضات زناشویی ۰/۲۴۹ می‌باشد و ۶/۲ درصد از تغییرات تعارضات

زناشویی را تبیین می‌نمایند. براساس آماره $F(2/56)$ که معنادار می‌باشد ($p < 0/05$)، میزان ضرایب همبستگی چندگانه و ضریب تبیین بدست آمده معنادار می‌باشند.

جدول ۴: ضرایب رگرسیونی استاندارد و غیراستاندارد متغیرهای پیش‌بین

سطح معناداری	آماره T	ضرایب غیر استاندارد			مقدار ثابت
		ضرایب استاندارد	خطای استاندارد	B	
۰/۰۰۱	۶۹/۹۱	-	۲/۵۰	۱۷۴/۹۴	مقدار ثابت
۰/۵۷۲	۰/۵۶۶	۰/۱۰۱	۰/۲۹۷	۰/۱۶۸	عدم پذیرش پاسخهای هیجانی
۰/۱۰۵	۱/۶۲	۰/۳۱۷	۰/۳۷۵	۰/۶۰۹	دشواری‌های دست زدن به رفتار هدفمند
۰/۰۳۹	۲/۰۷	۰/۳۶۵	۰/۲۹۱	۰/۶۰۴	دشواری کنترل تکانه
۰/۲۸۱	۱/۰۸	۰/۱۶۱	۰/۲۷۵	۰/۲۹۸	فقدان آگاهی هیجانی
۰/۰۴۲	۲/۰۴	۰/۴۰۴	۰/۲۵۵	۰/۵۲۳	دسترسی محدود به راهبردهای تنظیم هیجانی
۰/۰۹۳	۱/۶۸	۰/۱۹۷	۰/۲۶۶	۰/۴۴۸	فقدان شفافیت هیجانی

با توجه به جدول (۴)، تأثیر دشواری کنترل تکانه در پیش‌بینی تعارضات زناشویی، مثبت و به اندازه $0/365$ بوده است، و تأثیر دسترسی محدود به راهبردهای تنظیم هیجانی در پیش‌بینی تعارضات زناشویی $0/404$ ، می‌باشد که با توجه به مقادیر آزمون t و سطح معناداری آن که در جدول ارائه شده است، این مقادیر معنادار هستند ($p < 0/05$). همچنین با توجه به اینکه سطح معناداری برای مؤلفه‌های عدم پذیرش پاسخهای هیجانی، دشواری‌های دست زدن به رفتار هدفمند، فقدان آگاهی هیجانی و فقدان شفافیت هیجانی معنادار نشده است ($p > 0/05$) بنابراین این مؤلفه‌ها تأثیر معناداری در پیش‌بینی تعارضات زناشویی ندارند.

بر اساس این نتایج پاسخ به فرضیه پژوهش بدین گونه است که تعارضات زناشویی در زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره از طریق مؤلفه‌های دشواری کنترل تکانه و دسترسی محدود به راهبردهای تنظیم هیجانی قابل پیش‌بینی است.

فرضیه ۳: تعارضات زناشویی در زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره از طریق تمایزیافتگی خود قابل پیش‌بینی است.

برای بررسی این فرضیه از آزمون تحلیل رگرسیون همزمان استفاده شد. مقدار همبستگی مؤلفه‌های تمایزیافتگی خود با متغیر تعارضات زناشویی $0/362$ می‌باشد و $13/1$ درصد از تغییرات تعارضات زناشویی را تبیین می‌نمایند. براساس آماره $F(8/84)$ که معنادار می‌باشد ($p < 0/01$)، میزان ضرایب همبستگی چندگانه و ضریب تبیین بدست آمده معنادار می‌باشند.

جدول ۵: ضرایب رگرسیونی استاندارد و غیراستاندارد متغیرهای پیش‌بین

سطح معناداری	آماره T	ضرایب غیر استاندارد		ضرایب استاندارد	
		β	خطای استاندارد	B	
۰/۰۰۱	۱۹/۸۵	-	۱۲/۳۶	۲۴۵/۴۷	مقدار ثابت
۰/۱۵۲	-۱/۴۳	-۰/۰۹۱	۰/۳۳۰	-۰/۴۷۵	واکنش‌پذیری عاطفی
۰/۰۰۱	-۳/۶۶	-۰/۲۳۳	۰/۳۱۲	-۱/۱۴	جایگاه من
۰/۰۷۵	-۱/۷۹	-۰/۱۱۱	۰/۳۰۷	-۰/۵۵۰	گریز عاطفی
۰/۰۰۲	-۳/۱۱	-۰/۱۹۰	۰/۱۵۰	-۰/۴۶۹	هم آمیختگی با دیگران

با توجه به جدول (۵)، تأثیر جایگاه من در پیش‌بینی تعارضات زناشویی، منفی و به اندازه $-۰/۲۳۳$ بوده است، و تأثیر مؤلفه هم آمیختگی با دیگران در پیش‌بینی تعارضات زناشویی $-۰/۱۹۰$ می‌باشد که با توجه به مقادیر آزمون t و سطح معناداری آن که در جدول ارائه شده است، این مقادیر معنادار هستند ($p < ۰/۰۱$). همچنین با توجه به اینکه سطح معناداری برای مؤلفه‌های واکنش‌پذیری عاطفی و گریز عاطفی معنادار نشده است ($p > ۰/۰۵$) بنابراین این مؤلفه‌ها تأثیر معناداری در پیش‌بینی تعارضات زناشویی ندارند.

بحث و نتیجه‌گیری

با توجه به نتایج به دست آمده از فرضیه اول مقدار هیچ یک از مؤلفه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه معنادار نیست ($p > ۰/۰۵$)، بنابراین هیچکدام تأثیری معنادار در پیش‌بینی تعارضات زناشویی ندارند. این نتایج با مطالعه هراتیان و همکاران (۱۳۹۳)، ناهمسوست.

در تبیین نتایج این فرضیه می‌توان گفت عدم توان پیش‌بینی تعارضات زناشویی ممکن است به دلیل ادراک پاسخ دهندگان از طرحواره‌ها باشد و یا ممکن است طرحواره‌ها، پیامدهای منفی برای زوجین که خود در تعارضات زناشویی تأثیر دارد بجا نگذاشته باشند. ممکن است در نمونه مورد بررسی زوجین قادر به مدیریت تعارضات زناشویی خود بودند و یا تعارضات زناشویی آنها مربوط به عوامل دیگری از قبیل تمایز یافتگی خود، دشواری در تنظیم هیجانی و رفتار بین فردیشان بوده و ناشی از طرحواره‌های آنان نبوده باشد. یافته‌های پژوهش نشان داد که دشواری در تنظیم هیجانی و تعارضات زناشویی رابطه مثبت معنادار دارند. این یافته با نتایج پژوهش بشارت، خلیلی خضرآبادی و رضازاده (۱۳۹۵) همسوست. در تبیین کلی این فرضیه می‌توان گفت که غالب تحقیقات در مورد تنظیم هیجانی بر پایه این مفروضه قرار دارد که هدف تنظیم هیجانی حمایت، شکل‌گیری عزت نفس، کارآمدی شخص و فردیت شخص می‌باشد. این مسئله با افزایش هیجانان مثبت و اجتناب از هیجانان منفی برای شکل‌گیری خوشبختی فرد قابل طرح

است. به عبارتی دیگر تنظیم هیجانی به منظم کردن و تنظیم فرآیندهای احساسی گفته می‌شود، پس دشواری در تنظیم هیجانی به معنای بی‌نظمی احساسات است. وقتی که احساسات مردم دچار بی‌نظمی می‌شود آنها احساس از دست دادن کنترل را گزارش می‌دهند. آنها مستعد انجام و گفتن چیزهایی هستند که در حالت عادی انجام نخواهند داد. پس می‌توان گفت که افرادی که این حالات را گزارش می‌کنند در زندگی زناشویی دارای تعارضات زناشویی بالا یا به عبارتی دیگر رضایت زناشویی بالایی ندارند، پس در نتیجه عدم تنظیم هیجان‌ات یا دشواری در تنظیم هیجانی می‌توان تعارضات زناشویی بالایی را از زوجین انتظار داشت. در تبیین این یافته همچنین می‌توان چنین گفت که افرادی که قادر نیستند هیجانهای خود را کنترل کنند، هنگام روبرو شدن با یک تجربه مشکل‌زا نمی‌توانند رفتارهایشان را طوری تنظیم کنند که به اهدافشان برسند. این گونه افراد، یا به اندازه کافی قادر به تحمل تجارب هیجانی و ادامه دادن رفتار معطوف به هدف نیستند، و یا به تجارب هیجانی اجازه نمی‌دهند که سیر طبیعی خود را طی کنند. این افراد از راهبردهای غیر انطباقی تنظیم هیجان مثل خود سرزنش‌گری، فاجعه‌نمایی و نشخوار فکری استفاده میکنند که منجر به پریشانی هیجانی، مشکلات رفتاری و افسردگی میشود (گارنفسکی و همکاران، ۲۰۰۲). آنها همچنین تمایل دارند که از تماس نزدیک اجتناب کنند و از اینکه توسط طرف مقابل خود کنترل شوند می‌ترسند. این افراد چون نمی‌توانند به طور مؤثر پاسخ‌های هیجانی خود را نسبت به رویدادهای روزمره مدیریت کنند، دوره‌های شدیدتر و طولانی‌تر ناراحتی‌های روانی را تجربه میکنند (منین و فرسکو، ۲۰۰۹). همچنین افرادی که دشواری در تنظیم هیجانی دارند، اختلالات روانی و شخصیتی بیشتری دارند (براکت و سالووی، ۲۰۰۴). افرادی که تنظیم هیجان برای آنها دشوار است، در زندگی زناشویی خود با مشکلات بیشتری مواجه می‌شوند و از زندگی زناشویی خود رضایت کمتری می‌برند (بشارت، تاج‌دین و غلامعلی لواسانی، ۱۳۹۶).

با توجه به نتایج، از میان مؤلفه‌های تمایز‌یافتگی خود تنها مؤلفه‌های جایگاه من و هم‌آمیختگی با دیگران میتوانند تعارضات زناشویی را پیش‌بینی کنند. یافته‌های معنادار منفی پژوهش را می‌توان همسو با نتایج تحقیقات ساداتی و همکاران (۱۳۹۳)، آریا منش و همکاران (۱۳۹۲)، کنیگا (۲۰۱۴) دانست. در تبیین رابطه منفی و معنادار تمایز یافتگی با تعارضات زناشویی می‌توان گفت که سطح تمایز یافتگی در حکم نشانه میزان استقلال عاطفی از خانواده می‌تواند عامل پیش‌بینی برای تعارضات زناشویی در نظر گرفته شود. در این رابطه با در نظر گرفتن چارچوب نظریه بوئن می‌توان این‌گونه تبیین کرد که زوج‌های جوان شبکه‌های معیوب زناشویی به رویدادها، واکنش‌های عاطفی و هیجانی شدید و غیرارادی نشان می‌دهند و معمولاً در برابر مشکلات اندک نیز دچار اختلال میشوند و این آستان پیامدهای ناگواری برای خانواده‌ها و تهدیدی برای سازگاری زناشویی زوجین به شمار می‌رود. بوئن معتقد است افرادی که تمایز

کمتری دارند، انعطاف پذیری کمتری دارند. آنها احتمالاً در برابر اضطراب مزمن زندگی زناشویی بیشتر آسیب پذیرند و توانایی استفاده از راه حل منطقی در رفع مشکلات زندگی را ندارند. چنین افرادی به سمت اتکا و وابستگی به همسرشان تمایل دارند (کر و بوئن، ۱۹۸۸). زوجهایی که تمایز یافتگی پایینی دارند در برخورد با مسائل و مشکلات زندگی توانایی تصمیم گیری عقلانی کمتری دارند و بیشتر احساسی عمل میکنند. همچنین این زوجها به دلیل وابستگی به سیستم خانواده قبلیشان و تداخل دو سیستم دچار مشکلاتی می شوند که سبب افزایش درگیریها و نارضایتیهای زناشویی می شود. در مجموع این اضطرابهای برآمده از تمایز نیافتگی همسران در زندگی زناشویی به اختلاف میان آنها می انجامد (عارفی، رحیمی و شیخ اسمعیلی، ۱۳۹۵).

همچنین می توان گفت زوجینی که دارای سطوح پایین تمایز یافتگی هستند، در زمان ازدواج بلوغ عاطفی کمتری دارند، ظرفیت محدودتری برای صمیمیت و یکی شدن دارند و برای پایداری روابطشان، خود رهبری شان را قربانی ازدواج می کنند. در این حالت زوجها در شرایط استرس زا دچار اختلال در کارکرد زناشویی می شوند و از آنجا که قدرت کمتری در برخورد منطقی با مشکلات دارند به تعارضات زناشویی دامن می زنند (طالبی و همکاران، ۱۳۹۱). افرادی که سطح تمایز یافتگی پایین دارند اضطراب بالاتر و آمیختگی بیشتری بین عقل و احساساتشان دارند و در روابط با دیگران دچار تنش های عاطفی می شوند. با توجه به نتایج، تنها دو متغیر دشواری در تنظیم هیجانی و تمایز یافتگی خود با هم ۲۰/۷ درصد از واریانس تعارضات زناشویی را تبیین می نمایند. یافته های معنادار پژوهش با نتایج تحقیقات بشارت، تاج دین و غلامعلی لواسانی (۱۳۹۶)، بلیاد و همکاران (۱۳۹۳) همسوست. در تبیین رابطه معنادار مؤلفه های دشواری در تنظیم هیجانی و تعارضات زناشویی می توان گفت در رویکردهای نوین، علت اختلالات هیجانی به نقص در کنترل های شناختی نسبت داده می شود، بطوریکه ناتوانی در کنترل هیجان منفی، ناشی از وجود افکار و باورهای منفی درباره نگرانی و استفاده از شیوه مقابله ای است. سبک های مقابله مشتمل بر کوشش های از نوع عملی و درون روانی برای مهار مقتضیات درونی و محیطی و تعارض های میان آنهاست. پس تفاوت های افراد در استفاده از سبک های مختلف تنظیم هیجانی موجب پیامدهای شناختی و اجتماعی و روابط میان فردی مختلفی می شود. زوجین متعارض در یک سری الگوهای خشک و چرخه های تعاملی که توسط خود آنها تقویت میگردد و بارها تکرار می شود، گیر می افتند و عدم توانایی آنها برای تحمل هیجاناتی که در آنها گیر افتاده اند، منجر به باقی ماندن آنها در آشفتگی و ناسازگاری بیشتر مسائل غیر قابل حل می شود (درگاهی و همکاران، ۱۳۹۴).

با توجه به نتایج کلی به دست آمده در این پژوهش می توان اینگونه نتیجه گیری نمود که زوجینی که دشواری در تنظیم هیجانی دارند، هنگام روبرو شدن با یک تجربه مشکل زا نمی توانند رفتارهایشان را طوری تنظیم کنند که به اهدافشان برسند. آنها هنگامی که در تنظیم هیجانات خود به مشکل بر می خورند، ممکن است کنترل احساسات خود را از دست داده و گاه دست به اعمالی بزنند که در حالت عادی از آن

امتناع می‌ورزند، از سوی دیگر، زوجینی که تمایز یافتگی کمتری دارند، انعطاف‌پذیری کمتری دارند، احتمالاً در برابر اضطراب مزمن زناشویی آسیب‌پذیرترند و توانایی استفاده از راه حل منطقی در رفع مشکلات زندگی را ندارند. هر چه زوجین از میزان دشواری در تنظیم هیجانی بیشتر و تمایز یافتگی خود کمتری برخوردار باشند بیشتر مستعد نارضایتی زناشویی و تعارضات زناشویی هستند. بنابراین پیشنهاد می‌شود: ۱- مشاوران در کار با زوجین انجام تست‌های دشواری در تنظیم هیجانی و تمایز یافتگی خود را در دستور کار خود قرار دهند. ۲- با توجه به اهمیت دو متغیر دشواری در تنظیم هیجانی و تمایز یافتگی خود و نقش آنها در تعارضات زناشویی، کلاس‌ها و دوره‌های آموزشی و مشاوره فردی برای زوجین برگزار شود. ۳- به زوجین روش‌های مناسب مدیریت و کاهش تعارضات آموزش داده شود. ۴- قبل از ازدواج سطح آگاهی افراد را از طریق کلاس‌های آموزشی و مشاوره فردی افزایش دهند.

منابع

- آریا منش، صابر، فلاح چای، سید رضا و زارعی، اقبال (۱۳۹۲). مقایسه تمایز یافتگی بین زوج‌های رضایت‌مند و زوج‌های دارای تعارضات زناشویی در شهر بندر عباس. پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره. دانشگاه فردوسی مشهد (۱). ۸۱-۹۸.
- اکبری، ابراهیم، فهیمی، صمد، امیری پیچا کلایی، احمد، عظیمی، زینب، رحیم خانلی، معصومه و بیرامی، منصور (۱۳۹۱). نقش تمایز یافتگی خود و هوش هیجانی در پیش‌بینی رضایت زناشویی. مجله بر خط دانش روان‌شناختی. ۱ (۴).
- امر الهی، ریحانه، روشن چسلی، رسول، شعیری، محمدرضا و نیک آذین، امیر (۱۳۹۲). تعارضات زناشویی، رضایت زناشویی و رضایت جنسی: مقایسه زنان دارای ازدواج‌های فامیلی و غیر فامیلی. فصلنامه روان‌شناسی بالینی و شخصیت. دانشگاه شاهد. ۲۰ (۸).
- بشارت، محمد علی، تاج دین، ساره و غلامعلی لواسانی، مسعود (۱۳۹۶). نقش میانجی‌گر دشواری نظم‌جویی هیجان در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و تعارضات زناشویی. مجله علوم روانشناختی. ۱۶ (۶۱).
- بشارت، محمد علی، خلیلی خضر آبادی، مهدیه و رضا زاده، سید محمدرضا (۱۳۹۵). نقش واسطه‌ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین روان‌سازگارهای ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی. فصلنامه روانشناسی خانواده. ۳ (۲)، ۲۷-۴۴.
- بلیاد، محمد رضا، ناهیدپور، فرزانه، آزادی، شهدخت و یادگاری، هاجر (۱۳۹۳). نقش خانواده اصلی در تمایز خود و تعارضات زناشویی. مجله روان پرستاری. ۲ (۲)، ۸۱-۹۱.

- ثنایی ذاکر، باقر، علاقبند، ستیلا، فلاحتی، شهره و هومن، عباس (۱۳۸۷). مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج. تهران: بعثت.
- درگاهی، شهریار، اعیادی، نادر، زراعتی، مصطفی، حقانی، مجتبی و محسن زاده، فرشاد (۱۳۹۴). تأثیر برنامه آموزشی بر تنظیم هیجان در بهزیستی هیجانی و رضایت زناشویی زنان ناباور. نشریه پرستاری ایران. ۲۸ (۹۴ و ۹۳)، ۱۶۲-۱۵۱.
- رفیعی، سحر، حاتمی، ابوالفضل، و فروغی، علی اکبر. (۱۳۹۰). رابطه بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و سبک دلبستگی در زنان دارای خیانت زناشویی. فصلنامه جامعه‌شناسی زنان. ۲۰ (۱)، ۳۶-۲۱.
- ساداتی، سید احسان، مهرابی هنرمند، مهناز و سودانی، منصوره (۱۳۹۳). رابطه علی تمایز یافتگی، نورز گرای و بخشندگی با دلزدگی زناشویی با واسطه تعارض زناشویی. فصلنامه روانشناسی خانواده. ۱ (۲)، ۶۸-۵۵.
- شهامت، فاطمه، ثابتی، علی رضا، و رضوانی، سمانه (۱۳۸۹). بررسی رابطه سبک‌های فرزند پروری و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه. فصلنامه مطالعات تربیتی و روان‌شناسی. ۱۱ (۲)، ۲۵۴-۲۳۹.
- صدری کویایی، مریم (۱۳۸۸). مقایسه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و سبک‌های ابراز هیجان در زوجین دارای تعارض زناشویی و زوجین بدون تعارض. پایان نامه کارشناسی ارشد. رشته روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی علوم و تحقیقات.
- طالبی، مریم و غباری بناب، باقر (۱۳۹۱). تعیین رابطه تمایز یافتگی خود، هوش هیجانی و رضایت زناشویی در مراکز مشاوره شهر شاهرود (ترنم، صبا، روزبه، بهزیستی، بنیاد شهید و امور ایثارگران). مجله زن و مطالعات خانواده. ۵ (۱۸)، ۳۲-۱۵.
- عارفی، مختار، رحیمی، روح اله و شیخ اسمعیلی، دلنیا (۱۳۹۵). پیش‌بینی سازگاری زناشویی زوجهای جوان فرهنگی بر مبنای میزان تمایز یافتگی از خانواده اصلی و رضایت زناشویی والدین. فصلنامه خانواده و پژوهش. (۳۱).
- کرامر، دانکن و هویت، دنیس (۱۳۸۸). مقدمه‌ای بر روش‌های تحقیق در روانشناسی و مشاوره. ترجمه حسن پاشا شریفی و همکاران. تهران: سخن.
- کریمی، یوسف، علیزاده اصلی، افسانه، و میرزائی پوئینک، شراره (۱۳۹۲). رویکرد مدل یابی معادلات ساختاری در تبیین تأثیر تاب‌آوری بر کیفیت زندگی با واسطه‌گری تمایز یافتگی. "مجله زن و مطالعات خانواده". ۵ (۲۰)، ۱۰۴-۸۹.
- گلدنبرگ، ایرنه و گلدنبرگ، هربرت (۱۳۸۲). خانواده درمانی. ترجمه حمید رضا حسین شاهی براواتی، سیامک نقشبندی والهام ارجمند. تهران: روان.

نعیمی، قادر، پیرسانی، فهیمه و عربزاده، مهدی (۱۳۹۴). بررسی رابطه ساختاری سلامت خانواده اصلی، طرحواره هیجانی، نظم دهی هیجان با رغبت به ازدواج در دانشجویان با نقش واسطه‌گری تمایز یافتگی خود. فصلنامه فرهنگی-تربیتی زنان و خانواده. ۱۰ (۳۳).

هراتیان، عباس علی، جان بزرگی، مسعود و آگاه هریس، مژگان (۱۳۹۳). نقش روان بنه‌های ناسازگار اولیه و دین‌داری، در پیش‌بینی تعارضات زناشویی زنان متأهل. پژوهش‌نامه اسلامی زنان و خانواده. ۲ (۱۴) ۴۵-۶۲

یانگ جفری، کلوسکو، ژانت و ویشار، مارجوری (۱۳۹۳). طرحواره درمانی. ترجمه حسن حمیدپور و زهرا اندوز. تهران: ارجمند.

Bloch, L., Haase, C. M., & Levenson, R. W. (2014). Emotion Regulation Predicts Marital Satisfaction: More than a Wives Tale. *Emotion*, *pcynet.apa.org*.

Bowen, M. (1978). *Family Therapy in Clinical Practice*. New York: Jason A. ronson.

Brackett, M.A., & Salovey, P. (2004). Measuring Emotional Intelligence with the Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT). *Psicothema*, (18), 34-41.

Bradbury, T. N., & Fincham, F. D. (1990). Attributions in Marriage: Review and Critique. *Psychological Bulletin*, (107), 3-33.

Coutinho, J., Ribeiro, E., Ferreirinha, R., & Dias, P. (2010). The Portuguese Version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale and its Relationship with Psychological Symptoms. *Journal of Emotion*, (4)37, 145-151.

Diamond, L. M., & Aspinwall, L. G. (2003). Emotion regulation across the life span: An integrative perspective emphasizing selfregulation, positive affect, and dyadic processes. *Motivation and Emotion*, (27), 125-156.

Dumitrescu, D., & Rusu, A.S. (2012). Relationship Between Early Maladaptive Schemas, Couples Satisfaction and Individual Mate Value: An Evolutionary Psychological Approach. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychoterapies*. Babes-Bolyai University, Cluj-Napoca, Romania. (12) 1, 63-76.

Ferreira, L. C., Narciso, I., Novo, R. F., & Pereira, C. R. (2014). Predicting couple satisfaction: the role of differentiation of self, sexual desire and intimacy in heterosexual individuals. *Sexual and Relationship Therapy*, (29) 4, 390-404.

Garnefski, N., Legerstee, J., Kraaij, V., van den Kommer, T., & Teerds, J.A.N. (2002). Cognitive coping strategies and symptoms of depression and anxiety: A comparison between adolescents and adults. *Journal of Adolescence*, (25), 603-611.

Gottman, J. M. (1994). What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes. Hillsdale, NJ: Erlbaum, Inc. *Psychol*, (3)2, 99-271.

Gratz, K., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation & dysregulation development, factor structure and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of psychopathology and behavioral assessment*. (1)26, 41-54.

Gross, J. J. (2001). Emotion regulation in adulthood: Timing is everything. *Current Direction in Psychological Science*, (10), 209-214.

Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation: An approach based on Bowen theory*. New York: Norton.

Kinga, K. (2014). *Marital Satisfaction, Differentiation of Self and Stress Perceived by Women*. Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.

Mennin, D.S., & Fresco, D.M. (2009). Emotion Regulation as an Integrative Framework for Understanding and Treating Psychopathology. *Emotion Regulation and Psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment*. 356-379.

Pascal, A., Christine, A., & Jean, L. (2008). Development and validation of cognitive inventory of subjective distress. *Geriatric Psychiatry*. 23: 1175-82.

Vimz, B., & Pina, W. (2010). The Assessment of Emotion Regulation Improving Construct Validity in Research on Psychopathology in youth. *Journal of Psychological Behavior Assessment*, (32), 1-7.

Zeidner, M., & Kloda, I. (2013). Emotional intelligence(EI), Conflict Resolution Patterns and Relationship Satisfaction, Actor and Partner Effects Revisited. *Personality and Individual Differences*, (54)2, 278-283.

Predicting marital conflicts based on early maladaptive schemas, difficulty in emotion regulation and differentiation in couples

Newsha Vaziri
Atefeh Nejad Mohammad Namaghi

Abstract

The aim of this study was to predict marital conflicts based on early maladaptive schemas, difficulty in emotion regulation and differentiation in couples referring to counseling centers. The research method was correlational and the statistical population of this study included couples who referred to counseling centers and 120 couples were selected using the available sampling method. The research data were collected using the revised marital conflict questionnaires MCQ-R, (2007), Young's Schema (third edition of the short form, 2005), difficulty in emotionally regulating DERS, (2004) and DSI's own differentiation (1998). The collected data was analyzed by statistical method of simultaneous and step-by-step regression analysis. The findings showed that the components of early maladaptive schemas did not have any significant effects on marital conflict. Also, among the difficult components of emotional regulation, the difficulty of controlling impulses and limited access to emotional regulation strategies, and among the components of self-differentiation, the components of my position, and cohabitation with others, predicted marital conflict predictions. According to the results, couples who are less differentiated have less flexibility, are more vulnerable to chronic marital anxiety, and are unable to use rational solutions to life's problems. The more difficult couples are to regulate their emotions and the less differentiated they are, the more prone they are to marital dissatisfaction and marital conflict.

Keywords: Marital Conflict, Early Mismatched Schemas, Difficulty in Emotional Regulation, Differentiation

- 1- Master, Clinical Psychology, Islamic Azad University, Research Sciences Branch, Tehran, Iran
- 2- Assistant Professor, Department of Counseling and Counseling, Karaj Branch, Islamic Azad University, Karaj, Iran (Corresponding Author)