



فصلنامه خانواده‌درمانی کاربردی

# پیش‌بینی طلاق عاطفی بر اساس سبک‌های دلبستگی و باورهای فراشناختی در زنان: نقش واسطه‌ای فرسودگی زناشویی

دانشجوی دکتری گروه مشاوره، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران  
دانشیار گروه مشاوره، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران  
استادیار گروه مشاوره، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

مریم سرخابی عبدالملکی <sup>id</sup>  
فریده دوکانه‌ای فرد\* <sup>id</sup>  
معصومه بهبودی <sup>id</sup>

دریافت: ۱۴۰۰/۰۲/۳۰ | پذیرش: ۱۴۰۰/۰۶/۲۸ | ایمیل نویسنده مسئول: f.dokaneheefard@gmail.com

فصلنامه علمی پژوهشی  
خانواده درمانی کاربردی

شاپا (الکترونیکی) ۲۷۱۷-۲۴۳۰

<http://Aftj.ir>

دوره ۳ | شماره ۳ پیاپی ۱۲ | ۵۳۶-۵۶۲

پاییز ۱۴۰۱

نوع مقاله: پژوهشی

## چکیده

**هدف:** هدف این پژوهش ارائه مدلی جهت پیش‌بینی طلاق عاطفی بر اساس سبک‌های دلبستگی و باورهای فراشناختی در زنان با نقش واسطه‌ای فرسودگی زناشویی بود. **روش:** این پژوهش توصیفی - همبستگی از نوع اکتشافی - متوالی و هدایت شده بود و جامعه آماری ۱۸۵۴ زن متأهل مراجعه‌کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران در سال ۱۳۹۸ بود که با روش نمونه‌گیری تصادفی چندمرحله‌ای ۳۷۵ زن بر اساس نرم‌افزار samplepower انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش پرسشنامه‌های طلاق عاطفی گاتمن (۲۰۰۸)، باورهای فراشناختی ولز و همکاران (۲۰۰۴)، سبک‌های دلبستگی بزرگسالان کولینزورید (۱۹۹۰) و فرسودگی زناشویی پاینز (۱۹۶۶) بود که بر روی نمونه مورد نظر اجرا شد. به منظور تحلیل داده‌ها، علاوه بر شاخص‌های آمار توصیفی، از روش آماری معادلات ساختاری smartpls استفاده شد. **یافته‌ها:** یافته‌های نتایج ضرایب استاندارد مسیر مستقیم نشان داده است که بین سبک دلبستگی ایمن با فرسودگی زناشویی و طلاق عاطفی اثر مستقیم منفی و بین باورهای درباره نگرانی، باور کنترل ناپذیری همبستگی اثر مستقیم و با باور اطمینان شناختی، باور نیاز به کنترل افکار و وقوف شناختی همبستگی اثر مستقیم منفی برقرار است ( $P=0/01$ )؛ همچنین نتایج ضرایب استاندارد مسیر غیرمستقیم نشان داده است که بین سبک‌های دلبستگی و باورهای فراشناختی با نقش واسطه‌ای فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی زنان رابطه و شدت اثر مطلوبی دارد ( $P=0/01$ ). **نتیجه‌گیری:** بر اساس یافته‌های پژوهش به مشاوران حوزه خانواده پیشنهاد می‌شود به منظور ایجاد انسجام و خلق رابطه آگاهانه به تقابل عناصر درون روانی در جهت بهبود روابط زوجها در طول ملاحظات درمانی بپردازند.

به این مقاله به شکل زیر استناد کنید:

درون متن:

(سرخابی عبدالملکی، دوکانه‌ای فرد و بهبودی، ۱۴۰۱)

در فهرست منابع:

سرخابی عبدالملکی، مریم، دوکانه‌ای فرد، فریده، و بهبودی، معصومه. (۱۴۰۱). پیش‌بینی طلاق عاطفی بر اساس سبک‌های دلبستگی و باورهای فراشناختی در زنان: نقش واسطه‌ای فرسودگی زناشویی. فصلنامه خانواده‌درمانی کاربردی، ۳(۳ پیاپی ۱۲): ۵۳۶-۵۶۲.

**کلیدواژه‌ها:** طلاق عاطفی، باورهای فراشناختی، سبک دلبستگی، فرسودگی زناشویی

## مقدمه

خانواده محل برآورده ساختن نیازهای مختلف جسمانی، عقلانی و عاطفی است و داشتن آگاهی از نیازهای زیستی، روانی و شناخت چگونگی برآورده کردن آن‌ها ضرورتی انکار ناپذیر و باعث تسهیل در امر رشد و تعالی در زندگی خانوادگی و اجتماعی و شغلی می‌شود (ادلتی و ردزون، ۲۰۱۰). با توجه به اینکه سلامت و پویایی خانواده ریشه در روابط زوجین دارد. بر اساس یافته‌های مختلف، بسیاری از مؤلفه‌های تهدید کننده رضایت زناشویی<sup>۱</sup> با عدم کارکرد سالم خانواده مرتبط است (تردول و گولدفارب، ۲۰۱۰؛ آفرایی، محمدی و صحرایی، ۲۰۱۳). کیفیت روابط زناشویی پدیده چندبعدی و شامل ابعاد گوناگون ارتباط زوجها مانند سازگاری، رضایت، شادمانی، انسجام و تعهد در روابط را شکل دهد (یوسفی و سهرابی، ۱۳۹۵). روابط رضایت‌بخش بین زوجین از طریق علاقه متقابل، میزان مراقبت از همدیگر و تفاهم قابل‌سنجش است و می‌تواند بر سلامت خانواده (عزیزی، ۱۳۹۵) و از طرفی بر رشد و شکوفایی استعدادها، تکوین شخصیت، رشد جسمانی، شناختی، عاطفی و اخلاقی اعضای خانواده تأثیر گزار باشد (ماساریک و کانگر، ۲۰۱۷). با توجه افزایش تعداد زوج‌های مشکل‌دار، به هم خوردن تعادل خانواده‌ها، مختل شدن روابط زوجین و آمار بالای طلاق در این واحد اجتماعی، زنان بیش از سایر اعضا در معرض آسیب قرار دارند (صفریان، حاجی اربابی و عاشوری، ۲۰۱۵). یکی از مهم‌ترین عامل‌های تنیدگی‌زا در خانواده و در روابط زوجین طلاق عاطفی<sup>۲</sup> است. طلاق عاطفی رابطه‌ای را توصیف می‌کند که در آن همسران، در محیط‌های اجتماعی خوب و صمیمی به نظر می‌رسند ولی در خلوت قادر به تحمل یکدیگر نیستند. طلاق عاطفی نه به‌عنوان یک اختلال مقطعی در زندگی زناشویی بلکه به صورت وضعیتی پایدار ظهور می‌یابد (موتاتیانو، ۲۰۱۵). طلاق عاطفی به علت نبود تعاملات مثبت با همسر، عدم تأمین نیازهای عاطفی، نارضایتی جنسی، عدم جذابیت ظاهری، خیانت، مسائل مالی، بیماری‌های مزمن، بدرفتاری فیزیکی و غیره به وجود می‌آید و منجر به بروز علائم اضطراب، افسردگی، احساس گناه، ناامیدی، کناره‌گیری از فعالیت‌های اجتماعی، نگرش بدبینانه و پایدار درباره خود، همسر و آینده می‌شود (لومینیتا و اسپرانتا، ۲۰۱۰). از طرفی وجود طلاق عاطفی در روابط زوجین منجر به عدم درک احساسات و عواطف و هیجانات (لوداو و جانی، ۲۰۱۳)، شکست عاطفی، انتقام جویی، عدم تأمین نیازها، سبک دلبستگی اجتنابی - اضطرابی شود (مؤمنی و نادری، ۱۳۹۳). بر همین اساس در پژوهش‌های صورت گرفته نشان داده است که رضایت از روابط زناشویی با کنش‌وری‌های جنسی ارتباط دارد (ترودل و گولدفارب، ۲۰۱۰؛ استفنسون، هریوت و دلونگیس، ۲۰۱۳)؛ از طرفی عملکرد جنسی زوجین با تجربه شکست عاطفی و عدم وجود باورهای فراشناختی از عوامل سبب‌شناختی مهم در گرایش به رفتارهای پرخطر و فعالیت‌های جنسی نایمن به شمار می‌رود (پولیمنت، موریس و گرونرت، ۲۰۱۰). یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر در تعاملات بین فردی، سبک‌های دلبستگی زوجین می‌باشد که در شکل‌گیری رضایت زناشویی اثر قابل ملاحظه‌ای را از خود نشان می‌دهد. بالبی<sup>۳</sup>، ۱۹۶۹ معتقد است که سه عامل مهم در رضایت زناشویی زوجین مؤثر است که در

1- marital satisfaction  
2- emotional divorce  
3- Bowlby

برگیرنده: ۱- رضایت‌مندی زناشویی والدین، ۲- بهره‌مند بودن از یک دوره کودکی همراه با شادی و خوشی، ۳- نداشتن کشمکش و تعارض با مادر. به عبارتی افرادی که در کودکی از داشتن یک مادر مهربان بی‌بهره‌اند در بزرگسالی، خود به پدر و مادرهایی تبدیل می‌شوند که قابلیت مراقبت و تربیت فرزندان خود را ندارند و این دور باطل همچنان ادامه خواهد یافت (مظاهری، ۱۳۷۹).

بالبی، ۱۹۶۹ چندین سبک دلبستگی در بزرگسالی را توضیح می‌دهد: «دلبستگی ایمن<sup>۱</sup>، اجتنابی<sup>۲</sup>، مضطرب- دو سوگرا<sup>۳</sup>؛ این الگوی دلبستگی کودک- والد، می‌تواند زمینه ساز نحوه برخورد فرد با مسائل آتی در زندگی، از قبیل مشکلات تحصیلی، عاطفی، شغلی، ازدواج و بسیاری دیگر از این عوامل باشد و نیز می‌تواند شیوه گرایش فرد را نسبت به مسائل و مشکلات شخصی سازد (صابونچی، دوکانه‌ای فرد و بهبودی، ۱۳۹۹). به عقیده هازن و شیور، ۱۹۸۷ دلبستگی نظامی است که خود را در روابط عاشقانه بزرگسالی بروز می‌دهد و مفهوم دلبستگی به همسر برای زنان و شوهران جزو پاداش‌های ازدواج تلقی می‌شود (راتر، ۲۰۱۸). پاپالیا (۲۰۰۷) نیز دلبستگی را پیوند عاطفی هیجانی نسبتاً پایداری می‌داند که بین کودک و مادر یا افرادی که نوزاد در تعامل منظم و دائمی با آن‌هاست ایجاد می‌شود. البالی ابراز داشت که نوزادان تجربیات خود با مراقبان را برای ایجاد نموده‌های دلبستگی درونی یا الگوهای فعال‌ساز درونی درباره خودشان و دیگران در روابط بیرون می‌کشند و در پی این نموده‌های دلبستگی، انتظارات در مورد روابط و آینده را شکل می‌دهند. از سوی دیگر طرحواره‌ها باورهای ارزیابی گرایانه در مورد خود و دیگران را شامل می‌شوند. چنین بیان شده که بازنمایی‌های دلبستگی می‌تواند به‌عنوان طرح‌واره‌های شناختی برای روابطی مفهوم‌سازی شوند که در پاسخ به تجربیات با مراقبان دوران کودکی شکل گرفته‌اند (آماتو و هامن ماریوت، ۲۰۱۷). بر همین اساس وجود سبک‌های دلبستگی می‌توانند تبیین‌گر بسیاری از ویژگی‌های روان‌شناختی از جمله؛ تمایز یافتگی خود، انعطاف‌پذیری شناختی و صمیمیت زناشویی افراد باشد که لزوم توجه به این عامل را نمایان می‌سازد (صابونچی و همکاران، ۱۳۹۹). شواهد فراوان نشان می‌دهد که زوجها در جوامع امروزی برای برقراری و مدیریت هیجانی روابط خود با همسرانشان با مشکلات فراگیر و متعددی مواجه هستند (رجبی، موسویان‌نژاد و تقی‌پور، ۱۳۹۳). بدیهی است که نقص در باورهای شناختی<sup>۴</sup> هم‌سران در کنار عوامل متعدد دیگر، آثار نامطلوبی بر زندگی مشترک آن‌ها می‌گذارند، شواهد پژوهشی نشان داده که مهارت‌های شناختی توان تحمل فشارهای روانی زندگی حل مشکلات روزانه را افزایش می‌دهد و نقش بسزایی در تداوم و سازگاری در زندگی ایفا می‌کند. بر همین اساس در سال‌های اخیر در عرصه روابط زناشویی، مهارت در اصلاح باورهای شناختی از ضروریات یک زندگی زناشویی موفق و سازگارانه معرفی شده است (حاتمی، ۱۳۹۶)؛ با ازدواج زن و مرد و تشکیل خانواده هسته‌ای، نیاز به ارتباط مؤثر با یکدیگر و تطابق با نقش‌های جدید و الگوهای ارتباطی که زوجها قبلاً در خانواده‌های خود آموخته‌اند و با خود به خانواده نوپایشان آورده‌اند، به وجود می‌آید تحقیقات زیادی نشان داده‌اند که الگوهای ارتباطی فرد با والدینش و تعاملات و تجارب اولیه او بر شکل‌گیری نیازهایش و الگوهای رفتاری و چگونگی طی کردن

1. secure
2. avoidant
3. ambivalent
4. cognitive beliefs

مراحل رشد روانی - اجتماعی او همچنین سازگاری‌اش با محیط اطراف و کسب هویت موفق تأثیرگذار است (اسلامی، فرحبخش و سلیمی بجزستانی، ۱۳۹۹). فلاول، ۱۹۷۹ معتقد است که فراشناخت در روابط زوجین در برگیرنده فرآیندهای شناختی و تجارب تنظیم شناختی را شامل می‌شود. فراشناخت مفهومی چند وجهی است که در برگیرنده دانش (باورها)، فرآیندها و راهبردهایی است که شناخت را ارزیابی، نظارت یا کنترل می‌کند (ولز، ۲۰۰۹). باورهای فراشناختی به باورها و نظراتی اطلاق می‌شوند که افراد در مورد تفکر، فرآیندها و تجربه‌های شناختی خود دارند (اسپادا، نیکویچ، مونتا و ولز، ۲۰۰۸). مدل فراشناختی دو نوع باور فراشناختی را شناسایی کرده است: باورهای فراشناختی مثبت باورهایی هستند که به فواید درگیر شدن در فعالیت‌های شناختی خاص مانند نگرانی، نشخوار فکری و پایش تهدید مربوط می‌شوند؛ باورهای فراشناختی منفی باورهایی هستند که به کنترل ناپذیری، معنا، اهمیت و تهدیدآمیز بودن افکار و تجربه‌های شناختی مربوط می‌شوند (ولز و کالبر، ۲۰۱۲). مطابق مدل فراشناختی، فعال شدن باورهای فراشناختی ناکارآمد، موجب ارزیابی منفی فکر به عنوان نشانه تهدید می‌شود. این ارزیابی در جای خود باعث تشدید هیجان‌های منفی می‌شود که عمدتاً به صورت اضطراب ابراز می‌شوند (سلیمانی، رحیمی، بایستی و ابوالقاسمی، ۱۳۹۴). امروزه با تغییر جهت از تأکید بر ازدواج به عنوان یک سنت، به ازدواج به عنوان نوعی رابطه، انتظارات زناشویی مورد تجدیدنظر قرار گرفته‌اند (بلنجر، لاپورت، سابورین و رایت، ۲۰۱۵). بر همین اساس با بررسی روابط زوجین در زندگی زناشویی نتایج تحقیق وینبرگ (۲۰۱۵) نشان داد که نقص در باورهای فراشناختی، عملکرد زوجین را در زندگی کاهش می‌دهد. نتایج تحقیق وهس، لیسکار، فرانسیس، هام، باک و همکاران (۲۰۱۴) نشان داده است که افراد روان‌پریش با نقص‌های شناختی و فراشناختی روبرو هستند (نقص در باورهای فراشناختی با اختلال شخصیت رابطه دارد (جارید، جیانکارلو، رافائل، کلی و همکاران، ۲۰۱۶) که آثار این آشفتگی‌ها و عوامل تنش‌زا در خانواده در قالب مشکلات فردی و خانوادگی بروز می‌کند که یکی از آنها فرسودگی زناشویی است.

فرسودگی زناشویی در بین زوجین باعث ایجاد فرسودگی زناشویی می‌شود که فرسودگی زناشویی نشانه‌ای از خستگی هیجانی و بدبینی است (برملهیوس، ترهون، بکر و پیر، ۲۰۱۱). بررسی مک ویلیامز و بابلی (۲۰۱۰) نشان داد زوجینی که دچار فرسودگی زناشویی می‌باشند در برقراری ارتباط احساس ناپیم بودن و اضطراب می‌کنند و در کارکرد اجتماعی خود دچار تعارض می‌شوند و از سلامت روان پایینی برخوردارند. مهارت غنی‌سازی روابط، می‌تواند فرسودگی زناشویی و عوارض ناشی از آن را بهبود بخشد؛ از سوی دیگر زوج‌هایی که در رابطه خود فاقد فرسودگی زناشویی هستند از سلامت روان بالاتر و خر سندی بیشتری برخوردار هستند. در این خصوص می‌توان در نظر داشت که واکنش زوجین در زندگی زناشویی در مواجهه با عوامل آسیب‌رسان و استرس‌زا متفاوت است (وزیری نسب، ۱۳۹۴). ارزیابی و کارآمدی زوج‌درمانی بر کیفیت ارتباط زناشویی در بروز فرسودگی زناشویی از جمله فرسودگی جسمانی و اضطراب و کنش اجتماعی، افسردگی کارساز است (جوکار کمال‌آبادی، ۱۳۹۱). بر همین اساس با افزایش تعارض در روابط زوجین، فرسودگی و حالتی از فرسودگی زناشویی افزایش یافته و نارضایتی بیشتری حاصل می‌شود. تعارض‌های زناشویی تأثیرات زیان‌باری بر سلامت جسمانی و روان‌شناختی و عاطفی خانواده می‌گذارد. پژوهش‌های صورت گرفته دو عامل برای فرسودگی زناشویی که شامل پریشانی و آشفتگی در روابط

زناشویی است را شناسایی کرده‌اند: تعارض‌های زناشویی آشکار یا عدم توافق و دلسردی و بی‌تفاوتی یا به عبارتی فرسودگی (هرینگتون، ۲۰۰۸). کایزر، ۱۹۹۳ فرسودگی زناشویی را فقدان تدریجی دلبستگی عاطفی تعریف کرد که شامل کاهش توجه به همسر، بیگانگی عاطفی و افزایش احساس دلسردی و بی‌تفاوتی نسبت به همسر است و شامل سه مرحله می‌شود: (۱) سرخوردگی و ناامیدی: ویژگی بارز این مرحله سرخوردگی از روابط زناشویی است. در این مرحله، فرد دلزده سرخوردگی نسبت به همسرش را در سکوت کامل، نشخوار فکری می‌کند؛ (۲) خشم و تنفر: روشن‌ترین احساس در این مرحله، احساس تنفر است که به نظر می‌رسد ناشی از عود رفتارهای منفی و آسیب‌رسان زن و شوهر باشد. چرا که چشم‌پوشی از خطاهای همسر که در مرحله اول کار آسانی بود، در این مرحله به سختی ممکن می‌شود؛ (۳) دلسردی و بی‌تفاوتی: فاصله‌گیری عاطفی و جسمی، مشخصه آخرین مرحله از فرایند فرسودگی زناشویی است. برخلاف مرحله قبل، خشم و نفرت تا حدی کاهش می‌یابد و سردی عاطفی به طور معنادار افزایش پیدا می‌کند (سرخابی عبدالملکی، دوکانه‌ای فرد و بهبودی، ۱۴۰۰)؛ همچنین رفتارهای ترمیمی مراحل قبل به علت مقصر دانستن همسر در ایجاد مشکلات، در این مرحله صورت نمی‌پذیرد. فرسودگی زناشویی در یک رابطه زوجی به معنای نگرش منفی و غیر لذت بخشی است که زن و شوهر از جنبه‌های مختلف روابط زناشویی خود دارند (کوچکی امیرهنده، کربلایی محمد میگونی، ثابت، ۱۳۹۶). ساداتی، مهرابی زاده هنرمند و سودانی (۱۳۹۳) در پژوهشی نتیجه گرفتند تعارض‌های مکرر زناشویی بروز فرسودگی زناشویی را نیز تسهیل می‌کند. فرسودگی زناشویی پدیده پیچیده‌ای است که ضمن درگیر کردن بسیاری از زوجها، از عوامل بسیاری از جمله تعارض زناشویی تأثیر می‌پذیرد. احمدی و زهراکار و داورنیا، رضایی (۱۳۹۴) در پژوهشی به این نتیجه دست یافتند که مداخلات زوج‌درمانی به شیوه خودتنظیمی می‌تواند به‌عنوان یک گزینه مداخله‌ای در کاهش فرسودگی زناشویی مورد استفاده قرار گیرد. همچنین درمانگران سیستمی تعارض زناشویی را تنازع بر سر تصاحب پایگاه، منافع قدرت، حذف امتیازات دیگران می‌دانند (کیانی، اسدی، اسماعیلی و زاوات، ۲۰۱۶).

در اهمیت این موضوع می‌توان بیان داشت که تفسیر و پیش‌بینی رفتار یک عضو از خانواده بدون در نظر گرفتن سایر اعضا خانواده دشوار است، بر همین اساس است که نوع سبک دلبستگی افراد بر پایه تجربیات کسب شده در زندگی و باورهای فراشناختی حاصله که در برگزیده عواملی (باورهای مثبت در مورد نگرانی، باورهای منفی در مورد کنترل ناپذیری و خطر افکار، اعتماد شناختی، باورها در مورد نیاز به کنترل افکار، خودآگاهی شناختی) است منجر به ایجاد شناخت احساسات مربوط به خود و در ارتباط با دیگران و یا خطاهای شناختی در بیان هیجانات و احساسات بر اساس راهبردهای کسب شده در ارضاء نیاز صورت می‌پذیرد که در روابط زناشویی به دلیل عدم درک متقابل زوجین در بیان احساسات، هیجانات و عواطف نسبت به یکدیگر موجب فرسودگی زناشویی و به دنبال آن فاصله عاطفی که منجر به ایجاد طلاق عاطفی می‌شود منجر شود. با توجه به اهمیت و پیچیدگی مسئله طلاق عاطفی و ظرفیت بالقوه باورهای فراشناختی و راهبردهای نظم‌جویی هیجانی در فرسودگی زناشویی زوجین در توصیف، تبیین و اتخاذ اقدامات لازم در زمینه پیشگیری و درمان از منظر روانشناسی، همچنین با توجه به نتایج زیان‌بار طلاق عاطفی بر بهزیستی زوجین به دلیل نداشتن امنیت عاطفی در بروز هیجانات در زندگی مشترک بین زن و

مرد پیامدهای ناگواری را ایجاد کرده است توجه خاصی مبذول داشت. بر همین اساس پژوهش حاضر در جهت بررسی پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین بر اساس سبک‌های دلبستگی و باورهای فراشناختی در زنان با نقش واسطه‌ای فرسودگی زناشویی به سؤالات زیر پاسخ داد:

۱. آیا بر اساس باورهای فراشناختی می‌توان طلاق عاطفی زنان را پیش‌بینی کرد؟
۲. آیا بر اساس سبک‌های دلبستگی می‌توان طلاق عاطفی زنان را پیش‌بینی کرد؟
۳. آیا بر اساس فرسودگی زناشویی می‌توان طلاق عاطفی زنان را پیش‌بینی کرد؟
۴. آیا میزان فرسودگی زناشویی زنان می‌تواند رابطه بین طلاق عاطفی را بر اساس باورهای فراشناختی میانجی‌گری کند؟
۵. آیا میزان فرسودگی زناشویی زنان می‌تواند رابطه بین طلاق عاطفی زوجین را بر اساس سبک‌های دلبستگی میانجی‌گری کند؟

### روش پژوهش

پژوهش حاضر یک پژوهش توصیفی از نوع همبستگی از نوع اکتشافی - متوالی و هدایت شده است که به ارائه مدلی برای پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین بر اساس باورهای فراشناختی و راهبردهای نظم‌جویی هیجانی با میانجی‌گری فرسودگی زناشویی در زنان متأهل مراجعه‌کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران پرداخته است. از همین رو، جامعه آماری این پژوهش از بین ۱۸۵۴ زن متأهل مراجعه‌کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران در سال ۱۳۹۸ تشکیل دادند. در این پژوهش روش نمونه‌گیری به صورت تصادفی چندمرحله‌ای<sup>۱</sup> و غیر تصادفی از نوع داوطلبانه و در دسترس بود که شهر تهران با توجه به احتمال اختلاف سطح فرهنگی، اجتماعی، طبقاتی و... ساکنین آن، خانه‌های سلامت شهر تهران به پنج منطقه شمال، جنوب، شرق، غرب و مرکز تقسیم شد و از هر منطقه تعداد پنج‌خانه سلامت به صورت تصادفی ساده انتخاب و از هر خانه سلامت تعداد ۱۵ زن متأهل به صورت غیر تصادفی، داوطلبانه و در دسترس به عنوان نمونه انتخاب شدند، به طور کلی از هر منطقه ۷۵ زن متأهل مراجعه‌کننده به خانه‌های سلامت به عنوان نمونه انتخاب شدند، حجم نمونه به نسبت جامعه آماری محاسبه شده صورت گرفت. در این پژوهش ملاک‌های ورود نمونه‌ها به پژوهش عبارت بودند از داشتن سن بین ۲۵ تا ۴۵ سال، طی ۶ ماه گذشته رویداد استرس‌زا مثل طلاق، فوت بستگان نزدیک، از دست دادن شغل، تصادف و ... را تجربه نکرده باشند و همچنین داشتن حداقل یک سال و حداکثر ده سال زندگی مشترک و بیشتر را داشته باشند و ملاک‌های خروج از پژوهش هم داشتن سابقه بیماری عصبی، روانی و سابقه بستری در بیمارستان به دلیل بیماری‌های اعصاب و روان و ناقص و مخدوش بودن پرسشنامه‌ها بود. در ادامه به منظور محاسبه حجم نمونه آماری بر اساس نرم‌افزار smartpls و با توجه به احتمال ۲۰ درصد افت آزمودنی‌ها تعداد نمونه ۳۷۵ نفر در نظر گرفته شد.

---

1. multistage sampling

## ابزارهای پژوهش

۱. **پرسشنامه طلاق عاطفی**<sup>۱</sup>. یکی از ابزارهای رایج سنجش طلاق عاطفی، مقیاس طلاق عاطفی گاتمن (۲۰۰۸) که از کتاب موفقیت یا شکست در ازدواج گاتمن گرفته شده است. این مقیاس شامل جملاتی درباره جنبه‌های مختلف زندگی است که ممکن است فرد با آن موافق یا مخالف باشد. این مقیاس ۲۴ گویه دارد و به شیوه بله یا خیر باید به آن جواب داد. پاسخ بله امتیاز یک و پاسخ خیر صفر امتیاز می‌گیرد. حداقل نمره در این مقیاس صفر و حداکثر نمره ۲۴ است. هر چقدر میزان جواب‌های بله بیشتر باشد احتمال طلاق عاطفی بیشتر است. نقطه برش این پرسشنامه عدد ۸ است که اگر نمره فردی بالاتر از آن باشد در معرض خطر طلاق عاطفی قرار دارد و توصیه می‌شود که فرد مورد کمک حرفه‌ای توسط متخصصان مربوطه قرار گیرد. برای به دست آوردن روایی سازه از تحلیل عاملی به روش چرخشی واریماکس و آزمون اسکری استفاده شد و بدین صورت چهار عامل شناسایی شد: جدایی و فاصله از یکدیگر، احساس تنهایی و انزوا، نیاز به همراه و هم صحبت و احساس بی‌حوصلگی و بی‌قراری. بار عاملی همه گویه‌ها در دامنه ۰/۴۹ تا ۰/۸۰ قرار داشته و بار عاملی مقبولی دارند. گاتمن میزان اعتبار مقیاس طلاق عاطفی را ۰/۷۵ گزارش نموده است. بریدیت و همکاران (۲۰۱۰) در پژوهش خود ضریب اعتبار ابزار طلاق عاطفی را ۰/۸۳ به دست آورده‌اند. در پژوهش موسوی و رضازاده (۱۳۹۳) آلفای کرونباخ برای اعتبار مقیاس ۰/۹۳ ذکر شده است. در پژوهش مامی و عسگری (۱۳۹۳) آلفای کرونباخ برای پایایی پرسشنامه ۰/۸۷ ذکر شده است.

۲. **پرسشنامه باورهای فراشناختی**<sup>۲</sup>. پرسشنامه فراشناخت توسط ولز در سال ۱۹۹۷ تدوین شده است و سپس توسط ولز، کاتریت هاتون (۲۰۰۴) مورد بازنگری قرار گرفت. پرسشنامه فراشناخت یک مقیاس خودگزارشی ۳۰ ماده‌ای که باورهای افراد درباره تفکراتشان را مورد سنجش قرار می‌دهد. این پرسشنامه دارای پنج خرده مقیاس باورهای مثبت درباره نگرانی سؤالات ۱، ۷، ۱۰، ۱۹، ۲۳ و ۲۸؛ باورهایی درباره کنترل ناپذیری و خطر افکار سؤالات ۲، ۴، ۹، ۱۱، ۱۵ و ۲۱؛ باورهایی درباره اطمینان شناختی سؤالات ۸، ۱۴، ۱۷، ۲۴، ۲۶ و ۲۹؛ باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار سؤالات ۶، ۱۳، ۲۰، ۲۲، ۲۷ و ۲۷ و خرده مقیاس وقوف شناختی سؤالات ۳، ۵، ۱۲، ۱۶، ۱۸ و ۳۰ در برگرفت. پاسخ‌ها در این مقیاس بر اساس مقیاس ۴ درجه‌ای لیکرت؛ موافق نیستم (۱)، کمی موافقم (۲)، نسبتاً موافقم (۳)، کاملاً موافقم (۴) محاسبه می‌شوند. حداقل نمره کسب شده در این آزمون ۳۰ سؤالی برابر ۳۰ و حداکثر آن برابر ۱۲۰ است. نمره کل برای فراشناخت با مجموع نمرات زیر مقیاس‌ها به دست می‌آید. به‌منظور روایی و اعتبار پرسشنامه در تحقیقات ولز، کاتریت هاتون (۲۰۰۴) دامنه ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌ها از ۰/۷۲ تا ۰/۹۳ و پایایی آن به روش بازآزمایی برای نمره کل پس از دوره ۱۱۸ تا ۲۲ روزه ۰/۷۵ و برای خرده مقیاس‌ها ۰/۵۹ تا ۰/۸۷ گزارش شد. شیرین زاده دستگیری و همکاران (۱۳۸۷) ضریب همسانی درونی آن را با کمک ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۹۱ و برای خرده مقیاس‌های آن در دامنه ۰/۸۲ تا ۰/۶۸ گزارش کرده است. همبستگی زیر مقیاس‌های آن با کل آزمون در دامنه ۰/۵۸ تا ۰/۸۷ و همبستگی

2. Emotional Divorce Questionnaire

2. Meta-Cognitive Beliefs Questionnaire

آن‌ها با یکدیگر بین ۰/۲۶ تا ۰/۶۲ بود. ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های کنترل ناپذیری، باورهای مثبت، خود هشیاری شناختی، اطمینان شناختی و نیاز به کنترل افکار منفی به ترتیب در نمونه ایرانی ۰/۸۷ و ۰/۸۶ و ۰/۸۱ و ۰/۸۰ و ۰/۷۱ و ۰/۷۱ گزارش شده است. در پژوهش زمان زاده (۱۳۹۲) نیز پایایی پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۱ و برای زیر مقیاس‌های باورهای مثبت درباره نگرانی، کنترل ناپذیری و خطر، اطمینان شناختی، نیاز به کنترل افکار و خودآگاهی شناختی به ترتیب ۰/۶۰، ۰/۷۴، ۰/۷۲، ۰/۷۱ و ۰/۷۷ به دست آمد. در تحقیق شیرین زاده دستگیری (۱۳۸۷)، نیز ضریب پایایی پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ برای باور مثبت درباره نگرانی ۰/۸۱، کنترل ناپذیری ۰/۸۵، اطمینان شناختی ۰/۸۳، نیاز به کنترل افکار ۰/۸۱ و برای وقوف شناختی ۰/۸۳ به دست آمد. پایایی بازآزمایی این آزمون را در فاصله چهار هفته برای کل مقیاس ۰/۷۳ و برای خرده مقیاس‌های آن در دامنه ۰/۵۹ تا ۰/۸۳ گزارش کرده است. محمدخانی و فرجاد (۱۳۸۸) میزان آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه باورهای فراشناختی ۰/۸۰ و برای خرده مقیاس‌های باورهای مثبت در مورد نگرانی، کنترل ناپذیری و خطر، اطمینان شناختی، نیاز به کنترل افکار و خودآگاهی شناختی به ترتیب ۰/۵۲، ۰/۷۱، ۰/۸۳، ۰/۶۰ و ۰/۷۹ گزارش کرده‌اند. در بررسی روایی سازه‌ای آن که با استفاده از تحلیل عاملی صورت گرفته بود، مورد تأیید قرار داده‌اند و پایایی آن را با آلفای کرونباخ برای کل و زیر مقیاس‌ها ما بین ۰/۷۶ الی ۰/۹۳ گزارش کرده‌اند و همچنین روایی و اعتبار این پرسشنامه به وسیله دو روانشناس بالینی و یک روان‌پزشک بررسی و به منظور سنجش انسجام درونی از طریق روش دو نیمه کردن و از طریق روش آلفای کرونباخ ضریب ۰/۷۹ به دست آمده همچنین به منظور اعتبار (پایایی) پرسشنامه فراشناخت مقیاس روی ۵۲ نفر اجرا گردیده و ضریب پایایی آن  $r=0/88$  دست آمده است (یوسفی و همکاران، ۱۳۸۵).

**۳. پرسشنامه فرسودگی زناشویی<sup>۱</sup>.** مقیاس فرسودگی شریک زندگی یک ابزار خودگزارش‌دهی است که برای اندازه‌گیری درجه فرسودگی روابط بین زوج‌ها طراحی شده است. این مقیاس توسط پاینز (۱۹۹۶) ابداع شده است. این مقیاس ۲۱ ماده دارد که شامل ۳ جزء اصلی خستگی جسمی (مثلاً احساس خستگی، سستی و داشتن اختلالات خواب) از پا افتادن عاطفی (احساس افسردگی، ناامیدی، در دام افتادن) و از پا افتادن روانی (مثل احساس بی‌ارزشی، سرخوردگی و خشم به همسر) است. تمام این موارد روی یک مقیاس لیکرت هفت‌درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود. سطح ۱ معرف عدم تجربه عبارت مورد نظر و سطح ۷ معرف تجربه زیاد عبارت مورد نظر است. برای به دست آوردن میزان فرسودگی بین زوج‌ها دستورالعمل زیر اجرا می‌شود: مرحله اول: امتیازهایی که به مواد ۲۱-۱۸-۱۷-۱۶-۱۵-۱۴-۱۳-۱۲-۱۱-۱۰-۹-۸-۷-۵-۴-۲-۱ داده شده‌اند با هم جمع می‌شوند. مرحله دوم: امتیازهایی که به مواد ۳، ۶، ۱۹، ۲۰ داده شده‌اند با هم جمع می‌شوند. مرحله سوم: امتیاز مرحله دوم از عدد ۳۲ کم می‌شود. مرحله چهارم: امتیاز مرحله اول با مرحله سوم جمع می‌شود. مرحله پنجم: عدد مرحله چهارم بر عدد ۲۱ تقسیم می‌شود. عدد حاصل درجه فرسودگی را نشان می‌دهد. لازم به ذکر است که اعداد بزرگ‌تر بیانگر میزان فرسودگی بالاتر هستند.

ارزیابی ضریب اعتبار مقیاس فرسودگی زناشویی نشان داده است که این مقیاس دارای همسانی درونی در دامنه ۰/۸۴ و ۰/۹۰ است. روایی به وسیله همبستگی‌های منفی با ویژگی‌های ارتباطی مثبت به تأیید



ر سیده است مانند نظر مثبت در مورد ارتباط، کیفیت مکالمه، احساس امنیت، خود شکوفایی، احساس هدفمندی، کشش و جاذبه عاطفی نسبت به همسر و کیفیت رابطه جنسی آن‌ها. نسخه‌های ترجمه شده مقیاس به طور موفقیت‌آمیزی در مطالعات بین فرهنگی در نروژ، مجارستان، مکزیک، اسپانیا، پرتغال، فنلاند و اسرائیل استفاده شده است (پاینز و نانز، ۲۰۰۳، لائس و لائس ۲۰۰۱). اعتبار با استفاده از شیوه آزمون - بازآزمون ۰/۸۹ برای یک دوره یک ماهه، ۰/۷۶ برای یک دوره دو ماهه و ۰/۶۶ برای دوره چهارماهه بود. تداوم درونی برای اغلب آزمودنی‌ها با ضریب ثابت آلفا سنجیده شد که بین ۰/۹۱ تا ۰/۹۳ بود (پاینز، ۱۹۹۶). در ایران نیز نویدی (۱۳۸۴) آلفای کرونباخ این مقیاس را در مورد ۲۴۰ نمونه ۱۲۰ پرستار و ۱۲۰ معلم اندازه‌گیری کرد و ضریب اعتبار را ۰/۸۶ به دست آورد. همچنین در پژوهش حسینی (۱۳۹۸) آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۷۵ به دست آمد.

۴. پرسشنامه سبک دلبستگی بزرگسالان کولینز و رید. این پرسشنامه ۱۸ عبارتی توسط کالینز و رید در سال ۱۹۹۰ تهیه شد و مهارت‌های ارتباطی و سبک رابطه صمیمانه آزمودنی را در طیف لیکرتی ارزیابی می‌کند. به هر سؤال نمره‌ای بر اساس کاملاً مخالفم = ۱ و کاملاً موافقم = ۵ تعلق می‌گیرد. این پرسشنامه سه سبک دارد. سبک دلبستگی ایمن شامل سؤال‌های ۱، ۸، ۹، ۱۰، ۱۴، ۱۷، دلبستگی اجتنابی شامل سؤال‌های ۳، ۴، ۷، ۱۵، ۱۶ و ۱۸ و دلبستگی اضطرابی شامل سؤال‌های ۲، ۵، ۶، ۱۱، ۱۲ و ۱۳ است که آزمودنی بر اساس نمره‌های به دست آمده در یکی از انواع سبک‌های دلبستگی جای می‌گیرد (هاشمی و همکاران، ۱۳۹۶). کالینز و رید ۱۹۹۰ (نقل از پاکدامن و خانجانی، ۱۳۹۰) نشان دادند که نمره‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و اضطرابی در فاصله زمانی ۸ ماه و حتی در طول ۲ سال پایدار مانده‌اند. میزان آلفای کرونباخ را برای دلبستگی ایمن، اجتنابی و اضطرابی در نمونه‌ای از دانشجویان توسط آن‌ها به ترتیب برابر با ۰/۸۱، ۰/۷۸ و ۰/۸۵ و در پژوهش هاشمی و همکاران (۱۳۹۶) به ترتیب برابر با ۰/۶۸، ۰/۷۰ و ۰/۷۸ گزارش شده است. در پژوهش صابونچی و همکاران (۱۳۹۹) ضریب آلفای کرونباخ این ابزار برای سبک دلبستگی ایمن ۰/۷۸، اجتنابی ۰/۷۲ و اضطرابی ۰/۷۷ به دست آمد.

**شیوه اجرا.** با توجه به اینکه پژوهش حاضر از نوع همبستگی و همخوانی است، طبق اصول صحیح و علمی و بر اساس نرم‌افزار sample power و با توجه به احتمال ۲۰ درصد افت آزمودنی‌ها تعداد نمونه ۳۷۵ نفر در نظر گرفته شد و پرسشنامه‌ها در بین آزمودنی‌ها توزیع شد که از بین پرسشنامه‌های انجام شده با خارج نمودن پرسشنامه‌های ناقص ۳۵۰ پرسشنامه مورد تحلیل قرار گرفته شد. در نهایت تعداد ۳۵۰ پرسشنامه کامل در محیط نرم‌افزار spss و نرم‌افزار مدل‌یابی smart pls ۳، ۸ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

#### یافته‌ها

میانگین و انحراف معیار سن زنان شرکت‌کننده ۳۹/۷۸ (۲/۸۴) بود که بیشترین درصد پاسخ‌دهندگان ۳۵/۴۲ درصد زنان از لحاظ سنین بالاتر از ۴۵ سال و کمترین درصد پاسخ‌دهندگان ۳/۴۲ بین ۲۵ تا ۳۰ سال بودند. همچنین بیشترین درصد پاسخ‌دهندگان ۳۹/۱۴ درصد زنان دارای مدرک لیسانس و کمترین

درصد پاسخ‌دهندگان ۳/۴۲ درصد زنان دارای مدرک دکترا بودند. بیشترین درصد پاسخ‌دهندگان ۲۷/۷۱ درصد زنان دارای مدت تأهل بالاتر از ۲۶ سال و کمترین درصد پاسخ‌دهندگان ۴/۵۷ درصد زنان از لحاظ مدت تأهل زیر ۵ سال بودند و بیشترین درصد پاسخ‌دهندگان ۲۹/۴۲ دارای سه فرزند و کمترین درصد پاسخ‌دهندگان ۲/۵۷ درصد بدون فرزند بودند. همچنین بیشترین درصد پاسخ‌دهندگان ۳۹/۴۲ درصد زنان از لحاظ وضعیت شغلی خانه‌دار و کمترین درصد پاسخ‌دهندگان ۴/۸۵ درصد از لحاظ وضعیت شغلی رسمی بودند.

جدول ۱. شاخص‌های گرایش به مرکز و پراکندگی و توزیع نرمال متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	ضریب کشیدگی	ضریب کجی	خطای معیار
طلاق عاطفی	۳۵/۲۷	۷/۴۱	۱/۲۵۴	-۰/۵۲۳	۰/۲۴۵
باورهای مثبت درباره نگرانی	۵۷/۲۶	۱۳/۳۴	۱/۴۵۸	-۰/۸۶۵	۰/۴۲۵
باورهایی درباره کنترل ناپذیری و خطر افکار	۴۳/۵۲	۱۱/۴۶	۱/۳۲۶	-۰/۷۳۲	۰/۳۶۹
باورهایی درباره اطمینان شناختی	۲۵/۳۲	۷/۱۲	۱/۱۱۸	-۰/۵۴۸	۰/۳۲۲
باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار	۳۷/۶۹	۸/۳۱	۱/۲۲۷	-۰/۶۵۹	-۰/۵۴۷
وقوف شناختی (خودآگاهی شناختی)	۲۱/۶۵	۶/۸۳	۱/۱۰۳	-۰/۴۷۳	۰/۲۴۹
سبک ایمن	۷/۲۷	۳/۱۲	۱/۱۱۹	-۰/۷۴۴	۰/۱۶۹
سبک اجتنابی	۸/۵۶	۳/۸۵	۱/۲۳۷	-۰/۷۹۳	۰/۲۵۷
سبک اضطرابی	۱۳/۴۵	۵/۷۴	۱/۴۵۸	-۰/۸۴۵	۰/۳۷۲
خستگی جسمی	۳۰/۷۸	۶/۶۵	۱/۳۲۵	-۰/۶۸۷	۰/۲۸۹
از پا افتادن عاطفی	۳۴/۶۳	۹/۶۳	۱/۸۹۶	-۰/۸۶۳	۰/۳۴۵
از پا افتادن روانی	۳۲/۲۹	۷/۵۷	۱/۷۵۹	-۰/۷۴۹	۰/۳۱۲

بیشترین میانگین در رابطه با طلاق عاطفی در زنان برابر با ۳۵/۲۷ و انحراف معیار ۷/۴۱ به دست آمده است. بیشترین میانگین در رابطه با مؤلفه‌های باورهای فراشناختی در زنان مربوط به باورهای مثبت در مورد نگرانی و کمترین میانگین مربوط به وقوف شناختی (خودآگاهی شناختی) است. بیشترین میانگین در سبک‌های دلبستگی در زنان مربوط به سبک دلبستگی اضطرابی و کمترین میانگین مربوط به سبک دلبستگی ایمن است. بیشترین میانگین در رابطه با مؤلفه‌های فرسودگی زناشویی در زنان مربوط به از پا افتادن عاطفی و کمترین میانگین مربوط به خستگی جسمی است. از آنجایی که میزان ضریب کجی بین (۲ و -۲) است، عنوان می‌شود که توزیع فوق نرمال است و از میانگین به عنوان مناسب‌ترین شاخص آمار پارامتریک می‌توان استفاده کرد.

جدول ۲. خلاصه نتایج ضرایب همبستگی

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱. سبک اجتنابی										
۲. سبک دوسوگرا	۰/۷۸۲									
۳. سبک ایمن	۰/۵۶۸	۰/۶۸۵								
۴. باور درباره نگرانی	۰/۵۳۷	۰/۵۴۱	۰/۵۴۳							
۵. باور کنترل	۰/۵۲۴	۰/۵۳۲	۰/۵۳۴	۰/۵۷۱						
ناپذیری										
۶. باور اطمینان	۰/۵۲۱	۰/۵۳۲	-۰/۵۴۸	۰/۷۲۶	۰/۷۴۳					
شناختی										
۷. باور نیاز به کنترل	۰/۴۰۵	۰/۴۱۸	-۰/۵۶۳	۰/۷۱۳	۰/۷۲۲	۰/۷۳۶				
افکار										
۸. وقوف شناختی	۰/۳۹۸	۰/۴۰۵	-۰/۵۲۱	۰/۶۳۲	۰/۶۵۹	۰/۷۴۱	۰/۷۶۶			
۹. فرسودگی زناشویی	۰/۲۲۹	۰/۲۵۲	-۰/۳۴۹	۰/۳۶۷	۰/۳۷۱	-۰/۳۹۴	-۰/۳۶۹	-۰/۴۵۱		
۱۰. طلاق عاطفی	۰/۲۲۴	۰/۲۴۹	-۰/۳۲۸	۰/۳۵۱	۰/۳۶۹	-۰/۳۷۶	-۰/۴۳۲	-۰/۴۳۷	۰/۷۸۹	

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که بین فرسودگی زناشویی و طلاق عاطفی با سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا همبستگی مثبت و با سبک دلبستگی ایمن همبستگی منفی در سطح  $0/01$  برقرار است؛ همچنین بین فرسودگی زناشویی و طلاق عاطفی با باورهایی درباره نگرانی، باور کنترل ناپذیری همبستگی مثبت و با باور اطمینان شناختی، باور نیاز به کنترل افکار و وقوف شناختی همبستگی منفی معناداری در سطح  $0/01$  برقرار است؛ همچنین بین طلاق عاطفی و فرسودگی زناشویی نیز همبستگی مثبت معناداری برقرار بود ( $P=0/01$ ).

جدول ۳. معناداری روابط و شدت و جهت متغیرها و مؤلفه‌های آن با حضور متغیر میانجی

مدل	ضرایب	Pvalues	ضرایب استاندارد	نتیجه معناداری
باورهای مثبت درباره نگرانی -> طلاق عاطفی	۰/۶۶۸	۰/۰۰۱	۰/۶۶۸	معنادار
باورهای مثبت درباره نگرانی -> فرسودگی زناشویی	۰/۶۵۳	۰/۰۰۱	۰/۶۵۳	معنادار
باورهای کنترل ناپذیری و خطر افکار -> طلاق عاطفی	۰/۶۵۴	۰/۰۰۱	۰/۶۵۴	معنادار
باورهای کنترل ناپذیری و خطر افکار -> فرسودگی زناشویی	۰/۶۴۹	۰/۰۰۱	۰/۶۴۹	معنادار
باورهایی درباره اطمینان شناختی -> طلاق عاطفی	۰/۶۳۹	۰/۰۰۱	۰/۶۳۹	معنادار
باورهایی درباره اطمینان شناختی -> فرسودگی زناشویی	۰/۵۹۳	۰/۰۰۱	۰/۵۹۳	معنادار
باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار -> طلاق عاطفی	۰/۶۶۷	۰/۰۰۱	۰/۶۶۷	معنادار
باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار -> فرسودگی زناشویی	۰/۶۲۸	۰/۰۰۱	۰/۶۲۸	معنادار
وقوف شناختی (خودآگاهی شناختی) -> طلاق عاطفی	-۰/۶۲۳	۰/۰۰۱	-۰/۶۲۳	معنادار
وقوف شناختی (خودآگاهی شناختی) -> فرسودگی زناشویی	-۰/۵۶۷	۰/۰۰۱	-۰/۵۶۷	معنادار

معنادار	۱۱/۳۶۵	۰/۰۰۱	۰/۷۱۱	سبک اجتنابی -> طلاق عاطفی
معنادار	۹/۵۸۴	۰/۰۰۱	۰/۶۴۸	سبک اجتنابی -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۱۳/۲۲۷	۰/۰۰۱	۰/۷۲۳	سبک اضطرابی/دوسوگرا -> طلاق عاطفی
معنادار	۱۱/۶۷۸	۰/۰۰۱	۰/۶۵۹	سبک اضطرابی/دوسوگرا -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۹/۷۵۴	۰/۰۰۱	-۰/۶۴۲	سبک ایمن -> طلاق عاطفی
معنادار	۸/۸۸۹	۰/۰۰۱	-۰/۶۱۷	سبک ایمن -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۱۱/۴۴۸	۰/۰۰۱	-۰/۶۹۲	سبک دلبستگی -> طلاق عاطفی
معنادار	۱۰/۰۵۰	۰/۰۰۱	۰/۶۴۱	سبک دلبستگی -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۱۲/۲۲۳	۰/۰۰۱	۰/۷۲۶	فرسودگی زناشویی -> طلاق عاطفی

با توجه به نتایج ضرایب معناداری به دست آمده نشان می‌دهد که مسیر غیرمستقیم بین سبک‌های دلبستگی و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.val ue در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا VAF(۰/۴۰۲) نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر سبک‌های دلبستگی و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. همچنین در خصوص هر یک از مؤلفه‌های سبک‌های دلبستگی (ایمن، اضطرابی، اجتنابی) نتایج ضرایب معناداری به دست آمده نشان می‌دهد که مسیر بین سبک‌های دلبستگی ایمن و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.val ue در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا VAF(۰/۴۱۰) نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر سبک دلبستگی ایمن و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین سبک‌های دلبستگی اضطرابی و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.val ue در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا VAF(۰/۳۹۸) نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر سبک دلبستگی اضطرابی و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین سبک‌های دلبستگی اجتنابی و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.val ue در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا VAF(۰/۳۹۷) نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر سبک دلبستگی اجتنابی و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد؛ در خصوص هر یک از مؤلفه‌های باورهای فراشناختی (باورهای مثبت درباره نگرانی، باورهای درباره کنترل ناپذیری و خطر افکار، باورهای درباره اطمینان شناختی، باورهای درباره نیاز به کنترل افکار و وقوف شناختی یا خودآگاهی شناختی) نتایج ضرایب معناداری به دست آمده نشان می‌دهد که مسیر بین باورهای مثبت درباره نگرانی و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا VAF(۰/۴۱۵) نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر باورهای مثبت درباره نگرانی و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین باورهای درباره کنترل ناپذیری و خطر افکار و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا VAF(۰/۴۱۸)

نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر باورهایی درباره کنترل ناپذیری و خطر افکار و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین باورهایی درباره اطمینان شناختی و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا  $VAF(0/402)$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر باورهایی درباره اطمینان شناختی و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا  $VAF(0/406)$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین وقوف شناختی یا خودآگاهی شناختی و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا  $(0/397)$   $VAF$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر وقوف شناختی یا خودآگاهی شناختی و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد.

#### آزمون F۲ یا آزمون طلایی صنعت (اندازه اثر)

آزمون F۲ یا آزمون طلایی صنعت آزمونی است که بر خلاف  $R^2$  که به دنبال پیش‌بینی رفتار بر اساس کل متغیرهای مستقل است، این آزمون بیان هر کدام از متغیرها به صورت تنها چه سهمی در پیش‌بینی متغیر وابسته دارد. مقادیر به دست آمده با سه مقدار ۰/۰۲ (ضعیف)، ۰/۱۵ (متوسط) و ۰/۳۵ (قوی) مقایسه می‌شود.

جدول ۴. آزمون F۲ یا آزمون طلایی صنعت

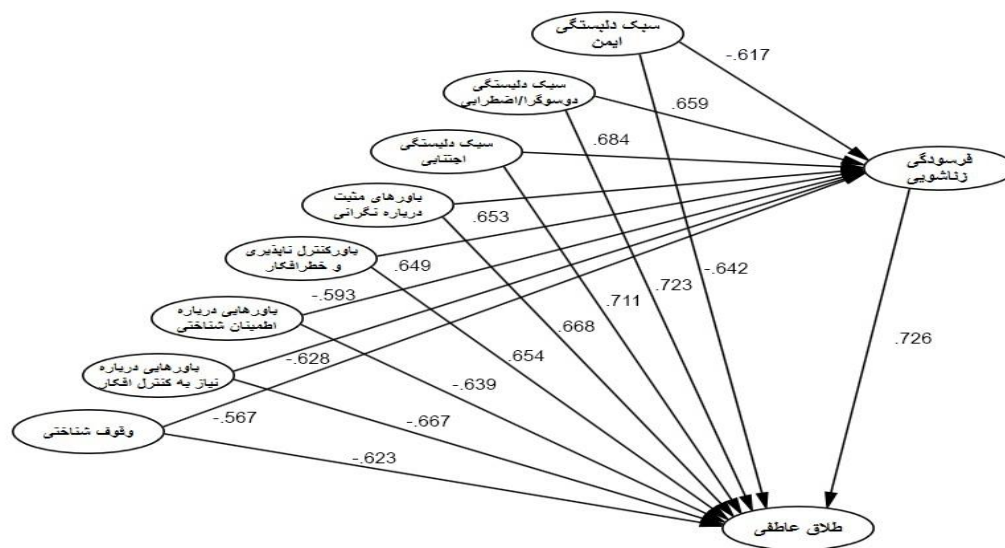
	طلاق عاطفی	فرسودگی زناشویی
سبک ایمن	۰/۱۹۶	۰/۱۶۹
سبک دوسوگرا/ اضطرابی	۰/۲۳۱	۰/۱۹۸
سبک اجتنابی	۰/۲۱۷	۰/۱۷۸
باورهای مثبت درباره نگرانی	۰/۱۹۷	۰/۱۶۹
باورهایی درباره کنترل ناپذیری و خطر افکار	۰/۱۸۳	۰/۱۴۳
باورهایی درباره اطمینان شناختی	۰/۱۵۴	۰/۱۲۵
باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار	۰/۱۷۶	۰/۱۳۸
وقوف شناختی (خودآگاهی شناختی)	۰/۱۳۲	۰/۱۱۷
فرسودگی زناشویی	۰/۲۸۵	-

همان‌طور که در مدل بیرونی (اندازه‌گیری از شاخصی به نام CVCOM استفاده شد، در مدل درونی (ساختاری) از شاخص CVRED که مخفف روایی متقاطع افزونگی است، استفاده می‌شود؛ که با دستور چشم‌پوشی این شاخص را با عدد ۰/۰۲ (ضعیف)، ۰/۱۵ (متوسط) و ۰/۳۵ (قوی) مقایسه می‌شود. در دستور چشم‌پوشی فقط سؤالات درون‌زاه را چشم‌پوشی کرده و اگر مدل کیفیت مناسبی داشته باشد می‌تواند این اعداد را نزدیک به مقدار قبل پیش‌بینی کند.

جدول ۵. آزمون کیفیت مدل ساختاری

	$Q^2 (=1-SSE/SSO)$
طلاق عاطفی	۰/۴۸۷
فرسودگی زناشویی	۰/۳۶۵

کیفیت روایی متقاطع افزونگی مدل ساختاری برای فرسودگی زناشویی کمی بیشتر از قوی است؛ اما برای طلاق عاطفی کیفیت بسیار قوی دارد. از طرفی بر اساس نتایج به دست آمده از مدل اندازه‌گیری در بخش CVCOM نیز از کیفیتی بسیار قوی برخوردار بود که نتایج مدل اندازه‌گیری با مدل ساختاری هر دو از کیفیت نسبتاً مناسب و بالایی برخوردار می‌باشند. آزمون برازش SRMR (البته در سال‌های اخیر شاخص‌های برازش دیگری مانند NFI، NNFI و غیره نیز ارائه شده است اما به نقل از رینگل (۲۰۱۶) نتایج آن‌ها در واریانس محورها ثابت ندارد؛ و هنوز برای ارائه در مطالعات قابل اتکا نیست. از این بین رینگل (۲۰۱۶) آزمون برازش SRMR را به عنوان تنها آزمون برازشی قابل اتکا برای مدل ارائه نمود؛ که  $SRMR < ۰/۰۸$  باید باشد که نشان دهد آزمون از برازش برخوردار است. در این پژوهش میزان  $۰/۰۸ < SRMR = ۰/۰۵۴$  به دست آمده است که نشان می‌دهد آزمون از برازش مطلوبی برخوردار است.



شکل ۱ مدل نهایی ساختاری پژوهش در حالت معناداری ضرایب استاندارد با حضور میانجی

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر ارائه مدلی برای پیش‌بینی طلاق عاطفی بر اساس سبک‌های دلبستگی و باورهای فراشناختی در زنان با نقش واسطه‌ای فرسودگی زناشویی بود. استفاده از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری برای ارزیابی چگونگی برازش مدل ساختاری با داده‌های گردآوری شده در آزمون سال‌های پژوهش با مدل نظری مطابقت دارد. بدین ترتیب فرض صفر رد و فرض خلاف تأیید شد؛ بنابراین چنین

نتیجه‌گیری می‌شود که مدل ساختاری پژوهش با داده‌های گردآوری شده برازش دارد. همان‌طور که ملاحظه شد بررسی معناداری مسیرهای مستقیم نتایج نشان داده است که مسیر مستقیم باورهای فراشناختی و مؤلفه‌های آن (باورهای مثبت درباره نگرانی، باورهای کنترل ناپذیری و خطر افکار، باورهای درباره اطمینان شناختی، باورهای درباره نیاز به کنترل افکار و وقوف شناختی یا خودآگاهی شناختی) با طلاق عاطفی رابطه معنادار باورهای فراشناختی و مؤلفه‌های آن (باورهای مثبت درباره نگرانی، باورهای درباره کنترل ناپذیری و خطر افکار، باورهای درباره اطمینان شناختی، باورهای درباره نیاز به کنترل افکار و وقوف شناختی یا خودآگاهی شناختی) با طلاق عاطفی است را تأیید می‌کند. بر همین اساس می‌توان بیان داشت که فرضیه پژوهش تأیید می‌شود. مؤلفه باورهای مثبت درباره نگرانی (۰/۶۶۸)، مؤلفه باورهای درباره کنترل ناپذیری و خطر افکار (۰/۶۵۴)، در حد نسبتاً بالا و نیز جهت رابطه آن مثبت است؛ بدین معنا که هر چه میزان باورهای مثبت درباره نگرانی، کنترل ناپذیری و خطر افکار زنان متأهل افزایش یابد میزان طلاق عاطفی کاهش خواهد یافت؛ بدین معنا که هر چه میزان باورهای درباره کنترل ناپذیری و خطر افکار در زنان متأهل افزایش یابد میزان طلاق عاطفی یا کاهش می‌یابد. از طرفی میزان این شدت اثر در خصوص مؤلفه باورهای درباره اطمینان شناختی (۰/۶۳۹-)، مؤلفه باورهای درباره نیاز به کنترل افکار (۰/۶۶۷-) و مؤلفه وقوف شناختی یا خودآگاهی شناختی (۰/۶۲۳-) در حد نسبتاً بالا و نیز جهت رابطه آن منفی است، بدین معنا که هر چه میزان باورهای درباره اطمینان شناختی، باورهای درباره نیاز به کنترل افکار و وقوف شناختی در بین زنان متأهل مراجعه‌کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران کاهش یابد میزان طلاق عاطفی کاهش خواهد داشت. نتایج پژوهش انجام شده همسو با نتایج پژوهش‌های صورت گرفته توسط ابراهیمی و همکاران (۱۳۹۹)، آزادیان پور (۱۳۹۸)، خوباری و همکاران (۱۳۹۵)، صمدی فرد و همکاران (۱۳۹۵)، عنایت پور و دره کردی (۱۳۹۵)، استرابت و کارپینتر (۲۰۱۹)، ساکاتا و مکینز (۲۰۱۹)، لارسون و هولمن (۲۰۱۷)، کیتسون و هولمز (۲۰۱۶)، همخوان است. بر این اساس اغلب مشکلات بین فردی که زوجین تجربه می‌کنند تحت تأثیر شیوه نگرش آن‌ها در روابط خود با دیگری است. این شیوه نگرش باورهای فراشناختی نامیده می‌شود. فراشناخت به ساختارها، دانش، وقایع و فرایندهای روان‌شناختی اشاره دارد (ولز، ۲۰۰۹). فراشناخت آنچه که افراد آن را مورد توجه قرار می‌دهند و وارد حیطه‌ی هوشیاری خود می‌کنند، ارزیابی‌ها و تأثیر انواع راهبردهایی که افراد برای تنظیم افکار و احساساتشان به کار می‌برند را شکل می‌دهد. فراشناخت به آگاهی و نظارت بر یک افکار تعریف شده است (لیمنز و همکاران، ۲۰۱۰). علاوه بر این، فراشناخت، فکر کردن درباره فرایند تفکر است؛ فرایندهای فراشناختی دارای دو جنبه‌ی مستقل اما مرتبط با یکدیگرند: دانش فراشناختی و تجربه فراشناختی. مطالعات نشان داده است که باورهای فراشناختی در مبتلا شدن به اختلالات اضطرابی نقش دارد؛ بر همین اساس فراشناخت یک مفهوم چند وجهی است که شامل دانش (باورها)، فرایندها و راهبردهایی است که شناخت را ارزیابی، نظارت و یا کنترل می‌کنند (هلن و همکاران، ۲۰۱۳). باورهای فراشناختی مثبت به مفید بودن نگرانی، اندیشناکی، تهدیدیبایی و سایر راهبردهای مشابه اشاره دارند. ممکن است در ظاهر این باورها منطقی به نظر برسند. با این حال ماهیت معیوب و تحریف شده دارند. حوزه دوم باورهای فراشناختی به اهمیت و معنای منفی وقایع شناختی درونی (برای مثال، افکار و باورهای متداول) ربط دارد. فرا باورهای

منفی در دو دسته وسیع جای می‌گیرند: کنترل ناپذیری افکار و معنا، اهمیت و خطر افکار. چنین فرا باورهایی زمینه شکست در کنترل افکار را فراهم می‌کنند. همین پدیده نیز منجر به تفسیر منفی و تهدید زایی وقایع ذهنی می‌شود.

بررسی معناداری مسیرهای مستقیم نتایج نشان داده بررسی معناداری مسیرهای مستقیم نتایج نشان داده است که مسیر مستقیم سبک‌های دلبستگی ایمن، اضطرابی و اجتنابی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار سطح معناداری که کمتر از ۰/۰۱ است و نیز مقدار ضرایب معناداری تی که خارج از بازه ۲/۵۸- و ۲/۵۸ است خبر از وجود رابطه معنادار سبک‌های دلبستگی با طلاق عاطفی را تأیید می‌کند؛ به‌منظور شدت و جهت رابطه بر اساس نتایج ضریب بتا می‌توان بیان داشت که سبک دلبستگی ایمن (۰/۶۴۲-) به‌اندازه ۰/۶۹۲ با طلاق عاطفی شدت اثر بسیار بالایی دارد و نیز جهت رابطه آن مثبت است، بدین معنا که هر چه میزان سبک‌های دلبستگی در بین زنان متأهل در سبک ایمن مختلف افزایش یابد بر میزان کاهش طلاق عاطفی آنان تأثیر می‌گذارد. همچنین بررسی اندازه شدت اثر سبک دلبستگی اضطرابی (۰/۷۲۳) و سبک دلبستگی اجتنابی (۰/۷۱۱) در حد بالایی است و نیز جهت رابطه آن مثبت است، بدین معنا که هر چه میزان سبک دلبستگی اضطرابی و اجتنابی در بین زنان متأهل کاهش یابد میزان طلاق عاطفی افزایش پیدا می‌کند. نتایج پژوهش انجام شده همسو با نتایج پژوهش‌های صورت گرفته توسط سلمانیان و عامری (۱۳۹۸)، صمدی کاشان و همکاران (۱۳۹۷)، نامنی، نجفی (۱۳۹۷)، جهان تیغ و مجاهد (۱۳۹۶)، رجبی و همکاران (۱۳۹۳)، مامی و عسگری (۱۳۹۳)، هرتلین (۲۰۱۸)، راتر (۲۰۱۸)، پائولز، سیگروز و لاسبلوم (۲۰۱۷)، سافستروم و جنتیلیا (۲۰۱۷) فرسودگی ناشی از عدم تناسب بین توقعات و واقعیات است. فرسودگی به علت ناکامی در عشق بروز می‌کند و پاسخی است در برابر مسائل وجودی؛ که عنصر مرکزی فرسودگی زناشویی، تهی سازی مزمن منابع انرژی یک فرد شامل خستگی جسمانی، عاطفی و روانی است که با ادامه مواجهه با استرس طولانی مدت ایجاد می‌شوند. کایزر، ۱۹۹۶ در پژوهش انجام شده بیان داشت که در یک ازدواج سرخورده یکی یا هر دو زوج ضمن تجربه احساس گسستگی از همسر و کاهش علائق و ارتباطات متقابل نگرانی‌های قابل توجهی در خصوص تخریب فزاینده رابطه و پیشروی به سمت جدایی و طلاق دارند؛ سرخوردگی و فرسودگی زناشویی، کاهش تدریجی دلبستگی عاطفی به همسر است که با احساس بیگانگی، بی‌علاقگی و بی‌تفاوتی زوجین به یکدیگر و جایگزینی عواطف منفی به جای عواطف مثبت همراه است (صابونچی و همکاران، ۱۳۹۹). در خصوص پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین بر اساس سبک‌های دلبستگی مطالعات انجام شده بیان داشته است که عوامل مهمی در سال‌های اخیر با طلاق عاطفی زوجین تأثیرگذار بوده است که لازم است به آن‌ها توجه لازم مبذول شود زیرا که وجود بعضی از عوامل مانند سبک‌های دلبستگی هر یک از زوجین می‌تواند بر عدم رضایت زناشویی تأثیرگذار باشد، تجارب اولیه هر یک از زوجین با والدین و یا نوع رابطه‌ی هیجانی فرد با والدین خود در دوران کودکی از جمله این عوامل در بروز طلاق عاطفی در روابط زوجین به شمار می‌آید. برخی از پژوهش‌ها تلاش کرده‌اند به این سؤال پاسخ دهند که چگونه تجارب اولیه‌ی فرد در دوران کودکی می‌تواند وی را در بزرگسالی تحت تأثیر قرار دهد. نظریه سبک دلبستگی، بر روابط اولیه در محیط خانواده تأکید کرده و آن را بر روابط بعدی مؤثر می‌دانند. آن‌ها سبک‌های دلبستگی را به عنوان عوامل پایدار تلقی کرده و پیشنهاد می‌کنند که چگونه



خانواده‌ی مبدأ شخص می‌تواند بر روابط زناشویی اثر بگذارد. مطالعات مبتنی بر آسیب‌شناسی تحولی نیز رابطه‌ی بین تجارب منفی اولیه‌ی خانوادگی و مشکلات افراد بزرگ‌سال در انجام تکالیف تحولی و مشکلات روان‌شناختی و شبکه‌های معیوب زناشویی را مورد تأکید قرار می‌دهند. بالبی بر این عقیده بود که نظریه‌ی دلبستگی تنها یک نظریه‌ی تحول کودک نیست، بلکه نظریه‌ی تحول در فراخانای زندگی نیز است. این نظریه معتقد است نوع رابطه‌ی مادر-کودک در سال‌های اولیه‌ی زندگی و میزان قابلیت دسترسی به مادر، میزان حمایت مادر هنگام احساس خطر، درجه‌ی حساسیت مادرانه و تکیه‌گاه ایمن بودن مادر برای کودک، سبک دلبستگی فرد را معین می‌کند. بالبی اظهار می‌دارد که دلبستگی، پیوند هیجانی پایدار بین دو فرد است؛ به طوری که یکی از دو طرف کوشش می‌کند نزدیکی و مجاورت با موضوع دلبستگی را حفظ کرده و به گونه‌ای عمل کند تا مطمئن شود که ارتباط ادامه می‌یابد. بالبی بر این باور است که این گره‌های هیجانی متقابل که به نزدیکی مادر و کودک منجر می‌شود، نخستین تجلی‌های دلبستگی پیش‌بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی محسوب می‌شود. دلبستگی، نگهدارنده‌ی نزدیکی متقابل بین دو فرد در تمام مراحل زندگی است. بر همین اساس الگوهای فعال درونی از چهره‌ی دلبستگی یعنی باورها، انتظارات و احساس‌های فرد در مورد حساسیت و پاسخ‌دهندگی چهره‌ی دلبستگی و شامل ارزش شایستگی‌هایی می‌شود که فرد برای خود در دریافت توجه و محبت از دیگران قائل می‌شود. پژوهش‌ها نشان می‌دهند کیفیت روابط مادر-کودک در دوران کودکی در تحول الگوهای فعال درونی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است و روابط نزدیک و صمیمانه در بزرگسالی نیز تحت تأثیر همین الگوهای فعال درونی قرار می‌گیرند. مرور مطالعات همگی بیانگر این نکته‌اند که آزمودنی‌های دارای سبک دلبستگی ایمن از مشکلات زناشویی، مشکلات بین شخصی کمتر و سطح شادکامی بیشتری نسبت به آزمودنی‌های دارای سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا برخوردارند؛ بالبی، ۱۹۹۱؛ بر پایه نظریه دلبستگی معتقد است افرادی که سبک دلبستگی ایمن دارند، روشن است که در زندگی مشترک نیز افرادی که سبک دلبستگی ایمن دارند، از این رابطه بیشتر رضایت دارند و تعهد بیشتری هم نشان می‌دهند. آنان به شریک زندگی شان اعتماد می‌کنند و از زندگی لذت بیشتری می‌برند. کسانی که سبک دلبستگی اجتنابی را دارند، ممکن است در رابطه ازدواج هم دلبستگی و علاقه محکم و شدیدی نداشته باشند. از این رو شاید هنگام قطع رابطه کمتر ناراحت شوند؛ اما از رابطه موجود هم زیاد لذت نمی‌برند و زندگی برایشان شیرین و رضایت‌بخش نیست (راتر، ۲۰۱۸)؛ در افرادی که دارای سبک دلبستگی، مضطربانه می‌باشند، حتی پس از برقراری رابطه صمیمانه، احساس ناامنی می‌کند و شاید نسبت به رابطه‌های دیگر حسادت کند. این افراد، در زندگی مشترک، همیشه نگران هستند که آیا شریک زندگی شان او را واقعاً دوست دارد یا نه. بر همین اساس هر سبکی از دلبستگی، در حقیقت بر معیارهای شخصی زوجین اثر می‌گذارد و آن‌ها نیز بر اساس همین سبک دلبستگی، نسبت به خودشان و شریک زندگی شان، قضاوت می‌کنند و رضایت یا عدم رضایت از زندگی مشترک را به آن برمی‌گردانند. با توجه به یافته‌های به‌دست‌آمده می‌توان نتیجه گرفت که افراد دارای سبک دلبستگی ایمن دارای تعهد شخصی بالایی نسبت به همسر خود و ازدواجشان باشند و انعطاف‌پذیری هیجانی و آرامش به‌دست‌آمده از خود شفقتهی باعث ارائه پاسخ‌های سازنده در مقابل تعارضات زندگی می‌شود که بازده آن بهبود روابط زوجین، تعهد و صمیمیت است. همچنین کسانی که

دارای تحمل پریشانی بیشتر با مشکلات و مسائل زندگی زناشویی کنار می‌آیند و در نتیجه سطح تعهد زناشویی در آن‌ها بالاتر است (صابونچی و همکاران، ۱۳۹۹).

به رغم تلاش جدی در جهت انجام صحیح و اصولی پژوهش حاضر، این تحقیق مانند دیگر پژوهش‌های انجام شده در حیطه مسائل انسانی، با محدودیت‌ها و مشکلاتی مواجه بود که تلاش برای برطرف کردن آن‌ها در پژوهش‌های آتی، می‌تواند مهر تأییدی بر نتایج به دست آمده در این پژوهش باشد کی از محدودیت‌ها به روش پژوهش مربوط می‌شود، بدین دلیل که این پژوهش از نوع همبستگی بود و در آن کنترلی اعمال نشده است و ما نمی‌توانیم رابطه علت و معلولی را بررسی کنیم. همچنین در این پژوهش تلاش بر این بوده است که به ارائه مدلی برای پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین بر اساس سبک‌های دلبستگی، باورهای فراشناختی و راهبردهای نظم‌جویی هیجانی با میانجی‌گری فرسودگی زناشویی زنان متأهل مراجعه‌کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران به کمک ابزارهای پژوهشی سنجیده شود، اما متغیرهای مزاحم (نگرش افراد، سن، شرایط محیط، جو عاطفی خانواده، زمان پاسخگویی)، نیز ممکن است نتایج را تحت تأثیر قرار داده باشند. علاوه بر آن، یافته‌ها بر اساس مقیاس‌های خود گزارش دهی است. بدین معنا که گزارش‌های شخصی در پرسش‌نامه‌ها اصولاً به دلیل دفاع‌های ناخودآگاه، تعصب در پاسخ‌دهی و شیوه‌های معرفی شخصی، مستعد تحریف هستند و ممکن است زنان متأهل مراجعه‌کننده به خانه‌های سلامت در هنگام پاسخ‌دهی به جای توجه به وضع موجود، پاسخ‌های خود را با توجه به وضع مطلوب ارائه داده باشند که این امر به نوعی بر نتایج تأثیر خواهد گذاشت و در نهایت عدم امکان توجه همه زنان متأهل مراجعه‌کننده به خانه‌های سلامت در خصوص ابزارها و متغیرهای پژوهش و نیز موضوع پژوهش و نتایجی که این پژوهش برای زنان متأهل مراجعه‌کننده در برمی‌گیرد که ممکن است نتایج را تحت پوشش خود قرار دهد، اگر این امر میسر می‌شد با بالا رفتن دقت پاسخ‌گویی نتایج بهتری کسب می‌شد. یافته‌های این پژوهش مؤید آن است که ارائه مدلی برای پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین بر اساس سبک‌های دلبستگی و باورهای فراشناختی با نقش واسطه‌ای فرسودگی زناشویی با مدل نظری مطابقت داشته و از برازش مطلوبی برخوردار است. همچنین بررسی مسیر مستقیم پژوهش نشان داده است که بین سبک‌های دلبستگی و باورهای فراشناختی با طلاق عاطفی زنان متأهل رابطه معناداری وجود دارد و از طرفی بررسی مسیر غیرمستقیم پژوهش نشان داده است که بین سبک‌های دلبستگی و باورهای فراشناختی و نقش واسطه‌ای فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی زنان متأهل مراجعه‌کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران شدت اثر مطلوبی داشته است.

با توجه به نتایج پژوهش، از آنجا که ازدواج و انتخاب همسر یکی از تصمیمات مهم زندگی است و با توجه به نقش پیش‌بینی‌کنندگی طلاق عاطفی بر اساس سبک‌های دلبستگی و باورهای فراشناختی و با نقش واسطه‌ای فرسودگی زناشویی از این رو پیشنهاد می‌شود به منظور افزایش ایجاد بسترهای ارتباطی مناسب در زمینه کمک به بهبودی روابط زوجین امکانات مناسب در اختیار آن‌ها قرار داده شود. در این خصوص پیشنهاد می‌شود که به زوجین آموزش‌های لازم در زمینه مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های حل مسئله و شیوه‌های حل تعارض و نیز آموزش‌های مختلف در حوزه زوج‌درمانی، به منظور ارتقاء میزان بهبود کیفیت روابط زوجین به منظور مواجهه با انواع تعارضات زناشویی ارائه شود تا از این طریق بتوان موجب پیشگیری

از فرسودگی زناشویی و نیز تلاش در جهت کاهش طلاق عاطفی در بین زوجین و ارتقاء سطح ثبات روابط زناشویی و رضایتمندی زناشویی شد.

### موازن اخلاقی

ملاحظات اخلاقی در پژوهش با جلب رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان رعایت شده است؛ همچنین به افراد درباره محرمانه بودن نتایج اطمینان داده شد.

### سپاسگزاری

از همه شرکت‌کنندگان در پژوهش و همه کسانی که در اجرای این پژوهش همکاری داشتند؛ تشکر و قدردانی می‌شود.

### مشارکت نویسندگان

مقاله حاضر برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول بود که توسط معاونت پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن به تصویب رسیده بود؛ در تدوین این مقاله همه نویسندگان در طراحی، روش‌شناسی، مفهوم‌سازی، گردآوری و تحلیل داده‌ها، پیش‌نویس، ویراستاری و نهایی‌سازی نقش یکسانی داشتند.

### تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

### منابع

- آزادیان پور، مریم. (۱۳۹۸). نقش باورهای فراشناختی و تنظیم شناختی هیجان بر روابط زوجین. پایان‌نامه ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب، دانشکده روانشناسی.
- اسلامی، فریدون، فرحبخش، کیومرث، و سلیمی بجستانی، حسین. (۱۳۹۹). اثربخشی برنامه پیشگیری و بهبود رابطه بر باورهای روابط زناشویی زنان. *خانواده درمانی کاربردی*، ۱(۱): ۱۷-۳۴
- ابراهیمی، لقمان، و حیدری، رقیه. (۱۳۹۹). پیش‌بینی گرایش به طلاق عاطفی بر اساس ویژگی‌هایی شخصیتی، باورهای فراشناختی و بلوغ عاطفی زوجین. *فصلنامه پژوهش‌های مشاوره*. ۲(۲): ۶۱-۳۶
- احمدی، مجید، زهراکار، کیانوش، داورنیا، رضا، و رضایی، محسن. (۱۳۹۴). اثربخشی زوج‌درمانی کوتاه‌مدت خودتنظیمی بر فرسودگی زناشویی در زوجین شهر ساوه. *مجله علوم پزشکی رازی*. ۲۲(۱۳۹): ۶۴-۷۵
- پاکدامن، شهلا، و خانجانی، مهدی. (۱۳۹۰). نقش فرزندپروری ادراک شده در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و جمع‌گرایی در دانشجویان. *روانشناسی اجتماعی*، ۱(۴): ۱۰۲-۸۱.
- حاتمی، حمیدرضا. (۱۳۹۶). پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی همسران نظامیان با تأکید بر باورهای فراشناختی و راهبردهای تنظیم هیجانی. *مجله روانشناسی نظامی*، ۳۰(۲): ۱۹-۳۷

جهان تیغ، هدی، و مجاهد، عزیزالله. (۱۳۹۶). بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی، فرسودگی زناشویی و روابط فرا زناشویی در بین زوج‌های درگیر با مسئله خیانت زناشویی، دومین کنگره ملی روان‌شناسی و آسیب‌های روانی-اجتماعی، چابهار.

جوکار کمال آبادی، مهناز. (۱۳۹۱). مقایسه تأثیر زوج‌درمانی رفتاری-جدلی و زوج‌درمانی هیجان‌مدار بر کیفیت ابعاد ارتباط زناشویی، سلامت روان و نشانه‌های اختلال شخصیت مرزی در زوجین دارای اختلال شخصیت مرزی در شهر شیراز. دانشکده روانشناسی. دانشگاه اصفهان.

ساداتی، احسان، مهرابی زاده هنرمند، مهناز، و سودانی، رضا. (۱۳۹۳). رابطه علی تمایز یافتگی، نورزگرایی و بخشندگی با فرسودگی زناشویی با واسطه تعارض زناشویی، ۱۳۹۳، *دوفصلنامه روانشناسی خانواده*، (۲): ۵۵-۶۸.

سلیمانی، بهاره، رحیمی، افسانه، بایستی، زینب، و ابوالقاسمی، عباس. (۱۳۹۴). بررسی رابطه بین شادکامی، کیفیت زندگی و هیجان خواهی با رضایت زناشویی، *اولین همایش ملی روانشناسی و خانواده*، اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.

سرخابی عبدالملکی، مریم، دوکانه ای فرد، فریده، و بهبودی، معصومه. (۱۴۰۰). الگوی ساختاری پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین بر اساس باورهای فراشناختی و راهبردهای نظم جویی هیجانی با میانجی‌گری فرسودگی زناشویی در زنان متأهل. *خانواده درمانی کاربردی*، (۲): ۲۰-۱.

شیرزادی، شاداب، شفیع‌آبادی، عبدالله، و دوکانه ای فرد، فریده. (۱۳۹۷). مقایسه اثربخشی خانواده درمانی بوئن و مینوچین بر کاهش طلاق عاطفی و بهبود کیفیت زندگی زوجین مراجعه‌کننده به خانه‌های سلامت. *تحقیقات مدیریت آموزشی*، (۲): ۴۰-۲۵.

رجبی، غلام رضا، موسویان نژاد، خلیل، و تقی پور، منوچهر. (۱۳۹۳). تعیین رابطه سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی با رضایت زناشویی و تعارض زناشویی معلمان زن متأهل مقطع ابتدایی مدارس دولتی شهر اهواز. *فصلنامه مشاوره کاربردی*. بهار و تابستان، (۲): ۴۹-۶۶.

کوچکی امیرهنده، مونا، کربلایی محمد میگونی، احمد، و ثابت، مهرداد. (۱۳۹۶). نقش واسطه‌ای نشخوار خشم و نشخوار خودسرزنش‌گری در رابطه بین فرسودگی و خشونت زناشویی، *اندیشه و رفتار در روانشناسی بالینی*، (۴۳): ۴۷-۵۶.

صابونچی، فرانک، دوکانه ای فرد، فریده، و بهبودی، معصومه. (۱۳۹۹). الگوی ساختاری پیش‌بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی و جهت‌گیری زندگی در زنان متأهل: با نقش واسطه‌ای هیجان خواهی. *خانواده درمانی کاربردی*، (۳): ۱۰۲-۱۲۰.

صمدی فرد، حمیدرضا، نریمانی، محمد، شیخ‌الاسلامی، علی، و میکائیلی، نیلوفر. (۱۳۹۵). نقش مؤلفه‌های اجتناب‌شناختی و باور فراشناختی در پیش‌بینی طلاق عاطفی همسران. *مجله پژوهش‌های مشاوره*، (۳): ۵۹-۵۷.

عزیزی، پریسا. (۱۳۹۵). بررسی تأثیر گروهی به شیوه تحلیل ارتباط محاوره‌ای بر کاهش تعارضات زناشویی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی. واحد علوم و تحقیقات تهران.

عنایت پور، مهدیه، و دره کردی، علی، (۱۳۹۵)، رابطه باورهای ارتباطی، سازگاری بهداشتی با طلاق عاطفی با توجه به میانجیگری صمیمیت و فرسودگی زناشویی، سومین کنفرانس بین‌المللی نوآوری‌های اخیر در روانشناسی، مشاوره و علوم رفتاری، تهران

نامنی، ابراهیم، و نجفی، فاطمه. (۱۳۹۷) نقش میانجی گرایانه هیجان خواهی در رابطه اشتیاق به شبکه‌های اجتماعی و سبک دلبستگی با انسجام خانواده در زنان متأهل. فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۳۶(۳): ۴۴-۵۷

مامی، شهرام، و عسکری، میترا. (۱۳۹۳)، نقش تمایز یافتگی خود و سبک‌های دلبستگی در پیش‌بینی طلاق عاطفی، همایش منطقه‌ای آسیب‌شناسی پدیده‌ی طلاق، سقز.

مظاهری، محمدعلی. (۱۳۷۹). نقش دلبستگی بزرگسالان در کنش‌وری ازدواج. مجله روان‌شناسی. ۴(۳): ۲۸۷-۳۱۰

مؤمنی، زهرا، و نادری، غلامرضا. (۱۳۹۳). بررسی و مقایسه الگوهای تعارض زوجین با سبک‌های مختلف دلبستگی در زوجین. خانواده پژوهی، ۹(۳): ۵۵-۶۹

موسوی، سیده فاطمه، و رضازاده، محمدرضا. (۱۳۹۳). بررسی نقش نگرش به عشق در پیش‌بینی طلاق عاطفی زنان و مردان متأهل شهر قزوین. مطالعات اجتماعی روان‌شناختی، ۱۲(۳): ۱۸۸-۱۶۹.

یوسفی، ناصر، و سهرابی، احمد. (۱۳۹۵). اثربخشی رویکردهای خانواده درمانی مبتنی بر فراشناخت بر کیفیت روابط زناشویی. فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۱(۲): ۲۱۱-۱۹۲.

وزیری نسب، بهره. (۱۳۹۴). اثر بخشی مداخله شناختی - رفتاری مبتنی بر کنترل خشم روی سلامت روان و استرس ادراک شده و میزان موفقیت در لقاح مصنوعی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشکده علوم انسانی. دانشگاه پیام نور استان تهران.

هاشمی، سعداله، درتاج، فریبرز، سعدی‌پور، اسماعیل، و اسدزاده، حسن. (۱۳۹۶). الگوی ساختاری احساسات شرم و گناه بر اساس شیوه‌های فرزندپروری والدین: نقش واسطه‌ای سبک‌های دلبستگی. روانشناسی کاربردی، ۱۱(۴): ۴۹۳-۴۷۵.

## References

- Afraie, A. Mohammadi, A. Sohrabic, R. (2013). Relationship between marital conflict and child affective behavioral psychopathological symptoms. *Journal of Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84, 1776-1778.
- Belanger, C., Laporte, L., Sabourin, S., & Wright, J. (2015). The Effect of Cognitive-Behavioral Group Marital Therapy on Marital Happiness and Problem Solving Self-Appraisal. *The American Journal of Family Therapy*, 43(2), 103-118.
- Brummelhuis, L. Ter Hoeven, C. L., Bakker, A. B., & Peper, B. (2011). Breaking through the loss cycle of burnout: The role of motivation. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 84, 268-287.
- Edlati, A. & Redzuan, M. (2010). Perception of women towards family values and their marital satisfaction; *Journal of American Science*, 6(4), 132-137.
- Gottman, J. M. (2008). Gottman method couple therapy. *Clinical handbook of couple therapy*, 4(8), 138-164.
- Jared, O., Giancarlo, D., Raffaele, P, Kelly, B, Kelly, A. & et al. (2016). Metacognition moderates the relationship of disturbances in attachment with severity of borderline personality disorder among persons in treatment of substance use disorders. *Compr psychiatry*, 64: 22-28.

- Helen, N., Steffen M. & Reinhard, P. (2013). Responsibility, metacognition and unrealistic pessimism in obsessive-compulsive disorder. *Journal obsessive compuls relat disord*, 2, 119-129.
- Herrington RL, et al. (2008). Assessing disharmony and disaffection in intimate relationships: Revision of the Marital Satisfaction Inventory factor scales. *Psychological assessment*, 2008, vol 20, no 4:341-50.
- Hertlein, K. M., Wetchler, J. L., Piercy, F. P. (2018). The Relationship between Attachment Styles, Marital Covenant, Life Orientation and Marital Satisfaction. *Journal of Couple & Relationship Therapy: Innovations in Clinical and Educational Interventions*, 5-16.
- Kiani, A R., Asadi, S., Isma'ili Ghazi Voloui F., & Zawar, M. (2016). The prediction of marital boredom based on emotional expressiveness and marital attributes in Married people referred to the well-being of the city of Ardabil. *Journal of Research Advice*, 59 (18), 56-62.
- Kitson, G. C., & Holmes, W. M. (2016). The relationship between early maladaptive schemas and marital maladaptation between couples referred to counseling centers. New York: Guilford
- Larson, J. H., & Holman, T. B. (2017). Investigating the Relationship between Sexual Knowledge and Attitude and Communication Beliefs with Emotional Divorce. *Journal of Family Relations*, 43(2), 228- 237.
- Lemmens, G. M. D., Buysse, A. N., Heene, R., Eisler, I. V., & Demyttenaere, K. (2010). Marital satisfaction, conflict communication, attachment style and psychological distress in couples with a hospitalized depressed patient. *Acta Neuropsychiatrica*, 19, 2, 109-117.
- Luminita, A., & Speranta, P. (2010). Emotional consequences of parental divorce and separation on preschool children. *Journal of Mental Health*, 7(3), 291- 296.
- Loudov,É. I., Jani,É. K. (2013). Haviger JÃ. Infidelity as a Threatening Factor to the Existence
- Masarik, A. S. Conger, R. D. (2017). Stress and child development: A review of the family stress model. [Current Opinion in Psychology, 13, 85-90.](#)
- McWilliams, L. A., Bailey, S. J. (2010). Associations Between Adult Attachment Ratings and Health Conditions: Evidence From the National Co morbidity Survey Replication. *Health Psychology*. 29(4), 446-453.
- Motataianu, I. R. (2015). The relation between anger and emotional synchronization in children from divorced families. *Social and Behavioral Science*, 203, 158- 162.
- Rutter, V. E. (2018). The effect of attachment styles on emotional divorce of married students. *Divorce in Media. Sociology Compass*, 3(4), 707-720.
- Paulz, S.A., Sigroz, G. Lasbolm. Henry. (2017). The Relationship between Emotional Intelligence and Marital Satisfaction. *Journal of Adult Development*, 16, 39-52.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2007). *A child's world: Infancy through Adolescence*. New York: McGraw Hill
- Pines, A. m. (1996). Sex differences in marriage burnout, *Journal Israel Social Science Research*, 5 (1-2), 60-75.
- Poliment, A. M., Moors, S. M. & Grunert, S. (2010). MMPI-2 profiles of client with substance dependencies accessing a therapeutic community treatment facility. *Electronic Journal of Applied Psychology*, 6(1), 1-9
- Saffarian, M. R., Haji Arbabi, F., & Ashoori, J. (2015). The effectiveness of spiritual therapy in order to increase marital satisfaction and decrease generalized anxiety disorder of women. *Journal of Woman and Family Studies*, 7(1), 95-113.

- Safstrom, C. Gentilia, T. (2017). The relationship between early maladaptive schemas, emotion seeking and family communication patterns with marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(3), 509-524.
- Sakata, K., & McKenzie, C. R. (2019). Predicting couples' emotional divorce based on Ineffective beliefs, emotion regulation in Japan. *Mathematics and Computers in Simulation*, 81(7), 1507–1517.
- Spada, M.M., Nikcevic, A.V., Moneta, G.B., Wells, A. (2008). Meta cognition, faces. *Behaviour Research and Therapy*, 40,677-687.
- Stephenson, E., Herriot, H., & DeLongis, A. (2014). Daily Dyadic Coping Predicts Changes in Marital Adjustment Among Couples in Stepfamilies Across 2 Years. *European health psychology*, 16, 1-24.
- Streubert Speziale, H., Streubert, H. J. Carpenter, D. R. (2019). Qualitative Research in Nursing: The Relationship between Early Maladaptive Schemas and Emotional Divorce between Male and Female Nurses in Philadelphia. Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins.
- Trudel, G. & Goldfarb, M.R. (2010). Marital and sexual functioning and dysfunctioning, journal of depression and anxiety. *Sexologist*, 19(3), 137–142.
- Veinberg I. (2015). Emotional awareness the key to dealing appropriately with children of divorced families in schools. *Soc Behav Sci*. 2015; 209: 514-518.
- Vohs, J.L., Lysaker, P.G., Francis, M.M., Hamm, J., Buck, K.D. & et al. (2014). Metacognition, social cognition, and symptoms in patients with first episode and prolonged psychoses. *Schizophrenia Research*, 153, 54-59.
- Wells, A., & Cartwright-Hatton, S. (2004). A short form of the Meta-cognitions Questionnaire: Properties of the MCQ-30. *Behavior Research and Therapy*, 42, 385-396.
- Wells A. (2009). *Metacognitive therapy for anxiety and depression*. New York: Guilford: 1-22.
- Wells, A., & Colbear, J. S. (2012). Treating posttraumatic stress disorder with metacognitive therapy: A preliminary controlled trial. *Journal of Clinical Psychology*, 68(4), 373-381.

\*\*\*

## پرسشنامه طلاق عاطفی گاتمن

ردی	سؤال	کاملاً موافقم	موافق
۱	در این ازدواج بسیار بیشتر از آنچه پیش‌بینی میکردم احساس تنهایی می‌کنم.		
۲	ما آنقدرها که آرزو داشتیم بهم نزدیک نیستیم.		
۳	در این ازدواج احساس بی‌په‌ودگی می‌کنم.		
۴	انجام کارهای مشترک برایم خسته کننده است.		
۵	حتی وقتی با هم هستیم احساس بی‌قراری و اندوه می‌کنم.		
۶	بیشتر وقتها نمی‌دانم خود را چگونه سرگرم کنم.		
۷	گاهی در این ازدواج احساس بی‌حوصلگی و بی‌قراری می‌کنم.		
۸	در حسرت کسی هستم که در کنار او احساس نزدیکی کنم.		
۹	حس تنهایی بسیار آزارم می‌دهد.		
۱۰	انگار ازدواجم چیزی کم دارد.		
۱۱	کاش اطرافیانم بیشتر به من زنگ می‌زدند.		
۱۲	اغلب دلم می‌خواهد کسی را داشته‌ام که در کنارش باشم.		

۱۳	احساس نمی‌کنم بخشی از زندگی کسی هستم.
۱۴	احساس نمی‌کنم به کسی تعلق دارم.
۱۵	اغلب به لحاظ عاطفی احساس انزوا می‌کنم.
۱۶	در این ازدواج احساس طرد شدگی می‌کنم.
۱۷	کسی را ندارم که به او پناه ببرم.
۱۸	اغلب در رابطه با همسرم احساس میکنم فراموش شده‌ام.
۱۹	هیچ کس مرا نمی‌شناسد.
۲۰	هیچ کس مرا درک نمی‌کند.
۲۱	اغلب هیچ کس را ندارم که با او حرف بزنم.
۲۲	اغلب نیاز شدیدی به داشتن یک هم صحبت احساس می‌کنم.
۲۳	احساس می‌کنم در این ازدواج کاملاً کنار گذاشته شده‌ام.
۲۴	احساس جدا بودن می‌کنم (با همسرم).

\*\*\*

### پرسشنامه باورهای فراشناختی

ردیف	عبارات	کاملاً موافقم	نسبتاً موافقم	کمی موافقم	موافق نیستم
۱	نگرانی به من کمک می‌کند تا از مشکلات آینده اجتناب کنم.				
۲	نگرانی برایم خطرناک است.				
۳	درباره افکارم خیلی فکر می‌کنم.				
۴	با نگرانیم خودم را مریض می‌کنم.				
۵	زمانی که در حال فکر کردن درباره یک مشکل هستم از نحوه کار کردن ذهنم آگاهم.				
۶	اگر فکر نگران‌کننده‌ام را کنترل نکنم، سپس آن فکر به وقوع بپیوندد به خاطر کوتاهی من است.				
۷	برای اینکه منظم باشم به نگرانی نیازمندم.				
۸	در مورد لغات و اسامی اعتماد کمی به حافظه‌ام دارم.				
۹	تلاش زیادی می‌کنم تا افکار نگران‌کننده‌ام را متوقف کنم.				
۱۰	نگرانی به من کمک می‌کند تا چیزهای ذهنم را طبقه بندی کنم.				
۱۱	نمی‌توانم افکار نگران‌کننده‌ام را نادیده بگیرم.				
۱۲	بر افکارم نظارت می‌کنم (ناظر بودن بر افکار).				
۱۳	باید همیشه تحت کنترل افکارم باشم.				
۱۴	بعضی مواقع حافظه‌ام می‌تواند مرا به اشتباه بیاندارد.				
۱۵	نگرانیم می‌تواند مرا دیوانه کند.				
۱۶	همواره از فکرم آگاهم				
۱۷	حافظه ضعیفی دارم				
۱۸	توجه دقیقی به شیوه کارکرد ذهنم دارم.				
۱۹	نگرانی به من کمک می‌کند تا از عهده کارهایم برآیم.				
۲۰	عدم توانایی در کنترل افکارم نشانه ضعف من است.				



۲۱	زمانی که نگرانیم شروع می‌شود، نمی‌توانم آن را متوقف کنم.
۲۲	به خاطر عدم کنترل افکار خاصی تنبیه خواهم شد.
۲۳	نگرانی به من کمک می‌کند تا مشکلاتم را حل کنم.
۲۴	در مورد مکانها اعتماد کمی به حافظه ام دارم.
۲۵	فکر کردن در مورد افکار خاص خیلی بد است.
۲۶	به حافظه ام اعتماد ندارم.
۲۷	اگر نمی‌توانستم حافظه ام را کنترل کنم، قادر نبودم به وظیفه ام عمل نمایم.
۲۸	لازم است که نگران باشم تا به خوبی کار کنم.
۲۹	در مورد فعالیت ها اعتماد کمی به حافظه ام دارم.
۳۰	دائماً افکارم را بررسی می‌کنم.

\*\*\*

## پرسشنامه سبک دلبستگی

سوالات	کاملاً مخالفم	مخالفم	نه مخالف نه موافق	موافق	کاملاً موافق
۱ ایجاد ارتباط با دیگران برایم آسان است.	۴	۳	۲	۱	۰
۲ مشکل به خودم اجازه می‌دهم که به دیگران وابسته باشم.	۰	۱	۲	۳	۴
۳ در روابطم اغلب نگرانم که طرف مقابل واقعاً دوستم نداشته باشد.	۰	۱	۲	۳	۴
۴ من دوست دارم به دیگران نزدیک شوم، دیگران به اندازه من تمایل ندارند.	۰	۱	۲	۳	۴
۵ دوست دارم به دیگران متکی باشم.	۴	۳	۲	۱	۰
۶ از اینکه کسی به من نزدیک شود ناراحت نمی‌شوم.	۰	۱	۲	۳	۴
۷ فکر می‌کنم وقتی به دیگران احتیاج دارم هیچگاه در دسترس نیستند.	۰	۱	۲	۳	۴
۸ از اینکه به مردم نزدیک باشم راحت نیستم.	۴	۳	۲	۱	۰
۹ در روابطم اغلب نگرانم طرف مقابلم نخواهد ارتباطش را با من ادامه دهد.	۰	۱	۲	۳	۴
۱۰ وقتی احساساتم بیان می‌کنم، می‌ترسم افراد احساس دیگری داشته باشند.	۰	۱	۲	۳	۴
۱۱ در ارتباطاتم اغلب از خود می‌پرسم آیا طرف مقابل واقعاً به من توجه دارد.	۰	۱	۲	۳	۴
۱۲ به راحتی می‌توانم با دیگران روابط دوستانه نزدیک برقرار کنم.	۰	۱	۲	۳	۴
۱۳ وقتی کسی خیلی با من صمیمی می‌شود، عصبی می‌شوم.	۰	۱	۲	۳	۴
۱۴ می‌دانم وقتی که دیگران نیاز داشته باشم، آن‌ها در دسترس خواهند بود.	۰	۱	۲	۳	۴
۱۵ دلم می‌خواهد به مردم نزدیک شوم اما می‌ترسم به من صدمه بزنند.	۰	۱	۲	۳	۴
۱۶ فکر می‌کنم که مشکل است که آدم به دیگران کاملاً اعتماد کند.	۴	۳	۲	۱	۰
۱۷ اغلب مردم می‌خواهند با من صمیمی تر بشوند تا من احساس راحتی کنم.	۴	۳	۲	۱	۰
۱۸ مطمئن نیستم که بتوانم به افراد تکیه کنم هنگام نیاز در دسترس باشم.	۴	۳	۲	۱	۰

\*\*\*

## پرسشنامه فرسودگی زناشویی

ردیف	عبارات	هرگز	یکبار	بندرت	گاهی	معمولاً	غالباً	همیشه
۱	خستگی							
۲	افسردگی							
۳	روز خوبی داشتن							
۴	از نظر جسمانی از پا افتادن							
۵	از نظر عاطفی از پا افتادن							
۶	خوشحال بودن							
۷	"تهی و خالی" شدن، درد کردن همه ی بدن							
۸	لبریز شدن کاسه صبر							
۹	ناراحتی							

شدن بیماری مستعد و تباهی و خستگی	۱۰
به دام افتادن	۱۱
بی ارزش بودن	۱۲
بی چیز بودن، چیزی برای بخشیدن نداشتن	۱۳
گرفتار مشکل شدن	۱۴
درباره همسر احساس خشم و سرخوردگی کردن	۱۵
ضعف و اختلالات خواب	۱۶
ناامیدی	۱۷
طرد شدن از طرف همسر	۱۸
خوش بین بودن	۱۹
پر انرژی بودن	۲۰
اضطراب	۲۱

---

## A Structural model for predicting couples' emotional divorce based on attachment styles, metacognitive beliefs and emotional regulation strategies mediated by marital burnout in married women

Maryam. Sarkhabi Abdolmaleki<sup>1</sup>, Farideh. Dokaneifard<sup>\*2</sup> & Masoumeh. Behbodi<sup>3</sup>

### Abstract

**Aim:** The aim of this study was to present a model for predicting couples' emotional divorce based on attachment styles and metacognitive beliefs mediated by marital burnout in married women. **Method:** This descriptive-correlational exploratory study was consecutive and guided and the statistical population was 1854 married women referring to health centers in Tehran in 1398. Using multi-stage random sampling method, 375 women were selected based on sample power software. Were. The research instruments were Guttman (2008) Emotional Divorce Questionnaire, Collins and Reid's Revised Adult Attachment Scale (1990), Wells et al. (2004) and Pinez (1966) on Marital Burnout (1966). The desired sample was executed. In order to analyze the data, in addition to descriptive statistics, the statistical method of structural equations smartpls was used. **Results:** The findings of the results of standard direct path coefficients have shown that there is a significant relationship between metacognitive beliefs with emotional divorce and also the results of indirect path standard coefficients have shown that between metacognitive beliefs and emotional There is a relationship and intensity of marital burnout with the emotional divorce of married women. **Conclusion:** Based on the research findings, it is suggested to family counselors in order to create cohesion and create a conscious relationship to confront the psychological elements in order to improve the relationship between couples during treatment considerations.

**Keywords:** Emotional divorce; Metacognitive beliefs; Attachment styles; Marital burnout

---

1. PhD Student, Department of Counseling, Roodehen Branch, Islamic Azad University, Roodehen, Iran

2. **\*Corresponding Author:** Associate Professor, Department of Counseling, Roodehen Branch, Islamic Azad University, Roodehen, Iran  
Email: [f.dokaneheefard@gmail.com](mailto:f.dokaneheefard@gmail.com)

3. Assistant Professor, Department of Counseling, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Roudehen, Iran