

فصلنامه روانشناسی زن

تابستان ۱۴۰۰، دوره ۲، شماره ۲ (پیاپی ۶)، صفحه‌های ۱۱-۱

نقش پیش‌بینی کنندگی سبک‌های دلبستگی و زوجی بر راهبردهای حفظ رابطه در زنان

مهدی قزلسفلو^۱

پذیرش مقاله: ۱۴۰۰/۰۵/۱۴

اصلاح مقاله: ۱۴۰۰/۰۴/۲۷

دریافت مقاله: ۱۴۰۰/۰۳/۱۳

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش پیش‌بینی کنندگی سبک‌های دلبستگی و زوجی بر راهبردهای حفظ رابطه بود. روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه این پژوهش شامل کلیه زنان دارای فرزند در حال تحصیل در مقطع راهنمایی شهر تهران بود که از میان آن‌ها ۳۷۲ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها، پرسشنامه راهبردهای حفظ رابطه استنفورد، دایتون و هاس (۲۰۰۰)، پرسشنامه سبک دلبستگی هازن و شیور (۱۹۸۷) و پرسشنامه ابعاد ارتباطی فیتزپاتریک و ریتیچی (۱۹۹۴)، بود. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیری استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که رابطه مثبت معنی‌داری بین سبک دلبستگی ایمن ($r = 0.17$, $P \leq 0.001$) و سبک‌های زوجی سستی ($r = 0.23$, $P \leq 0.001$) و مستقل ($r = 0.56$, $P \leq 0.001$) با راهبردهای حفظ رابطه، وجود دارد. همچنین بین سبک‌های دلبستگی اجتنابی ($r = -0.16$, $P \leq 0.002$) و دوسوگرا ($r = -0.14$, $P \leq 0.003$) با راهبردهای حفظ رابطه، ارتباط منفی معنی‌داری وجود دارد. همچنین تحلیل رگرسیون چند متغیری نشان داد که سبک‌های زوجی سستی، مستقل و سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا توان پیش‌بینی ۳۳ درصد واریانس راهبردهای حفظ رابطه را داشتند. بر اساس این یافته‌ها می‌توان نتیجه گرفت که سبک‌های زوجی و دلبستگی نقش مؤثری در میزان استفاده زوجین از راهبردهای حفظ رابطه دارند.

کلیدواژه‌ها: راهبردهای حفظ رابطه، سبک‌های دلبستگی، سبک‌های زوجی، زنان

مقدمه

راهبردها، فعالیت‌های هستند که افراد هشیارانه یا ناهشیارانه به عهده می‌گیرند تا رابطه‌شان را باهم حفظ کنند.

نتایج مطالعات متعدد مؤید این نکته است که زوج‌هایی که از این راهبردها به خوبی استفاده می‌کنند تعهد، رضایتمندی و شادکامی از رابطه، دوست داشتن و رضایتمندی جنسی بالاتری را تجربه خواهند کرد (رامیرز، ۲۰۰۸؛ جانسون، ۲۰۰۹). همچنین پژوهش‌ها حاکی از آن است که انتخاب روش زوج‌ها برای مدیریت تعارض‌ها که یکی از مؤلفه‌های راهبردهای حفظ رابطه است، یک عامل مهم و تعیین‌کننده در کیفیت کلی رابطه است (ویلر، کیمبرلی و شاون، ۲۰۱۰). همچنین تحقیقات نشان داده‌اند که اطمینان بخشی و دلگرمی مهم‌ترین عامل در بهبود کیفیت روابط است، حتی وقتی که گاهی زوجین از آن استفاده کنند؛ برعکس، استفاده بیش از حد از باز بودن و نصیحت می‌تواند باعث کاهش کیفیت روابط گردد (مومنی و همکاران، ۱۳۹۳).

ایندیلد، آدامز و بریهل (۲۰۱۲) نشان دادند که تفاوت معناداری بین سبک‌های دلبستگی^۱ و روابط عاطفی مناسب و راهبردهای حفظ رابطه وجود دارد. دلبستگی، پیوند هیجانی نسبتاً پایداری است که بین کودک و مادر یا افرادی که نوزاد در تعامل منظم با آنهاست ایجاد می‌شود (کردی، اصلانی و امان‌الهی، ۱۳۹۶)؛ به طوری که یکی از طرفین کوشش می‌کند نزدیکی و مجاورت با موضوع دلبستگی را حفظ و به گونه‌ای عمل کند تا مطمئن شود که ارتباط ادامه می‌یابد (خوشخرام و گلزاری، ۱۳۹۰). از این رو، ناکامی در شکل دادن دلبستگی مطمئن در ماه‌های اول زندگی، می‌تواند تأثیرات منفی بر رفتارهای دوران بزرگسالی داشته باشد (جهان‌بخش، بهادری، امیری و جمشیدی، ۱۳۹۰). بزرگسالان دارای دلبستگی ایمن^۲ آن دسته افرادی هستند که یک حس مثبت نسبت به خود و درک مثبتی از دیگران دارند (کان، نورمن، ولجورن و کالهن، ۲۰۰۸). این

راهبردهای حفظ‌کننده رابطه به‌عنوان رفتارهای پویایی که بر محافظت از روابط تأکید دارد، تعریف شده است (جانسون، ۲۰۰۹). تعاریف مختلفی از راهبردهای حفظ رابطه در تحقیقات مختلف ارائه شده است که شامل: تداوم و ثبات رابطه، می‌شود (اوگولوسکی و بویرز، ۲۰۱۲)؛ همچنین راهبردهای حفظ رابطه فعالیت‌ها و کارهایی را شامل می‌شود که افراد برای نگهداری رابطه‌شان به کار می‌برند (مومنی، صیدی، رضایی، عزیزی و انصاری، ۱۳۹۳). در مطالعه که استفورد (۲۰۱۱) به‌منظور تعیین راهبردهایی که زوجین برای حفظ رابطه‌شان به کار می‌گیرند انجام دادند، پنج راهبرد: ۱- اطمینان بخشی و دلگرمی دادن^۱ (پیام‌های که بر تعهد به همسر و رابطه تأکید دارد و همچنین تأکید بر پذیرش، عشق و تعهد به همسر)، ۲- باز بودن و خود افشایی^۲ (خود افشایی و گفتگوی مستقیم در مورد رابطه و بیان راحت احساسات در رابطه)، ۳- مثبت‌نگری^۳ (اتخاذ رویکردی مثبت به رابطه مثل ابراز خوشحالی و امید و حمایت از یکدیگر و به حداقل رساندن تعابیر منفی و خصم‌آلود)، ۴- تقسیم وظایف^۴ (مسئولیت برابر و عادلانه در انجام کارها و وظایف در زندگی مشترک و رضایت فرد از مسئولیت‌های که بر عهده اوست)، ۵- شبکه اجتماعی^۵ (تکیه کردن بر دوستان و آشنایان و استفاده از خانواده، دوستان و دیگر اعضای شبکه‌های اجتماعی برای تثبیت رابطه)، مشخص کردند. استفورد و همکاران (۲۰۰۰)؛ به نقل از لی، کورن، کروکت و لاونگ، ۲۰۱۰) دو راهبرد دیگر ارائه نمودند که نصیحت (هماهنگی و مشورت)^۶ (به اشتراک گذاشتن عقاید با همدیگر و ارائه و دریافت دیدگاه‌های همدیگر در امور مشترک و فردی) و مدیریت تعارض‌ها^۷ (توانایی حل تعارض‌ها و مدیریت آن‌ها و استفاده از رفتارهای تعارض‌سازند مثل همکاری و صبر) را در بر می‌گرفت. این

- 6 . Advice.
- 7 . Conflict management.
8. Attachment style.
9. Secure attachment style.

- 1 . Assurance.
- 2 . Openness.
3. Positivity.
- 4 . Share task.
- 5 . Social network.

بنابراین، افراد دارای سبک دلبستگی ایمن از اطمینان بخشی در سطوح بالا و مثبت‌تری نسبت به سبک دلبستگی اجتنابی و اضطرابی استفاده می‌کنند. همچنین نتایج تحقیق پیستول، رابرت و چاپمن (۲۰۱۰) نشان داد که افراد دارای سبک دلبستگی ایمن به نسبت سبک‌های دیگر از راهبردهای حفظ رابطه مخصوصاً اطمینان بخشی بیشتری استفاده می‌کنند. از دیگر عوامل که می‌تواند در استفاده از راهبردهای حفظ رابطه توسط زوجین مؤثر باشد، سبک زوجی^۵ است. فیتزپاتریک (۱۹۸۸)، به نقل از قرلسفلو، جزایری، بهرامی و محمدی (۱۳۹۴) افراد را بر مبنای تعریفی که از حوزه‌های مهم ارتباط در زندگی‌شان دارند، طبقه‌بندی می‌کند. او سه سبک زوجی سنتی^۶، مستقل^۷ و جدا^۸ را معرفی کرد. افرادی که در سبک سنتی جای می‌گیرند، باورها و ارزش‌های سنتی نسبت به ازدواج دارند. با نقش‌های جنسی سنتی، یعنی نقش‌های مردانه و زنانه انطباق دارند، و ظایف زن و مرد کاملاً از یکدیگر متمایز و مشخص است، اهداف خانوادگی را بر اهداف فردی ترجیح می‌دهند، به یکدیگر گوش می‌دهند و سعی در ابراز همدلی به هم دارند و از به وجود آمدن تعارض به جز در مسائل بسیار مهم اجتناب می‌کنند. این زوجین خودمختاری و استقلال کمتری نسبت به سبک‌های دیگر دارند و از نظر رفتاری و روان‌شناختی به هم وابستگی دارند (گیورترز، سگرین و هانزال، ۲۰۰۹). افرادی که در سبک مستقل جای می‌گیرند، زن و مرد هر دو در قبول نقش‌های جنسی زنانه و مردانه مساوات طلب هستند، یعنی، وظایف زوجین به مردانه و زنانه تقسیم نمی‌شود، بلکه هر دو در مواقع مقتضی نقش را ایفاء می‌کنند، سطوح بالایی از هیجان‌های مثبت و منفی را از خود نشان می‌دهند و ترجیح می‌دهند برای حل مشکلات، درگیر در مذاکره و بحث طولانی در مورد بسیاری مسائل شوند. آن‌ها به لحاظ رفتاری خودمختار و مستقل و به لحاظ روان‌شناختی به یکدیگر وابسته هستند (قرلسفلو و همکاران، ۱۳۹۴). افرادی که در

بزرگسالان گرایش به داشتن دیدگاه‌های مثبت از خود و همسرشان دارند، این افراد هم با تعلق و هم با استقلال احساس راحتی می‌کنند (بوگارتز، دالدر، کناپ، کیونست و بوسچمن، ۲۰۰۸). بزرگسالان دارای سبک اجتنابی^۱، ادعا دارند که نیازی به روابط نزدیک ندارند و تمایل به اجتناب از صمیمیت^۲ دارند (ویردن، پترز، بری، باروکلوجو لیورساید، ۲۰۰۸)؛ گزارش شده که این افراد برای سرمایه‌گذاری در روابط رمانتیکشان^۳ تردید دارند و بنابراین پایین‌ترین سطح تعهد و رضایت زناشویی را دارا هستند (کردی و همکاران، ۱۳۹۶). بزرگسالان دارای سبک دلبستگی اضطرابی/دو سوگرا^۴ دیدگاه کمتر مثبتی در مورد خودشان دارند. آن‌ها اغلب در مورد ارزش خودشان به عنوان یک همسر شک دارند و خودشان را برای فقدان پاسخگویی همسرشان سرزنش می‌کنند (بوگارتز، دالدر، کناپ، کیونست و بوسچمن، ۲۰۰۸). تحقیقاتی که به بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و راهبردهای حفظ رابطه پرداخته باشند بسیار کم است (استفورد، ۲۰۱۱).

سیمون و باکستر (۱۹۹۳) به نقل از قرلسفلو، جزایری، بهرامی و محمدی، ۲۰۱۶، عنوان کرده‌اند که افراد دارای سبک دلبستگی ایمن به نسبت افراد دارای سبک دلبستگی اجتنابی از راهبردهای حفظ رابطه بیشتری استفاده می‌کنند، به علت اینکه افراد دارای سبک دلبستگی ایمن فرایندهای ارتباطی خود را به طور مؤثرتری نسبت به افراد دارای سبک دلبستگی اجتنابی و اضطرابی مدیریت می‌کنند. افراد دارای سبک دلبستگی اجتنابی، نگاه منفی به همسر خود دارند و از خودافشایی اجتناب می‌کنند و به نسبت از اطمینان بخشی کمتری استفاده می‌کنند. همچنین افراد دارای سبک دلبستگی اضطرابی، خودافشایی بالایی دارند و اغلب از همسرشان ناامید می‌شوند (میکولینسر و شاور، ۲۰۰۷). برعکس، افراد دارای سبک دلبستگی ایمن، خودافشایی مؤثری دارند و احترام زیادی به همسر خود قائل هستند؛

5 . couple style

6 . Traditional couple style.

7 .Independence couple style.

8 . Separation couple style.

1 .Avoidance attachment style.

2. Intimacy.

3 . Romantic relationship.

4 . ambivalent attachment style

توجه به اهمیت سبک‌های دلبستگی و زوجی در استفاده زوجین از راهبردهایی که باعث دوام روابط می‌گردد و با توجه به کم بودن پژوهش در این زمینه، پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش پیش‌بینی‌کنندگی سبک‌های دلبستگی و زوجی بر راهبردهای حفظ رابطه انجام شد تا به سؤالات زیر پاسخ دهد.

۱. آیا بین سبک‌های دلبستگی با راهبردهای حفظ رابطه همبستگی وجود دارد؟
۲. آیا بین سبک‌های زوجی و راهبردهای حفظ رابطه همبستگی وجود دارد؟
۳. آیا سبک‌های دلبستگی و زوجی توان پیش‌بینی راهبردهای حفظ رابطه را دارند؟

روش پژوهش

جامعه آماری و نمونه‌های پژوهش

پژوهش حاضر یک پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه‌ی این پژوهش کلیه زوجین دارای فرزند در حال تحصیل در مقطع راهنمایی شهر تهران در سال ۱۳۹۵ بودند. از این جامعه به صورت نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای، تعداد ۳۷۲ فرد متأهل (۲۳۳ نفر زن و ۱۳۹ نفر مرد)، برای نمونه انتخاب شدند. به این صورت که ابتدا از میان مناطق آموزش و پرورش شهر تهران به‌طور تصادفی دو منطقه ۵ و ۱۰ انتخاب شدند. پس از آن با مراجعه به اداره کل آموزش و پرورش این دو منطقه و پس از تهیه فهرست کلیه مدارس مقطع راهنمایی این مناطق از میان مدارس صورت تصادفی ۴ مدرسه و از هر مدرسه به صورت تصادفی ساده چهار کلاس که کلیه دانش‌آموزان در هر کلاس به عنوان نمونه انتخاب شدند. سپس پرسشنامه‌ها به همراه یک برگ حاوی توضیح در مورد اهداف پژوهش و فرم رضایت نامه کتبی برای والدین دانش‌آموزان توسط فرزندان ارسال گردید، از بین ۴۰۰ پرسشنامه‌ای که به والدین دانش‌آموزان داده شد، تعداد ۳۸۳ پرسشنامه تحویل گرفته شد که از این بین تعداد ۱۱ تا از پرسشنامه‌ها به دلیل نقص کنار گذاشته شد و در نهایت تعداد ۳۷۲ نفر به عنوان نمونه نهایی در نظر گرفته شد.

سبک جدا قرار می‌گیرند، با نقش‌های جنسی سنتی، یعنی نقش‌های مردانه و زنانه سازگاری دارند، وظایف مرد و زن کاملاً از هم جدا و متمایز است، آن‌ها از بروز هر نوع تعارضی اجتناب می‌کنند و دارای مهارت‌های اندکی در حل تعارض هستند و زمانی که تعارضی به وجود می‌آید هر یک نظر خود را بیان می‌کنند، ولی هیچ‌کدام تلاشی برای متقاعد کردن طرف مقابل و ایجاد تفاهم ندارند و در مواقعی نیز پرخاشگری نشان می‌دهند (هنرپروران، قادری و قبادی، ۱۳۹۰). در مقایسه با دو نوع سبک زوجی قبلی، احساس‌های مثبت کمی نسبت به یکدیگر نشان می‌دهند، کمتر خودشان را ابرازگر و خودافشاء می‌دانند و در هر موقعیت تعارضی بیشتر از چند کلمه صحبت نمی‌کنند. این نوع تثبیت از لحاظ رفتاری به هم دیگر وابسته ولی از لحاظ روان‌شناختی استقلال بالایی دارند (گیورتز و همکاران، ۲۰۰۹).

استنلی، مارکمن و ویتون (۲۰۰۲)؛ به نقل از قزلسفلو و همکاران، ۲۰۱۶) در یافتند که بین سبک‌های زوجی و رضایت زناشویی و استفاده از راهبردهای حفظ رابطه همبستگی وجود دارد. گیورتز و همکاران (۲۰۰۹) نشان دادند که زوج‌هایی با سبک زوجی جدا کمترین سطح رضایت و تعهد زناشویی و زوج‌ها با سبک سنتی و مستقل بالاترین سطح رضایت را دارند که بر اساس نتایج تحقیق اوگولوسکی و بویرز (۲۰۱۲) میزان استفاده زوجین از راهبردهای حفظ‌کننده رابطه تضمین‌کننده روابط متعهدانه و رضایت‌بخش آن‌ها است (فتحی، اعتمادی، حاتمی و گرجی، ۱۳۹۱)؛ یعنی زوجین با سبک‌های زوجی سنتی و مستقل از راهبردهای حفظ‌کننده رابطه که ارتباط تنگاتنگ با افزایش رضایت زناشویی دارند، استفاده می‌کنند. به طوری که بدر و تیلور (۲۰۰۸) نشان دادند، زوجین راهبردهای حفظ رابطه را برای حفظ و نگهداری رابطه‌شان استفاده می‌کنند؛ همچنین افرادی که همسرشان از راهبردهای حفظ رابطه بیشتر استفاده می‌کنند، از روابط خود رضایت بیشتری دارند، دلگرمی بیشتری به رابطه‌شان دارند (داینتون، ۲۰۰۸) و تردید کمتری درباره آینده رابطه‌شان گزارش می‌دهند (گوئررو، الوی و واینیک، ۱۹۹۳)؛ به نقل از لی و همکاران، ۲۰۱۰). با

ابزار پژوهش

شبکه اجتماعی ۰/۷۱. همچنین مؤمنی و همکاران (۱۳۹۳) در تحقیق خود ضرایب پایایی خرده مقیاس‌ها را این گونه گزارش داده‌اند: اطمینان بخشی ۰/۸۷، باز بودن و گشودگی ۰/۸۶، مدیریت تعارض‌ها ۰/۷۱، تقسیم وظایف ۰/۶۰، مثبت‌گرایی ۰/۸۰، نصیحت ۰/۷۴، شبکه اجتماعی ۰/۶۰. ضریب آلفای کرونباخ حاصل از اجرای این آزمون در این پژوهش، برای خرده مقیاس اطمینان بخشی ۰/۹۲، خرده مقیاس باز بودن ۰/۹۱، خرده مقیاس مدیریت تعارض ۰/۸۴، تقسیم وظایف ۰/۷۹، مثبت‌نگری ۰/۷۸، مشورت و هماهنگی ۰/۸۰ و شبکه اجتماعی ۰/۸۳ به دست آمد. ضریب باز آزمایی آن در فاصله یک‌هفته‌ای برای خرده مقیاس اطمینان بخشی ۰/۹۰، خرده مقیاس باز بودن ۰/۸۹، خرده مقیاس مدیریت تعارض ۰/۸۳، خرده مقیاس تقسیم وظایف ۰/۷۹ و مثبت‌نگری ۰/۷۹، نصیحت ۰/۷۹ و شبکه اجتماعی ۰/۸۱ به دست آمد. در این پژوهش ضریب آلفای کرونباخ اطمینان بخشی ۰/۸۲، باز بود ۰/۹۰، مدیریت تعارض‌ها ۰/۸۳، تقسیم وظایف ۰/۸۴، مثبت‌گرایی ۰/۸۹، نصیحت ۰/۸۶ و شبکه اجتماعی ۰/۸۱ به دست آمد.

۳. پرسشنامه ابعاد ارتباطی^۳ (RDI): برای اندازه‌گیری سبک‌های زوجی از پرسشنامه ابعاد ارتباطی فیتزپاتریک و ریچی (۱۹۹۴) ۹ سؤالی و فرم کوتاه پرسشنامه ۷۷ سؤالی ابعاد ارتباطی فیتزپاتریک و اندویک (۱۹۸۲) استفاده شد. این پرسشنامه سه سبک زوجی مستقل، سنتی و سبک جدا را می‌سنجد و ماده‌های آن در یک طیف لیکرت ۵ رتبه‌ای (۱ = کاملاً مخالف تا ۵ = کاملاً موافق) مرتب شده است. سؤال‌های ۱، ۲ و ۳ سبک زوجی مستقل، سؤال‌های ۴، ۵ و ۶ سبک زوجی سنتی و سؤال‌های ۷، ۸ و ۹ سبک زوجی اجتنابی اندازه‌گیری می‌کنند. نمره‌های بالا در هر یک از این سه سبک نشان‌دهنده سبک زوجی فرد خواهد بود. نمونه‌ای از سؤال‌های پرسشنامه برای تعیین سبک زوجی مستقل، «ما به یکدیگر می‌گوییم که چقدر یکدیگر را دوست داریم یا به یکدیگر اهمیت می‌دهیم» و «اگر دو نفر بتوانند تنها از

۱. پرسشنامه سبک دلبستگی^۱ (AAQ): این مقیاس توسط هازن و شیور (۱۹۸۷) ساخته شده و در ایران توسط رحیمیان بوگر، نوری، عریضی، انوری و فروغی مبارکه (۱۳۸۳) بر روی پرستاران بیمارستان‌های دولتی شهر اصفهان هنجاریابی شده است. این پرسشنامه دارای ۱۵ گویه است که به هر یک از سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا، ۵ گویه تعلق می‌گیرد. نمره گذاری در مقیاس لیکرت از هرگز (نمره ۰) تا تقریباً همیشه (نمره ۴) صورت می‌گیرد. هازن و شیور (۱۹۸۷) پایایی باز آزمایی کل پرسشنامه را ۰/۸۱ و پایایی آلفای کرونباخ را ۰/۷۸ گزارش داده‌اند. پایایی آلفای کرونباخ این پرسشنامه در پژوهش رحیمیان بوگر و همکاران (۱۳۸۶) برای کل آزمون، سبک دوسوگرا، سبک اجتنابی و سبک ایمن به ترتیب، ۰/۷۵، ۰/۸۳، ۰/۸۱ و ۰/۷۷ به دست آمد که پایایی مطلوبی را نشان می‌دهد. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ سبک دوسوگرا ۰/۸۸، سبک اجتنابی ۰/۸۹ و سبک ایمن ۰/۸۵ به دست آمد.

۲. پرسشنامه راهبردهای حفظ رابطه^۲ (RMSM): برای اندازه‌گیری راهبرد های حفظ رابطه از پرسشنامه راهبرد های حفظ رابطه (RMSM)، استفورد، دایتون و هاس (۲۰۰۰) استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۳۱ سؤال است که به روش لیکرت (۱ = کاملاً مخالفم و ۷ = کاملاً موافقم) درجه‌بندی شده است (استفورد و همکاران، ۲۰۰۰). این پرسشنامه دارای ۷ خرده مقیاس است که عبارت‌اند از: اطمینان بخشی (۸ سؤال)، باز بودن (۷ سؤال)، مدیریت تعارض‌ها (۵ سؤال)، تقسیم وظایف (۵ سؤال)، مثبت‌گرایی (۲ سؤال)، نصیحت (هماهنگی و مشورت) (۲ سؤال) و شبکه اجتماعی (۲ سؤال). استفورد و همکاران (۲۰۰۰)، میانگین ضرایب پایایی را این گونه گزارش داده‌اند: اطمینان بخشی ۰/۹۲، باز بودن و گشودگی ۰/۸۷، مدیریت تعارض‌ها ۰/۸۴، تقسیم وظایف ۰/۸۶، مثبت‌گرایی ۰/۷۲، نصیحت ۰/۷۵،

3. Relational Dimensions Instrument.

1. Adult attachment questionnaire.

2. Relational Maintenance Strategy Measure.

شیوه اجرای پژوهش: با توجه به اینکه نمونه این پژوهش زنان دارای فرزند در حال تحصیل در مقطع راهنمایی بودند، ابتدا به مدارس انتخاب شده در مناطق ۵ و ۱۰ شهر تهران مراجعه گردید و براساس اهداف پژوهش، از دانش آموزان درخواست شد که در صورت تمایل پر سشنامه‌های پژوهش را جهت تکمیل به مادرانشان تحویل دهند. همچنین به منظور رعایت اصول اخلاقی پژوهش برای جلب اعتماد دانش آموزان والدین آن‌ها، به آن‌ها اعلام گردید که اظهاراتشان کاملاً محرمانه خواهد ماند و فقط پژوهشگر به آن‌ها دسترسی خواهد داشت.

یافته‌ها

میانگین و انحراف معیار سن برای زنان به ترتیب ۴۰/۰۳ و ۵/۳۹ و همچنین حداقل سن برای شرکت کنندگان زن ۳۴ و حداکثر ۵۱ بود.

بحث در مورد برخی مسائل اجتناب کنند، آن مسائل از بین خواهند رفت «برای تعیین سبک زوجی اجتنابی و «جامعه ما، همان‌طور که روشن است، نیازمند پر رنگ‌تر شدن نقش ایمان دینی در زمینه قوانین و آداب و رسوم ماست» برای تعیین سبک زوجی سنتی طراحی شده است. فیتز پاتریک و ریتچی (۱۹۹۴) ضرایب پایایی آلفای کرونباخ سبک‌های زوجی مستقل ۰/۷۱، سنتی ۰/۷۴ و اجتنابی ۰/۷۱؛ اسکات (۲۰۰۲) برای سه سبک بالا به ترتیب ۰/۷۳، ۰/۷۸ و ۰/۸۱ و گیورتر و همکاران (۲۰۰۹) برای سه سبک بالا به ترتیب ۰/۹۲، ۰/۶۶ و ۰/۶۹ گزارش داده‌اند. همچنین روایی این سه خرده مقیاس با مقیاس تعهد زناشویی (روزبلت، مارتز و آگنیو، ۱۹۹۸) به ترتیب برای سبک زوجی مستقل ۰/۶۳، ۰/۱۵ برای سبک زوجی سنتی و برای سبک زوجی اجتنابی ۰/۱۱- به دست آمد. در این پژوهش، ضرایب پایایی آلفای کرونباخ سبک زوجی مستقل ۰/۸۱، سبک زوجی سنتی ۰/۷۸ و سبک زوجی اجتنابی ۰/۷۹ به دست آمد.

جدول ۱. میانگین، انحراف استاندارد و ضریب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد
سبک دلبستگی اجتنابی	۷/۷۶	۲/۹۳
سبک دلبستگی ایمن	۱۲/۱۹	۲/۸۱
سبک دلبستگی دوسوگرا	۶/۴۰	۳/۲۴
سبک زوجی مستقل	۱۰/۸۶	۳/۱۱
سبک زوجی سنتی	۹/۳۹	۲/۲۹
سبک زوجی جدا	۸/۲۵	۲/۵۶
راهبردهای حفظ رابطه	۱۷۰/۵۸	۳۰/۵۸

استاندارد سبک زوجی مستقل به ترتیب ۱۰/۸۶ و ۳/۱۱؛ سبک زوجی سنتی ۹/۳۹ و ۲/۲۹؛ سبک زوجی جدا به ترتیب ۸/۲۵ و ۲/۵۶ و میانگین و انحراف استاندارد راهبردهای حفظ رابطه ۱۷۰/۵۸ و ۳۰/۵۸ است.

همان‌طور که در جدول شماره ۱ مشاهده می‌شود میانگین و انحراف استاندارد سبک دلبستگی اجتنابی ۷/۷۶ و ۲/۹۳؛ میانگین و انحراف استاندارد سبک دلبستگی ایمن، ۱۲/۱۹ و ۲/۸۱؛ میانگین و انحراف و استاندارد سبک دلبستگی دوسوگرا ۶/۴۰ و ۳/۲۴ است. همچنین میانگین و انحراف

جدول ۲. ضریب همبستگی بین سبک‌های دلبستگی و زوجی با راهبردهای حفظ رابطه

متغیرها	راهبردهای حفظ رابطه
دلبستگی اجتنابی	-۰/۱۶**
دلبستگی ایمن	۰/۱۷**
دلبستگی دوسوگرا	-۰/۱۴**
سبک زوجی مستقل	۰/۵۶**
سبک زوجی سنتی	۰/۲۳**
سبک زوجی جدا	-۰/۰۲

* $P < ۰/۰۵$ ** $P < ۰/۰۱$

یافته‌های جدول ۲ نشان می‌دهد که رابطه مثبت معنی‌داری بین سبک دلبستگی ایمن ($P = ۰/۰۰۱$, $r = ۰/۱۷$) و سبک‌های زوجی سنتی ($P = ۰/۰۰۱$, $r = ۰/۲۳$) و مستقل ($P = ۰/۰۰۱$, $r = ۰/۵۶$), با راهبردهای حفظ رابطه، وجود دارد. همچنین ارتباط منفی معنی‌داری وجود دارد. بین سبک زوجی جدا با راهبردهای حفظ رابطه، ارتباط معناداری یافت نشد.

بین سبک‌های دلبستگی اجتنابی ($P = ۰/۰۰۲$, $r = -۰/۱۶$) و دوسوگرا ($P = ۰/۰۰۳$, $r = -۰/۱۴$) با راهبردهای حفظ رابطه، ارتباط منفی معنی‌داری وجود دارد. بین سبک زوجی جدا با راهبردهای حفظ رابطه، ارتباط معناداری یافت نشد.

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیری راهبردهای حفظ رابطه به روش هم‌زمان (Entry)

متغیر پیش‌بین	متغیر ملاک	B	β	T
سبک اجتنابی		-۱/۱۶	-۰/۱۳	-۲/۱۹*
سبک ایمن		۱/۶۴	۰/۱۵	۲/۶۶**
سبک دوسوگرا	راهبردهای حفظ رابطه	-۱/۱۱	-۰/۱۱	-۲/۱۴*
سبک زوجی مستقل		۵/۰۹	۰/۵۱	۱۰/۸۴**
سبک زوجی سنتی		۱/۶۵	۰/۱۲	۲/۵۶*
سبک زوجی جدا		-۰/۷۸	-۰/۰۶	۱/۴۱
		F=۳۲/۱۶	Adjusted R Square=۰/۳۳	R=۰/۵۹
				Sig=۰/۰۰۱

* $P < ۰/۰۵$ ** $P < ۰/۰۱$

همان‌گونه که در جدول شماره ۳ مشاهده می‌شود، ترکیب خطی متغیرهای پیش‌بین در تبیین متغیر ملاک برابر با $F = ۳۲/۱۶$ با درجه آزادی (۶ و ۳۶۵) در سطح $P \leq ۰/۰۰۱$ معنادار است و مقادیر R (همبستگی چند متغیری) و R تعدیل شده مجذور همبستگی چند متغیری به ترتیب ۰/۵۹ و ۰/۳۳ به دست آمده‌اند، یعنی در حدود ۰/۳۳ درصد واریانس متغیر ملاک (راهبردهای حفظ رابطه) توسط متغیرهای پیش‌بین قابل تبیین است. همچنین متغیر پیش‌بین سبک دلبستگی اجتنابی ($t = -۲/۱۹$, $\beta = -۰/۱۳$) و سبک دلبستگی دوسوگرا ($t = -۲/۱۴$, $\beta = -۰/۱۱$)، توان پیش‌بینی متغیر ملاک را به صورت منفی دارند. همچنین سبک دلبستگی ایمن

همان‌گونه که در جدول شماره ۳ مشاهده می‌شود، ترکیب خطی متغیرهای پیش‌بین در تبیین متغیر ملاک برابر با $F = ۳۲/۱۶$ با درجه آزادی (۶ و ۳۶۵) در سطح $P \leq ۰/۰۰۱$ معنادار است و مقادیر R (همبستگی چند متغیری) و R تعدیل شده مجذور همبستگی چند متغیری به ترتیب ۰/۵۹ و ۰/۳۳ به دست آمده‌اند، یعنی در حدود ۰/۳۳ درصد واریانس متغیر ملاک (راهبردهای حفظ رابطه) توسط متغیرهای پیش‌بین قابل تبیین است. همچنین متغیر پیش‌بین سبک دلبستگی اجتنابی ($t = -۲/۱۹$, $\beta = -۰/۱۳$) و سبک دلبستگی دوسوگرا ($t = -۲/۱۴$, $\beta = -۰/۱۱$)، توان پیش‌بینی متغیر ملاک را به صورت منفی دارند. همچنین سبک دلبستگی ایمن

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش پیش‌بینی‌کنندگی سبک‌های دلبستگی و زوجی بر راهبردهای حفظ رابطه بود. یافته‌های همبستگی حاکی وجود رابطه مثبت معنی‌دار بین

باور دارند که همسرشان آن‌ها را پس خواهد زد تا اینکه برای حل تعارض تحریک شوند. همچنین می‌توان گفت که فرد دارای سبک دلبستگی ایمن احساس می‌کند که ارزشمند بوده و ارزش مراقبت شدن و توجه از سوی دیگران را دارد. بزرگسالان با سبک دلبستگی ایمن تمایل دارند تا روابط رمانتیک شان را به صورت شاد و مورد اعتماد توصیف کنند. آن‌ها قادرند که نسبتاً آسان به دیگران نزدیک شوند و تمایل دارند که در تعامل با شریک زندگی شان راحت باشند و نسبت به همدیگر خودافشایی زیادی دارند. شریک های زندگی ایمن گرایش دارند تا تجارب رابطه شان را بیشتر به صورت مثبت توصیف کنند و طبیعی به نظر می‌رسد که افراد دارای سبک دلبستگی ایمن از راهبردهای حفظ کننده رابطه بیشتری استفاده کنند (مومنی و همکاران، ۱۳۹۳). افراد دارای سبک دلبستگی اجتنابی در الگوی فعال سازی درونی خود به این تصمیم گیری شناختی^۱ رسیده‌اند که خودشان ارزشمند و دوست داشتنی هستند ولی این دیگرانند (همسر) که کار مراقبت و پاسخگری خود را انجام نمی‌دهند و در نتیجه دیدگاهی منفی را در مورد دیگران شکل می‌دهند. این افراد در بزرگسالی از صمیمیت و نزدیک شدن به دیگران هراس دارند و از آن دوری می‌کنند و بالطبع توانایی اطمینان بخشی، مدیریت تعارض‌ها، خودافشایی، مثبت نگری نسبت به رابطه و آینده رابطه نخواهند داشت (قرلسفلو و همکاران، ۲۰۱۶). همچنین افراد دارای سبک دلبستگی اضطرابی از تعهد پایینی در روابط زناشویی برخوردارند و از راهبردهای حفظ کننده کمتری در روابط خود استفاده می‌کنند. افراد دارای دلبستگی اضطرابی افرادی هستند که در الگوی فعال سازی درونی خود در مورد ارزش خودشان شک دارند و ارزیابی مثبت از فرد دیگر (همسر خود) دارند و دائماً به دنبال اطمینان آفرینی مجدد بوده و خود را به خاطر مشکلات رابطه سرزنش می‌کنند و از همه مهم‌تر این افراد معمولاً هرگونه رفتار از همسر خود را نشانه‌ای دال بر احتمال رها شدن از سوی وی درک می‌کنند که شاید این ویژگی است

سبک دلبستگی ایمن با راهبردهای حفظ رابطه و رابطه منفی معنی دار بین سبک دلبستگی اجتنابی و دو سوگرا با راهبردهای حفظ رابطه بود. همچنین رابطه مثبت معنی داری بین سبک زوجی مستقل و سنتی با راهبردهای حفظ رابطه مشاهده شد و رابطه معنی داری بین سبک زوجی جدا و راهبردهای حفظ مشاهده نشد. همچنین سبک های دلبستگی اجتنابی، دو سوگرا و ایمن و سبک های زوجی سنتی و مستقل توان پیش بینی راهبردهای حفظ رابطه را داشتند. نتایج پژوهش با نتایج تحقیق میکولینسر و شاور (۲۰۰۷)، قرلسفلو و همکاران (۲۰۱۶)، پیستول و همکاران (۲۰۱۰) و اوگولوسکی و بویرز (۲۰۱۲)، همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت، همان‌طور که انتظار می‌رود، افراد دارای سبک دلبستگی ایمن در مقایسه با اجتنابی‌ها و دو سوگراها، از راهبردهای حفظ رابطه بیشتری استفاده می‌کنند. همچنین افراد دارای سبک دلبستگی ایمن از مدیریت تعارض و مثبت نگری بیشتری نسبت به دو سبک دلبستگی دیگر استفاده می‌کنند (قرلسفلو و همکاران، ۲۰۱۶). افراد دارای سبک دلبستگی ایمن استفاده بیشتر از اطمینان بخشی و شبکه اجتماعی را نسبت به دو سبک دیگر گزارش می‌دهند و هم به خودشان و هم به شریک زندگی شان اعتماد دارند و قادرند تا تعارض‌ها را مدیریت کنند. اینکه چرا افراد دارای سبک دلبستگی ایمن از راهبردهای حفظ رابطه نسبت به دو سبک دلبستگی دیگر بیشتر استفاده می‌کنند، چندین دلیل وجود دارد: اول اینکه آن‌ها خود را برای نگهداری رابطه شان توانمند می‌بینند، زیرا آن‌ها آرامش را به عنوان پایه‌ای برای همسر خود فراهم می‌کنند و همسرشان به طور فراوانی هماهنگی و مشورت با آن‌ها را خواستار است (میکولینسر و شاور، ۲۰۰۷)، در صورتی که افراد دارای سبک دلبستگی اضطرابی از هماهنگی و مشورت برای نزدیکی و در دسترس نگه داشتن همسرشان استفاده می‌کنند. افراد دارای سبک دلبستگی دو سوگرا از مدیریت تعارض‌های کمتری استفاده می‌کنند زیرا آن‌ها در مورد خود ارزشمندی خودشان سؤال دارند و

1. Cognitive decision making

که همه این مسائل نشان دهنده میزان استفاده بالای زوجین سبک مستقل از راهبردهای حفظ رابطه است (قرلسفلو و همکاران، ۲۰۱۵). همچنین زوجین دارای سبک زوجی سنتی، با نقش‌های جنسی سنتی، یعنی نقش‌های مردانه و زنانه و به عبارتی از راهبرد تقسیم وظایف به خوبی استفاده می‌کنند، از مهارت‌های اطمینان بخشی مانند گوش دادن و ابراز همدلی به خوبی استفاده می‌کنند، بعد از پایان هر تعارضی آشکارا در پی راضی کردن و متقاعد کردن طرف مقابل هستند و از راهبردهای اطمینان بخشی، خودافشایی، تقسیم وظایف، شبکه اجتماعی و هماهنگی مشورت به خوبی در روابط زناشویی خود استفاده می‌کنند (هنر پروران و همکاران، ۱۳۹۰).

برعکس زوجین مستقل و سنتی، زوجین جدا از هرگونه تعارضی اجتناب می‌کنند و مهارت‌های اندکی در حل تعارض دارند و زمانی که تعارضی به وجود می‌آید هر یک نظر خود را بیان می‌کنند، ولی هیچ کدام تلاشی برای متقاعد کردن طرف مقابل و ایجاد تفاهم ندارند. در مقایسه با دو سبک زوجی سنتی و مستقل، احساس‌های مثبت کمی نسبت به یکدیگر نشان می‌دهند، کمتر خودشان را ابرازگر و خودافشاء می‌دانند و در هر موقعیت تعارضی و عادی بیشتر از چند کلمه صحبت نمی‌کنند (قرلسفلو و همکاران، ۲۰۱۶). به طور کلی نوع تعاملات زوجین در محیط زندگی رابطه مستقیم با احساس بدبختی یا خوشبختی آن‌ها دارد به گونه‌ای معمول زوجینی که رابطه عمیق عاطفی، منطقی و مبتنی بر راهبردهای حفظ رابطه دارند، افراد موفق، مثبت اندیش و با احساس خوشبختی هستند. برعکس زوجینی که روابط عاطفی مناسبی ندارند، منزوی و با سطح استفاده پایین از راهبردهای حفظ رابطه هستند در زندگی زناشویی رابطه خوبی نخواهند داشت (قرلسفلو و همکاران، ۱۳۹۴). از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به محدود بودن نمونه به ساکنین شهر تهران اشاره کرد و در نتیجه باید در تعمیم یافته‌ها به سایر جمعیت‌ها احتیاط شود. همچنین پیشنهاد می‌گردد، به منظور تعمیم مطمئن‌تر نتایج، پژوهش حاضر در مناطق جغرافیایی مختلف انجام شود.

موازن اخلاقی

که باعث می‌شود که نتوانند در روابط زناشویی خود از راهبردهای حفظ رابطه به خوبی استفاده کنند (فتحی و همکاران، ۱۳۹۱). میکولینسر و شاور (۲۰۰۷) نشان دادند که افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن از اطمینان بخشی، مثبت نگری و باز بودن کمتری در روابط خود نسبت به افراد دارای سبک دلبستگی ایمن بازی می‌کنند، به علت اینکه افراد دارای سبک دلبستگی ایمن فرایندهای ارتباطی خود را به طور مؤثرتری نسبت به افراد دارای سبک دلبستگی اجتنابی و اضطرابی مدیریت می‌کنند. همچنین افراد دارای سبک دلبستگی اضطرابی، خودافشایی بالایی دارند و اغلب از همسرشان ناامید می‌شوند. برعکس، افراد دارای سبک دلبستگی ایمن، خودافشایی مؤثری دارند و احترام زیادی به همسر خود دارند (میکولینسر و شاور، ۲۰۰۷).

یافته دیگر تحقیق پیش‌بینی استفاده از راهبردهای حفظ رابطه بر اساس سبک‌های زوجی مستقل و سنتی بود. در تبیین این یافته‌ها می‌توان بیان کرد که رابطه بین میزان استفاده از راهبردهای حفظ رابطه و سبک‌های زوجی یک رابطه دوسویه است، به این دلیل که به خدمت گرفتن راهبردهای حفظ رابطه منجر به شکل‌گیری سبک‌های زوجی و از سویی دیگر زوجین بر مبنای سبک زوجی خود، از راهبردهای حفظ کننده رابطه متفاوتی استفاده می‌کنند. در سبک زوجی مستقل الگوی ارتباطی زوجین از نوع برنده-برنده است. در این الگو زوجین به راحتی در مورد مسائل و تعارض‌های خود گفتگو می‌کنند و به دنبال راه‌حل می‌گردند و از واکنش‌های غیرمنطقی، پر خاشگیری و غیره ... خودداری می‌کنند (قرلسفلو و همکاران، ۱۳۹۴). زوجین دارای سبک زوجی مستقل از مهارت‌های ارتباطی و راهبردهای حفظ رابطه خوبی مانند گوش دادن و ابراز همدلی، خودافشایی، مثبت نگری و اطمینان بخشی، برخوردارند، برای حل مشکلات خود درگیر مذاکره و بحث‌های طولانی در مورد مسائل بسیاری می‌شوند، اطمینان بخشی بالایی به یکدیگر داده و نگاه مثبتی به رابطه و آینده آن دارند، در کارها یکدیگر را همراهی کرده و عقاید و افکار خودشان را در رابطه با همسر و کارهای او بیان می‌کنند و همچنین شبکه اجتماعی درست و دارای حد و مرز با اطرافیان خود دارند

خود به عنوان پیش‌بین‌های رضایت زناشویی. *دوفصلنامه مشاوره کاربردی*، ۵(۲): ۷۹-۹۶.

کردی، معصومه، اصلانی، خالد و امان‌الهی، عباس. (۱۳۹۶). صمیمیت جنسی و اعتماد به عنوان تعدیل‌کننده‌های رابطه سبک دلبستگی ایمن و تعهد زناشویی. *فصلنامه روانشناسی کاربردی*، ۱۱(۳ پیاپی ۴۳): ۳۵۱-۳۳۳.

مومنی، خدامراد، صیدی، محمد سجاد، رضایی، خدیجه، عزیزی، آرزو و انصاری، سمیرا. (۱۳۹۳). نقش الگوهای فراغتی در ثبات ازدواج با واسطه‌گری راهبردهای حفظ رابطه و شادکامی زناشویی. *فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۴(۲): ۳۴۰-۳۵۶.

هنرپروران، نازنین، قادری، زهرا و قبادی، کبری. (۱۳۹۰). مقایسه الگوهای ارتباطی و تعارضات زناشویی در زنان متأهل شاغل در بانک‌های دولتی و زنان خانه‌دار شهر شیراز. *فصلنامه زن و جامعه*، ۲(۷): ۱۰۳-۱۲۲.

- Badr, H., & Taylor, C. L. C. (2008). Effects of relationship maintenance on psychological distress and dyadic adjustment among couples coping with lung cancer. *Health Psychology*, 27(5), 616.
- Bogaerts, S., Daalder, A. L., Van Der Knaap, L. M., Kunst, M. J., & Buschman, J. (2008). Critical incident, adult attachment style, and posttraumatic stress disorder: A comparison of three groups of security workers. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 36(8), 1063-1072.
- Cann, A., Norman, M. A., Welbourne, J. L., & Calhoun, L. G. (2008). Attachment styles, conflict styles and humour styles: Interrelationships and associations with relationship satisfaction. *European journal of personality*, 22(2), 131-146.
- Dainton, M. (2008). The use of relationship maintenance behaviors as a mechanism to explain the decline in marital satisfaction among parents. *Communication Reports*, 21(1), 33-45.
- Edenfield, J. L., Adams, K. S., & Briihl, D. S. (2012). Relationship Maintenance Strategy Use By Romantic Attachment Style. *North American Journal of Psychology*, 14(1).
- Johnson, S. L. (2009). Individual and interdependent analyses of relational maintenance, sexual communication, and marital quality. ARIZONA STATE UNIVERSITY.
- Fitzpatrick, M. A., & Ritchie, L. D. (1994). Communication schemata within the family.

در این پژوهش موازین اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی و رازداری رعایت شد. با توجه به شرایط و زمان تکمیل پرسشنامه‌ها ضمن تأکید به تکمیل تمامی سؤال‌ها، شرکت‌کنندگان در مورد خروج از پژوهش مختار بودند. به آن‌ها اطمینان داده شد که اطلاعات محرمانه می‌ماند و این امر نیز کاملاً رعایت شد؛ پس از اتمام پژوهش گروه گواه نیز تحت مداخله درمانی قرار گرفتند.

سپاسگزاری

لازم است از تمامی مسئولین، دانش‌آموزان و والدینی که ما را در انجام این پژوهش یاری کرده‌اند تقدیر و تشکر نماییم.

تعارض منافع

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

منابع

- رحیمیان بوگر، اسحاق، نوری، ابوالقاسم، عریضی سامانی، سید حمیدرضا، مولوی، حسین و فروغی مبارکه، عبدالرضا. (۱۳۸۶). رابطه سبک‌های دلبستگی بزرگسالی با رضایت و استرس شغلی در پرستاران. *مجله روان‌پزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، ۱۳(۲): ۱۴۸-۱۵۷.
- خوش‌خرام، نجمه و گلزاری، محمود. (۱۳۹۰). اثربخشی امید درمانی بر افزایش میزان رضایت زناشویی و تغییر سبک دلبستگی ناپایمن دانشجویان متأهل دانشگاه. *فصلنامه روانشناسی کاربردی*، ۵(۲ پیاپی ۱۸): ۸۴-۹۶.
- جهان‌بخش، مرضیه، بهادری، محمدحسین، امیری، شعله و جمشیدی، آذر. (۱۳۹۰). اثربخشی درمان دلبستگی مادران بر علائم فزون اضطرابی دختران دارای مشکلات دلبستگی. *فصلنامه روانشناسی کاربردی*، ۵(۴ پیاپی ۲۰): ۴۱-۲۶.
- فتحی، الهام، اعتمادی، احمد، حاتمی، ابوالفضل و گرچی، زهرا. (۱۳۹۱). بررسی رابطه بین سبک دلبستگی، تعهد زناشویی و رضایتمندی زناشویی در دانشجویان متأهل دانشگاه علامه طباطبایی. *فصلنامه زن و مطالعات خانواده*، ۵(۱۸): ۶۳-۸۲.
- قرلسفلو، مهدی، جزایری، رضوان سادات، بهرامی، فاطمه و محمدی، رحمت‌اله. (۱۳۹۴). سبک‌های زوجی و شفقت

- Stafford, L., Dainton, M., & Haas, S. (2000). Measuring routine and strategic relational maintenance: Scale revision, sex versus gender roles, and the prediction of relational characteristics. *Communications Monographs*, 67(3), 306-323.
- Wearden, A., Peters, I., Berry, K., Barrowclough, C., & Liversidge, T. (2008). Adult attachment, parenting experiences, and core beliefs about self and others. *Personality and Individual Differences*, 44(5), 1246-1257.
- Wheeler, L. A., Updegraff, K. A., & Thayer, S. M. (2010). Conflict Resolution in Mexican-Origin Couples: Culture, Gender, and Marital Quality. *Journal of Marriage and Family*, 72(4), 991-1005.
- Human Communication Research, 20(3), 275-301.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Ghezelseflo, M., Jazayeri, R., Bahrami, F., & Mohammadi Fesharaki, R. (2016). The Role of Relational Maintenance Behavior and Attachment Styles in Predicting Marital Commitment. *Asian Social Science*; 1(9); 229-223.
- Givertz, M., Segrin, C., & Hanzal, A. (2009). The association between satisfaction and commitment differs across marital couple types. *Communication Research*, 36(4), 561-584.
- Le, B., Korn, M. S., Crockett, E. E., & Loving, T. J. (2010). Missing you maintains us: Missing a romantic partner, commitment, relationship maintenance, and physical infidelity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 0265407510384898.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford.
- Ogolsky, B. G., & Bowers, J. R. (2013). A meta-analytic review of relationship maintenance and its correlates. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(3), 343-367.
- Pistole, M. C., Roberts, A., & Chapman, M. L. (2010). Attachment, relationship maintenance, and stress in long distance and geographically close romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(4), 535-552.
- Ramirez, A. (2008). An examination of the tripartite approach to commitment: An actor-partner interdependence model analysis of the effect of relational maintenance behavior. *Journal of Social and Personal Relationships*, 25(6), 943-965.
- Rusbult, C. E., Martz, J. M., & Agnew, C. R. (1998). The investment model scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. *Personal Relationships*, 5, 357-391.
- Scott, A. T. (2002). Communication characterizing successful long distance marriages. (Doctoral dissertation). Southern Utah University, Southern Utah, UT.
- Stafford, L. (2011). Measuring relationship maintenance behaviors: Critique and development of the revised relationship maintenance behavior scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28(2), 278-303.