



Predicting Marital Boredom Based on Early Maladaptive Schemas and Psychological Capital

Mahtab Kharratzadeh ¹ | Abbas Javaheri ² | Massoud Gholam Ali Lavasani ³

Abstract

The aim of this study was to investigate the predictive role of psychological capital and early maladaptive schemas in marital boredom. The research method was descriptive multiple correlation. The statistical population included married men and women in Tehran who were selected as a sample using available sampling method of 215 people. Data was obtained using short version of Yang Schema Questionnaire (1994), Marital Burnout Questionnaire of Pines (1996) and Psychological Capital Questionnaire of Luthans (2007). For data analysis, in addition to descriptive statistics, Pearson correlation test and path analysis were used. The software used included SPSS version 25. The results showed that in addition to the significant correlation between the schemas of the initial schemas and the components of psychological capital, also the schemas of the cut-off and exclusion domains and the schemas of the disrupted constraints along with the hope component were significant predictors of marital boredom. The research findings indicate that the schemas of the field of cut and exclusion. Disrupted constraints along with the hope component play a significant role in explaining marital boredom. Therefore, counselors and psychologists can benefit from the results obtained in the present study in the evaluation and treatment sessions of couples with marital boredom.

Keywords: Early Maladaptive Schemas, Marital Burnout, Psychological Capital.

DOR: 20.1001.1.26454955.1401.17.59.2.3

1. MA Student, Family Counseling Department, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran.
2. Corresponding Author: Assistant Professor, Department of Educational Psychology and Counseling, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran. Javaheri.m@ut.ac.ir
3. Associate Professor, Department of Educational Psychology and Counseling, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran



پیش‌بینی دلزدگی زناشویی، بر اساس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و سرمایه روان‌شناختی

مهتاب خراط زاده^۱ | عباس جواهری محمدی^۲ | مسعود غلامعلی لواسانی^۳

چکیده

هدف پژوهش، بررسی نقش پیش‌بینی‌کننده سرمایه روان‌شناختی و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در دلزدگی زناشویی بود. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی چندگانه بود. جامعه‌ی آماری، شامل زنان و مردان متأهل شهر تهران بود که با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس، تعداد ۲۱۵ تن به عنوان نمونه انتخاب شدند. داده‌های پژوهش با استفاده از فرم کوتاه پرسشنامه‌ی طرح‌واره یانگ (۱۹۹۴)، پرسشنامه دلزدگی زناشویی پاینز (۱۹۹۶) و پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی لوتانز (۲۰۰۷) به دست آمد. برای تحلیل داده‌ها، علاوه بر آماره‌های توصیفی از آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون استفاده شد. نتایج نشان داد علاوه بر همبستگی معنادار میان حوزه‌های طرح‌واره‌های اولیه و مؤلفه‌های سرمایه‌های روان‌شناختی، طرح‌واره‌های حوزه بریدگی و طرد و طرح‌واره‌های حوزه محدودیت مختل، به همراه مؤلفه امیدواری پیش‌بینی‌کننده معنادار دلزدگی زناشویی بودند. یافته‌های پژوهش بیانگر این است که طرح‌واره‌های حوزه بریدگی و طرد و حوزه محدودیت مختل به همراه مؤلفه امیدواری، نقش معناداری در تبیین دلزدگی زناشویی دارند. بنابراین مشاوران و روان‌شناسان می‌توانند در جلسات ارزیابی و درمان زوجین با دلزدگی زناشویی از نتایج به دست آمده در پژوهش حاضر بهره‌مند گردند.

کلیدواژه‌ها: طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه؛ دلزدگی زناشویی؛ سرمایه روان‌شناختی

DOR: 20.1001.1.26454955.1401.17.59.2.3

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

۲. نویسنده مسئول: استادیار، گروه روانشناسی تربیتی و مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.
Javaheri.m@ut.ac.i

۳. دانشیار، گروه روانشناسی تربیتی و مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

مقدمه

ازدواج بخش مهمی از بافت زندگی اجتماعی افراد را تشکیل می‌دهد و یکی از اساسی‌ترین تجربه‌هایی است که بر زندگی آنان تأثیرگذار است. رابطه‌ی زناشویی که اساس روابط خانوادگی و تربیت نسل‌های آینده است، به عنوان مهم‌ترین رابطه‌ی انسانی تلقی می‌شود. به همین دلیل، بهبود و استحکام این رابطه از اهمیت بسیاری برخوردار است (بشارت، خضرآبادی و رضازاده، ۱۳۹۵). یکی از مؤلفه‌های مهمی که در روابط همسران مطرح می‌گردد و می‌تواند زندگی زناشویی و روابط زوجی را با خطرآفرینی روبه‌رو کند، دلزدگی زناشویی است (محمودی، زاده محمدی و فلاح‌زاده، ۱۳۹۶). افراد با انتظارات و توقعات از پیش تعیین‌شده‌ای که در ذهن دارند، وارد رابطه می‌شوند، اما هنگام مواجهه با چالش‌ها و عدم تناسب و هماهنگی بین واقعیت‌های موجود در زندگی زناشویی و توقعات خود، به تدریج سرخورده‌گی، دلخوری و دلزدگی از رابطه‌ی خود را تجربه می‌کنند (اسدی، فتح‌آبادی و محمد شریفی، ۱۳۹۲).

دلزدگی زناشویی را می‌توان حالت ناخوشایند فرسودگی جسمی، عاطفی و روانی دانست (کمالیان، میرزا حسینی و منیرپور، ۱۳۹۹). این پدیده به ندرت اتفاق می‌افتد. در حقیقت، عشق و صمیمیت به تدریج رنگ می‌بازد و همراه آن فرسودگی کلی نمایان می‌شود.

در شدیدترین حالت، ممکن است دلزدگی منجر به اتمام رابطه‌ی زناشویی شود (پاینز^۱، ۲۰۰۲). فرسودگی جسمی ناشی از دلزدگی با علایمی مانند خستگی، سردردهای مزمن و ناراحتی معده، کمبود میل جنسی و پرخوری همراه است. فرسودگی عاطفی خود را با دلخوری، بی‌میلی برای حل مشکلات و احساس غم و دلتنگی، ناامیدی، بی‌معنایی، افسردگی، تنهایی، کمبود انگیزه و در دام افتادگی و اختلالات هیجانی و گاهی افکار خودکشی در فرد دلزده نشان می‌دهد و فرسودگی روانی نشأت گرفته از دلزدگی زناشویی، نشانه‌هایی همچون کاهش اعتمادبه‌نفس، نظر منفی درباره‌ی همسر، ناامیدی و نارضایتی از خود و کمبود دوست داشتن خود را به همراه دارد (پاینز، ۱۹۹۶، ترجمه شاداب، ۱۳۸۱).

1. Pines.

عوامل زیادی در بروز دلزدگی زناشویی نقش دارند و دلزدگی نیز مانند سایر مسائل روان‌شناختی، معمولاً ماهیتی چند علیتی دارد. یکی از این عوامل را می‌توان طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه دانست (جان‌ناری قمشه، ۱۳۹۴).

طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه را می‌توان درونمایه‌های عمیق و گسترده‌ای دانست که متشکل از خاطرات، شناخت‌ها و احساسات بدنی در رابطه با خود و دیگرانند (بشارت، خضرآبادی و رضازاده، ۱۳۹۵). یانگ معتقد است طرح‌واره‌ها به دلیل عدم ارضای نیازهای هیجانی اساسی دوران کودکی به وجود می‌آیند که این نیازها عبارتند از: دلبستگی ایمن، هویت، کفایت، خودمختاری، آزادی در بیان نیازها و هیجان‌های سالم، خودانگیختگی و تفریح، محدودیت‌های واقع‌بینانه و خویش‌داری (یانگ، کلووسکو و ویشار^۱، ۲۰۰۳).

این طرح‌واره‌ها در عمیق‌ترین سطوح شناختی فرد فعال شده و به صورت ناهشیار عمل می‌کنند و باعث آسیب‌پذیری بیشتر فرد در برابر افسردگی، اضطراب، روابط ناکارآمد، اعتیاد و اختلالات روانی می‌شوند (وانگ، هالورسن و آیزمان^۲، ۲۰۱۰). طرح‌واره‌ها بر اساس پنج نیاز تحولی کودک به پنج حوزه بریدگی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیت‌های مختل، دیگر جهت‌مندی، گوش به‌زنگی بیش از حد و بازداری تقسیم شده‌اند که هر یک شامل چند طرح‌واره می‌باشند (رافائلی، برنشتاین و یانگ^۳، ۲۰۱۰).

حوزه‌ی بریدگی و طرد، شامل طرح‌واره‌های رهاشدگی/بی‌ثباتی^۴، بی‌اعتمادی/بدرفتاری^۵، محرومیت هیجانی^۶، نقص/شرم^۷ و انزوای اجتماعی/بیگانگی^۸ است. حوزه‌ی خودگردانی و عملکرد مختل، شامل طرح‌واره‌های وابستگی/بی‌کفایتی^۹، آسیب‌پذیری نسبت به ضرر/بیماری^{۱۰}،

1. Young, Klosko & Weishaar.
2. Wang, Halvorsen & Eisemann.
3. Rafaeli, Bernstein & Young.
4. Abandonment / Instability.
5. Mistrust/ Abuse.
6. Emotional Deprivation.
7. Defectiveness/ Shame.
8. Social Isolation/ Alienation.
9. Dependence/ Incompetence.
10. Vulnerability to Harm or Illness.

گرفتار/ خویشتن تحول نیافته^۱ و شکست^۲ می‌باشد. حوزه‌ی محدودیت‌های مختل، شامل استحقاق/ بزرگ‌منشی^۳، خویشتن‌داری و خودانضباطی ناکافی^۴ است. حوزه‌ی دیگر جهت‌مندی، شامل طرح‌واره‌های اطاعت^۵، ایثار^۶ و پذیرش‌جویی/ جلب توجه^۷ می‌باشد و حوزه‌ی گوش به‌زنگی بیش از حد و بازداری، شامل طرح‌واره‌های منفی‌گرایی/ بدبینی^۸، بازداری هیجانی^۹، معیارهای سرسختانه/ عیبجویی افراطی^{۱۰} و تنبیه می‌باشد (یانگ، ۱۹۹۹).

بر اساس طرح‌واره‌ها، طرز برخورد و نگرش شخص نسبت به خود، جهان و آینده تعیین می‌شود. اگر این طرح‌واره‌ها مثبت باشند، دیدگاه فرد نسبت به همه چیز مثبت خواهد بود. در غیر این صورت، فرد خود را بی‌کفایت، ناتوان و بی‌ارزش می‌پندارد، موانع موجود در مواجهه با چالش‌ها را نفوذناپذیر می‌داند و هر تلاشی با ناکامی روبه‌رو خواهد شد. به همین دلیل افراد نسبت به جهان اطراف خود و آینده، نگرشی منفی پیدا خواهند کرد (امینی و خوش‌روش، ۲۰۲۰).

درباره‌ی سرمایه روان‌شناختی می‌توان گفت این سازه مربوط به روان‌شناسی مثبت‌نگر است که لوتانز و همکاران (۲۰۰۴) آن را مطرح کرده‌اند. در واقع سرمایه روان‌شناختی جنبه‌های مثبت روان افراد را برآورد می‌کند و به جای تأکید بر نقاط ضعف روی نقاط مثبت متمرکز می‌شود. در مطالعات پیشین، هر یک از چهار مؤلفه‌ی تشکیل‌دهنده سازه‌ی سرمایه روان‌شناختی (خودکارآمدی، امید، خوش‌بینی و تاب‌آوری) به صورت جداگانه مورد بررسی قرار گرفته است. این مؤلفه‌ها به زندگی فرد معنا می‌بخشند و موجب تداوم تلاش وی برای تغییر موقعیت‌های دشوار می‌شوند (ایرز و جودگک^{۱۱}، ۲۰۱۱).

1. Enmeshment/ Undeveloped Self.
2. Failure.
3. Entitlement/ Grandiosity.
4. Insufficient Self – Control/ Self-discipline.
5. Subjugation.
6. Self- sacrifice.
7. Approval- Seeking / Recognition- Seeking.
8. Negativity/ Pessimism.
9. Emotional inhibition.
10. Unrelenting Standards / Hypercriticalness.
11. Erez & Judge.

در این میان، خودکارآمدی به دیدگاه فرد در مورد توانایی‌هایش در ارتباط با انجام یک عمل گفته می‌شود (باندورا^۱، ۲۰۰۸ به نقل از اکبری، فرگت، علی‌خواه و مجیدی، ۱۳۹۸). امید یک حالت انگیزشی مثبت با در نظر گرفتن اهداف روشن برای زندگی است. در امید، از یک طرف اراده به سمت اهداف پیش‌رو و از طرف دیگر بررسی راه‌های مناسب برای رسیدن به آنها وجود دارد (بیلی و اشنایدر^۲، ۲۰۰۷).

خوش‌بینی نیز به معنای داشتن انتظارات مثبت از نتایج است و بر اسنادهای مثبت درباره‌ی موفقیت‌های حال و آینده مبتنی است (هووارد^۳، ۲۰۱۷). در آخر تاب‌آوری به معنای سازگاری مثبت در شرایط ناگوار و انعطاف‌پذیری و پایداری در زمان مواجهه با سختی‌ها و مشکلات است (لوتانز و یوسف مورگان^۴، ۲۰۱۷).

در واقع، تاب‌آوری فقط مقاومت منفعلانه در برابر شرایط تهدیدکننده نیست، بلکه فرد تاب‌آور، مشارکت فعال و سازنده‌ای در محیط پیرامون خود دارد (والر^۵، ۲۰۰۱). یافته‌های برخی از مطالعات، گویای این است که سرمایه روان‌شناختی می‌تواند ضامن ایجاد یک رابطه سازگارانه و رضایتبخش بین زوجین باشد (شیخ زین‌الدین، فرخی و عباس‌پور آذر، ۱۳۹۷؛ فاضل همدانی، ۱۳۹۸).

اکبری و همکاران (۱۳۹۸) نیز در مطالعه‌ای به این نتیجه رسیده‌اند که با افزایش سرمایه روان‌شناختی افراد می‌توان صمیمیت زناشویی آنان را بهبود بخشید. در واقع برخورداری زوجین از سرمایه روان‌شناختی، آنان را قادر می‌سازد تا علاوه بر مقابله مؤثرتر در برابر موقعیت‌های استرس‌زای زندگی، کمتر دچار تنش شده و در برابر مشکلات از توان بالایی برخوردار باشند و کمتر تحت تأثیر وقایع روزانه قرار بگیرند. بدین ترتیب، زوجین از سلامت روان‌شناختی بالاتری برخوردار خواهند بود (فاضل همدانی، ۱۳۹۸).

1. Bandura.
2. Baily & Snyder.
3. Howard.
4. Luthans & Youssef-Morgan.
5. Waller.

پیشبینی دلزدگی زناشویی، بر اساس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و سرمایه روان‌شناختی

در این راستا، زمانی‌زاد، باباپور و صبوری (۱۳۹۷) پیشنهاد کردند سرمایه روان‌شناختی می‌تواند سلامت را ارتقا دهد و این امر سبب می‌شود تا افراد در موقعیت‌های تعارضی از توانایی‌های حل مسأله برخوردار باشند و به آنها در غلبه بر این موقعیت‌ها و استفاده درست از مهارت‌های شناختی و اجتماعی کمک می‌کند.

با توجه به موارد ذکر شده در بالا، این پژوهش درصدد پاسخگویی به این سؤال است که آیا می‌توان بر اساس سرمایه روان‌شناختی و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، دلزدگی زناشویی را پیش‌بینی کرد؟

روش

روش پژوهش حاضر، توصیفی از نوع رگرسیون چندگانه بود که دلزدگی زناشویی، متغیر ملاک و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و سرمایه روان‌شناختی، متغیرهای پیش‌بین بودند. جامعه آماری این پژوهش، شامل زنان و مردان متأهل شهر تهران در سال ۱۴۰۰ بود که حداقل دو سال از زندگی مشترک آن‌ها گذشته بود. انتخاب این حداقل زمان به این دلیل بود که زوجین به یک ثبات نسبی در زندگی مشترک رسیده باشند؛ چرا که در دو سال اول ازدواج، اکثر زوجین مرحله‌ی عشق رمانتیک، یعنی زمانی که تفاوت‌ها زیاد به چشم نمی‌آید و مرحله کشمکش، یعنی زمانی که اختلافات و تفاوت‌ها آشکار شده را پشت سر می‌گذارند (زارعی محمودآبادی، ۱۳۹۱؛ لواندووسکی، لاوینگ، لی و گلیسون^۱، ۲۰۱۱).

به منظور برآورد حجم نمونه از فرمول پیشنهادی تاباچینگ و فیدل^۲ (۲۰۰۷) استفاده شد. بر اساس این فرمول، حداقل حجم نمونه در مطالعات همبستگی از فرمول $8M+50$ محاسبه می‌شود. در این فرمول، M تعداد متغیرهای پیش‌بین است. در مطالعه‌ی حاضر، تعداد متغیرهای پیش‌بین ۹ می‌باشد که در این صورت حجم نمونه برابر با ۱۲۲ نفر است، اما به دلیل بالا بردن قدرت تعمیم‌پذیری یافته‌ها، گروه نمونه این پژوهش ۲۱۵ تن از متأهلین شهر تهران بود.

برای تعیین این افراد، از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شد. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارتند از: ۱- سابقه ازدواج حداقل ۲ سال ۲- داشتن حداقل سواد برای پاسخگویی به پرسشنامه ۳-

1. Lewandowski, Loving, Le & Gleason.

2. Tabachnick & Fidell.

عدم وابستگی شدید و اعتیاد به دارو، مواد، مشروبات الکلی، فیلم‌های پورن و غیره (طبق اظهارنظر شرکت کنندگان) و ۴- عدم ابتلا به بیماری روانی تشخیص داده شده (طبق اظهارنظر شرکت کنندگان).

ابزارهای پژوهش

نسخه‌ی کوتاه پرسشنامه طرح‌واره یانگ (YSQ-SF)

جفری یانگ (۱۹۹۴) نسخه اصلی پرسشنامه طرح‌واره‌ها را به منظور اندازه‌گیری طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه تهیه کرد (ذوالفقاری، فاتحی‌زاده و عابدی، ۱۳۸۷). همچنین فرم کوتاه آن، یک پرسشنامه ۷۵ سؤالی است که برای بررسی ۱۵ طرح‌واره ناسازگار اولیه (۵ حوزه تحولی اولیه) ساخته شد. هر سؤال روی یک مقیاس ۶ درجه‌ای (۱= کاملاً نادرست، ۲= تقریباً نادرست، ۳= بیشتر درست تا نادرست، ۴= اندکی درست، ۵= تقریباً درست، ۶= کاملاً درست) نمره‌گذاری می‌شود.

نمره فرد در هر طرح‌واره با جمع نمرات مربوط به آن طرح‌واره به دست می‌آید و نمره بالا بیانگر ناکارآمدی بیشتر طرح‌واره است (محمدپور، نظری و فرهادی، ۱۳۹۵). اشمیت، جویز، یانگ و تلچ^۱ (۱۹۹۵)، اولین پژوهش جامع درباره‌ی ویژگی‌های روان‌سنجی این پرسشنامه را انجام دادند. ضریب آلفای طرح‌واره‌ها در این پژوهش از ۰/۸۳ (طرح‌واره گرفتار/خویش‌شناسی نیافته) تا ۰/۹۶ (طرح‌واره نقص/شرم) به دست آمد و ضریب بازآزمایی در جمعیت غیربالینی بین ۰/۵۰ تا ۰/۸۲ بود.

در ایران این پرسشنامه توسط آهی (۱۳۸۵) ترجمه و آماده اجرا شد. وی همسانی درونی این پرسشنامه را بر حسب آلفای کرونباخ میان زنان ۰/۹۷ و میان مردان ۰/۹۸ گزارش کرده است (چای، زارعی و نورمندی پور، ۲۰۱۴). همچنین در پژوهشی دیگر که در نمونه‌ای از جمعیت دانشجویی - شامل ۱۳۵ پسر و ۲۵۲ دختر - اجرا شد، ضریب آلفای کرونباخ برای همسانی درونی هر یک از طرح‌واره‌ها در دامنه‌ی بین ۰/۶۹ (طرح‌واره ایشار) تا ۰/۸۳ (طرح‌واره وابستگی/بی‌کفایتی) به دست آمد (آهی، محمدی‌فر و بشارت، ۱۳۸۶).

1. Schmidt, Joiner, Young & Telch.

در پژوهش ذوالفقاری، فاتحی‌زاده و عابدی (۱۳۸۷) نیز ضریب همسانی درونی برای کل پرسشنامه ۰/۹۴ و برای پنج حوزه‌ی طرح‌واره‌ها به شرح زیر به دست آمد: بریدگی و طرد ۰/۹۱ / خودگردانی و عملکرد مختل ۰/۹۰ / محدودیت‌های مختل ۰/۷۳ / دیگر جهت‌مندی ۰/۶۷ / گوش به‌زنگی بیش از اندازه و بازداری ۰/۷۸.

مقیاس دلزدگی زناشویی پاینز (CMB)

این پرسشنامه توسط پاینز (۱۹۹۶) برای اندازه‌گیری درجه دلزدگی زناشویی زوجین طراحی شده است. این پرسشنامه از ۲۱ گویه تشکیل شده که نشان‌دهنده‌ی علائم دلزدگی است و شامل سه بخش اصلی خستگی جسمی، عاطفی و روانی می‌باشد (اسلامی و شهابی زاده، ۱۳۹۱).

افراد این گویه‌ها را روی یک مقیاس هفت درجه‌ای پاسخ می‌دهند. سطح ۱ معرف عدم تجربه‌ی عبارت مورد نظر و سطح ۷ به معنی تجربه زیاد آن است (سید علی نقی و همکاران، ۲۰۲۰). اعتبار این مقیاس با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ بین ۰/۹۱ تا ۰/۹۳ به دست آمده است (پاینز، ۱۹۹۶، ترجمه شاداب، ۱۳۸۱). روایی این پرسشنامه نیز به وسیله همبستگی منفی با ویژگی‌های مثبت ارتباطی، مانند دیدگاه مثبت درباره‌ی ارتباط، کیفیت مکالمه، احساس امنیت، خودشکوفایی، هدفمندی، جاذبه عاطفی نسبت به همسر و کیفیت روابط جنسی آن‌ها تأیید شد و نسخه‌های ترجمه شده‌ی آن در مطالعات بین فرهنگی در مجارستان، فنلاند، مکزیک، نروژ، اسپانیا، پرتغال و اسرائیل به طور موفقیت‌آمیزی مورد استفاده قرار گرفت.

همسانی درونی بین متغیرها نیز در دامنه‌ای بین ۰/۸۴ تا ۰/۹۰ گزارش شده است (پاینز و نانز^۱، ۲۰۰۳). در ایران نتایج پژوهش نویدی (۱۳۸۴) که در نمونه‌ی ۲۴۰ نفره شامل ۱۲۰ معلم و ۱۲۰ پرستار انجام شده است، آلفای کرونباخ ۰/۸۶ را نشان داد. ادیب‌راد و ادیب‌راد (۱۳۸۴) در فواصل یک، دو و چهارماهه، ضریب پایایی به روش بازآزمایی را به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۷۶ و ۰/۶۶ گزارش کرده‌اند. همچنین نادری، افتخار و آملازاده (۱۳۸۸) به منظور بررسی روایی این پرسشنامه از مقیاس رضایت زناشویی انریچ استفاده کردند که ضریب همبستگی ۰/۴۰- بین این دو مقیاس، بیانگر معناداری در سطح ۰/۰۱ است.

1. Nunes.

پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی لوتانز (PCQ)

برای سنجش سرمایه روان‌شناختی از پرسشنامه لوتانز و همکاران (۲۰۰۷) استفاده شد که دارای ۲۴ سؤال و ۴ خرده‌مقیاس (امیدواری، تاب‌آوری، خوش‌بینی و خودکارآمدی) است که در آن هر خرده‌مقیاس ۶ گویه دارد و آزمودنی به هر گویه در مقیاس ۶ درجه‌ای لیکرت، از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم پاسخ می‌دهد.

برای به دست آوردن نمره سرمایه روان‌شناختی، ابتدا به صورت جداگانه نمره هر خرده‌مقیاس محاسبه می‌شود و در نهایت، مجموع آن‌ها به عنوان نمره کل سرمایه روان‌شناختی در نظر گرفته می‌شود (نیکخو، اسماعیل‌پور، بیرامی، هاشمی، ۱۳۹۹).

لوتانز، اولیو، آوی و نورمن^۱ (۲۰۰۷)، آلفای کرونباخ این مقیاس را در دامنه‌ی ۰/۸۹ تا ۰/۶۶ به دست آورده‌اند. همچنین آوی، لوتانز، اسمیت و پالمر^۲ (۲۰۱۰) در پژوهشی آلفای کرونباخ خودکارآمدی را ۰/۸۷، تاب‌آوری ۰/۷۲، امیدواری ۰/۸۷، خوش‌بینی ۰/۷۸ و کل را ۰/۹۳ گزارش کردند. در نمونه‌ی ایرانی همسانی درونی کل آزمون به روش آلفای کرونباخ، ۰/۸۵ گزارش شده است (علی‌پور، آخوندی، صرامی فروشانی و اعراب شیبانی، ۱۳۹۳). در مطالعه‌ی بهادری خسروشاهی، هاشمی نصرت‌آباد و باباپور خیرالدین (۱۳۹۱) نیز آلفای کرونباخ به دست آمده ۰/۸۵ گزارش شده است.

به منظور اجرای پژوهش نیز، پرسشنامه‌های مورد نیاز برای اجرای پژوهش تهیه شد و با هماهنگی و تأیید استاد راهنما به صورت فرم آنلاین فراهم گردید. لینک پرسشنامه همراه با توضیحات درباره‌ی هدف پژوهش و ملاک‌های ورود و خروج از پژوهش در گروه‌ها و شبکه‌های اجتماعی در دسترس زنان و مردان متأهل قرار گرفت.

همچنین در روند جمع‌آوری داده‌ها، تمامی اطلاعات به صورت محرمانه نگهداری شد و پس از اتمام پژوهش از حافظه پاک شد. بعد از جمع‌آوری داده‌ها و غربال کردن آن‌ها، داده‌های نهایی در محیط نرم‌افزار آماری وارد شدند. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌های این پژوهش، جهت بررسی رابطه‌ی متغیرها از همبستگی پیرسون و جهت پیش‌بینی دلزدگی زناشویی بر اساس سرمایه

1. Avolio, Avey & Norman.

2. Smith & Palmer.

پیشبینی دلزدگی زناشویی، بر اساس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و سرمایه روان‌شناختی

روان‌شناختی و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه از آزمون رگرسیون استفاده شد. تحلیل داده‌ها نیز با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS نسخه ۲۵ صورت گرفت.

یافته‌های پژوهش

در ابتدا و در جدول ۱ و ۲، یافته‌های جمعیت‌شناختی برای آزمودنی‌های شرکت‌کننده در پژوهش ارائه شده است.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی مربوط به متغیرهای جمعیت‌شناختی در مقیاس اسمی و رتبه‌ای آزمودنی‌های مورد مطالعه

متغیر	فراوانی	درصد فراوانی
سطح تحصیلات	دیپلم و زیر دیپلم	۱۶
	کاردانی	۱۰
	کارشناسی	۸۲
	کارشناسی ارشد	۷۸
جنسیت	دکتری	۲۹
	مرد	۸۷
	زن	۱۲۸
		۴۰/۵
		۵۹/۵

در جدول ۱، شاخص‌های توصیفی برای سطح تحصیلات و همچنین جنسیت شرکت‌کننده در پژوهش ارائه شده است. نتایج حاکی از این است که بالاترین سطح تحصیلات شرکت‌کننده در پژوهش، کارشناسی با فراوانی ۸۲ و کمترین هم، کاردانی با فراوانی ۱۰ است. همچنین نتایج نشان می‌دهد ۱۲۸ تن از شرکت‌کنندگان زن و ۸۷ تن مرد هستند.

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی متغیرهای جمعیت‌شناختی در مقیاس فاصله‌ای

متغیر	کمترین	بیشترین	میانگین	انحراف استاندارد
سن	۲۲	۶۰	۳۵/۲۷	۸/۱۴
مدت ازدواج بر حسب سال	۲	۳۸	۹/۶۷	۸۵/۲۱

نتایج به دست آمده در جدول ۲ نشان می‌دهد میانگین سنی شرکت کنندگان در پژوهش ۳۵/۲۷ است و میانگین مدت ازدواج شرکت کنندگان در پژوهش نیز ۹/۶۷ است. در جدول ۳، شاخص‌های توصیفی متغیرهای مورد مطالعه پژوهش ارائه شده است.

جدول ۳. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	کمترین	بیشترین	میانگین	انحراف استاندارد	کجی	کشیدگی	
طرح‌واره‌های حوزه بریدگی و طرد	۲۵	۱۳۱	۵۱/۵۸	۱۸/۶۵	۱/۱۱	۱/۴۶	
طرح‌واره‌های حوزه خودگردانی و عملکرد مختل	۲۰	۹۰	۳۷/۴۵	۱۵/۲۲	۱/۱۸	۰/۹۱	
طرح‌واره‌های حوزه دیگرجهت‌مندی	۱۰	۶۰	۲۸/۶۳	۸/۴۷	۰/۴۲	۰/۴۹	
طرح‌واره‌های حوزه گوش به‌زنگی بیش از حد و بازداری	۱۰	۵۵	۲۸/۹۸	۹/۲۰	۰/۲۶	-۰/۲۵	
طرح‌واره‌های حوزه محدودیت‌های مختل	۱۰	۵۳	۲۸/۵۰	۶/۶۲	۰/۱۱	-۰/۱۸	
سرمایه روان‌شناختی	خودکارامدی	۹	۳۶	۲۶/۰۶	۶/۲۷	-۰/۷۲	۰/۰۸
	امیدواری	۱۰	۳۶	۲۶/۰۴	۶/۱۰	-۰/۶۹	۰/۰۴
	خوش‌بینی	۱۵	۳۶	۲۵/۶۵	۳/۵۰	-۰/۰۷	۰/۲۶
	تاب‌آوری	۱۱	۳۵	۲۵/۱۹	۵	-۰/۵۹	۰/۰۶
دلزدگی زناشویی	۰/۵۷	۴/۱۰	۱/۸۹	۰/۸۳	۰/۵۷	-۰/۴۳	

در جدول ۳، شاخص‌های توصیفی برای متغیرهای مورد مطالعه در پژوهش ارائه شده است. با توجه به اینکه شاخص‌های کجی و کشیدگی، همگی بین مقادیر ۳+ تا ۳- قرار دارند، می‌توان گفت توزیع متغیرها در شرایط تقریباً نرمالی قرار دارند. در ادامه و در جدول ۴، ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

پیشبینی دلزدگی زناشویی، بر اساس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و سرمایه روان‌شناختی

جدول ۴. نتایج آزمون همبستگی پیرسون، جهت بررسی رابطه میان سرمایه روان‌شناختی، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و دلزدگی زناشویی

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
سرمایه روان‌شناختی										
۱- خودکارآمدی		۱								
۲- امیدواری		۰	۱							
۳- خوش‌بینی		۰	۰	۱						
۴- تاب‌آوری		۰	۰	۰	۱					
۵- بریدگی و طرد		۰	۰	۰	۰	۱				
۶- خودگردانی و عملکرد مختل		۰	۰	۰	۰	۰	۱			
۷- حوزه‌های طرح‌واره		۰	۰	۰	۰	۰	۰	۱		
۸- گوش‌به‌زنگی		۰	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۱	
۹- محدودیت‌های مختل		۰	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۱
۱۰- دلزدگی زناشویی		۰	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۰

$P < 0.05 = *$ و $P < 0.01 = **$

نتایج به دست آمده از جدول ۴ نشان می‌دهد همبستگی میان دلزدگی زناشویی با هر چهار مؤلفه متغیر سرمایه روان‌شناختی منفی و معنادار است ($p < 0/01$) و با هر پنج حوزه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، مثبت و معنادار است ($p < 0/01$). در جدول ۵، نتایج آزمون رگرسیون به روش ورود همزمان جهت پیش‌بینی دلزدگی زناشویی بر اساس سرمایه‌های روان‌شناختی و حوزه‌های طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه ارائه شده است.

جدول ۵. نتایج آزمون رگرسیون به روش ورود همزمان (Enter) برای پیش‌بینی دلزدگی زناشویی، بر اساس مؤلفه‌های سرمایه‌های روان‌شناختی و حوزه‌های طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه

متغیر	B	Beta	T	Sig	آماره تحمل
مقدار ثابت (a)	۰/۹۹		۰۱/۹۸	۰/۰۵	
خودکارآمدی	-۰/۰۰۵	-۰/۰۳	-۰/۴۳	۰/۶۷	۰/۴۴
امیدواری	-۰/۰۳	-۰/۲۲	-۲/۳۲	۰/۰۲	۰/۴۲
خوش‌بینی	۰/۰۲	۰/۰۸	۱/۰۹	۰/۲۸	۰/۶۱
تاب‌آوری	-۰/۰۰۴	-۰/۰۲	-۰/۳۳	۰/۷۴	۰/۵۶
بریدگی و طرد	۰/۰۲	۰/۴۲	۵/۲۲	۰/۰۰۱	۰/۴۴
خودگردانی و عملکرد مختل	-۰/۰۰۷	-۰/۱۳	-۱/۴۲	۰/۱۶	۰/۳۷
دیگرجهت‌مندی	۰/۰۱	۰/۱۴	۱/۸۸	۰/۰۶	۰/۵۴
گوش به‌زنگی	-۰/۰۰۴	-۰/۰۵	-۰/۶۱	۰/۵۴	۰/۴۹
محدودیت‌های مختل	۰/۰۲	۰/۱۹	۲/۵۰	۰/۰۱	۰/۵۰
خلاصه مدل	$Adj R^2 = 0/38$	$R = 0/64$	$F = 15/44$	$Sig = 0/001$	$1/98 =$ دوربین واتسون

نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد مقادیر آماره تحمل برای متغیرهای پیش‌بین به غیر از یک مورد، بیشتر از ۰/۴۰ می‌باشد. بنابراین میزان هم خطی میان متغیرهای پیش‌بین پژوهش نگران‌کننده نیست. همچنین با توجه به اینکه مقدار به دست آمده برای آزمون دوربین واتسون بین مقدار مناسب ۱/۵ الی ۲/۵ است، می‌توان گفت که فرض استقلال خطاها (تفاوت بین مقادیر واقعی و مقادیر پیش‌بینی شده توسط معادله رگرسیون) از یکدیگر رعایت شده است.

علاوه بر این، مندرجات جدول ۵ بیانگر این است که مؤلفه امیدآوری با بتای استاندارد $0/22-$ و حوزه بریدگی و طرد و حوزه محدودیت‌های مختل، به ترتیب با ضریب بتای استاندارد $0/42$ و $0/19$ پیش‌بینی‌کننده معنادار دلزدگی زناشویی هستند ($p < 0/01$). میزان ضریب رگرسیون چندگانه نیز میان متغیرهای پیش‌بین با دلزدگی زناشویی $0/64$ است و میزان ضریب تعیین آن $0/38$ است.

این نتایج نشان می‌دهد علاوه بر همبستگی معنادار میان حوزه‌های طرح‌واره‌های اولیه و مؤلفه‌های سرمایه‌های روان‌شناختی، طرح‌واره‌های حوزه بریدگی و طرد و طرح‌واره‌های حوزه محدودیت مختل، با مؤلفه امیدآوری پیش‌بینی‌کننده معنادار دلزدگی زناشویی همراه هستند.

بحث و نتیجه‌گیری

ازدواج بخش مهمی از بافت زندگی اجتماعی افراد را تشکیل می‌دهد و یکی از اساسی‌ترین تجربه‌هایی است که بر زندگی افراد تأثیر می‌گذارد. یکی از مؤلفه‌های مهمی که در روابط همسران مطرح می‌گردد و می‌تواند زندگی زناشویی و روابط زوجی را با خطراتی روبه‌رو کند، دلزدگی زناشویی است. در تلاش برای کمک به بهبود رابطه زناشویی، توجه به دلزدگی زناشویی و متغیرهای تبیین‌کننده آن یک مسأله ضروری است.

در همین راستا، پژوهش حاضر درصدد بررسی نقش سرمایه روان‌شناختی و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در پیش‌بینی دلزدگی زناشویی است. نتایج به دست آمده از تحلیل رگرسیون نشان داد طرح‌واره‌های حوزه بریدگی و طرد و طرح‌واره‌های حوزه محدودیت‌های مختل، پیش‌بینی‌کننده دلزدگی زناشویی هستند.

هم‌راستا با این یافته، جعفری‌زاده و سدرپوشان (۱۳۹۶) در پژوهش خود نشان دادند طرح‌واره‌های حوزه بریدگی و طرد با دلزدگی زناشویی زوجین دچار تعارض زناشویی رابطه معناداری دارد. همچنین محمودی، زاده محمدی و فلاح‌زاده (۱۳۹۶) نتایج مشابهی در جمعیت زوجین زیر ۴۵ سال نشان دادند.

پژوهش‌های جانوفسکی، راک، تورستاینسون، کلارک و موری^۱ (۲۰۲۰)، اکن^۲ (۲۰۱۷)، کروک^۳ (۲۰۱۷)، کبریتیچی و محمدخانی (۲۰۱۶) و سیفی‌زاده آرانی، زارعی محمودآبادی و بخشایش (۱۳۹۸) با توجه به اینکه نتایج مبنی بر نقش طرح‌واره‌ها در رابطه بین فردی و رابطه زوجین دارد، تا حدودی با نتایج پژوهش حاضر هم‌راستا است.

افزایش فعالیت طرح‌واره‌های حوزه بریدگی و طرد همراه با این است که فرد نمی‌تواند دلبستگی ایمنی با دیگران برقرار کند و نیاز به امنیت، محبت، ثبات، تعلق خاطر و عشق خود را برآورده سازد (یانگ، کلوکو و ویشار، ۲۰۰۳). نیاز به دلبستگی و امنیت در فرد وجود دارد، ولی چون در گذشته این نیازها نادیده گرفته شده و پاسخ مناسبی دریافت نکرده، ترس از بریدگی و طرد مانع از ابراز این نیازها در رابطه زناشویی می‌شود.

این در حالی است که هدف از تشکیل رابطه زناشویی، ارضای همین نیازها است (لی و فونگ^۴، ۲۰۱۱). در شرایطی که این نیازها ابراز نشود و رابطه زناشویی پاسخگو نباشد، انتظارات زوجین از رابطه برآورده نمی‌شود و در نتیجه، دلزدگی زناشویی را تجربه می‌کنند.

به عبارتی، فعالیت طرح‌واره‌های حوزه بریدگی و طرد، مانع ابراز نیازهای دلبسته‌مدار و عاطفی در رابطه می‌شود. در نتیجه این عدم ابراز نیازها، منجر به افزایش هیجان‌های منفی و ناامیدی نسبت به رابطه زناشویی می‌گردد. از سوی دیگر، چون رابطه زناشویی صمیمی‌ترین رابطه برای فرد است و نیازمند تعاون و همکاری است (پیرساقی، زهراکار، کیامنش، محسن‌زاده و حسنی، ۲۰۱۷)، طرح‌واره‌های حوزه محدودیت‌های مختل می‌توانند مانع آن شوند؛ چرا که طرح‌واره‌های این حوزه منجر به رخ دادن مشکلاتی در رابطه با رعایت حقوق افراد دیگر، همکاری و تعاون با دیگران، هدف‌گزینی و رسیدن به اهداف واقع‌بینانه می‌گردد (رافائلی، برنشتاین و یانگ، ۲۰۱۰).

عدم همکاری و عدم رعایت حقوق طرف مقابل، می‌تواند منجر به افزایش تعارض و نارضایتی شود و نرخ هیجان‌های منفی و ناخوشایندی‌های رابطه زناشویی را افزایش دهد. در همین رابطه به نظر می‌رسد کاهش ارتباط و همکاری متقابل و همچنین افزایش هیجان‌های منفی در افزایش

1. Janovsky, Rock, Thorsteinsson, Clark & Murray.

2. Eken.

3. Kőrük.

4. Li & Fung.

دلزدگی زناشویی نقش دارد (پاینز، ۲۰۰۲؛ هیندمن^۱، ۲۰۰۲؛ احمدی مهر، یوسفی و گل پرور، ۱۳۹۹).

نتایج به دست آمده از تحلیل رگرسیون نشان داد مؤلفه امیدواری، سرمایه روان‌شناختی پیش-بینی‌کننده معنادار دلزدگی زناشویی است. البته نتایج آزمون همبستگی بیانگر این بود که هر چهار مؤلفه سرمایه‌های روان‌شناختی، رابطه معناداری با دلزدگی زناشویی دارند. این یافته پژوهش تا حدودی با نتایج به دست آمده برای پژوهش آقامحمدیان، سیدزاده، فرخی، بحری و مصطفی‌پور (۲۰۲۰)، عباسی، سیاه‌کمری، نصرتی، حیدری شرف و طریقتی مرام (۱۳۹۸)، مازندرانی و عباسقلی‌زاده نمینی (۱۳۹۷)، موحد و کریمی (۱۳۹۶)، طهرانی آزاد و مجتبیایی (۱۳۹۸) و پژوهش سانتیسی، لودی، مگنانو، زاربو و زمیتی^۲ (۲۰۲۰) هم‌راستا است.

در تبیین نتیجه به دست آمده می‌توان گفت سرمایه روان‌شناختی، یک ظرفیت عملکرد مثبت است که شامل باورها، نگرش‌ها و عواطف مثبت و همراه با اعتقاد به تلاش و پشتکاری است که به فرد هنگام مواجهه با رویدادهای استرس‌زا کمک می‌کند. همچنین به‌رمندهی از سرمایه روان‌شناختی، همراه با تجربه بیشتر هیجان‌ات مثبت و انتظارات مثبت است (توگد و فردریکسون^۳، ۲۰۰۴).

رابطه زناشویی نیز یک رابطه پرچالش و همراه با نقش‌ها و وظایف مختلف است که نیازمند مواجهه کارآمد و همراه با توانمندی با آنها است (فینچام و هال^۴، ۲۰۰۵). بنابراین می‌توان انتظار داشت افراد متأهلی که باورهای مبتنی بر کارآمدی و میزان بیشتری از تاب‌آوری دارند، از پس وظایف رابطه خود برآیند. همچنین خوشبینی و امیدواری می‌تواند منجر به تجربه هیجانی بهتر در رابطه گردد.

وضعیت دلزدگی زناشویی، زمانی پیش می‌آید که وظایف و نقش‌های رابطه انجام نشده و هیجان و انتظارات منفی رابطه را فراگرفته است. انتظارات مثبت نسبت به موفقیت در عملکرد، تجربه احساسات مثبت نظیر شادی ناشی از احساس خودکارآمدی و امیدواری، باور به توانایی خود

1. Hindman.
2. Santisi, Lodi, Magnano, Zarbo & Zammitti.
3. Tugade & Fredrickson.
4. Fincham & Hall.

در انجام بهتر وظایف خود که از مؤلفه‌های اساسی سرمایه روان‌شناختی است (آوی و همکاران، ۲۰۱۰)، می‌تواند به انجام هرچه بهتر وظایف رابطه زناشویی و همچنین تجربه احساس‌های خوشایند در رابطه کمک کند.

سرمایه روان‌شناختی علاوه بر اینکه احتمال موفقیت را بالا می‌برد، به واسطه ارزیابی‌های مثبت، تجربه هیجانات مثبت را تسهیل می‌کند (آوی و همکاران، ۲۰۰۶). این در حالی است که تجربه هیجان‌های منفی مانند خشم، عصبانیت و ناراحتی و همچنین، تجربه ناامیدی و ناتوانی از نشانه‌های اصلی دلزدگی زناشویی است (نیلز^۱، ۲۰۰۹). بنابراین می‌توان استدلال کرد سرمایه روان‌شناختی بالا، از افراد متأهل در برابر هیجان‌های منفی و احساس ناتوانی - که از مشخصه‌های اصلی دلزدگی زناشویی است - محافظت می‌کند.

در مجموع نتایج به دست آمده نشان داد طرح‌واره‌های حوزه بریدگی و طرد و طرح‌واره‌های حوزه محدودیت‌های مختل به همراه مؤلفه امیدواری سرمایه روان‌شناختی، پیش‌بینی‌کننده معنادار دلزدگی زناشویی هستند. البته با توجه به شیوع ویروس کووید-۱۹ و همچنین عدم دسترسی به لیست کامل جامعه مورد مطالعه، امکان نمونه‌گیری تصادفی برای محقق ممکن نشد و از نمونه-گیری در دسترس استفاده شد که تعمیم‌پذیری نتایج را با محدودیت مواجه کرد.

همچنین نمونه مورد مطالعه از جمعیت غیر بالینی بود. بنابراین در تعمیم نتایج به دست آمده به جمعیت بالینی محدودیت وجود دارد. با توجه به اینکه روش نمونه‌گیری پژوهش حاضر به صورت در دسترس بود، پیشنهاد می‌شود برای اطمینان از پایداری و اعتبار نتایج به دست آمده، در آینده پژوهش‌های مشابهی صورت گیرد.

همچنین پیشنهاد می‌شود پژوهش حاضر در جمعیت بالینی از زوجین نیز مورد بررسی قرار گیرد. با توجه به اینکه شیوع ویروس کووید-۱۹ می‌تواند بر کیفیت زندگی زوجین و فرایندهای روان‌شناختی آنها اثرگذار باشد، پیشنهاد می‌شود در شرایط نرمال عمومی که چنین ویروسی شیوع ندارد، پژوهش حاضر جهت تأیید اعتبار و تعمیم‌پذیری نتایج به دست آمده مجدداً مورد بررسی قرار گیرد.

1. Neils.

پیشبینی دلزدگی زناشویی، بر اساس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و سرمایه روان‌شناختی

با توجه به اینکه طرح‌واره‌های حوزه بریدگی و طرد و طرح‌واره‌های حوزه محدودیت‌های مختل و همچنین مؤلفه امیدواری متغیر سرمایه روان‌شناختی نقش معناداری در پیش‌بینی دلزدگی زناشویی داشتند، مشاوران و روان‌شناسان حوزه زوج و مداخلات زناشویی، می‌توانند از نتایج به دست آمده در پژوهش حاضر برای ارزیابی و تهیه مداخلات برای زوجین دچار دلزدگی زناشویی استفاده کنند.

فهرست منابع

- ابراهیم‌آبادی، غلامرضا (۱۳۹۰)، نسبت هویت ملی و وحدت ملی در ایران، مرکز تحقیقات استراتژیک، شماره ۵۹، صص ۱۰۷-۱۳۸.
- احمدی مهر، زهرا؛ یوسفی، زهرا و گل‌پرور، محسن. (۱۳۹۹). «کشف و توضیح روند دلزدگی زناشویی میان زنان متأهل: یک نمونه نظریه زمینه‌ای». فصلنامه علمی-پژوهشی روان‌شناسی کاربردی، ۱۳ (۳)، ۲۹۰-۲۶۹.
- ادیب‌راد، نسترن و ادیب‌راد، مجتبی. (۱۳۸۴). «بررسی رابطه باورهای ارتباطی با دلزدگی زناشویی و مقایسه آن در زنان متقاضی طلاق و زنان خواهان ادامه زندگی مشترک». پژوهش‌های مشاوره (تازه‌های و پژوهش‌های مشاوره)، ۴ (۱۳)، ۹۹-۱۱۰.
- اسدی، عدالت؛ فتح‌آبادی، جلیل و محمد شریفی، فؤاد. (۱۳۹۲). «بررسی رابطه‌ی بین دلزدگی زناشویی، باورهای بدکارکردی جنسی و احقاق جنسی در زنان متأهل». فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۳ (۴)، ۶۹۲-۶۶۱.
- اسلامی، افسانه و شهابی‌زاده، فاطمه. (۱۳۹۱). الگوی دلزدگی زناشویی و ویژگی‌های شخصیت. چهارمین کنگره انجمن روان‌شناسی ایران.
- اکبری، بهمن؛ فرگت، آزاده؛ علی‌خواه، ساناز و مجیدی، ملینا. (۱۳۹۸). «نقش سرمایه اجتماعی و روان‌شناختی در پیش‌بینی صمیمت زناشویی زوجین». نشریه پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی، ۹ (۳۳)، ۱۱۴-۹۵.
- آهی، قاسم؛ محمدعلی‌فر، محمدعلی و بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۶). «پایایی و اعتبار فرم کوتاه پرسشنامه طرح‌واره‌های یانگ». نشریه روان‌شناسی و علوم تربیتی، ۳۷ (۳)، ۲۰-۵.
- بشارت، محمدعلی؛ خلیلی خضرآبادی، مهدیه و رضازاده، محمدرضا. (۱۳۹۵). «نقش واسطه‌ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی». نشریه روان‌شناسی خانواده، ۳ (۲)، ۴۴-۲۷.
- بهادری خسروشاهی، جعفر؛ هاشمی نصرت‌آباد، تورج و باباپور خیرالدین، جلیل. (۱۳۹۱). «رابطه سرمایه روان‌شناختی با سرمایه اجتماعی دانشجویان دانشگاه تبریز». مجله پژوهش و سلامت، ۲ (۱)، ۱۵۳-۱۴۵.
- پاینز، آ. مالاچ. (۱۹۹۶). چه کنیم تا عشق رویایی به دلزدگی نینجامد. ترجمه فاطمه شاداب (۱۳۸۱). تهران: انتشارات قنوس.
- جان‌ناری قمشه، نیوشا. (۱۳۹۴). بررسی مقایسه‌ای رابطه‌ی طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و دلزدگی زناشویی زوجین متقاضی طلاق توافقی و زوجین عادی در شهر اصفهان. کنفرانس سراسری دانش و فناوری علوم تربیتی مطالعات اجتماعی و روان‌شناسی ایران.
- جعفری‌زاده، مریم و سدرپوشان، نجمه. (۱۳۹۶). پیش‌بینی دلزدگی زناشویی بر اساس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره تهران، چهارمین همایش تازه‌های روان‌شناسی مثبت‌نگر، بندرعباس.

- ذوالفقاری، مریم؛ فاتحی‌زاده، مریم‌السادات و عابدی، محمدرضا. (۱۳۸۷). «تعیین رابطه بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با ابعاد صمیمیت زناشویی زوجین شهر اصفهان». خانواده پژوهی، ۴ (۱۵)، ۲۶۱-۲۴۷.
- زارعی محمودآبادی، حسن. (۱۳۹۱). با چه تیپ شخصیتی ازدواج کنم. تهران: نشر دانژه.
- زمانی‌زاد، نسرین؛ باباپور، جلیل و صبوری، حسن. (۱۳۹۷). «روابط ساختاری بین ابعاد راهبردهای حل تعارض و سلامت اجتماعی دانشجویان با میانجی‌گری سرمایه روان‌شناختی». مجله مطالعات روان‌شناسی تربیتی، ۱۵ (۲)، ۱۶۶-۱۳۵.
- سیفی‌زاده آرانی، حامد؛ زارعی محمودآبادی، حسن و بخشایش، علیرضا. (۱۳۹۸). «رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و سازگاری زناشویی با واسطه‌گری ترس از صمیمیت در متأهلین». خانواده پژوهی، ۱۱ (۶۰)، ۴۸۶-۴۶۷.
- شیخ‌زین‌الدین، حمیده؛ فرخی، نورعلی و عباس‌پور آذر، زهرا. (۱۳۹۷). «نقش میانجی‌گر سرمایه روان‌شناختی در رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی با سازگاری زناشویی دانشجویان». فصلنامه علمی-پژوهشی روان‌شناسی کاربردی، ۱۲ (۳)، ۴۶۲-۴۳۹.
- طهرانی آزاد، لیلیا و مجتبیایی، مینا. (۱۳۹۸). «روابط ساختاری بین رضایت زناشویی و حل تعارض بر اساس نقش میانجی‌گر سرمایه‌های روان‌شناختی زوج‌ها». فصلنامه علمی-پژوهشی روان‌شناسی کاربردی، ۱۳ (۳)، ۴۹۶-۴۷۵.
- عباسی، منظر؛ سیاه‌کمری، راحله؛ نصرتی، رقیه؛ حیدری شرف، پریسا و طریقتی مرام، فاطمه. (۱۳۹۸). «رابطه کیفیت زندگی و تاب‌آوری با دلزدگی زناشویی معلمان شهر کرمانشاه». رویش روان‌شناسی، ۸ (۶)، ۸۶-۷۹.
- علی‌پور، احمد؛ آخوندی، نیلا؛ صرامی‌فروشانی، غلامرضا و اعراب‌شیرانی، خدیجه. (۱۳۹۳). «اعتباریابی و بررسی ساختار عاملی پرسشنامه سرمایه روانی در کارشناسان شرکت ایران خودرو دیزل». نشریه مطالعات روان‌شناختی، ۱۰ (۴۰)، ۱۱۰-۹۵.
- فاضل‌همدانی، نغمه. (۱۳۹۸). پیش‌بینی سازگاری زناشویی بر اساس سرمایه روان‌شناختی (امیدواری، خوش‌بینی، تاب‌آوری و خودکارآمدی). رویش روان‌شناسی، ۸ (۱۲)، ۹۸-۹۱.
- کمالیان، ته‌مین؛ میرزا حسینی، حسن و منیرپور، نادر. (۱۳۹۹). «مقایسه اثربخشی روش طرح‌واره‌های هیجانی با روش تمایزافتگی خود بر دلزدگی زناشویی زنان». فصلنامه علمی روان‌شناسی کاربردی، ۱۴ (۱)، ۳۳-۹.
- مازندرانی، الهه و عباسقلی‌زاده نمینی، منا. (۱۳۹۷). «رابطه‌ی سرمایه‌های روان‌شناختی با احساس تنهایی و دلزدگی در دانشجویان متأهل». یازدهمین کنفرانس بین‌المللی روان‌شناسی و علوم اجتماعی.
- محمدپور، سمانه؛ نظری، هدایت و فرهادی، علی. (۱۳۹۵). «پیش‌بینی نشانه‌های افسردگی به دنبال بذر رفتاری روان‌شناختی دوران کودکی: نقش واسطه‌ای طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و دشواری در تنظیم هیجان». مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ۲۶ (۱۳۶)، ۹۸-۸۳.

- محمودی، شهلا؛ زاده‌محمدی، علی؛ فلاح‌زاده، هاجر. (۱۳۹۶). بررسی رابطه بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و دلزدگی زناشویی در متأهلین شهر تبریز. دومین همایش روان‌شناسی و علوم تربیتی ایران، جیرفت. موحد، سکینه و کریمی، کیومرث. (۱۳۹۶). «بررسی رابطه تاب‌آوری و نارسایی هیجانی با دلزدگی زناشویی معلمان شاغل در مدارس». مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، ۲ (۶)، ۴۰-۵۲.
- نادری، فرح؛ افتخار، زهرا و آملازاده، صغری. (۱۳۸۸). «رابطه ویژگی‌های شخصیت و روابط صمیمی همسر با دلزدگی زناشویی در همسران معتادان مرد اهواز». یافته‌های نو در روان‌شناسی، ۴ (۱۱)، ۷۸-۶۱.
- نویدی، فاطمه. (۱۳۸۴). بررسی و مقایسه رابطه دلزدگی زناشویی با عوامل جو سازمانی در کارکنان ادارات آموزش و پرورش و پرستاران بیمارستان‌های شهر تهران. پایان‌نامه چاپ نشده کارشناسی ارشد در رشته مشاوره. دانشگاه شهید بهشتی.
- نیکخو، غلام‌حیدر؛ اسماعیل‌پور، خلیل؛ بیرامی، منصور و هاشمی، تورج. (۱۳۹۹). «روابط ساختاری سرمایه روان‌شناختی و امید به زندگی با میانجی‌گری مؤلفه‌های کیفیت زندگی و رضایت از زندگی میانسالان». فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی، ۱۵ (۵۷)، ۲۰۲-۱۸۱.

- Aghamohammadian-Sharbat, H., Seyedzadeh-Dalooyi, S. I., Farrokhi, H., Bahri, F., & Mostafapour, V. (2020). The effectiveness of Pennsylvania resilience training to decrease marital boredom and increase religious commitment and individual resilience. *Chronic Diseases Journal*, 8 (1), 26-34.
- Amini, Z., & Khoshravesh, V. (2020). The relationship between early maladaptive schemas and burnout with the mediating role of psychological capital. *Management and Educational Perspective*, 2 (3), 133-163.
- Avey, J. B., Luthans, F., Smith, R. M., & Palmer, N. F. (2010). Impact of positive psychological capital on employee well-being over time. *Journal of occupational health psychology*, 15 (1), 17-28.
- Avey, J. B., Patera, J. L., & West, B. J. (2006). The implications of positive psychological capital on employee absenteeism. *Journal of leadership & organizational studies*, 13 (2), 42-60.
- Bailey, T. C., & Snyder, C. R. (2007). Satisfaction with life and hope: A look at age and marital status. *The Psychological Record*, 57 (2), 233-240.
- Chay, S. R. F., Zarei, E., & Pour, F. N. (2014). Investigating the relationship between maladaptive schemas and marital satisfaction in mothers of primary school children. *Journal of Life Science and Biomedicine*, 4 (2), 119-124.
- Eken, E. (2017). The role of early maladaptive schemas on romantic relationships: a review study. *People: International Journal of Social Sciences*, 3 (3), 108-123.
- Erez, A., & Judge, T. A. (2001). Relationship of core self-evaluations to goal setting, motivation, and performance. *Journal of applied psychology*, 86 (6), 1270-1279.
- Fincham, F. D., & Hall, J. H. (2005). Parenting and the Marital Relationship. In T. Luster & L. Okagaki (Eds.), *Parenting: An ecological perspective* (pp. 205-233). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

- Garver, M. S., & Mentzer, J. T. (1999). Logistics research methods: employing structural equation modeling to test for construct validity. *Journal of business logistics*, 20 (1), 33-57.
- Hindman, D. W. (2002). Conflict management and dyadic adjustment among married couples. Fuller Theological Seminary, School of Psychology.
- Howard, M. C. (2017). The empirical distinction of core self-evaluations and psychological capital and the identification of negative core self-evaluations and negative psychological capital. *Personality and Individual Differences*, 114, 108-118.
- Janovsky, T., Rock, A. J., Thorsteinsson, E. B., Clark, G. I., & Murray, C. V. (2020). The relationship between early maladaptive schemas and interpersonal problems: A meta-analytic review. *Clinical psychology & psychotherapy*, 27 (3), 408-447.
- Kebritchi, A., & Mohammadkhani, S. (2016). The role of marital burnout and early maladaptive schemas in marital satisfaction between young couples. *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, 5 (12), 239-246.
- Körük, S. (2017). Early maladaptive schemas and attachment styles predicting tendencies in intimate relationship. *European Journal of Education Studies*, 3 (9), 393-411.
- Lewandowski, G. W., Loving, T. J., Le, B., & Gleason, M. (2011). *The science of relationships: Answers to your questions about dating, marriage, and family*. Dubuque, IA.
- Li, T., & Fung, H. H. (2011). The dynamic goal theory of marital satisfaction. *Review of General Psychology*, 15 (3), 246-254.
- Luthans, F., & Youssef-Morgan, C. M. (2017). Psychological capital: An evidence-based positive approach. *Annual review of organizational psychology and organizational behavior*, 4, 339-366.
- Luthans, F., Avolio, B. J., Avey, J. B., & Norman, S. M. (2007). Positive psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. *Personnel psychology*, 60 (3), 541-572.
- Neils, H. (2009). 13 signs of burnout and how to help you avoid it. <http://www.assessment.com/mappmembers/avoidingburnout.asp>.
- Pines, A. M. (2002). The female entrepreneur: Burnout treated using a psychodynamic existential approach. *Clinical Case Studies*, 1 (2), 170-180.
- Pines, A. M., & Nunes, R. (2003). The relationship between career and couple burnout: Implications for career and couple counseling. *Journal of employment counseling*, 40 (2), 50-64.
- Pirsaghi, F., Zahrakar, K., Kiamanesh, A., Mohsenzadeh, F., & Hasani, J. (2017). The Indices of effective marital relationship: A Qualitative Study. *J Appl Couns*, 7 (1), 1-26.
- Rafaeli, E., Bernstein, D. P., & Young, J. (2010). *Schema therapy: Distinctive features*. Routledge.
- Santisi, G., Lodi, E., Magnano, P., Zarbo, R., & Zammiti, A. (2020). Relationship between psychological capital and quality of life: The role of courage. *Sustainability*, 12 (13), 52-38.
- SeyedAlinaghi, S., MohsseniPour, M., Aghaei, E., Zarani, F., Fathabadi, J., & Mohammadifirouzeh, M. (2020). The Relationships Between Early Maladaptive Schemas, Quality of Life and Self-care Behaviors in a Sample of Persons Living with HIV: The Potential Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation Strategies. *The Open AIDS Journal*, 14 (1), 100-107.

- Schmidt, N. B., Joiner, T. E., Young, J. E., & Telch, M. J. (1995). The schema questionnaire: Investigation of psychometric properties and the hierarchical structure of a measure of maladaptive schemas. *Cognitive therapy and research*, 19 (3), 295-321.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics*, 5th edn Boston. MA: Allyn and Bacon.
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of personality and social psychology*, 86 (2), 320-333.
- Waller, M. A. (2001). Resilience in ecosystemic context: Evolution of the concept. *American Journal of orthopsychiatry*, 71 (3), 290-297.
- Wang, C. E., Halvorsen, M., & Eisemann, M. (2010). Stability of dysfunctional attitudes and early maladaptive schemas: A 9-year follow-up study of clinically depressed subjects. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 41 (4), 389-396.
- Wolf, E. J., Harrington, K. M., Clark, S. L., & Miller, M. W. (2013). Sample size requirements for structural equation models: An evaluation of power, bias, and solution propriety. *Educational and psychological measurement*, 73 (6), 913-934.
- Young, J. E. (1999). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach*. Professional Resource Press/Professional Resource Exchange.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. (2003). *Schema Therapy: a practitioner's guide*. New York: Guilford Publications.

