

## ارتباط تفکرات غیرمنطقی و الگوهای دلبستگی با سازگاری زناشویی

فرید مؤمن‌زاده<sup>\*</sup>، دکتر محمدعلی مظاهری<sup>\*\*</sup>، محمود حیدری<sup>\*\*\*</sup>

### چکیده:

پژوهش حاضر با هدف بررسی ارتباط تفکرات غیرمنطقی و الگوهای دلبستگی با سازگاری زناشویی انجام گرفته است. فرضیه اصلی پژوهش این است که بین تفکرات غیرمنطقی و الگوهای دلبستگی با سازگاری زناشویی ارتباط معناداری وجود دارد. ۱۰۰ زوج (۲۰۰ نفر) به‌عنوان گروه نمونه از چهار منطقه اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی شهر مشهد با روش نمونه‌برداری غیراحتمالی در دسترس انتخاب شدند. کلیه شرکت‌کنندگان، آزمون تفکرات غیرمنطقی (برگرفته از نظریه الیس)، پرسشنامه الگوهای دلبستگی بزرگسال (هزن و شیور) و آزمون سازگاری زناشویی (لاک و والاس) را تکمیل کردند. تحلیل نتایج نشان داد که به‌جز تفکرهای «عدم کنترل هیجانات» و «کمال‌طلبی»، رابطه منفی معناداری بین تفکرات غیرمنطقی و سازگاری زناشویی وجود دارد. همچنین بین الگوهای دلبستگی و سازگاری زناشویی روابط معناداری بدست آمد. از یافته‌های بدیع این پژوهش وجود تفاوت معنادار بین برخی از انواع تفکرات غیرمنطقی در الگوهای مختلف دلبستگی زوج‌هاست. تفسیر و تبیین نتایج، به بررسی نقش و چگونگی تأثیر باورها، نگرش‌ها و تفکرات در سازگاری زناشویی زوج‌ها می‌پردازد و نیز تأثیر الگوهای دلبستگی در کیفیت و سطح روابط زناشویی - سازگارانه و ناسازگارانه - می‌پردازد.

**کلیدواژه‌ها:** تفکرات غیرمنطقی، الگوهای دلبستگی بزرگسالان، سازگاری زناشویی، الیس.

\* کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی دانشگاه شهید بهشتی

\*\* دانشیار پژوهشکده خانواده، دانشگاه شهید بهشتی، (تهران، اوین، دانشگاه شهید بهشتی، پژوهشکده خانواده)

\*\*\* عضو هیأت علمی پژوهشکده خانواده دانشگاه شهید بهشتی

## مقدمه

دخالت و تأثیرگذاری فعال خانواده به‌عنوان مبدا ظهور و بروز عواطف انسانی، کانون صمیمانه‌ترین روابط میان افراد، در ارتباطات و تعاملات بین فردی امری به‌خوبی شناخته شده و مورد تأیید است. در واقع می‌توان گفت خانواده هسته اصلی بهداشت جامعه و روابط زن و شوهر هسته اصلی سلامت خانواده است. افزایش روزافزون مشکلات، نارضایتی و ناسازگاری زناشویی، افزایش درصد آمار طلاق طی سال‌های اخیر و نیز پیامدهای سوء آن، ضرورت و اهمیت توجه به موضوع روابط زوجین را برجسته ساخته است. در این چارچوب یکی از موثرترین رویکردها در بررسی و شناخت ریشه‌ها و علل مشکلات ارتباطی، دیدگاه عقلانی، عاطفی، رفتاری است. در این دیدگاه به برداشت‌های ذهنی، باورها، تفکرات، انتظارات و اعتقادات فرد و تأثیر آن بر رفتارهای روزمره توجه خاصی می‌شود. الیس<sup>۱</sup> (۱۹۷۵، ۱۹۷۸) نظریه‌پرداز عقلانی، عاطفی، رفتاری، بیماری‌ها و اختلال‌های روانی را ناشی از شناخت‌های اشتباه، باورها و عقاید نادرست و نگرش‌های غلط می‌داند. وی تأکید می‌کند که عامل تفکرات غیرمنطقی و انعطاف‌ناپذیری تفکر علت اصلی اختلاف‌ها در روابط اجتماعی و به‌خصوص در روابط زوجها است. طبق آمار گزارش شده (به‌نقل از کاظمی، ۱۳۶۶) در زوج‌های ناسازگار عوامل سوء تفاهم، تفکرات غیرمنطقی و مطلق‌گرا بیشتر از عوامل دیگر (در حدود ۶۰٪) دیده شده است. زیرا تفکر غیرمنطقی تفکری اغراق‌آمیز، انعطاف‌ناپذیر، مطلق‌گرا و غیرواقعی است (جلالی طهرانی، ۱۳۶۸). برنشتاین<sup>۲</sup> (۱۹۸۹) تأکید می‌کند شواهد بسیاری نشانگر این واقعیت است که مکانیسم‌های شناختی بر سازگاری و رضایت زناشویی اثرگذارند و به همین دلیل معتقد است که زندگی زناشویی از گزند تفکرات غیرمنطقی مصون نمی‌باشد. تحقیقات تروکس<sup>۳</sup> و پل<sup>۴</sup> (۱۹۹۲) نیز نشان می‌دهد که باورها و انتظارات غیرمنطقی و غیرواقعی، یک عامل شناخته شده در بروز اختلاف‌های زناشویی است. سازگاری زناشویی را می‌توان شامل رضایت زناشویی، توافق کلی، میزان مصاحبت و همراهی با یکدیگر و رضایت‌بخش بودن ارتباط جنسی زوجین دانست که دارای دو ویژگی «تداوم»<sup>۵</sup> و «خشنودی»<sup>۶</sup> است. با توجه به آنچه گذشت، یکی از اهداف این پژوهش شناسایی تفکرات غیرمنطقی مؤثر در ناسازگاری‌های زوجین با یکدیگر است.

از سویی دیگر با گسترش مرزهای نظریه دلبستگی<sup>۷</sup> به روابط بزرگسالان، این نظریه نیز چارچوب سودمند و کارآمدی را برای درک و فهم پیوندهای بزرگسالان، عشق و روابط زوجین ارائه کرده است (مظاهری، ۱۳۷۹). دلبستگی بزرگسالان از نظر برمن و اسپرلینگ<sup>۸</sup> (۱۹۹۴)، به گرایش پایدار شخص و تلاش ویژه وی برای دست یافتن یا حفظ همجواری و ارتباط با یک بزرگسال دیگر برای کسب سلامت جسمی و روان‌شناختی است. اینثورث<sup>۹</sup> و ویس<sup>۱۰</sup> (۱۹۸۲، ۱۹۸۹) به‌نقل از مظاهری، (۱۳۷۹)، تحقیقات تجربی را نشانگر اهمیت و نقش دلبستگی در پیوندهای بزرگسالان دانسته‌اند. نخستین بار

هزن و شیور (۱۹۸۷)<sup>۱۱</sup> نشان دادند که سبک‌های دلبستگی زوجین در تعیین کیفیت پیوندهای عاطفی و در روابط زناشویی زوجین اثرگذار است. از آن زمان تاکنون، بسیاری از تحقیقات تجربی نشانگر این نکته‌اند که دلبستگی نقش مهمی را در پیوندهای بزرگسالان شامل «روابط عاشقانه و زناشویی»<sup>۱۲</sup> بازی می‌کند. (به‌عنوان مثال ماریس<sup>۱۳</sup>، ۱۹۸۲؛ ویس، ۱۹۸۲؛ هزن و شیور، ۱۹۸۷؛ سیمپسون، ۱۹۹۰؛ کیرکپاتریک و دیویس، ۱۹۹۴؛ مظاهری، ۱۹۹۷ و ۱۳۷۹). همچنین بسیاری از محققین دریافته‌اند که ارزشیابی روابط زناشویی به‌طور معناداری با سبک دلبستگی خود و همسر ارتباط دارد (به‌عنوان مثال کولینز و رید<sup>۱۴</sup>، ۱۹۹۰؛ سیمپسون<sup>۱۵</sup>، ۱۹۹۰؛ کیرکپاتریک و دیویس<sup>۱۵</sup>، ۱۹۹۴؛ فینی<sup>۱۷</sup> و همکاران، ۱۹۹۴؛ به نقل از مظاهری، ۱۳۷۹).

مظاهری (۱۳۷۹) در بررسی رابطه بین الگوهای دلبستگی و سازگاری زناشویی در نمونه‌ای از زوج‌های ایرانی، در زوج‌های نایمن، ضعیف‌ترین سطح سازگاری زناشویی، و در زوج‌های ایمن، بالاترین سطح سازگاری را گزارش کرده است.

بدین ترتیب یکی دیگر از اهداف اصلی این پژوهش، تحقیق درباره ارتباط الگوهای دلبستگی زوجها با سازگاری زناشویی در جامعه ایران است. از آن‌جا که تأثیر الگوهای دلبستگی بزرگسالان در کنترل روابط اجتماعی و خصوصاً روابط زناشویی - سازگارانه یا ناسازگارانه - حاصل فعالیت الگوهای کاری ذهن که مفهومی کاملاً شناختی است - می‌باشد، می‌توان انتظار داشت که روابط معناداری بین تفکرات غیرمنطقی و الگوهای نایمن دلبستگی بزرگسالان وجود داشته باشد. محققین بررسی این روابط را نیز جزء اهداف تحقیق خود قرار داده‌اند.

### جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری این پژوهش را تمامی زوج‌های ساکن در شهر مشهد تشکیل می‌دهند. از چهار پایگاه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی (مناطق برخوردار، متوسط بالا، متوسط پایین، غیربرخوردار) ۱۰۰ زوج جوان (۲۰۰ نفر) به‌عنوان گروه نمونه انتخاب شدند و در هر گروه ۲۵ زوج قرار گرفتند. از آن‌جایی که در پژوهش حاضر برای تکمیل پرسشنامه‌ها باید رضایت و همکاری آزمودنی‌ها جلب می‌شد از روش غیراحتمالی در دسترس به‌عنوان روش نمونه‌برداری استفاده شد.

### ابزارهای پژوهش

برای گردآوری داده‌ها از آزمون‌های سازگاری زناشویی M.A.T.<sup>۱۸</sup> (لاک و والاس، ۱۹۵۹)<sup>۱۹</sup>، آزمون سبک‌های دلبستگی بزرگسالان (A.A.S)<sup>۲۰</sup>، هزن و شیور، (۱۹۸۷) و آزمون تفکرات غیرمنطقی (A.T.I.B)<sup>۲۱</sup> استفاده شد.

آزمون سازگاری زناشویی بر پایه «ادراک بین فردی» از روابط زناشویی استوار است. این آزمون در قالب ۱۵ سؤال میزان موفقیت همسران را در خصوص فعالیت‌های دخیل در سازگاری زناشویی می‌سنجد. در این آزمون نمره ۱۰۰ و بالاتر رضایت زناشویی و نمره پائین‌تر از ۱۰۰ نشان‌دهنده «تمیذگی در روابط زناشویی»<sup>۲۲</sup> است. MAT در ادبیات روان‌شناختی به‌عنوان ابزار معتبر اندازه‌گیری رضایت ازدواج شناخته شده است (کلمن و میلر، ۱۹۷۵؛ لاک و والاس، ۱۹۵۹؛ ویس و مارگولین، ۱۹۷۷؛ به‌نقل از مظاهری، ۱۳۷۹). این آزمون توسط مظاهری به فارسی ترجمه و ویرایش شد (همان منبع). پایایی این آزمون با استفاده از روش دو نیمه کردن<sup>۲۳</sup> برابر با  $r=0/9$  بدست آمده است.

آزمون سبک‌های دلبستگی شامل سه عبارت توصیفی از احساس‌های فرد درباره راحتی با نزدیکی و صمیمیت در روابط است. هر عبارت یکی از سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتناب‌گر و دوسوگرا را نشان می‌دهد. این آزمون با کاربرد یک مقیاس نمره‌گذاری ۹ درجه‌ای (از کاملاً موافق تا کاملاً ناموافق) احساسات و تجربیات فرد در روابط را بیان می‌کند. خصوصیات روان‌سنجی این آزمون و همچنین قدرت پیش‌بینی خصوصیات ارتباطی به وسیله این آزمون توسط فینی و نولر<sup>۲۴</sup> (۱۹۹۰) رضایت‌بخش گزارش شده است (فینی و نولر، ۱۹۹۰). این آزمون توسط مظاهری (۱۹۹۷) ترجمه و ویرایش شده است.

آزمون تفکرات غیرمنطقی از ۶۶ جمله تشکیل شده است که براساس نظریه ایس دارای ۳۳ جمله منطقی و ۳۳ جمله غیرمنطقی است. در صورتی که آزمودنی به جمله منطقی پاسخ خیر و به جمله غیرمنطقی پاسخ بلی بدهد، یک نمره به فرد در جهت داشتن تفکر غیرمنطقی داده می‌شود. این آزمون توسط اعظمی و همکاران (۱۳۷۰) ساخته شده است و برای هر یک از تفکرهای یازده‌گانه ۶ سؤال در نظر گرفته شده است. نمره مربوط به هر یک از تفکرها در پیوستار صفر تا ۶ قرار می‌گیرد. پایایی این آزمون با روش اجرای مجدد مورد اندازه‌گیری قرار گرفت که برابر با  $r=0/89$  است (اعظمی و همکاران، ۱۳۷۰).

### یافته‌ها

داده‌های جمعیت‌شناختی این پژوهش نشان می‌دهد که گستره سنی زنان شرکت‌کننده در پژوهش ۵۴ - ۱۹ و مردان ۶۴ - ۲۲ سال است. از نظر شغلی زنان خانه‌دار ۴۸٪، کارمند ۳۷٪ و مردان کارمند با فراوانی ۷۲٪ بیشترین نمونه پژوهش را تشکیل می‌دهند. از نظر تحصیلی زنان با فراوانی ۴۸٪ دیپلم و ۳۱٪ کارشناس و مردان با ۲۵٪ دیپلم و ۵۴٪ کارشناس بیشترین نمونه پژوهش را شامل می‌شوند.

رابطه تفکرات غیرمنطقی یازده‌گانه و سازگاری زناشویی با ضریب همبستگی مورد بررسی قرار گرفت، نتایج آن در جدول شماره ۱ آمده است.

جدول ۱- نتایج ضریب همبستگی تفکرات غیر منطقی با سازگاری زناشویی

شخص متغیر وابسته	تایید دیگران	توقع بیش از حد	سرزنش کردن	واکنش نومیدی	عدم کنترل هیجانات	دلواپسی اضطرابی	اجتناب از مشکلات	اتکا به دیگران	درماندگی نسبت به تغییر خوبیستن	عدم کنترل در برابر مشکلات دیگران	کمال‌طلبی	سازگاری زناشویی	
												r	سطح معناداری
	-۰/۱۸	-۰/۲	-۰/۱۸	-۰/۲۷	-۰/۰۶	-۰/۳۴	-۰/۱۱۸	-۰/۱۹۹	-۰/۳۳	-۰/۱۹	-۰/۰۸	r	سطح معناداری
													۰/۰۰۵
													۰/۰۰۳
													۰/۱۰۶
													۲۰۰
													۲۰۰
													۲۰۰
													۲۰۰

نتایج جدول نشان می‌دهد که به‌جز تفکرات غیرمنطقی عدم کنترل هیجانات و کمال‌طلبی، سایر تفکرات غیرمنطقی با سازگاری زناشویی رابطه منفی معناداری دارند. رابطه الگوهای دلبستگی ایمن، اجتناب‌گر و دوسوگرا با سازگاری زناشویی از طریق ضریب همبستگی پیرسون مورد بررسی قرار گرفت که نتایج آن در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲- نتایج ضریب همبستگی مقیاس دلبستگی با سازگاری زناشویی

شخص	r	سطح معناداری	تعداد
الگوی دلبستگی ایمن	۰/۲۷۴	۰/۰۰۰	۲۰۰
اجتناب‌گر	-۰/۱۱۶	۰/۰۵	۲۰۰
دوسوگرا	-۰/۱۸۵	۰/۰۰۴	۲۰۰

نتایج جدول نشان می‌دهد که سبک دلبستگی ایمن با سازگاری زناشویی دارای رابطه مثبت و معنادار و سبک‌های دلبستگی اجتناب‌گر و دوسوگرا با سازگاری زناشویی دارای رابطه منفی و معنادار است.

جدول ۳: میانگین، انحراف استاندارد و نتایج آزمون t برای مقایسه تفکرات غیر منطقی در زنان و مردان

آزمون t		مردان			زنان			جنسیت	
سطح معناداری	درجه آزادی	t	تعداد	انحراف استاندارد	میانگین	تعداد	انحراف استاندارد	میانگین	شاخص تفکرات غیر منطقی
۰/۳۷۶	۱۹۸	-۰/۸۸	۱۰۰	۱/۳۳	۲/۱	۱۰۰	۱/۵۲	۲/۲۸	تأیید دیگران
۰/۱۷۲	۱۹۸	-۱/۳۷	۱۰۰	۱/۳۸	۱/۴۲	۱۰۰	۱/۳۹	۱/۶۹	توقع بیش از حد
۰/۹۶	۱۹۸	-۰/۰۵	۱۰۰	۱/۲۴	۱/۳۶	۱۰۰	۱/۵۷	۱/۳۷	سوزش کردن
۰/۰۰۹	۱۹۸	-۲/۶۵	۱۰۰	۱/۱۱	۰/۹	۱۰۰	۱/۳۲	۱/۳۶	واکنش نومیدی
۰/۳۲۵	۱۹۸	-۰/۹۸	۱۰۰	۱/۲۵	۲/۵۷	۱۰۰	۱/۱۷	۲/۷۴	عدم کنترل هیجانات
۰/۰۰۰	۱۹۸	-۴/۶۱	۱۰۰	۱/۴	۱/۵۹	۱۰۰	۱/۵۶	۲/۵۶	دلواپسی اضطرابی
۰/۱۷۷	۱۹۸	-۱/۳۵	۱۰۰	۱/۷	۱/۵۴	۱۰۰	۱/۸۲	۱/۸۸	اجتناب از مشکلات
۰/۰۰۹	۱۹۸	-۲/۶۳	۱۰۰	۱/۱۳	۱/۱۶	۱۰۰	۱/۵۲	۱/۶۶	اتکا به دیگران
۰/۱۲۳	۱۹۸	-۱/۵۴	۱۰۰	۱/۳۲	۱/۳۳	۱۰۰	۱/۳۲	۱/۶۲	درماندگی نسبت به تغییر خویشان
۱/۰۰	۱۹۸	۰/۰۰۰	۱۰۰	۱/۱۱	۱/۱۷	۱۰۰	۱/۰۲	۱/۱۱	عدم کنترل در برابر مشکلات دیگران
۰/۳۶۴	۱۹۸	۰/۹	۱۰۰	۱/۲	۲/۱۲	۱۰۰	۱/۲۷	۲/۲۸	کمال‌طلبی

میزان تفکرات غیر منطقی در زنان و مردان با آزمون t مستقل مورد مقایسه قرار گرفت. همان‌گونه که نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد تفکرات غیر منطقی «واکنش نومیدی»، «دلواپسی اضطرابی» و «اتکا به دیگران» در زنان و مردان تفاوت معنادار دارند، بدین معنا که زنان در این سه نوع تفکر غیر منطقی میانگین بالاتری نسبت به مردان دارند. ولی در سایر تفکرات غیر منطقی تفاوت معناداری در زنان و مردان بدست نیامد.

جدول ۴- نتایج آزمون t برای مقایسه الگوهای دلبستگی در زنان و مردان

آزمون t		مردان			زنان			جنسیت	
سطح معناداری	درجه آزادی	ارزش t	تعداد	انحراف استاندارد	میانگین	تعداد	انحراف استاندارد	میانگین	شاخص الگوی دلبستگی
۰/۶	۱۹۸	-۰/۵۲	۱۰۰	۲/۲۹	۶/۵۳	۱۰۰	۲/۳۲	۶/۷	ایمن
۰/۸	۱۹۸	-۰/۲۴	۱۰۰	۲/۲۶	۲/۹۴	۱۰۰	۲/۳۷	۳/۰۲	اجتناب‌گر
۰/۵۶	۱۹۸	-۰/۵۷	۱۰۰	۲/۳۵	۲/۷۲	۱۰۰	۲/۵۴	۲/۹۲	دوسوگرا

سبک‌های دلبستگی در زنان و مردان با آزمون t مستقل مورد مقایسه قرار گرفت. نتایج در جدول ۴ آمده است. نتایج نشان می‌دهد که بین زنان و مردان در نمرات سبک‌های دلبستگی تفاوت معناداری وجود ندارد. همچنین میانگین‌های بدست آمده نشان می‌دهند که سبک دلبستگی ایمن بالاترین میانگین را در زنان و مردان دارد، الگوی اجتناب‌گر در زنان و دوسوگرا در مردان در مرتبه بعد قرار دارند.

جدول ۵- نتایج آزمون t برای مقایسه نمرات سازگاری زناشویی در زنان و مردان

شاخص	میانگین	انحراف استاندارد	تعداد	t	درجه آزادی	سطح معناداری
زنان	۱۱۰/۶۸	۲۱/۴۷	۱۰۰	-۰/۳۴۴	۹۹	۰/۷۳
مردان	۱۱۱/۴۴	۲۳/۴۸	۱۰۰			

سازگاری زناشویی نیز در مردان و زنان به وسیله آزمون t مستقل مورد بررسی قرار گرفت. نتایج در جدول ۵ آمده است. همان‌گونه که نتایج جدول نشان می‌دهند سازگاری زناشویی در زنان و مردان تفاوت معناداری ندارد.

### بحث

محققان و نظریه‌پردازان بسیاری (از جمله: الیس، ۱۹۷۸؛ برنز<sup>۲۵</sup>، ۱۹۸۴ و برنشتاین، ۱۹۸۹) تفکرات غیرمنطقی را علت اصلی اختلاف‌ها در روابط اجتماعی و به‌خصوص در روابط زوج‌ها دانسته‌اند. طبق آمار گزارش شده، تفکرات غیرمنطقی و مطلق‌گرا بیشتر از همه در خانواده‌های از هم‌پاشیده، دیده می‌شود (کازمی، ۱۳۶۶) و این مؤید ادعای الیس (۱۹۹۵)، بک<sup>۲۶</sup> (۱۹۵۶) و اپستین<sup>۲۷</sup> (۱۹۸۶) است مبنی بر این‌که مشکلات روانی نتیجه شناخت‌های نادرست افراد است. تحقیقات تروکس و پل (۱۹۹۲) نیز نشانگر اهمیت باورها و انتظارات غیرمنطقی و غیرواقعی به‌عنوان یک عامل شناخته شده در اختلافات زناشویی است. همچنین بسیاری از محققین گزارش کرده‌اند که ارزشیابی روابط زناشویی به‌طور معناداری با سبک دلبستگی خود و همسر ارتباط دارد (به‌عنوان مثال: کولینز و ورید، ۱۹۹۰؛ سیمپسون، ۱۹۹۰؛ کیرکپاتریک و دیویس، ۱۹۹۴؛ فینی و نولر، ۱۹۹۴). مظاهری (۱۳۷۹) نیز به ارتباط قوی دلبستگی با سازگاری زناشویی در زوج‌های ایرانی اشاره می‌کند. سؤال مهم ایجاد شده برای محققین در این پژوهش این است که، آیا می‌توان ارتباط متغیرهای ذکر شده در نمونه دیگری از جامعه ما - شهر مشهد - هم همان نتایج را تأیید نماید. یافته‌های عمده این پژوهش ارتباط عوامل مهمی چون تفکرات غیرمنطقی و الگوهای دلبستگی با سازگاری زناشویی را تأیید می‌کند. در این تحقیق در الگوی دلبستگی ایمن با سازگاری زناشویی همبستگی مثبت و معناداری مشاهده شد. دو سبک اجتناب‌گر و دوسوگرا با سازگاری زناشویی رابطه منفی و معناداری داشتند. این نشان‌گر ارتباط سبک‌های دلبستگی با سازگاری زناشویی زوج‌هاست.

از جمله یافته‌های بدیعی که محققین در طی پژوهش خود به آن رسیده‌اند این است که، بین تفکرات غیرمنطقی - ارتباطات عاطفی - و الگوهای دلبستگی زوج‌ها ارتباط معناداری وجود دارد. این

بیانگر نقش و اهمیت «الگوهای کاری»<sup>۲۸</sup> در پی‌ریزی و یا نحوه ارتباطات دلبستگی است. «الگوهای کاری ذهن»<sup>۲۹</sup> به‌عنوان الگوهای «عملی» خویشتن و دیگران در جهت تنظیم و تفسیر و پیش‌گویی تصاویر دلبستگی و رفتار، افکار، احساسات مرتبط با دلبستگی خویشتن عمل می‌کنند. همچنین به‌نظر می‌رسد که الگوهای کاری ذهن با تفکرات غیرمنطقی در مورد روابط، نزدیک و موازی بوده، به تعبیری می‌توان آن‌ها را متأثر از یکدیگر یا متعامل با یکدیگر دانست.

بنابراین نقش متغیرها و سازه‌های شناختی در نحوه برقراری ارتباطات بین فردی و شکل‌دهی الگوهای دلبستگی، از اهمیت به‌سزایی برخوردار است. چرا که به‌عنوان الگوهای میانجی شناختی در عملکرد روانی افراد شناسایی شده است. از جمله نتایج قابل توجه در این پژوهش، تفاوت معنادار تفکرات غیرمنطقی - واکنش‌نومیدی، دلواپسی اضطرابی و اتکا به دیگران - در زنان و مردان است که به‌نظر می‌رسد نشانگر تأثیر ویژگی‌های شخصیتی زنان و مردان در نحوه تفکرات غیرمنطقی - در مورد روابط بین‌فردی - آن‌هاست. این یافته‌ها تأییدی بر نظریه گیلیگان است که توجه به روابط در زنان و استقلال در مردان را مورد توجه قرار داده است.

در نهایت می‌توان گفت که یافته‌های این پژوهش حاکی از آن است که وجود تفکرات غیرمنطقی بسته به نوع آن‌ها در نحوه ارتباط‌های صمیمانه و به تبع آن در سازگاری زناشویی زوج‌ها مؤثر است. متغیرهایی چون سن، جنسیت، میزان تحصیلات و پایگاه‌های اقتصادی - اجتماعی - فرهنگی زوج‌ها در ارتباط با متغیرهای پژوهش می‌باشند.

از سویی دیگر می‌توان از نتایج پژوهش حاضر در شناسایی و رفع باورها، نگرش‌ها و تفکرات غیرمنطقی موجد اختلافات زناشویی بهره برد و در فرآیند مشاوره خانواده و بهداشت روانی ایشان استفاده کرد.

آن‌چه که لازم است اشاره شود این‌که عقاید و باورها ریشه در زمینه‌های تاریخی، فرهنگی، مذهبی و حتی نحوه تربیت و پرورش افراد همان جامعه دارد. بنابراین به‌نظر می‌رسد فهرست یازده‌گانه تفکرات غیرمنطقی آلبرت الیس از طریق مطالعات انجام شده فرهنگ غیرایرانی شکل گرفته است. در نتیجه ممکن است برخی از تفکرات به علل مختلف در جامعه مورد محقق کمرنگ‌تر باشد. از سوی دیگر شاید بتوان انواع دیگری از تفکرات غیرمنطقی را با توجه به فرهنگ، مذهب، نحوه تربیت، طبقات اجتماعی - اقتصادی - فرهنگی در جامعه ایرانی برشمرد.

از جمله مهم‌ترین محدودیت‌هایی که محققین با آن روبه‌رو بوده‌اند، جلب همکاری و مشارکت زوج‌ها در پاسخ‌دهی به پرسشنامه‌های پژوهش خصوصاً سؤالات آزمون سازگاری زناشویی بود که در آن به برخی از جنبه‌های زندگی خصوصی زوج‌ها اشاره می‌شد. همین موضوع باعث شد که محقق، روش نمونه‌برداری غیراحتمالی در دسترس را برای پژوهش به‌کار برد. دیگر آن‌که اگر امکانات پژوهشگران وسعت لازم برای تحقیق در سطح کشور را می‌داشت، به تبع آن تعمیم‌پذیری نتایج



حاصل از پژوهش با سهولت و قاطعیت بیشتری انجام می‌گرفت. لذا پیشنهاد می‌گردد که پژوهش حاضر در شهرهای دیگر هم انجام گیرد تا اثر تفاوت‌های فرهنگی خانواده‌ها هم مورد بررسی قرار گیرد.

توصیه پژوهشگران برای تحقیقات آتی آن است که با عنایت به ریشه‌های فرهنگی، تاریخی جامعه ایرانی، بررسی و مطالعه نظری بر روی تفکرات غیرمنطقی فراتر از تفکرات یازده‌گانه ایس انجام پذیرد. همچنین مقایسه‌ای بین زوج‌های با تحصیلات دانشگاهی و غیردانشگاهی، در حال طلاق و خانواده‌های بدون مشکل و در دوره‌های تحول خانواده بررسی صورت پذیرد. در نهایت می‌توان از نتایج حاضر در مراکز مشاوره خانواده به‌صورت کاربردی و در روند تشخیص نوع تفکرات غیرمنطقی و الگوهای دلبستگی زوج‌ها و ارتباط آن با میزان سازگاری زناشویی بهره جست.

#### یادداشت‌ها

1. Ellis, A.
2. Bornstein, P. H.
3. Theroux
4. Pole
5. Permanence
6. Happiness
7. Attachment
8. Sprling
9. Ainsworth
10. Weiss
11. Hazan & Shaver
12. Romantic and Marital Relationships
13. Marris
14. Collins & Read
15. Simpson
16. Kirkpatrick & Davis
17. Feeny Romantic and Marital Relationships
18. Marital Adjustment Test
19. Locke & Wallace
20. Adult Attachment Styles
21. Assessment Test for Irrational Belief
22. Marital distress
23. Split – half
24. Noller
25. Burns, D.
26. Beck, A.
27. Epstein, N.
28. Working Mdels
29. Mental Working Models

#### منابع

- اعظمی، محمدرضا و همکاران (۱۳۷۰). بررسی ارتباط بین سطح و نوع تفکرات غیرمنطقی و افسردگی، پایان‌نامه منتشر نشده، مشهد: دانشکده علوم تربیتی دانشگاه فردوسی.
- الیس، آلبرت و همکاران (۱۳۷۵). زوج درمانی، ترجمه امین یزدی، صالحی، تهران: نشر میتاق.
- برنشتاین، فیلیپ، اچ؛ برنشتاین، ماری، تی (۱۹۸۹). شناخت و درمان اختلاف‌های زناشویی، ترجمه حمیدرضا سهرابی (۱۳۷۷)، چاپ اول، تهران: نشر خدمات فرهنگی رسا.
- جلالی طهرانی، محمدمحسن (۱۳۶۸). روان‌درمانی براساس نظریه ایس، مشهد: دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه فردوسی.

شفیع‌آبادی، عبدا...؛ ناصری، غلامرضا (۱۳۷۲). نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی، چاپ سوم، تهران: مرکز نشر دانشگاهی.

صاحب قلم، فرح (۱۳۷۵). بررسی ارتباط بین میزان و نوع تفکرات غیرمنطقی افسردگی، تهران: دانشکده علوم انسانی دانشگاه تربیت مدرس.

مظاهری، محمدعلی (۱۳۷۹). نقش دل‌بستگی بزرگسالان در کنش‌وری ازدواج، مجله روان‌شناسی، شماره ۱۵، ص ۲۸۶.

Ellis, A. (1997). Rational Emotive Therapy, American Journal of psychotherapy, Vol. 51.

Ellis, A. (1991). The Revised ABC's of Rational – Emotive Therapy, Journal of Rational–Emotive and cognitive – Behavior Therapy, Vol. 9, No 7.

Ellis, A. (1978). Treating the Abrasive client with Rational – Emotive Therapy, Psychoterapy, No. 1.

Ellis, A. (1989). Using Rational Emotive Therapy as crisis Intervention Individual psychology, Journal of Adlerian Theory Researched practice.

Feeney, J. A. & Noller, P. (1996). Adult Attachment. London Sage Series on Close relationships.

Flyn, B. (1987). Irrational Beliefs and Intervention. Journal of psychosocial Nursing, Vol. No 3.

Hazan, C. & shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualiz as an attachment process, Journal of personality Social psychology, P. 52, PP. 511 – 524.

West, paul L.; MohdZain, A, Zaidy. (2000). Family Journal, Vol. 8 Issue 3, p293, 7p.

Woods, P. J. (1991). Using Rational-Emotive Therapy Effectively, Plenum publishing Corporation.

Archive of SID