

## مقایسه طرح‌واره‌های هیجانی، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تاب‌آوری در زوجین در حال طلاق و زوجین در حال زندگی

مریم شالبافان<sup>۱</sup>

محمدحسین جواهری<sup>۲</sup>

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف مقایسه طرح‌واره‌های هیجانی، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تاب‌آوری در زوجین در حال طلاق و زوجین در حال زندگی انجام شد. هدف پژوهش توصیفی از نوع علی-مقایسه‌ای بود. جامعه‌ی آماری شامل زوجین در حال طلاق و در حال زندگی شهر قم بود که از این تعداد ۱۰۰ نفر از زوجین در حال طلاق (۵۰ مرد و ۵۰ زن) مراجعه‌کننده به دادگاه شهید قدوسی شهر قم و ۱۰۰ زوج (۵۰ مرد و ۵۰ زن) در حال زندگی به روش نمونه‌گیری در دسترس به عنوان نمونه انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های طرح‌واره هیجانی لیهی، پرسشنامه طرح‌واره ناسازگار یانگ و پرسشنامه تاب‌آوری کانر و دیویدسون استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها از طریق آزمون کوواریانس صورت گرفت. یافته‌ها نشان داد که تفاوت معناداری در سطح  $\alpha=0/05$  بین متغیرهای پژوهش (طرح‌واره‌های هیجانی، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تاب‌آوری زوجین) در دو گروه زوجین در حال طلاق و در حال زندگی وجود دارد ( $sig=0/000$ ). بدین صورت که میانگین نمره‌های طرح‌واره‌های هیجانی و نمره‌های طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، زوجین در حال طلاق به طور معناداری بیشتر، اما میانگین نمره تاب‌آوری، به طور معناداری کمتر از زوجین عادی می‌باشد. لذا با توجه به نتایج بدست آمده بین طرح‌واره‌های هیجانی، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تاب‌آوری در زوجین در حال طلاق و زوجین در حال زندگی تفاوت وجود دارد که نیازمند بررسی و توجه قبل از ازدواج می‌باشد.

**واژه‌گان کلیدی:** طرح‌واره‌های هیجانی، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، تاب‌آوری، زوجین در حال طلاق.

۱- کارشناس ارشد روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد آشتیان، آشتیان، ایران. (نویسنده مسئول)

shalbfan2014@gmail.com

۲- استادیار گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد آشتیان، آشتیان، ایران.

## مقدمه

ازدواج سازه‌های جهان شمول و بنیادینی است که در تمامی جوامع بشری وجود داشته و دارد (گونزالس<sup>۱</sup>، ۲۰۱۵). پیوندی بنیادین که در بیشتر موارد فقط با مرگ پایان می‌یافت. در جوامع مدرن و کنونی، ازدواج از تقدس خارج شده است و همانند گذشته طلاق نیز تابو نیست (انیماساهون<sup>۲</sup>، ۲۰۱۳) و روز به روز شاهد گسترش طلاق و پیامدهای ناشی از آن در جوامع مختلف هستیم (ابالوس<sup>۳</sup>، ۲۰۱۷). سالانه ۴۰ تا ۵۰ درصد ازدواج‌ها به طلاق منجر می‌شود (انجمن روانپزشکی آمریکا<sup>۴</sup>، ۲۰۱۷). طلاق یکی از استرس‌زاترین اتفاقات زندگی باشد، به گونه‌ای که بعد از تجربه مرگ عزیزان، دومین منبع استرس در زندگی است و یکی از سخت‌ترین تجربه‌های فرد در زندگی می‌باشد. تجربه طلاق می‌تواند سازگاری زوجین و فرزندان آن‌ها را در تمام ابعاد روانشناختی، جسمانی، اجتماعی و هیجانی تحت تاثیر قرار دهد و باعث کاهش عملکرد و ناکارآمدی اعضای خانواده پس از طلاق می‌شود (آماتو و آنتونی<sup>۵</sup>، ۲۰۱۴). به طور معمول پس از طلاق، افراد با کاهش هیجان‌های مثبت و رشد هیجان‌های منفی روبه‌رو می‌شود. مهمترین عوامل ایجاد این ناسازگاری‌ها، عدم شناخت و درک صحیح زن و مرد از یکدیگر و در نتیجه داشتن انتظارات و توقعات مبهم و غیر واقع‌بینانه از یکدیگر است (ایزهارا و کوب<sup>۶</sup>، ۲۰۱۹). پژوهش‌های گوناگون عوامل مختلفی را در بروز تعارض و گرایش به سمت طلاق دخیل می‌دانند، اما یک عامل مشترک که در اغلب پژوهش‌ها به آن اشاره شده است، شناخت‌ها هستند. شناخت‌ها شامل نگرش‌ها، تفکرات و طرحواره‌ها هستند (دیومیترسکیو و ریوسو<sup>۷</sup>، ۲۰۱۲). طرحواره‌ها، باورها و احساسات مهمی در مورد

1. Gonzalez

2. Animasahun

3. Abalos

4. American Psychological Association

5. Amato & Anthony

6. Izuhara & Koppe

7. Dumitrescu & Rusu

خود و محیط هستند که افراد آن را بدون چون و چرا پذیرفته‌اند. یکی از انواع این طرحواره‌ها، طرحواره‌های هیجانی می‌باشند (باتماز<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۴). مدل طرحواره‌های هیجانی بیانگر این است که طرحواره‌ها منعکس‌کننده‌ای شیوه‌ای است که افراد هیجانات خود را تجربه می‌کنند و باوری است که به محض برانگیخته شدن هیجانات ناخوشایند در مورد طرح مناسب برای اقدام یا نحوه‌ی عمل کردن در هنگام برانگیخته شدن هیجانات ناخوشایند در ذهن دارند و شامل تأییدطلبی، قابل درک بودن، احساس گناه و شرم، دیدگاه ساده‌انگارانه در مورد هیجانات، ارزش‌های والاتر، کنترل، تلاش برای منطقی بودن، طول دوره، توافق، پذیرش احساسات، نشخوار ذهنی، ابراز هیجانات، سرزنش و بی‌حسی هیجانی است که مزایایی از جمله توجه و ابراز هیجانی در بافت معنایی که فرد به هیجان‌اتش می‌دهد را دارد (لیهی<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۱). پژوهش رضاییان (۱۳۹۵) با عنوان رابطه تعارض زناشویی و طرح وارده‌های هیجانی با تنظیم هیجانی در زوجین متقاضی طلاق نشان داد که بین تعارض زناشویی با تنظیم هیجانی و بین طرح وارده‌های هیجانی با تنظیم هیجانی رابطه معناداری برقرار است، و نیز بین طرح وارده‌های تأیید، ابراز طول مدت احساسات قوی عقلانیت-ضد هیجانی و توافق عمومی با تنظیم هیجانی روابط قوی تری برقرار بود. همچنین نتایج تحلیل نشان داد که تعارض زناشویی و نیز طرح وارده‌های هیجانی (شامل طرح وارده‌های تأیید سرزنش توافق عمومی قابل درک بودن و ابراز) پیش‌بینی‌کننده تنظیم هیجانی در بین زوجین متقاضی طلاق است. بررسی‌های چندی که در این زمینه انجام شده، نشان می‌دهند که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در شکل‌گیری و گسترش بسیاری از مشکلات روان‌شناختی همچون اختلال‌های شخصیت، افسردگی، روابط زناشویی و ... نقش دارند (یوسفی، ۱۳۸۹).

---

1. Batmaz

2. Leahy

همچنین عوامل بسیاری وجود دارند تا ناهماهنگی‌ها و تعارضات بین زوجین را تعدیل نمایند، یکی از مهمترین این عوامل تاب‌آوری<sup>۱</sup> است که به عنوان توانایی سازگاری موفق فرد با شرایط سخت تعریف شده است (رئسی، پورآزاد و طهرانی‌زاده، ۱۳۹۹). افراد تاب‌آور پس از رویارویی با موقعیت‌های دشوار زندگی، دوباره به سطح معمولی عملکرد باز می‌گردند، حال آنکه برخی دیگر افراد پس از مواجهه با ناکامی‌ها و مشکلات نسبت به قبل رشد هم می‌کنند. تاب‌آوری رسیدن به تعادل یا رسیدن به سطوح بالاتر در شرایط مخاطره‌آمیز است که، نتیجه‌ی آن سازگاری موفقیت‌آمیزی را به دنبال داشته باشد (مایزر، ۲۰۱۱). مولفه تاب‌آوری در کاهش استرس و بهبود زندگی زوجین نقش مهمی دارد (کالبریس و همکاران، ۲۰۱۶). با توجه به مطالب بیان شده پژوهش حاضر با هدف مقایسه طرح‌واره‌های هیجانی، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تاب‌آوری در زوجین در حال طلاق و زوجین در حال زندگی انجام گرفت.

### پیشینه‌های پژوهش

محمدی و سلیمانی (۲۰۱۷) در تحقیقی نشان دادند که بین طرح‌های ناسازگار اولیه و تعهد زناشویی رابطه منفی معنی‌داری وجود دارد.

امینایی، آزادی و قاطع‌زاده (۱۳۹۴) در تحقیقی نشان دادند که حوزه‌های طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه به طور معناداری با کاهش رضایت زناشویی (رضایت زناشویی، ارتباطات، حل مساله به غیر از تحریف آرمانی) همراه است. این نتیجه در مطالعه آزادبخت و وکیلی (۱۳۹۲) و دومپتروکس و راسو<sup>۲</sup> (۲۰۱۲) نیز به دست آمد.

1. Resilience

2. Dumitrescu & Rusu

رضایی و شمس<sup>۱</sup> (۲۰۱۲) در مطالعه‌ای نشان دادند که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در بین زوجین ناسازگار بیشتر از زوجین بدون مشکل سازری می‌باشد.

ولی سیانی و همکاران (۱۳۹۸)، در تحقیقی به بررسی رابطه بین رضایت زناشویی و تاب آوری دانشجویان متاهل دانشگاه پیام نور پرداختند. نتایج نشان داد که بین رضایت زناشویی و تاب آوری رابطه معناداری وجود دارد. بنابراین میتوان با آموزش مهارت های تاب آوری به زوجین باعث رضایت زناشویی و کاهش آمار طلاق باشیم.

شهرزاد نعمتی، علی ایمان زاده، ناصر فروهی، محمد مهدوی و حسین افشین (۱۳۹۸)، در تحقیقی به بررسی رابطه بین راهبردهای مقابله مذهبی و تاب آوری با رضایت زناشویی پرداختند. تحلیل رگرسیون چند متغیره همزمان نشان داد که مجموع متغیرهای تاب آوری و مقابله مذهبی ۴۹ درصد از واریانس متغیر رضایت از زندگی را پیش بینی می کنند. مداخله های روان شناختی و برنامه های مشاوره ای از قبیل راهبردهای مقابله مذهبی، تاب آوری و توکل بر خدا می تواند باری زوجین مفید باشد.

سی من (۲۰۱۸) در پژوهشی تحت عنوان "تعیین رابطه رضایت زناشویی با تاب آوری زناشویی" به این نتیجه رسیدند که وجود تاب آوری زناشویی با رضایت زناشویی رابطه مثبت معناداری دارند.

## مواد و روش

روش پژوهش توصیفی از نوع علی-مقایسه‌ای بود. جامعه‌ی آماری شامل زوجین در حال طلاق و در حال زندگی شهر قم بود که از این تعداد ۱۰۰ نفر از زوجین در حال طلاق (۵۰ مرد و ۵۰ زن) مراجعه کننده به دادگاه شهید قدوسی شهر قم و ۱۰۰ زوج (۵۰ مرد و ۵۰ زن) در حال زندگی به روش نمونه‌گیری دردسترس به عنوان نمونه انتخاب شدند.

1. Rezei & Shams

## ابزار پژوهش

**پرسشنامه تاب آوری کانر و دیویدسون:** پرسشنامه تاب آوری کانر و دیویدسون است. مقیاس شامل ۲۵ گویه می‌باشد و توسط کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) جهت اندازه‌گیری قدرت مقابله با فشار و تهدید تهیه شده است. این مقیاس ابعاد مختلف تاب آوری را مورد ارزیابی قرار می‌دهد که شامل حس توانایی فردی، مقاومت در برابر تأثیرات منفی، پذیرش مثبت تغییر اعتماد به غرایز فردی، حس امنیت و حمایت اجتماعی و رویکرد عمل‌گرایانه است. در پژوهش بشارت و همکاران (۱۳۸۶) و حق رنجبر و همکاران (۱۳۹۰) روایی و پایایی این پرسشنامه از آزمون ضریب آلفای گرونیباخ مورد آزمون قرار گرفت که آلفای ۰/۸۴ برای این پرسشنامه بدست آمد. بنابراین این ابزار از پایایی خوبی برخوردار است. در روش نمره گذاری طیف پاسخ گویی آن از نوع لیکرت بوده که امتیاز مربوط به هر گزینه مشخص شده است. برای بدست آوردن امتیاز کلی پرسشنامه، مجموع امتیاز همه سوالات را جمع کرده، این امتیاز دامنه‌ای از ۰ تا ۱۰۰ را خواهد داشت. هر چه امتیاز بالاتر باشد، بیانگر میزان تاب آوری فرد دهنده خواهد بود و بر عکس. نقطه برش این پرسشنامه امتیاز ۵۰ می‌باشد. به عبارتی، نمره بالاتر از ۵۰ نشانگر افراد دارای تاب آوری خواهد بود و هر چه این امتیاز بالاتر از ۵۰ باشد، به همان میزان شدت تاب آوری فرد نیز بالاتر خواهد بود.

**مقیاس طرحواره‌های هیجانی لیبی:** این مقیاس دارای ۵۰ سوال می‌باشد که در مقیاس ۶ درجه‌ای لیکرت تنظیم گردیده است. این مقیاس دارای ۱۴ بعد است که شامل تایید طلبی، قابلیت درک، گناه، ساده‌اندیشی درباره هیجان ارزش‌های بالاتر، غیرقابل کنترل بودن، بی‌حسی، غیرمنطقی، مدت زمان، توافق، پذیرش احساسات، اندیشناکی، بیان احساس و سرزنش می‌باشد (بک و همکاران، ۲۰۰۹، به نقل از محمدخانی و همکاران، ۲۰۱۴). خانزاده و همکاران پایایی این

مقیاس را به روش بازآزمایی در فاصله دو هفته ۰/۷۸ و ضریب همسانی درونی با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ گزارش کردند.

**پرسشنامه طرحواره یانگ:** این پرسشنامه توسط یانگ (۱۹۹۹) بر مبنای مشاهدات بالینی برای شناسایی شانزده طرحواره ناسازگار اولیه تهیه شد. نسخه اولیه پرسشنامه توسط صاحبی و حمیدپور (۱۳۸۴) به فارسی برگردانده شده است. فرم کوتاه پرسشنامه دارای ۷۵ سوال است که هر سوال در طیف لیکرت به صورت شش گزینه ای از کاملاً غلط (نمره ۱) تا کاملاً درست (نمره ۶) پاسخ داده می‌شود. این ابزار ۱۶ طرحواره ناسازگار اولیه را در ۵ حوزه (طرد و بریدگی)، (خودگردانی و عملکرد مختل)، (محدودیت های مختل)، (دیگر جهت مندی) و (گوش به زنگی بیش از حد و بازداری) شناسایی می‌کند. اولین پژوهش جامع راجع به ویژگی های روان سنجی این پرسشنامه توسط اسمیت، جوینر، یانگ و تلچ (۱۹۹۵)؛ به نقل از یانگ) انجام شد. نتایج این مطالعه نشان داد که برای هر طرحواره ناسازگار اولیه، ضریب آلفایی از ۰/۸۳ (برای طرحواره خودتحوّل نیافته/گرفتار) تا ۰/۹۶ (برای طرحواره نقص/شرم بدست آمد و ضریب آزمون-بازآزمون در جمعیت غیربالینی بین ۰/۵۰ تا ۰/۸۲ بود. همچنین برایتی و ثنایی (۱۳۸۶) در پژوهش خود ضریب آلفای کرونباخ را برای کل پرسشنامه برابر ۰/۹۴ و برای ۵ حزه آن به شرح زیر بدست آوردند: طرد و بریدگی ۰/۹۱، خودگردانی و عملکرد مختل ۰/۹۰، محدودیت های مختل ۰/۸۳، دیگر جهت مندی ۰/۶۷ و گوش به زنگی بیش از حد و بازداری ۰/۷۸.

## یافته‌های پژوهش

جدول ۱. یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیرها	گروه‌بندی	میانگین	انحراف معیار	کمینه	بیشینه
طرحواره‌های هیجانی	عادی	۱۱۰/۲۱	۱۴/۲۱۴	۷۸	۱۳۲
طرحواره‌های هیجانی ناسازگار اولیه	در حال طلاق	۱۱۹/۴۲	۲۶/۱۱۷	۳۷	۱۸۵
تاب‌آوری	عادی	۱۶۶/۰۳	۴۰/۱۳۱	۸۷	۲۳۵
تاب‌آوری	در حال طلاق	۲۱۲/۸۵	۲۶/۱۱۷	۹۳	۳۶۰
تاب‌آوری	عادی	۸۷/۷۶	۱۴/۴۴۲	۵۵	۱۱۷
تاب‌آوری	در حال طلاق	۸۱/۶۳	۲۱/۳۱۸	۲۵	۱۲۵

جدول ۱، میانگین و انحراف متغیرهای پژوهش را در دو گروه زوجین در حال طلاق و زوجین

عادی نشان می‌دهد.

برای آزمون فرضیه‌ها از تجزیه و تحلیل واریانس چندمتغیری استفاده شد. در تجزیه و تحلیل واریانس چندمتغیری رعایت بعضی مفروضه‌ها از قبیل همسانی ماتریس‌های واریانس-کوواریانس و همگنی واریانس‌های خطا، الزامی است. در این پژوهش نیز ابتدا به بررسی این مفروضه‌ها پرداخته شد. نتایج آزمون باکس جهت بررسی مفروضه‌ی همسانی ماتریس‌های واریانس-کوواریانس ( $F=۱/۷۴۷, P>۰/۰۵$ ) و نتایج آزمون لوین جهت بررسی مفروضه‌ی همگنی واریانس‌های خطا برای متغیر طرحواره‌های هیجانی ( $F=۵/۷۱۹, P>۰/۰۵$ )، برای متغیر طرحواره‌های ناسازگار اولیه ( $F=۴/۵۰۴, P>۰/۰۵$ ) و برای متغیر تاب‌آوری ( $F=۴/۵۶۱, P>۰/۰۵$ )، همگنی نشانگر برقرار بودن این مفروضه‌ها بودند. بنابراین، از تجزیه و تحلیل واریانس چندمتغیری به منظوری مقایسه‌ی طرحواره‌های هیجانی، طرحواره‌های ناسازگار اولیه و تاب‌آوری در دو گروه از زوجین استفاده شد که نتایج آن در جدول ذیل آمده است.



## جدول ۲. تحلیل واریانس چندمتغیری برای بررسی اثر گروه بر متغیرهای وابسته

آزمون‌ها	مقادیر	F	Df فرضیه	Df خطا	p	اندازه اثر
اثر پیلایی	۰/۲۱۰	۷/۱۹۸	۳	۱۹۸	۰/۰۰۰	۰/۲۰۱
لامبدای ویلکز	۰/۷۹۹	۷/۱۹۸	۳	۱۹۸	۰/۰۰۰	۰/۲۰۱
اثر هتلینگ	۰/۲۵۱	۷/۱۹۸	۳	۱۹۸	۰/۰۰۰	۰/۲۰۱
بزرگ‌ترین ریشه‌ی روی	۰/۲۵۱	۷/۱۹۸	۳	۱۹۸	۰/۰۰۰	۰/۲۰۱

همانطور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، نتیجه‌ی تجزیه و تحلیل واریانس چندمتغیری حاکی از آن است که هر چهار آماره یعنی اثر پیلایی ( $F=7/198, P<0/05$ )، لامبدای ویلکز ( $P<0/05$ )، اثر هتلینگ ( $F=7/198, P<0/05$ ) و بزرگ‌ترین ریشه‌ی روی ( $F=7/198, P<0/05$ )، معنادار می‌باشند. بدین ترتیب مشخص می‌گردد که بین دو گروه از زوجین، حداقل از لحاظ یکی از متغیرهای مورد مطالعه تفاوت وجود دارد. بنابراین، با استفاده از تجزیه و تحلیل واریانس تک متغیری به بررسی فرضیه‌های پژوهش پرداخته می‌شود تا معلوم گردد که تفاوت مشاهده شده، مربوط به کدام متغیرها می‌باشد.

## جدول ۳. تحلیل واریانس تک متغیری برای مقایسه‌ی نمره‌های متغیرهای مورد پژوهش

منبع تغییرات	متغیرها	SS	DF	MS	F	P	اندازه اثر
گروه	طرحواره‌های هیجانی	۸۸۶۲۵/۲۹۰	۱	۸۸۶۲۵/۲۹۰	۷۴/۶۱۴	۰/۰۰۱	۰/۴۳۲
	طرحواره‌های ناسازگار اولیه	۳۳۰۶/۸۹۰	۱	۳۳۰۶/۸۹۰	۵۴/۰۸۱	۰/۰۰۱	۰/۳۰۲
	تاب‌آوری	۳۳۰۶/۲۵۰	۱	۳۳۰۶/۲۵۰	۴۲/۴۳۱	۰/۰۰۱	۰/۳۵۶

همانطور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، نتیجه‌ی تجزیه و تحلیل واریانس تک متغیری حاکی از آن است که از لحاظ هر سه متغیر بین زوجین در حال طلاق و عادی تفاوت معناداری وجود دارد. بدین صورت که میانگین نمره‌های طرحواره‌های هیجانی ( $F=74/614, P<0/01$ )

و نمره‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه ( $F=54/081, P<0/01$ )، زوجین در حال طلاق به طور معناداری بیشتر، اما میانگین نمره تاب‌آوری ( $F=42/431, P<0/01$ )، به طور معناداری کمتر از زوجین عادی می‌باشد.

## بحث

پژوهش حاضر به منظور مقایسه‌ی مقایسه‌ی طرح‌واره‌های هیجانی، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تاب‌آوری در زوجین در حال طلاق و زوجین در حال زندگی انجام گرفت. نتایج بیانگر این بود که دو گروه از زوجین در حال طلاق و عادی در طرحواره‌های هیجانی، طرحواره‌های ناسازگار اولیه و تاب‌آوری با یکدیگر تفاوت معناداری دارند.

یافته‌ی اول پژوهش مبنی بر اینکه زوجین در حال طلاق طرحواره‌های هیجانی بیشتری نسبت به زوجین عادی تجربه می‌کنند، با یافته‌های، شریفی در آمدی و رضایان (۱۳۹۵)، آزادبخت و وکیلی (۱۳۹۲) و لیهی و همکاران، (۲۰۱۱)، همسو می‌باشد. در تبیین یافته‌ی حاضر می‌توان اینگونه بیان کرد که ابعاد مختلف مدل طرح‌واره‌های هیجانی با چگونگی پردازش هیجان‌ها مرتبط هستند. بر این اساس می‌توان عنوان کرد زوجین در حال طلاق در مقایسه با زوجین در حال زندگی الگوهای متفاوتی از پردازش هیجان‌ها که با نوع طرح‌واره‌های هیجانی آنها مرتبط است، دارند. در پژوهش حاضر می‌توان نتیجه گرفت که طرح‌واره‌های هیجانی بر روشی که زوجین هیجان‌ها را در تعاملات بین فردی مدیریت و ابراز می‌کنند تاثیر گذار است. همچنین این پژوهش نشان داد زوجین متقاضی طلاق نسبت به زوجین در حال زندگی از مدیریت تنظیم هیجان پایین‌تری برخوردار هستند که موجب شکست آنها در تنظیم هیجان‌ها شده و باعث تعارض و مشکلات زناشویی بین زوجین می‌

شود. برادبوری، فینچام و ویچ (۲۰۰۸) و میلر و توماس (۱۹۹۵) نشان دادند که طرحواره های هیجانی منفی در تعاملات سازگارانه و ناسازگارانه همسران نقش اساسی دارند.

یافته‌ی دوم پژوهش مبنی بر اینکه زوجین در حال طلاق طرحواره های ناسازگار اولیه بیشتری نسبت به زوجین عادی تجربه می‌کنند، با یافته‌های، محمدی و سلیمانی (۲۰۱۷)، امینایی، آزادی و قاطع‌زاده (۱۳۹۴)، دومپتروکس و راسو (۲۰۱۲) و رضایی و شمس (۲۰۱۲)، همسو می‌باشد. در تبیین یافته‌ی حاضر می‌توان اینگونه بیان کرد که با توجه به شکل‌گیری طرح واره ها در اوایل کودکی همه افراد یک یا چند طرح واره دارند، اما معمولاً ماهیت ناکارآمد طرح واره ها وقتی ظاهر می‌شود که زوجین در روند زندگی روزمره خود و در تعاملات بین فردی با یکدیگر به گونه‌ای عمل می‌کنند که طرح واره های آنها تایید شود. نتایج پژوهشهای محققان دیگر که در این زمینه انجام شده، موید این مطلب است که معمولاً این گونه افراد، به دلیل در نظر نگرفتن شرایط ویژه‌ی زندگی، نادیده گرفتن مشکلات همسر و عدم همدلی با احساسات شریک زندگی، نمی‌توانند از اشتباهات خود و همسرشان چشم‌پوشی کنند و در نهایت، این طرحواره‌های ناسازگار اولیه موجب اختلافات زناشویی و از هم‌پاشیدگی خانوادگی میشوند. در پژوهش حاضر طرح واره های ناسازگار در زوجین متقاضی طلاق بالاتر بود. و می‌توان اینگونه استنباط کرد که طرح واره های ناسازگار موجب ناسازگاری زناشویی و در پی آن موجب کاهش رضایت زناشویی می‌گردد و می‌توان گفت که باورهای ناکارآمد با طلاق ارتباط دارد و پیش‌بینی‌کننده‌ی نیرومندی در افزایش طلاق است. رفیعی و خاتمی و فروغی (۱۳۹۰) در پژوهشی که به منظور بررسی رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک دلبستگی در زنان دارای خیانت زناشویی انجام دادند، به این نتایج دست یافتند که هرچه طرحواره‌ها ناسازگارتر باشند، رضایت زناشویی کاهش می‌یابد.

یافته‌ی سوّم پژوهش مبنی بر اینکه زوجین در حال طلاق تاب‌آوری کمتری نسبت به زوجین عادی تجربه می‌کنند، با یافته‌های، ولی سیانی و همکاران (۱۳۹۸)، نعمتی، ایمان زاده، فروهی، مهدوی و افشین (۱۳۹۸) و سی من (۲۰۱۸)، همسو می‌باشد. در تبیین یافته‌ی حاضر می‌توان اینگونه بیان کرد که زنانی که در برابر سختی‌ها و ناملایمات بیشتر تحمل داشته‌اند و در واقع از میزان تاب‌آوری و تحمل بالایی در برابر مشکلات برخوردار بوده‌اند، در تمام مراحل زندگی بهتر می‌توانند با مشکلات کنار بیایند و از رضایت مندی بالاتری هم برخوردارند و به طبع مشکلات خانوادگی کمتری را تجربه می‌کنند. چنانچه از ویژگی‌های مثبت افراد تاب‌آور، مشارکت در رفتارهای ارتقاء سلامتی، لذت بردن از چالش، تفسیر مثبت هیجانات منفی و استفاده از راهبردهای انطباقی متناسب با موقعیت می‌باشند که هر کدام از این رفتارها به نحوی سلامت روان و رضایت از زندگی افراد را در پی دارد. به عبارتی، تاب‌آوری نوعی سبک‌تبینی خوش‌بینانه است که منجر به نگاه مثبت فرد به زندگی می‌شود. بر این اساس به نظر می‌رسد که افراد تاب‌آور، به طرز خلاقانه و انعطاف‌پذیری به مسایل می‌نگرند، برای حل آن برنامه‌ریزی می‌کنند و در صورت نیاز نسبت به درخواست کمک از دیگران دریغ نمی‌ورزند و منابع کاملی برای مقابله با مشکلات دارند که این عوامل باعث می‌شود فرد از رضایت زندگی برخوردار باشند (کانر و همکاران، ۲۰۰۶). افراد تاب‌آور، افرادی توانا در سازماندهی مسئولیت‌های روزانه‌شان می‌باشند، این افراد نسبت به افراد آسیب‌پذیر در انطباق یافتن با تغییرات زندگی توانا‌ترند و توانایی ایجاد و گسترش مجموعه‌ای از مهارت‌های مقابله‌ای مانند مهارت‌های حل‌مساله را دارند که در موقعیت‌های چالش‌زا از آنها حمایت می‌کند.

## نتیجه گیری

می توان به کمک طرح واره های هیجانی، طرح واره های ناسازگار اولیه و تاب آوری، طلاق را پیش بینی نمود و بر پایه این الگو می توان یک رویکرد پیش گیری از طلاق و درمان زناشویی بر پایه رویکرد طرح واره درمان گری تدارک دید و یافته های این پژوهش را در محیط های بالینی و مشاوره ای برای کمک به همسران مشکل دار و در آستانه طلاق به کار گرفت. از جمله محدودیت های این پژوهش انتخاب نمونه صرفاً از میان زوجین در حال طلاق و عادی شهر قم می باشد که تعمیم پذیری نتایج را محدود می سازد. از این رو پیشنهاد می گردد که پژوهش هایی از این نوع روی زوجین سایر شهرها انجام پذیرد. همچنین در این پژوهش به منظور زمینه یابی از پرسشنامه استفاده گردید، در نتیجه ممکن است برخی از افراد از ارائه پاسخ واقعی خودداری کرده و پاسخ غیر واقعی داده باشند. لذا در پژوهش های بعدی می توان از مصاحبه های بالینی استفاده کرد.

## منابع

- ۱) امینایی، محمد؛ آزادی، محمود؛ قاطع زاده، عبدالامیر و بهشتی مشهدی، صابر (۱۳۹۴). «پیش بینی رضایت مندی زناشویی بر مبنای حوزه های طرحواره های ناسازگار اولیه دانشجویان متأهل دانشگاه های شهر مشهد»، مجله دستاوردهای روانشناسی بالینی، ۱(۳)، ۸۸-۶۷.
- ۲) آزادبخت، راحیل و وکیلی، پریش (۱۳۹۲). «رابطه طرحواره های ناسازگار اولیه و رضایت زناشویی زنان»، فصلنامه مطالعات خانواده، ۲(۴)، ۱۸-۱۱.
- ۳) رفیعی، سحر؛ خاتمی، ابوالفضل و فروغی، علی اکبر (۱۳۹۰). «بررسی رابطه بین طرحواره های ناسازگار اولیه و سبک دلبستگی در زنان دارای خیانت زناشویی»، فصلنامه جامعه شناسی زنان، ۲(۱)، ۳۳-۳۱.
- ۴) رضائیان، مریم (۱۳۹۵). «رابطه تعارض زناشویی و طرحواره های هیجانی با تنظیم هیجان در زوجین متقاضی طلاق، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد شاهرود.
- ۵) رئیسی، فاطمه؛ پورآزاد، شهرزاد و طهرانی زاده، مریم (۱۳۹۹). «اثربخشی طرحواره درمانی بر سطح تاب آوری زنان خواستار طلاق در شهر تهران»، رویش روانشناسی، ۹(۱۱)، ۱۲۸-۱۲۱.
- ۶) نعمتی، شهرزاد؛ ایمان زاده، علی؛ فروغی، ناصر؛ مهدوی، محمد و افشین، حسین (۱۳۹۸). «رابطه بین راهبردهای مقابله مذهبی و تاب آوری با رضایت زناشویی»، پژوهش های نوین روانشناختی، ۱۴(۵۳)، ۳۳۱-۳۱۷.
- ۷) ولی سیانی، مهتاب؛ کیشانی فراهانی، مرضیه؛ رضایی، بهاره و رحمانی، مهری (۱۳۹۸). «بررسی رابطه تاب آوری و رضایت زناشویی دانشجویان متأهل دانشگاه پیام نور اراک»، پنجمین کنفرانس ملی نوآوری های اخیر در روانشناسی، کاربردها و توانمندسازی با محوریت رواندرمانی.
- ۸) یوسفی، ناصر (۱۳۸۹). «مقایسه طرحواره های ناسازگار در همسران مطلقه و عادی به عنوان پیش‌بین کننده های طلاق، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد ابرهر.
- 9) Abalos, JB. (2017). Divorce and separation in the Philippines: Trends and correlates. *Demographic Research*, 36, 1515-48.
- 10) Young, J.E. (2005). *Young Schema Questionnaire– Short Form*. New York: Schema Therapy Institute.
- 11) Amato, PR., & Anthony, CJ. (2014). Estimating the effects of parental divorce and death with fixed effects models. *Journal of Marriage and Family*, Apr;76(2):370-86.
- 12) American Psychological Association. (2017). *Marital Education Programs Help Keep Couples Together*, *Research in Action Education*. [Updated 2017/3/8; cited 2004 October 8]. Available from: <http://www.apa.org/research/action/marital.aspx>.

- 13) Animasahun, R. A. (2013). Psychology of Divorce. GCE 751 Lecture Series, Ibadan: Department of Guidance and Counselling, University of Ibadan.
- 14) Batmaz, S., Kaymak, S. U., Kocbiyik, S., & Turkcapar, M. H. (2014). Metacognitions and emotional schemas: a new cognitive perspective for the distinction between unipolar and bipolar depression. *Comprehensive psychiatry*, 55(7), 1546- 1555.
- 15) Bradbury, T. , Fincham, F. , & Beach, S (2008). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 62, 964-980.
- 16) Calabrese, S.K., Fang, X., Vincent, W., Timothy, G., Heckman, P., Kathleen, J., Sikkema, D., Humphries,L., Nathan, B., Hansen, P. Drapeau, S., Staint-Jacques, M. C., Leping, R., et al. (2016). Processes that contribute to resilience among youth in foster car. *Journal of adolescence*, 30 (10), 977-999.
- 17) Dumitrescu, D. & Rusu, AS. (2012). Relationship Between Early Maladaptive Schemas, Couple Satisfaction And Individual Mate Value: An Evolutionary Psychological Approach. *Journal of Cognitive & Behavioral Psychotherapies*, 12(1), 63-76.
- 18) González, L. (2015). The social effects of divorce laws, CREI (Center de recerca en economia internacional) Ramon Trias Fargas.
- 19) Izuhara, M., & Koppe, S. (2019). Inheritance and family conflicts: exploring asset transfersshaping intergenerational relations. *Families, Relationships and Societies*, 8(1), 53 72.
- 20) Kaldor, P. (1982). *Winds of change*. Homebush West, NSW: Anzea.
- 21) King, DB. (2008). Rethinking clams of spiritual intelligence: A definition, model, and measure. M.Sc. Dissertation. Canada: Trent University, College of arts and sciences, 32-48.
- 22) Leahy, RL. (2002). A model of emotional schemas. *Cognitive and Behavioral Practice*. 9: pp. 177-90.
- 23) Leahy, R. L. (2007). Emotional schemas and resistance to change in anxiety disorders. *Cognitive and Behavioral practice*, 14(1), pp. 36—45.
- 24) Leahy, R. L., Tirch, D., & Napolitano, L. A. (2011). *Emotion regulation in psychotherapy: A practitioner's guide*. Guilford Press.
- 25) Miller, G. E. , & Thomas, B. N (1995). Refining the association between attribution and behavior in marital interaction. *Journal of Family Psychology*, 9,196-208.
- 26) Mohammad khani, Sh., Soleimani, H., Seyd Ali Naghei, SA. (2014). The role of emotional schemas in resilience of people living with HIV. *Journal of Knowledge & Health*, 9(3), 1-10.

- 27) Mohammad khani, Sh., Soleimani, H., Seyd Ali Naghei, SA. (2014). The role of emotional schemas in resilience of people living with HIV. *Journal of Knowledge & Health*, 9(3), 1-10.
- 28) Mohammadi, B & soleymani, A. (2017). Early Maladaptive Schemas and Marital Satisfaction as Predictors of Marital Commitment. *Int J Behav Sci*, 11(2), 15-21.
- 29) Young, J.E. Klosko, J.S. & Weishaar, M.E. (2007). *Schema therapy: A practitioner's guide*. Arjmand.
- 30) Myers DC.(2011). *Psychology*, 6thEd, New York: Worth Publishing.
- 31) Rezei, F. & Shams, A. (2012). Early maladaptive schemes in methamphetamine and opioid addicts. *European psychiatry*, 26(1), 93- 98.
- 32) Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scale for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and Family*, 38, 15-28.
- 33) Tirch DD, Leahy RL, Silberstein LR, Melwani PS. (2012). Emotional schemas, psychological flexibility, and anxiety: the role of flexible response patterns to anxious arousal. *International Journal of Cognitive Therapy*, 5(4): pp. 380-91.
- 34) Wong KF. (2010). Nurses' experiences in spirituality and spiritual care in Hong Kong. *Appl Nurs Res*, 23(4):242-4.