

بررسی کیفی آسیب‌شناسی ازدواج بر اساس طرحواره‌های ناسازگار و ارضای نیازها

آسیه شریعتمداری^۱

چکیده

تاریخ دریافت: ۹۳/۲/۲۵ - تاریخ پذیرش: ۹۳/۶/۲۰

هر زوج الگوی منحصر به فردی از نیازهای شخصیتی را وارد رابطه‌ی دو نفره می‌کند. در یک رابطه‌ی صمیمانه میزان ارضای نیازهای متقابل باید نسبتاً بالا باشد. در اثر خشم ناشی از ناامیدی از ارضای نیازهای متقابل خشونت شکل می‌گیرد. هدف این پژوهش تبیین کیفی آسیب‌شناسی ازدواج بر اساس محرومیت از ارضای نیازهای بنیادین یانگ و نحوه‌ی ارضای نیازها در روابط بین فردی بود. آزمودنی‌های این تحقیق ۲۵ نفر از دانشجویان کارشناسی ارشد مشاوره دانشگاه علامه و روان‌شناسی خانواده‌ی دانشگاه علم و فرهنگ در سال ۹۱-۹۲ و ۹۲-۹۳ بودند که به صورت در دسترس انتخاب شدند. برای جمع‌آوری اطلاعات از شیوه‌ی پرسش فراقنانه استفاده شده است. با کد گذاری و طبقه‌بندی پاسخ‌های آزمودنی‌ها، مفاهیم و طرحواره‌ها شناسایی شد. نتایج پژوهش نشان داد که آزمودنی‌ها در فراقنی افکار خود بر موضوع ازدواج طرحواره‌های ناسازگار متعددی نشان داده‌اند. آنچه به ازدواج آسیب می‌رساند ناتوانی در برقراری دلبستگی‌های ایمن و ارضاکنده با دیگران عمدتاً در اثر محرومیت هیجانی، تأکید بر پیروی از قوانین انعطاف ناپذیر، ناتوانی در شکل دهی هویتی مستقل، عدم رعایت حقوق دیگران و سرکوبی نیازهای بنیادین برای کسب محبت و تأیید است.

کلیدواژه‌ها: آسیب‌شناسی ازدواج، طرحواره‌های ناسازگار، نیازهای متقابل، رابطه‌ی صمیمانه

مقدمه

نهاد خانواده در سراسر تاریخ ثبت شده، جهانی بوده است (استرانگ^۱ و کوهن^۲، ۲۰۱۳). خانواده (غالباً) با ازدواج یک زن و مرد بنا می‌شود. از آنجا که این پیوند، دائمی و مستلزم روابط نزدیک و صمیمانه است، بروز تعارضاتی که در اثر برآورده نشدن انتظارات طرفین لاینحل باقی مانده و مزمن می‌شود، طبیعی است. اگرچه تمرکز اصلی زوج درمانی بر رابطه‌ی زوجین است، درمانگر باید با نظریه‌های رشد شخصیت و آسیب‌شناسی روانی هم آشنا باشد. پویایی‌های مؤثر بر شکل‌گیری فرد به رشد هویت و سبک شخصیتی می‌انجامد که این به نوبه‌ی خود مستقیماً بر شیوه‌ی ای که فرد با دیگران ارتباط برقرار می‌کند تأثیر می‌گذارد (ویکس^۳، ۱۹۸۹).

یکی از رویکردهایی که به روابط بین فردی بر مبنای آسیب‌شناسی درون فردی می‌پردازد، طرحواره درمانی^۴ یانگ^۵ است. طرحواره الگویا چارچوب سازمان‌دهنده‌ای است که در هنگام برخورد افراد با مجموعه‌ی پیچیده‌ای از تجارب و محرک‌ها، نظامی میان آن‌ها برقرار می‌کند. بارلت (۱۹۳۲) که اولین بار این اصطلاح را به کار برد، نقش طرحواره‌ها را در یادگیری اطلاعات جدید و یادآوری خاطرات نشان داد (به نقل از اورتلیب^۶ و چیک^۷، ۲۰۱۲). بنابراین طرحواره‌ها احساس ثبات شناختی در دنیایی قابل پیش‌بینی (هرچند که قابل کنترل نباشد) ایجاد می‌کنند (رافائلی^۸ و برنشتاین^۹ و یانگ، ۲۰۱۱). شکل‌گیری طرحواره‌ها در دوران کودکی یا نوجوانی به عنوان عامل نمایانگر واقعیت‌های محیطی و فضای دوران کودکی فرد آغاز می‌شود. از نظریانگ عدم ارضای نیازهای هیجانی بنیادین در دوران کودکی به شکل‌گیری طرحواره‌های ناسازگار اولیه

1. Strong, B.
2. Chohen, T.
3. Weeks, G. R.
4. schema therapy
5. Yong, J. E.
6. Ortlieb, E.
7. Cheek, E. H.
8. Rafaeli, E.
9. Bernstein, D. P.

می‌انجامد. این نیازها عبارتند از: ۱- دلبستگی ایمن به دیگران (که در برگیرنده‌ی امنیت، ثبات، توجه و پرورش^۱ و پذیرش هستند)، ۲- خود مختاری، صلاحیت و احساس هویت ۳- آزادی ابراز نیازها و هیجان‌های سالم ۴- خودانگیختگی و تفریح ۵- محدودیت‌های واقع‌گرایانه و کنترل خود. این نیازها جهانی هستند. فرد سالم از نظر روان شناختی کسی است که بتواند این نیازها را به نحو مناسبی ارضا کند. با در نظر گرفتن مراحل روان شناختی اریکسون می‌توان گفت چنانچه افراد بحران هر مرحله را موفقیت آمیز حل کنند طرحواره‌ی سازگار و اگر نتوانند بحران آن مرحله را حل کنند، طرحواره‌ی ناسازگار شکل می‌گیرد (یانگ، کلسکو^۲ و ویشار^۳، ۲۰۰۳).

طرحواره‌های ناسازگار چیزی هستند که فرد آن‌ها را می‌شناسد و گرچه موجب رنج می‌شوند، اما آشنا هستند. بنابراین برای بقا مبارزه می‌کنند. این واقعیت در نتیجه‌ی نیاز و کشش انسان به ثبات است. افراد جذب حوادثی می‌شوند که طرحواره‌ها را فعال می‌کنند. به همین دلیل در برابر تغییر مقاومت می‌کنند. بیماران طرحواره‌ها را به عنوان حقیقت‌های اولیه می‌بینند و این طرحواره‌ها پردازش تجارب بعدی را تحت تأثیر قرار می‌دهند. آن‌ها در نحوه‌ی فکر کردن، احساس، عمل افراد و ارتباط برقرار کردن با دیگران نقش مهمی ایفا می‌کنند و موجب می‌شوند فرد در زندگی به نحو غیرارادی شرایط دوران کودکی را بازآفرینی کند (یانگ و همکاران، ۲۰۰۳). چهار نوع از تجارب اولیه‌ی زندگی در شکل‌گیری طرحواره‌ها مؤثر هستند. هر کدام از این تجارب به شکل‌گیری مجموعه‌ای از طرحواره‌های ناسازگار منجر می‌شوند. اولین تجربه، محرومیت زهرآگین از ارضای نیازهاست^۴ که موجب شکل‌گیری طرحواره‌ی محرومیت هیجانی و ترک شدن در اثر کمبودهای محیط دوران کودکی مثل فقدان مراقبت، همدلی، و حمایت است. نوع دوم

1. nurturance

2. Klosko J. S.

3. Weishaar, M. E.

4. toxic frustration of needs

تجارب اولیه ای که طرحواره‌ها را به وجود می‌آورد/آسیب‌های شدید^۱ یا قربانی شدن^۲ است که منعکس‌کننده‌ی وجود خطر، درد ورنج یا تهدید است. در اینجا نه تنها نیاز کودک به امنیت برآورده نمی‌شود بلکه مستقیماً در جهت متضاد با این نیاز رفتار می‌شود. در این مورد کودک طرحواره‌های عدم اعتماد/ سوء استفاده، کمبود داشتن/ شرم یا آسیب‌پذیری نسبت به زیان را پرورش می‌دهد. این طرحواره با عدم اعتماد، گوش به زنگی، اضطراب و احساس ناچاری مشخص می‌شود. در نوع سوم کودک چیزهای خوب را بسیار زیاد به دست می‌آورد. چیزهایی که تعادل در فراهم کردن آن‌ها برای کودک لازم است. در این صورت طرحواره‌های وابستگی/ عدم صلاحیت یا مستحق بودن/ بزرگ منشی شکل می‌گیرد. در این مورد مثلاً هرگز با کودک بد رفتاری نمی‌شود و کودک بیشتر نازپروره می‌شود یا با خواسته‌های او مخالفت نمی‌شود. بنابراین نیاز کودک به استقلال و محدودیت‌های واقع‌گرایانه برآورده نمی‌شود، والدین در زندگی کودک بیش از حد درگیر می‌شوند و او را زیاد حمایت می‌کنند یا به او آزادی و خود مختاری زیادی می‌دهند بدون این که محدودیت‌هایی ایجاد کنند. نوع چهارم تجارب، درونی کردن یا همانند سازی انتخابی با افراد مهم^۳ است. کودک به صورت انتخابی همانند سازی می‌کند و افکار، احساسات، تجارب و رفتارهای فرد بزرگسال مهم را که غالباً والدین کودک است، درونی می‌کند. کودک تجارب ناخوشایند با والدین را درونی نمی‌کند و بنابراین نسبت به آنان منفعل و مطیع می‌شود (یانگ و همکاران، ۲۰۰۳؛ رافائلی و همکاران، ۲۰۱۱). در این مورد طرحواره‌ی تأیید جویی/ پذیرش جویی شکل می‌گیرد.

طرحواره‌های ناسازگار اولیه از طریق سه فرایند به بقای خود دامه می‌دهند: جبران افراطی، تداوم و اجتناب. وقتی افراد سبک شناختی یا رفتارهای متضادی با طرحواره‌ی

1. traumatization

2. victimization

3. selective internalization or identification with significant others

پیش بینی شده‌ی اولیه نشان می‌دهند، جبران طرحواره، موجب بقای طرحواره‌های ناسازگار می‌شود. در تداوم طرحواره، فرد از طریق تحریف‌های شناختی و الگوهای رفتاری خود آسیب رسان موجب ثبات طرحواره‌ها می‌شود. در تحریف شناختی، اطلاعات سازگار با طرحواره بزرگنمایی و اطلاعات ناسازگار کوچک نمایی می‌شود. الگوهای خود آسیب رسان، با تجارب هیجانات شدید غم، خشم و اضطراب یا احساس گناه همراه است. اجتناب هم به سه شکل شناختی، عاطفی و رفتاری صورت می‌گیرد (موریس^۱، ۲۰۰۶).

هرزوج، الگوی منحصر به فردی از نیازهای شخصیتی از جمله نیازهای جسمانی، روان شناختی، هیجانی، رابطه ای و جنسی را وارد رابطه‌ی دو نفره می‌کند. این نیازها باید برآورده شوند. در یک رابطه‌ی صمیمانه‌ی شاد باید میزان ارضای نیازهای متقابل نسبتاً بالا باشد و برعکس در رابطه‌ی ناشاد محرومیت از ارضای متقابل نیازها افزایش می‌یابد. بسیاری از زوجها به دلیل محرومیت از ارضای نیازها در دوران کودکی نیازهای روان رنجورانه خود را به داخل رابطه می‌آورند. نیاز روان رنجور دو ویژگی عمده دارد (۱) اغراق آمیز: بیان یک نیاز به نحوی که هیچ کس نمی‌تواند آن را ارضا کند و (۲) دو سو گرایانه و تعارض آمیز: در سطحی خودآگاه فرد چیزی را می‌خواهد و در سطح ناخود آگاه چیز متضاد دیگر. این تضاد درونی، تعارض بین فردی را غیر قابل اجتناب می‌کند. در نتیجه به خاطر درد و خشم ناشی از ناامیدی از ارضای نیازهای متقابل چرخه‌های خودتداوم بخش و در حال گسترش تلافی جویی، خشونت و حمله‌های متقابل شکل می‌گیرد (کلاین بل، ۲۰۱۱).

پژوهش‌ها نشان می‌دهند که طرحواره‌های ناسازگار که در اثر عدم ارضای نیازهای بنیادین به وجود می‌آیند، با مشکلات بین فردی همبستگی بالایی دارند (تیم، ۲۰۱۳). بنابراین نیازهای ارضا نشده‌ی دوران کودکی می‌تواند به روابط بین فردی دوران بلوغ به

ویژه روابط نزدیک و دراز مدت آسیب‌بزند. این مسئله باعث به وجود آمدن اختلافات زناشویی می‌شود.

تحقیقات زیادی برای تبیین و حل معضل یا راه‌های حفظ و تقویت نهاد ازدواج صورت گرفته است. فتحی‌آشتیانی و احمدی (۱۳۸۳) ازدواج‌های موفق و ناموفق را بین دانشجویان بررسی کرده‌اند. محمدی (۱۳۸۳) سهم زن از زندگی مشترک و طلاق و باستانی، گلزاری و روشنی (۱۳۸۹) علل و شرایط میانجی طلاق عاطفی را مورد بررسی قرار داده‌اند. اما عامل مهمتری که پیش‌بینی‌کننده‌ی وضعیت رابطه‌ی زناشویی است، طرحواره‌های ناسازگار است. تحقیقات نشان می‌دهند که طرحواره‌ها دوام و ثبات دارند و بین دختران دانشجو و زنان تفاوتی در طرحواره‌ها دیده نمی‌شود (مجلل، جوادی و حسین‌خانزاده، ۲۰۱۳). طرحواره‌های ناسازگار با دامنه‌ی گسترده‌ای از رفتارهای بین فردی ناسازگار ارتباط دارند (تیم، ۲۰۱۳). همچنین پیش‌بینی‌پذیری ابعاد صمیمیت زناشویی به وسیله‌ی طرحواره‌های ناسازگار اولیه (ذوالفقاری، فاتحی‌زاده، عابدی، ۱۳۸۷؛ استیلز^۱، ۲۰۰۴) در پژوهش‌ها نشان داده شده است. تحقیقات دیگر تفاوت معنا دار نگرش به ازدواج افراد را بر مبنای فرایند طرحواره‌ای جبران یا تداوم طرح‌واره (خسروی سیف و عالی، ۱۳۸۶)، ارتباط بین طرحواره‌های ناسازگار و سبک دلبستگی (مشایخی و مشایخی، ۲۰۱۳) و نقش طرحواره‌های ناسازگار را در تعاملات ناسازگار و سازگار همسران (برادبوری^۲، فینچام^۳ و بیچ^۴، ۲۰۰۰) نشان داده‌اند. اندروز و حمید پور (۱۳۸۴) نیز در پژوهشی به این نتیجه رسیده‌اند که بین طرحواره‌های ناسازگار و رضایت زناشویی رابطه‌ی معکوس و معنادار وجود دارد. اما زوج درمانی مبتنی بر فرایند طرحواره‌ای موجب افزایش آگاهی و درک متقابل همسران از یکدیگر می‌شود و به نحو مؤثری تعارضات را کاهش می‌دهد (پناهی‌فر، تقی‌زاده، مهدوی، صالحی و اسفندیاری، ۲۰۱۴).

1., O. E.
2. Bradbury, T.
3. Fincham, F.
4. Beach, S.

پژوهش‌های نیمه آزمایشی اثربخشی آموزش مبتنی بر مدل طرحواره‌ای بر افزایش رضایت زناشویی (یوسفی، عابدین، تیرگری و فتح‌آبادی، ۱۳۸۹)، و کاهش تعارضات زناشویی (پناهی، تقی‌زاده، مهدوی، صالحی و اسفندیاری، ۲۰۱۴) را نشان داده‌اند.

افراد دارای طرحواره‌های ناسازگار ازدواج را به عنوان فرصتی برای جبران ناکامی‌ها می‌دانند و در ازدواج خود توقعاتی سطح بالا دارند که در زندگی مشترک برآورده نشده و موجب احساس ناامیدی در روابط و شکست نهایی خواهند شد (دولانگ^۱، ۲۰۰۷). بنابراین هدف این پژوهش تبیین کیفی آسیب‌شناسی ازدواج بر اساس محرومیت از رضای نیازهای بنیادین و نحوه‌ی رضای این نیازها در روابط بین فردی است. محقق در پژوهش حاضر به دنبال یافتن عوامل درون فردی آسیب‌زنده به روابط صمیمانه‌ی بین فردی درازمدت یعنی ازدواج است. یکی از این عوامل درون فردی که در سراسر عمر فرد بر تفکر و قضاوت‌های او تاثیر می‌گذارد، طرحواره‌های ناسازگار اولیه است. عامل دیگر میزان توجه به نیازهای خود و شریک زندگی است. خود محوری در برابر رابطه محوری می‌تواند به دوام تعارض یا انحلال رابطه منجر شود. سؤال پژوهش این است که طرحواره‌های ناسازگار آسیب‌زنده به ازدواج کدامند و مکان تمرکز افراد در ارضای نیازها در روابط بین فردی چگونه است؟

روش پژوهش

روش تحقیق مقاله‌ی حاضر، کیفی است. در این روش از اطلاعات جمع‌آوری شده، توصیف‌های تحلیلی، ادراکی و طبقه‌بندی شده حاصل می‌شود. آزمودنی‌های این تحقیق از دانشجویان کارشناسی ارشد رشته‌ی مشاوره دانشگاه علامه و روان‌شناسی خانواده‌ی دانشگاه علم و فرهنگ در سال تحصیلی ۹۱-۹۲ و ۹۲-۹۳ بودند که به شیوه در دسترس انتخاب شدند. از آنجا که تحقیقات نشان می‌دهند طرحواره‌های ناسازگار

اولیه پایدار هستند و پس از ازدواج به دوام خود ادامه می‌دهند (خسروی و همکاران، ۱۳۸۶) و بین دختران دانشجو و زنان تفاوتی در طرحواره‌ها دیده نمی‌شود (مجلل، جوادی و حسین خانزاده، ۲۰۱۳)، آزمودنی‌ها ۲۵ نفر از خانم‌های متأهل و دختران مجرد بودند. برای جمع‌آوری اطلاعات از شیوه‌ی سؤال باز "تخیلات، آرزوها، تصورات ذهنی و درک خود را در مورد ازدواج در سه دوره‌ی کودکی، نوجوانی و حال حاضر بنویسید" استفاده شده است. دلیل استفاده از این روش، و نه روش عینی، این است که چون نیاز روان رنجور و ویژگی دو سوگرایانه دارد و فرد در سطحی خودآگاه چیزی را می‌خواهد و در سطح ناخودآگاه چیز متضاد دیگر (کلاین بل، ۲۰۱۳)، پرسش نامه عینی نمی‌تواند نیاز ناخودآگاه را شناسایی کند. بنابراین محقق از پرسش باز بهره گرفته است. در این روش به جای سؤال از انگیزه‌ها و رفتارهای فرد از پرسش‌های غیرمستقیم بهره گرفته می‌شود. محرک برای پاسخ‌گویی، برخلاف آزمون‌های عینی که تقریباً موضوع مشخص است، مبهم است و بنابراین به آزمودنی‌ها آزادی زیادی داده می‌شود و بی‌نهایت پاسخ پدید می‌آیند. پس از جمع‌آوری اطلاعات، کار کدگذاری کلمات، عبارات و جملات به طور همزمان انجام شد. اطلاعات دوران کودکی و نوجوانی در صورتی که در حال حاضر اطلاعات متفاوتی ارائه نشده بود، کدگذاری و اگر اطلاعات جدیدی ارائه شده بود، اطلاعات کودکی کدگذاری نشد. برای کدگذاری ابتدا جداولی مربوط به پنج حیطه‌ی طرحواره‌های ناسازگار و طرحواره‌های مربوط به هر حیطه تهیه و ویژگی‌های هر طرحواره به دقت در آن ثبت شد. سپس با مطابقت نوشته‌های آزمودنی‌ها با این ویژگی‌ها محتوای آنها کدگذاری شد.

یافته‌ها

سؤال اول پژوهش: طرحواره‌های ناسازگار آسیب‌زننده به ازدواج کدامند؟

در پژوهش حاضر ابتدا با بررسی نوشته‌های افراد در پاسخ به سؤال "تخیلات، آرزوها، تصورات ذهنی و درک خود را در مورد ازدواج در سه دوره‌ی کودکی، نوجوانی و حال حاضر

بنویسید" نشانه‌ها و ویژگی‌های هر طرحواره شناسایی و کدگذاری شد. سپس طرحواره‌های هر حیطه در جدولی جداگانه گردآوری شد. حیطه‌های طرحواره‌ای مشاهده شده در آزمودنی‌ها در جداول زیر گزارش شده اند:

جدول شماره ۱: حیطه‌ی جدایی و طرد

| کدگذاری انتخابی | کدگذاری محوری | کد گذاری باز | محتوا و عبارات مهم |
|--|------------------------|---|---|
| افراد این حیطه قادر به برقراری دلبستگی‌های ایمن و ارضاکننده با دیگران نیستند | شدن/بی‌بافتی ترک | گوش به زنگی برای هر نشانه‌ی طرد | همیشه از این که از طرف همسر طرد شوم، می‌ترسم |
| | بی‌اعتمادی / آزار دیدن | انتظار صدمه و آزار و مورد سود جویی قرار گرفتن | امروزه خیانت بسیار زیاد شده و دیدن طلاق‌های مکرر باعث شده نسبت به ازدواج سخت‌گیر و سرد شوم، همیشه مرا مسخره می‌کرد (پسری از فامیل). |
| | | ابراز خشم شدید نسبت به افراد آزار دهنده | با شوخی‌های ظالمانه اش مرا آزار می‌داد. من از او متنفر بودم و تو ذهنم به شدت می‌زدمش |
| | محرومیت هیجانی | محرومیت از مراقبت، همدلی و حمایت | کاش یک زن هیچ وقت نیاز به حمایت مرد نیاز نداشت و می‌توانست مستقل زندگی کند (جبران افراطی به شکل منفی‌گرایی)؛ ارضای نیاز به محبت، توجه و همدلی، یک حمایت‌کننده و همراه |
| | | احساس تنهایی، آزدگی بدون درک دلایل | فکر می‌کردم همدم تنهایی من می‌شود، ازدواج تنهایی آدم را پر نمی‌کند، همیشه مقداری تنهایی با آدم هاست، تا مرگ همراهشونه |
| | | عدم انتظار حمایت، درک و مراقبت از دیگران | ستون‌ها به جدایی استوارند |
| | | احساس درک نشدن | هیچ دو آدمی پیدا نمی‌شوند که همدیگر را درک کنند |

| کدگذاری انتخابی | کدگذاری محوری | کد گذاری باز | محتوا و عبارات مهم |
|--------------------|-------------------------|---|---|
| | | درخواست توجه خاص | با هم‌خو کردن با جنس مخالف جلب توجه می‌کردم، خیلی دوستم داشته باشد و مراقبم باشد، خیلی عاشقم باشد |
| | | باور به این که دیگران از نیازهای فرد آگاهند | هروقت عصبانیم متوجه شود چه می‌خواهم |
| | | جبران افراطی به صورت پرتوقعی | زندگیم پراز آرامش و امنیت باشد و حاضر باشد برای بودن با من هر کاری را انجام دهد. |
| | انزوی اجتماعی / پیگانگی | متفاوت بودن با دیگران | همیشه فکر می‌کردم هیچ گاه ازدواج نخواهم کرد. حادثه ای دوردست که همیشه برای دیگران اتفاق خواهد افتاد، رفتارهایی در قالب پسرانه از خود نشان می‌دادم |
| | | گرایش به در حاشیه ماندن | ازدواج به معنی آشنایی دو فرد هم جنس یا غیر هم جنس |

همان طور که در جدول بالا دیده می‌شود در این حیطه طرحواره‌های نقص داشتن / شرم دیده نشده است. بیشترین فراوانی طرحواره‌ها مربوط به محرومیت هیجانی است. آزمودنی‌های دارای طرحواره‌های این حیطه قادر به برقراری دلبستگی‌های ایمن و ارضاکننده با دیگران نیستند. این مسئله به روابط صمیمانه و دراز مدت آسیب می‌زند.

جدول شماره ۲: حیطه‌ی خود گردانی و عملکرد مختل

| کدگذاری انتخابی | کدگذاری محوری | کد گذاری باز | محتوا و عبارات مهم |
|---|---------------------|----------------------------------|---|
| این افراد هرگز نتوانسته‌اند هویتی مستقل در خود شکل دهند | وابستگی / بی‌کفایتی | به دنبال مراقبت دیگران بودن | در برابر حوادث روزگار از من محافظت کند |
| | | اجتناب از قبول مسئولیت‌های اضافی | پذیرش نقش‌ها و مسئولیت‌های جدید و کارهای خانه برایم سخت است، بودن کنار مردی که بار زیاد مسئولیت را از دوشم بردارد |

| محتوا و عبارات مهم | کد گذاری باز | کدگذاری محوری | کدگذاری انتخابی |
|---|--|--------------------------|-----------------|
| مرا از آسیب‌های دائمی زندگی محافظت کند، در تمام لحظات سخت زندگی کنارم بماند | اعتقاد مدام به رخ دادن فاجعه ای ورای کنترل | آسیب پذیری در مقابل صدمه | |

در حیطه‌ی خودگردانی و عملکرد مختل طرحواره‌ی به هم ریختگی / خود رشد نایافته و شکست رؤیت نشد. افراد این حیطه دارای هویت مستقل نیستند و در رابطه، خود تمایز یافتگی ندارند. هراسترسی در رابطه، آنان را آشفته می‌کند.

جدول شماره ۳: حیطه‌ی مرزهای مختل

| محتوا و عبارات مهم | کد گذاری باز | کدگذاری محوری | کدگذاری انتخابی |
|---|--|--------------------------|---|
| مرا از میان هزاران زن زیبا انتخاب کند | احساس خاص بودن و برتری | ب. جانس. بودن / بزرگسمنی | در این افراد رعایت حقوق دیگران دیده نمی‌شود |
| بتوانم به او تکیه کنم، درد دل کنم و با او شاد باشم، بعضی‌ها مرا عروس معلم خطاب می‌کردند، آنقدر دوستم داشته باشد که حاضر باشد جانش را برایم فدا کند، کسی که خواسته‌ها و نیازهای دیگران را برآورده می‌کند | برخورداری از مزایای ویژه | | |
| برادرم را دوست داشتم چون خواسته‌هایم را برآورده می‌کرد، همیشه از من طرفداری می‌کرد و حامی من در برابر خطاهایم بود | حق به جانب بودن، لوس، رها شده و وابسته | | |

در این حیطه طرحواره‌ی خود انضباطی ناکافی رؤیت نشد. افراد دارای طرحواره‌های این حیطه خود را ملزم به رعایت حقوق دیگران نمی‌دانند و با دیگران همکاری نمی‌کنند.

حیطه‌ی شماره‌ی ۴: هدایت شدن به وسیله‌ی دیگران

| کدگذاری انتخابی | کدگذاری محوری | کد گذاری باز | محتوا و عبارات مهم | |
|--|-------------------------|-----------------------------------|---|--|
| چنین افرادی برای کسب محبت و تأیید، نیازهای بنیادین و خواسته‌های خود را سرکوب می‌کنند | فدا کردن | سرکوبی نیازهای خود | برای خوب زندگی کردن باید سعی کنی خودت را با او وفق دهی و هرطور باشد باید با او کنار بیایی | |
| | | احساس مورد آزار واقع شدن | کوهی از توقعات طرف مقابلت را به دوش بکشی و کلی اختلاف نظر را باید تحمل کنی | |
| | قربانی کردن خود | مسئولیت حس افراطی در برابر دیگران | گمان می‌کردم همیشه باید مراقب پدر و مادرم باشم، باید پیششان باشم تا تنها نباشند | |
| | تأیید جویی / پذیرش جویی | نیاز به تأیید و پذیرفته شدن | هر کس باید ازدواج کند تا در نگاه مردم مقبول افتد | |
| | | فاقد تجربه‌ی ذهنی ثابت | اوایل جوانی بعد جنسی و مذهبی برایم جذاب و پررنگ بود. بعد مذهبی تحت تأثیر مدرسه و جنسی دانشگاه | |
| | | تأکید زیاد بر موقعیت و مادیات | تحت تأثیر خونه، ماشین و زندگی مرفه بودم، مقام و وجهه‌ی اجتماعی برام مهمه، ماشین مدل بالا و خونه | |

افرادی که در این حیطه قرار می‌گیرند، نیازها و خواسته‌های خود را سرکوب می‌کنند و در نتیجه در روابط دراز مدت احساس فشار و نارضایتی می‌کنند.

جدول شماره‌ی ۵: حیطه‌ی هشجاری افراطی و بازداری

| کدگذاری انتخابی | کدگذاری محوری | کد گذاری باز | محتوا و عبارات مهم |
|--|--------------------|------------------------|--|
| تأکید بر پیروی از قانون‌های انعطاف ناپذیر، منجر به از دست دادن | تنوع / تنوع / تنوع | تمرکز بر جنبه‌های منفی | تصورم کلی کم و زیاده‌است که می‌تواند باعث جرو بحث شود، |
| | | هیجان غالب: اضطراب | از ازدواج ترس و دلهره دارم، |
| | | شکایت، گله مندی | هرچی سعی کنی طرف را راضی نگه داری باز |

| کدگذاری انتخابی | کدگذاری محوری | کد گذاری باز | محتوا و عبارات مهم |
|---------------------------------------|-----------------------|---|---|
| رابطه‌های بین فردی نزدیک می‌شود | بازداری هیجانی | و بی‌تصمیمی | هم نمی‌شود، مسائل و مشکلات بعد از ازدواج مد نظرم است |
| | | بازداری گفتگوها و ابراز هیجان | من نمی‌خواستم درگیری عاطفی و مشغله‌ی ذهنی پیدا کنم. برای من پسر هیچ ارزشی نداشت |
| | | بازداری بیان گرم و عاطفی | از برقراری رابطه‌ی عاطفی تا حد امکان دوری می‌کنم، تا به کسی وابسته نشوم، چون وقتی وارد رابطه‌ی عاطفی می‌شوم خیلی از آرزوهایم را نادیده می‌گیرم |
| | | تأکید شدید بر منطق و واپس زنی نیازها | اگر قرار به تکامل معنوی نباشد، لزومی به ازدواج نمی‌بینم، تصوراتم در حیطه‌ی مسائل جنسی برایم زیاد قابل هضم نیست |
| | استانداردهای نااعلانه | کمال گرایی و تلاش مدام برای احراز استانداردها | باید تک تک آیم‌ها و معیارها را جدی بگیرند، |
| | | قانون‌های انعطاف‌ناپذیر | انتخاب‌های من حالت وسواسی به خود گرفته، باید قوی و محکم باشم، باید کمترین میزان اشتباه را داشته باشم |

در این حیطه طرحواره‌ی تنبیه رؤیت نشد. افراد دارای طرحواره‌های این حیطه
تکانه‌ها را سرکوب می‌کنند و دارای قوانین انعطاف‌ناپذیر هستند تا حدی که رابطه‌های
بین فردی نزدیک را از دست می‌دهند.

در جدول زیر خلاصه‌ی طرحواره‌های هر پنج حیطه با فراوانی و درصد ذکر شده

است:

جدول شماره ۶: خلاصه‌ی طرحواره‌های ناسازگار اولیه

| نوع طرحواره | فراوانی | درصد | نوع طرحواره | فراوانی* | درصد* |
|---------------------------|---------|------|--|----------|-------|
| ترک شدن / بی‌ثباتی | ۱ | ٪۰۴ | فدا کردن | ۱ | ٪۰۴ |
| محرومیت هیجانی | ۱۰ | ٪۴۰ | قربانی کردن خود | ۱ | ٪۰۴ |
| بی‌اعتمادی / آزار دیدن | ۳ | ٪۱۲ | تأیید جویی / پذیرش جویی | ۴ | ٪۱۶ |
| انزوای اجتماعی / بیگانگی | ۲ | ٪۰۸ | منفی‌گرایی / بدبینی | ۳ | ٪۱۲ |
| وابستگی / بی‌کفایتی | ۲ | ٪۰۸ | بازداری هیجانی | ۶ | ٪۲۴ |
| آسیب‌پذیری در مقابل صدمه | ۱ | ٪۰۴ | استانداردهای ناعادلانه / عیب جویی افراطی | ۲ | ٪۰۸ |
| استحقاق داشتن / بزرگ منشی | ۴ | ٪۱۶ | بدون طرحواره‌ی ناسازگار | ۶ | ٪۲۴ |

* اکثر پاسخگویان بیش از یک کد دریافت کرده‌اند. بنابراین جمع نهایی فراوانی‌ها از تعداد کل پاسخگویان و در صدها از صد بیشتر است.

همانطور که می‌بینیم بیشترین طرحواره‌ی‌های ناسازگار مربوط حیطه‌ی اول یعنی جدایی و طرد (۱۶ مورد) و پس از آن حیطه‌ی هشجاری افراطی (۱۱ مورد) بوده است. در حیطه‌های دیگر یعنی خودگردانی و عملکرد مختل، مرزهای مختل و هدایت شدن به وسیله‌ی دیگران به ترتیب ۳، ۴ و ۶ مورد کدگذاری شد. بیشترین طرحواره‌ی مشاهده شده محرومیت هیجانی (۱۰ مورد معادل ٪۴۰) و پس از آن بازداری هیجانی (۶ مورد معادل ٪۲۴)، استحقاق و بزرگمنشی و تأیید جویی / پذیرش جویی (هر کدام ۴ مورد معادل ٪۱۶) بوده است. طرحواره‌های نقص داشتن / شرم، به هم ریختگی / خود رشد نایافته، شکست، خود انضباطی ناکافی و تنبیه در نمونه یافت نشده‌اند. همچنین در ۶ آزمودنی طرحواره‌های ناسازگار دیده نشد.

سؤال دوم پژوهش: مکان تمرکز افراد در ارضای نیازها در روابط بین فردی چگونه است؟

برای طبقه‌بندی مکان تمرکز فرد در ارضای نیازها، جملات با ضمیر من که بیانگر انتظارات و خواسته‌ها بود بدون اینکه پاسخگو به نقش خود در رابطه اشاره کند، در طبقه‌ی تمرکز بر نیازهای خود قرار داده شد. عبارات با ضمیر اول شخص جمع یا دارای پیشوند "هم" مثل همکاری، همدلی یا اشاراتی دال بر اشتراک در تجربه بود، در طبقه

تمرکز بر رابطه و در صورتی که مفهوم جمله آشکارا متمرکز بر طرف مقابل باشد در طبقه‌ی تمرکز بر دیگری قرار داده شد. مواردی هم یافت شد که فرد از ارضای نیازهای خود در نهاد ازدواج صرف نظر کرده بود که طبقه‌ی مجزا برای این مورد در نظر گرفته شد. نتایج چگونگی ارضای نیاز در جدول زیر آمده است:

جدول شماره ۷: مکان تمرکز فرد در توجه به نیازهای طرفین

| مکان تمرکز | نمونه‌ی نوشته‌ها | فراوانی | درصد |
|----------------|--|---------|------|
| بر نیازهای خود | داشتن رابطه‌ی محبت آمیزه که در آن در زمینه‌ی معنوی تکامل پیدا کنم - اعتقاد و ایمان، با خانواده بودن، داشتن شخصیت و پرستیژ اجتماعی، شغل مقبول، خوش اخلاق و مهربان و متواضع، با پشتکار و سرسخت، اهل کار و با انگیزه‌ی پیشرفت بالا (همه‌ی این ویژگی‌ها بدون ذکر وظایف و سهم خود) - وضعیت مالی شوهر آینده ام، اخلاق و ایمان داشته باشد - مرد جذاب و زیبا، تکیه گاه امن، کنارم بماند و همراهیم کند، پایین پله‌ها منتظر من، هیجان زده از دیدن من، کنار من هر کاری را انجام دهند، محافظت از من | ۱۴ | ۵۶٪ |
| بر دیگری | - باید کوهی از توقعات طرف مقابل را به دوش بکشی، باید برای خوب زندگی کردن سعی کنی خودت را با او وفق دهی، هر چه سعی می‌کنی طرف مقابل را راضی نگه داری، نمی‌شود - نیاز روحی و محبت به یک مرد، ترس از ازدواج به خاطر تصورات غیر قابل انتظار از مرد | ۲ | ۰۸٪ |
| بر رابطه | - لباس عروس و داماد، در خانواده مرد و زن با هم ازدواج می‌کنند، انتظارات طرفین - دو طرف، نوع حرف زدن و رابطه، همدلی، کمک هم، پیشرفت طرفم را فراهم کنم، همراهی با من، با هم، در کنار هم - پسر نوجوانی دارم که در نشاط و شادمانی من تأثیر زیادی دارد (رابطه با فرزند نه همسر) - بعد از هفت سال تازه فهمیدم خودم با شوهرم یک خانواده هستیم، جدا از خانواده‌ی هسته‌ی خود (شروع تمرکز بر رابطه) | ۷ | ۲۸٪ |
| بدون تمرکز | - وقتی وارد رابطه‌ی عاطفی می‌شوم، خیلی از آرزوهای خود را نادیده می‌گیرم، بنابراین فعلا از برقراری رابطه‌ی عاطفی دوری می‌کنم | ۲ | ۰۸٪ |
| | جمع کل | ۲۵ | ۱۰۰٪ |

همانطور که در جدول بالا می‌بینیم بیش از نیمی از پاسخ‌گویان بر ارضای نیازهای خود بدون توجه به لزوم ارضای نیاز دیگری تمرکز دارند. در تمرکز بر رابطه، موردی که تمرکز بر فرزند وجود دارد، یا موردی که بعد از هفت سال از ازدواج متوجه تمرکز بر رابطه شده است، دیده می‌شود. در تمرکز بر دیگری پاسخ‌گو آنقدر توقعات طرف مقابل را زیاد می‌داند که آن را غیر قابل برآورده کردن می‌یابد، نه آنکه از روی احساس وظیفه، بر نیاز دیگری تمرکز داشته باشد. چنین واقعیتی می‌تواند روابط صمیمی دراز مدت را در معرض خطر و فروپاشی قرار دهد. دو مورد هم به دلیل ناامیدی، خود را از این رابطه دور نگه می‌دارند.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های این پژوهش پس از مطالعه و بازخوانی و تکرار مطالعه‌ی پاسخ‌آزمودنی‌ها به پرسش «تخیلات، آرزوها، تصورات ذهنی و درک خود را در مورد ازدواج در سه دوره‌ی کودکی، نوجوانی و حال حاضر بنویسید»، با کد گذاری، و طبقه‌بندی پاسخ‌ها بر اساس دو محور: (۱) آسیب‌شناسی بر اساس نوع طرحواره‌های ناسازگار اولیه، (۲) مکان تمرکز در بیان نیازهای فرد در ازدواج طبقه‌بندی شد. اطلاعات دوران کودکی و نوجوانی در صورتی که در حال حاضر اطلاعات متفاوتی ارائه نشده بود، کدگذاری و اگر اطلاعات جدیدی ارائه شده بود، اطلاعات کودکی کدگذاری نشد.

هدف این پژوهش تبیین کیفی آسیب‌شناسی ازدواج بر اساس طرحواره‌های ناسازگار پرورش یافته در اثر نحوه‌ی ارضای نیازهای بنیادین در کودکی و نحوه‌ی ارضای این نیازها در روابط بین فردی بود. بنابراین استنباط کمی و تعمیم‌پذیری یافته‌ها به عنوان هدف در نظر گرفته نشده بود. اما فراوانی‌های مربوط به یافته‌ها نیز گزارش شد. نوشته‌های آزمودنی‌ها نشان داد آنچه به ازدواج آسیب می‌رساند ناتوانی در برقراری دلبستگی‌های ایمن و ارضاکننده با دیگران عمدتاً در اثر محرومیت هیجانی، تأکید بر پیروی از قوانین انعطاف‌ناپذیر، ناتوانی در شکل‌دهی هویتی مستقل، عدم رعایت حقوق

دیگران و سرکوبی نیازهای بنیادین برای کسب محبت و تأیید است.

بیشترین طرحواره‌ی ناسازگار مشاهده شده مربوط به محرومیت هیجانی است. این طرحواره مربوط به حیظه‌ی جدایی و طرد است. افرادی که در این حیظه قرار می‌گیرند، قادر به برقراری دلبستگی‌های ارضاکنده و ایمن با دیگران نیستند. نیازهای بنیادین امنیت، آرامش خاطر، پذیرش، حمایت، ثبات، همدلی و راهنمایی در این افراد برآورده نشده است. جبران افراطی این طرحواره ممکن است به صورت منفی‌گرایی / بدبینی، حق به جانب بودن / بزرگ منشی (پرتوقعی و خود شیفتگی) و تأیید جویی / پذیرش جویی باشد. فراوانی نسبتاً بالای این طرحواره‌ها در آزمودنی‌ها نیز می‌تواند نشانگر جبران طرحواره‌ی بنیادین محرومیت هیجانی باشد. جبران افراطی احساس‌های محرومیت هیجانی گاهی به صورت خود شیفتگی بروز می‌کند. به این خود شیفتگی حق به جانب بودن شککننده گفته می‌شود. این افراد به سبکی رفتار می‌کنند که انگار کاملاً محق هستند محرومیت هیجانی خود را به نحو افراطی جبران کنند. این افراد در دوران کودکی در عین حال که محروم بوده‌اند، گاه بیش از حد ارضا شده‌اند. این‌ها به نحوی پرورش یافته‌اند که فکر می‌کنند بسیار مهم هستند و تمامی تقاضاهای آن‌ها باید برآورده شود (صلواتی و یزدان دوست، ۱۳۸۹). به نظر می‌رسد نیاز این افراد به مراقبت و حمایت بیش از حد برآورده شده اما از نظر همدلی تشنه هستند. احتمالاً والدین با نظارت زیاد بر کارهای فرزندان، در واقع آنان را از حس همدلی و پذیرش محروم کرده‌اند.

حوزه‌ی طرحواره‌ی مشاهده شده دیگر حوزه‌ی مرزهای مختل (بزرگمنشی - استحقاق) است. ذوالفقاری و همکاران (۱۳۸۷) نیز در تحقیق خود به این نتیجه رسیده‌اند که حوزه‌ی مرزهای مختل مهمترین پیش‌بینی‌کننده‌ی صمیمیت زناشویی می‌باشد. از نظر رافائلی و همکاران (۲۰۱۱) مرزهای مختل به معنای نقص در محدودیت‌های درونی، احساس مسئولیت نسبت به دیگران یا اهداف دراز مدت زندگی می‌باشد. این طرحواره‌ها غالباً به عدم توانایی در احترام گذاشتن به دیگران، همکاری با

آنان، پذیرش تعهدات و تعیین اهداف شخصی واقعی و رسیدن به این اهداف منجر می‌شوند. یکی از این طحرواره‌ها استحقاق و بزرگ منشی است. فردی که این طحرواره‌ها را دارد عقیده دارد از دیگران بالاتر است و برای خود حقوق و امتیازات ویژه‌ای قائل است یا خود را مقید به قوانین متقابلی که تعاملات اجتماعی را هدایت می‌کنند، نمی‌داند. یانگ و گلوسکو (۱۹۹۷) به نقل از ذوالفقاری و همکاران) می‌گویند این افراد درک نمی‌کنند چرا دیگران (از جمله همسر) از دست آن‌ها ناراحتند و مسئولیتی در برابر این مسئله قبول نمی‌کنند. آن‌ها کمتر نسبت به احساس شرکای زندگی نگران می‌شوند. فردی که طحرواره‌ی استحقاق دارد، مجذوب خود است و فقط به خودش توجه می‌کند و تعهدی به احترام متقابل که برای رابطه‌ی سالم انسانی ضروری است، ندارد. این امر ممکن است پیش بینی‌کننده‌ی فاصله گرفتن بیشتر باشد. با توجه به فراوانی بالای تمرکز بر ارضای نیازهای خود می‌توان گفت آزمودنی‌ها، طحرواره محرومیت هیجانی را به صورت استحقاق برآورده شدن نیازهای خود به وسیله‌ی شریک زندگی (طحرواره‌ی بزرگمنشی / استحقاق) جبران می‌کنند. بنابراین این یافته با یافته‌ی ذوالفقاری و همکاران موافق است.

پس از محرومیت هیجانی، بازداری هیجانی، بزرگمنشی / استحقاق و تایید جویی / پذیرش جویی دیده شد. این یافته متفاوت با یافته‌های ذوالفقاری و همکاران (۱۳۸۷) است که در آن پس از مرزهای مختل حوزه‌ی "خودمختاری و عملکرد مختل" بیشترین سهم را در پیش بینی صمیمیت دارد. در پژوهش ذوالفقاری بازداری هیجانی رتبه‌ی بعدی را دارد. در این مورد باید اشاره کرد که هدف این پژوهش استنباط آماری و یافته‌های کمی نبوده است. بنابراین نباید در مورد فراوانی‌های مشاهده شده استنباط آماری کرد. به علاوه این تفاوت می‌تواند به دلیل تفاوت در نمونه باشد. نمونه‌ی آزمودنی‌های ذوالفقاری و همکاران از کارکنان فولاد مبارکه‌ی ساکن شهر اصفهان بوده است که در مرحله‌ی ششم چرخه‌ی زندگی (خانواده با فرزندان مدرسه رو) قرار داشتند و زنان و همسرانشان با هم در این پژوهش شرکت کردند. در پژوهش حاضر تنها از دانشجویان مؤنث مجرد و متأهل

استفاده شده که از شهرستان‌های مختلف کشور بودند.

در مورد ارضای نیازها، فراوانی بالای تمرکز بر ارضای نیازهای خود (۱۴) مورد، دقیقاً برابر با جمع فراوانی طرحواره‌های محرومیت هیجانی و بزرگمنشی / استحقاق (۴ و ۱۰) بود که این مسأله نشانگر آن است که افراد محرومیت‌های خود را به صورت خودشیفتگی و تمرکز بر نیازهای خود جبران کرده‌اند. از نظر کلاین بل (۲۰۱۱) هنگامی که افراد نیازهای روان رنجورانه‌ی خود را وارد رابطه می‌کنند، چنان به نحو اغراق آمیز ابراز می‌شوند که هیچ کس نمی‌تواند آن‌ها را ارضا کند. در نتیجه نارضایتی و اعتراض به وجود می‌آید و چرخه‌های خود تداوم بخش خشم و تلافی جویی به رابطه آسیب می‌زند. یافته ای که جالب توجه است این است که تعداد پاسخگویان بدون طرحواره‌ی ناسازگار ۶ مورد و تعداد پاسخ گویان متمرکز بر رابطه ۷ مورد بوده است. در بررسی مورد به مورد نوشته‌های پاسخ گویان معلوم شد تمامی موارد بدون نشانه یا عبارتی دال بر طرحواره ناسازگار بر رابطه متمرکز بودند.

منابع

- اندوز، زهرا؛ حمیدپور، حسن. (۱۳۸۵). بررسی رابطه‌ی بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه، سبک دلبستگی و رضایت از زندگی زناشویی در زوجین. خلاصه‌ی مقالات دومین کنگره‌ی سراسری آسیب‌شناسی خانواده در ایران. تهران دانشگاه شهید بهشتی. ص ۲۵-۲۹.
- باستانی، سوسن؛ گلزاری، محمود و روشنی، شهره. (۱۳۸۹). طلاق عاطفی، علل و شرایط میانجی. *فصل‌نامه‌ی بررسی مسائل اجتماعی ایران*. شماره‌ی ۳ ص ۱-۲۰.
- خسروی، زهره؛ سیف، سوسن و عالی، شهربانو. (۱۳۸۶). بررسی رابطه‌ی بین فرایند طرحواره ای و نگرش به ازدواج. *فصلنامه‌ی پژوهش در سلامت روان شناختی*. ۱(۴) ۳۱-۴۰.
- ذوالفقاری، مریم؛ فاتحی زاده، مریم؛ عابدی، محمد رضا. (۱۳۸۷). تعیین رابطه‌ی بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه با ابعاد صمیمیت زناشویی زوجین شهر اصفهان. *فصل‌نامه خانواده پژوهی*. ۴ (۱۵) ۲۴۷-۲۶۱
- فتحی آشتیانی، علی؛ احمدی، خدابخش. (۱۳۸۳). بررسی ازدواج‌های موفق و ناموفق در بین دانشجویان. *دوماهنامه‌ی دانش‌ور رفتار*. (۷) ۹-۱۶.

- صلواتی، مزگان؛ یکه یزدان دوست، رخساره. (۱۳۸۹). طرحواره درمانی. تهران: نشر دانژه.
- محمدی، مرتضی. (۱۳۸۳). طلاق و سهم زن از زندگی. نشریه‌ی علمی پژوهشی *نامه‌ی مفید*. (۴۳) ۶۰-۳۱.
- یوسفی، رحیم؛ عابدین، علیرضا؛ تیرگری، عبد الحکیم و فتح آبادی، جلیل. (۱۳۸۹). اثربخشی مداخله‌ی آموزش مبتنی بر مدل طرحواره‌ها در ارتقاء رضایت زناشویی زوجین. *مجله‌ی روان‌شناسی بالینی*. سال دوم، شماره‌ی ۳ (۷) ۳۷-۲۵.
- Clinebell, H., & McKeever, S. B. C. (2011). Basic types of pastoral care and counseling: Resources for the ministry of healing and growth. Abingdon Press.
- Dulong, (2007). How can I keep from suffocating in a relationship? *Psychology Today, Vol 40*.
- Mojallal, M., Javadi, M. H. & Hosseinkhanzadeh, A. A. (2013). A comparison of early maladaptive schemas in single & married females. *Global Journal of Sociology*. 3 (2). 17-22.
- Muris, P. (2006). Maladaptive schemas in non-clinical adolescents: relations to perceived parental rearing behaviours, big five personality factors, and psychopathological symptoms. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13 (6) 405-413.
- Ortlieb, E. & Cheek, E. H. (2012). *Using informative assessments towards literacy instruction*. Emerland Group.
- Panahifar, S., Taghizade, M., Mahdavi, A., Salehi, S., & Esfandyari, H. (2014). Effectiveness of Schema-Focused Couple Therapy to Reduce Marital Relations Conflict Applicant for Divorce. *NATIONALPARK-FORSCHUNG IN DER SCHWEIZ (Switzerland Research Park Journal)*, 103 (1). 453-462.
- Rafeali, E.; Bernstein, D. P. ; Young, J. (2011). *Schema Therapy: The CBT Distinctive Features*. London: Routledge.
- Stiles, O. E. (2004). *Early Maladaptive Schemas and Intimacy in Young Adults' Romantic Relationships*. Unppublished doctoral dissertation, Alliant International University, San Francisco. On-Line Available: www. Proquest.com
- Strong, B. & Chohen, T. (2013). *The marriage and family experience Intimate relationships in a changing society*. Belmont, CA: Wadsworth.
- Thimm, J. C. (2013). Early maladaptive schemas and interpersonal problems: Acircumplex analysis of the YSQ-SF. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, 13, (1) 113-124.
- Weeks, G. R. (1989). *Treating couples: The internatinal model of the marriage council of philadelphia*. Newyork: Brunner/Mazel.
- Young J. E. , Klosko J. S. , Weishaar, M. E. ; (2003). *Schema therapy: a practitioner's guide*. New York: Guilford Press.