

رابطه سبک‌های دلبستگی با میزان شادکامی و توافق در مسائل زناشویی در دانشجویان زن متأهل دانشگاه

مهناز اصفری‌نژاد

کارشناس ارشد روان‌شناسی شخصیت

دکتر عصمت دانش

عضو هیأت علمی دانشگاه شهید بهشتی



چکیده

هدف از این پژوهش تعیین رابطه میان سبک‌های دلبستگی زنان متأهل با میزان شادکامی و توافق آن‌ها در مسائل زناشویی است. بدین منظور از میان همه زنان متأهل دانشگاه با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند در دسترس ۱۵۰ زن متأهل از دانشجویان کارشناسی و کارشناسی ارشد انتخاب شدند. آزمودنی‌ها پس از تکمیل پرسشنامه سبک‌های دلبستگی بزرگسالان هازن و شاور و مقیاس سازگاری زناشویی لاک و والاس براساس نمره‌ها و الگوهای دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا به سه گروه تقسیم شدند. پس از جمع‌آوری تحلیل داده‌ها با آزمون تحلیل واریانس یک راهه، آزمون تعقیبی توکی و مجذور خی در سطح ۹۵ و ۹۹ درصد اطمینان نتیجه گرفته شد که بین سبک دلبستگی زنان ایمن با سطح شادکامی آن‌ها در مقایسه با زنان با سبک دلبستگی ناایمن (اجتنابی و دوسوگرا) تفاوت معناداری وجود دارد ($F = 71/91$). زنان ایمن نسبت به زنان اجتنابی و دوسوگرا از نظر توافق متقابل با همسر، مشترک بودن در علایق، گذراندن اوقات

فراغت، آرزوی ازدواج نکردن و ادامه زندگی با همسر فعلی و اطمینان به همسر تفاوت معنادار داشتند. از نتایج این پژوهش که نشان‌دهنده اهمیت سبک دلبستگی زنان به عنوان مؤلفه مهم در زندگی زناشویی است می‌توان در مشاوره‌های قبل و بعد از ازدواج سود جست.

مقدمه

خانواده یکی از رکن‌های اصلی جامعه به شمار می‌رود و دستیابی به جامعه سالم آشکارا در گرو سلامت خانواده است و تحقق خانواده سالم به برخورداری افراد آن از سلامت روانی و داشتن رابطه‌های مطلوب با یکدیگر بستگی دارد (گری، ۱۳۷۶).

در این راستا مهم‌ترین عنصر در استحکام روابط زناشویی به یاد داشتن همیشگی عشق است. زن و شوهر زمانی احساس خوشبختی می‌کنند که تصویر ویژه و مهم بودن برای یکدیگر را داشته باشند، اندوه یکدیگر را درک و موفقیت‌هایشان را تحسین کنند (مظاهری، ۱۳۷۹).

زن و شوهری که همدیگر را دوست دارند به حضور یکدیگر وابسته‌تر می‌شوند؛ به طوری که نیاز دوست داشتن همسر به عنوان نیاز کلی به عشق کاهش می‌یابد و نیاز به عشق به شریک زندگی در لحظات نومیدی و بی‌عدالتی از سوی یکدیگر افزایش می‌یابد و تألم را تحمل پذیرتر می‌کند (گری، ۱۳۷۷).

از این رو کشمکش‌هایی که در روابط زناشویی بر اثر فقدان عشق و دوست داشتن و تفاهم به وجود می‌آید به موضوعات خاص مانند بهداشت روانی که شادکامی^۱ را در خود نهفته دارد و در نوع سبک دلبستگی زوجین متمرکز است (برنشتاین و برنشتاین، ۱۳۷۷).

اغلب مردم فکر می‌کنند که شادکامی همان رضایت است، ولی واقعیت این است که شادکامی پایدارتر و آسیب‌پذیرتر است. شادکامی بخشی از عشق بی‌قید و شرط نسبت به زندگی است و نه توقع برآورده شدن تمام خواسته‌ها و انتظارات! اگر انسان خود را به بینش و انتظار خاصی از زندگی محدود کند، شکستی و غیرقابل انعطاف می‌شود.

1. Happiness

سربازی می‌شود که برای رسیدن به دستاورد معینی می‌جنگد، همیشه با تصور شکست و ناکامی زندگی می‌کند در حالی که شادی خود به خود یعنی شکست‌ناپذیری و این که همه چیز را در مجموع بپذیریم، همیشه در صحنه حاضر باشیم تا با هر اتفاقی که در راه است، روبرو شویم (مجرد زاده کرمانی، ۱۳۸۲).

زندگی مشترک جنبه‌های مثبت و منفی دارد. جنبه‌های مثبت آن صمیمیت، شراکت و نگرش مثبت به یکدیگر است. منظور از نگرش مثبت این است که طرفین کلاً با این دید به یکدیگر نگاه کنند که محاسن را ببینند و از معایب چشم‌پوشند. زن و شوهر باید بپذیرند که زندگی واقعاً تلخی و شیرینی دارد و سعی کنند سهم شیرینی را افزایش دهند (گنجی، ۱۳۸۰).

بر این اساس، ساختار یک خانواده متعادل بر پایه روابط زناشویی صحیح استوار است. یکی از عوامل مهم در استحکام این رابطه سبک دلبستگی^۱ زوجین است. در این رابطه جان بالبی^۲ معتقد بود که «نظریه دلبستگی» فقط نظریه تحول کودک نیست بلکه نظریه تحول در «گستره حیات» نیز هست (مظاهری، ۱۳۷۹).

در گسترش نظریه دلبستگی، بالبی، فرضیه فروید^۳ را مبنی بر این که رابطه نوزاد - والدین الگوی اولیه روابط عاشقانه بعدی است، حفظ کرد. این فرضیه بیان می‌کند که نظام دلبستگی در روابط والدین - کودک و هم پس از آن در روابط عاشقانه فعال است و در نوزادی، کودکی و بزرگسالی روابط دلبستگی تأثیرات نیرومند بر رفتار، شناخت‌ها و هیجان‌ها دارند. این فرضیه الگو یا کیفیت دلبستگی در رابطه والدین - کودک را مشابه یا حتی تأثیرگذار در الگو یا کیفیت دلبستگی در روابط عاشقانه بعدی می‌داند (کراول و تریاکس^۴، ۲۰۰۱).

از این روی فرآیند دلبستگی بر تأثیر نخستین روابط کودک با مراقبت‌کننده (مادر) صحه می‌گذارد (کول و کول^۵، ۱۹۹۳). طبق نظر بالبی، ۱۳۶۹، ۱۹۷۳، ۱۹۸۰، ۱۹۸۲، نوزادان به طور ژنتیکی در حدود شش تا دوازده ماهگی شروع به تشکیل پیوند دلبستگی می‌نمایند (مورتون و براون^۶، ۱۹۹۸).

1. Attachment styles
4. Crowell & Treboux

2. John Bowlby
5. Cole & Cole

3. Freud
6. Morton & Browne

بعد از شکل‌گیری دلبستگی، هر شکلی از شکل‌های مختلف آن تأثیرات ویژه آن سبک را بر شخصیت نشان می‌دهد و با توجه به تعامل مادر کودک و دلبستگی‌هایی که آن‌ها به هم دارند از آن سبک دلبستگی تأثیر می‌پذیرد (کروز و براس لاوسکی^۱، ۲۰۰۲). همچنین آینزورث^۲ (۱۹۹۱) که نظریه دلبستگی بالبی را گسترش داد با توجه به دو پدیده پایگاه امن^۳، نشان داد که فردی با دلبستگی ایمن، کنش‌وری و کارآمدی خود را در رابطه با همسر تسهیل می‌کند و به خود اجازه می‌دهد تا با اطمینان روابط زناشویی خود را توسعه دهد و به فعالیت‌های مختلف بپردازد.

طبق نظریه داروین، دلبستگی یک ویژگی بهنجار و سالم انسان‌ها در چرخه حیات است تا اینکه یک نشانه مربوط به عدم رشد که نیازمند رشد باشد (کسیدی و شاور^۴، ۱۹۹۹).

بلسکی^۵ (۱۹۹۹) بیان می‌کند: «شگفت‌آور نیست که بسیاری هنوز این را مسلم می‌دانند که رفتار دلبستگی به این دلیل بروز می‌کند که بقای گونه‌ها را افزایش دهد».

نظریه پردازان کردارشناس بر این باورند، خلق و خوبی را که کودک از محیط دریافت می‌کند عمدتاً از مادر کسب می‌کند و بر سبک دلبستگی و شخصیت کودک در مراحل بعدی زندگی به ویژه در دوره بلوغ اثر دارد و نیز تعیین‌کننده سبک دلبستگی فرد در بزرگسالی است (هارلوک^۶، ۱۹۹۸).

همچنین نظریه دلبستگی در بسیاری از دیدگاه‌های مهم با نظریه‌های روانکاوی دارای وجوه مشترک است: اول این که سازش‌های اولیه دارای تأثیرات عمیق و طولانی‌مدت بر شخصیت، احساس و رفتار فرد می‌باشند؛ دوم آن که بسیاری از انگیزه‌های انسان ناخودآگاه است و سوم آن که رشد بازتاب ساختاری بنیادی و منسجم است. از این روی، نظریه پرداز نظریه دلبستگی نظیر روانکاوه علاقه‌مند است بدانند که این لبخندها برای طرف مقابل چه مفهومی دارد. کدام لبخند بیانگر شادی و عشق است، کدام لبخند تنش و عصبانیت را پنهان می‌کند و چه راه‌های ارتباط دیگری بر روابط مرد یا زن که در حال مشاهده آن هستند، تأثیر می‌گذارد (کسیدی و شاور، ۱۹۹۹).

1. Krousz & Braslavsky

2. Ainsworth

3. Secure base phenomenon

4. Cassidy & Shaver

5. Belsky

6. Hurlock

برمن و اسپرلیگ^۱ (۱۹۹۴) و کاولو^۲ (۲۰۰۱) نیز معتقدند دلبستگی بزرگسالان گرایش پایدار شخص به تلاش ویژه است که دست یافتن به حفظ هم‌جواری و ارتباط، با یک یا چند شخص خاص صورت می‌گیرد که توانایی فراهم آوردن سلامت و امنیت جسمی و روان‌شناختی را دارند.

وست و شلدون کلر^۳ (۱۹۹۴) دلبستگی بزرگسالان را به عنوان روابط دو به دوی تعریف می‌کنند که هم‌خوانی با یک شخص ترجیح داده می‌شود و منجر به «احساس ایمنی» می‌گردد. روابط دلبستگی در بزرگسالان فرایند متقابلی را می‌طلبد که در برگیرنده هر دو کنش جستجوی مراقبت (دلبستگی) و ارائه مراقبت باشد.

پاره‌ای از محققان با تعیین سبک‌های دلبستگی بزرگسالان^۴ به پیش‌بینی آشفتگی در روابط بین فردی می‌پردازند. افرادی که سبک دلبستگی اجتنابی^۵ دارند از نزدیکی، صمیمیت و تعامل اجتماعی اجتناب می‌ورزند، کسانی که دارای سبک ایمن^۶ هستند در تعامل اجتماعی و صمیمیت راحت‌اند؛ سبک دوسوگرا^۷ «مقاوم» شامل کسانی است که هم صمیمیت، نزدیکی و تعامل اجتماعی را جویا هستند هم از آن اجتناب می‌کنند (ریبر^۸، ۱۹۸۱). این سه نوع سبک دلبستگی در پژوهش‌های تجربی لورنزی و ساسارلی (۱۹۸۷)^۹ به چهار سبک دلبستگی مطمئن، نایمن اجتنابی، نایمن مقاوم و سبک سازمان‌نیافته تقسیم شده است. در نوع دلبستگی مطمئن، ساخت ذهنی خود را از خود و از ساخت دیگری که با آن رابطه برقرار کرده مثبت است و در این چرخه مثبت هر دو متقابلاً یکدیگر را تقویت می‌کنند. در سبک دلبستگی نایمن اجتنابی، الگویی که خود از خود می‌سازد برای خودش قابل اعتماد است، اما هرگز از دیگران کمک نمی‌خواهد. در سبک دلبستگی نایمن مقاوم، «دیگری» مثبت و قابل اعتماد، در حالی که «خود» منفی و غیرقابل اعتماد است. در این صورت خود را می‌یابد که او دیگران را دوست دارد ولی دوست‌داشتنی نیست و از طرف قطب «دیگری» کنترل شدیدی وجود دارد. در سبک دلبستگی سازمان‌نیافته، افراد به‌طور کلی واکنش‌های غیرعادی مثل بهت، توقف کامل، رفتار قالبی، و گمگشتگی را نشان می‌دهند (لورنزی و ساسارلی، ۱۳۸۰).

1. Berman & Sperlig

4. Adult attachment

7. Ambivalent

2. Cloulow

5. Avoidant

8. Reber

3. West & Sheldon-keller

6. Secure

9. Lorenzini & sassarly

تحقیقات در زمینه «دلبستگی» نشان‌دهنده این است که دلبستگی نقش مهمی را در پیوندهای بزرگسالان نظیر «روابط عاشقانه و روابط زناشویی^۱» بازی می‌کند. پژوهش‌هایی که در مورد روابط زناشویی همسران انجام گرفته است بر وجود تفاهم و تأثیر سبک‌های دلبستگی در روابط زناشویی صحه می‌گذارد. مجموعه این پژوهش‌ها این نکته را برجسته می‌کند که «دلبستگی بزرگسالان» در زندگی زناشویی بسیار با اهمیت است، ولی ممکن است تفاوت‌های بارزی از جهات گوناگون میان همسران با توجه به سبک‌های دلبستگی (ایمن، اجتنابی، دوسوگرا) وجود داشته باشد (مظاهری، ۱۳۷۹).

با توجه به استمرار سبک‌های دلبستگی از کودکی به بزرگسالی و نیز اهمیتی که تأثیر نوع سبک دلبستگی در ایجاد آرامش یا بروز هیجان‌ها و آشفتگی‌های روحی در زندگی زناشویی دارد، هدف اصلی این تحقیق تعیین رابطه سبک‌های دلبستگی (ایمن، اجتنابی، دوسوگرا) با میزان شادکامی و توافق در مسائل زناشویی دانشجویان زن متأهل است. لذا فرضیه‌های پژوهشی زیر مد نظر است:

۱- سطح شادکامی زنان متأهل با سبک دلبستگی ایمن، بیشتر از زنان متأهل با سبک دلبستگی نایمن (اجتنابی و دوسوگرا) است.

۲- در صورت فقدان توافق با همسر در زنانی که الگوی دلبستگی ایمن دارند حصول توافق و بده بستان متقابل بیشتر از زنانی است که الگوی دلبستگی نایمن دارند.

۳- زنانی که الگوی دلبستگی ایمن دارند در گذراندن اوقات فراغت و علایق خارجی با همسرشان هماهنگی بیشتری نسبت به زنانی که الگوی دلبستگی نایمن دارند نشان می‌دهند.

۴- زنانی که دلبستگی ایمن دارند کمتر از زنانی که دلبستگی نایمن دارند، آرزو می‌کنند که هرگز ازدواج نکرده بودند.

۵- زنانی که دلبستگی ایمن دارند بیشتر از زنانی که دلبستگی نایمن دارند آرزو می‌کنند که زندگی خود را دوباره با همین شخص شروع کنند که در حال حاضر همسر او است.

1. Romantic and marital relationship

۶- زنانی که دلبستگی ایمن دارند بیشتر از زنانی که دلبستگی ناایمن دارند به همسرشان اطمینان دارند.

روش پژوهش

جامعه و نمونه آماری

جامعه آماری پژوهش حاضر دانشجویان زن متأهل در حال تحصیل در رشته‌های روان‌شناسی، ادبیات فارسی و زبان انگلیسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج بود. انتخاب نمونه با روش نمونه‌گیری هدفمند در دسترس انجام شد. نمونه پژوهش شامل ۱۵۰ آزمودنی است. آزمودنی‌ها ابتدا پرسشنامه مقیاس سبک دلبستگی بزرگسالان و پرسشنامه سازگاری زناشویی (MAT)^۱ را تکمیل کردند. سپس به سه گروه ۵۰ نفری با الگوهای دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا تقسیم شدند. محدوده سنی آن‌ها بین ۲۵ تا ۳۰ سال و میانگین سنی زنان در گروه‌های ایمن، اجتنابی و دوسوگرا به ترتیب ۲۶/۸۶، ۲۶/۹۶، ۲۶/۶۰ و طول مدت زندگی زناشویی بین ۵ تا ۱۵ سال بود.

ابزار پژوهش

مقیاس سبک‌های دلبستگی بزرگسالان

این پرسشنامه را هازن و شاور^۲ در سال ۱۹۷۸ و براساس این فرض ساختند که دلبستگی یک ویژگی شخصیتی پایاست و به میزان قابل ملاحظه‌ای روابط عاطفی را در طول زندگی تعریف می‌کند. بنابراین می‌توان از روی ادراک شخص از روابط صمیمانه، سبک دلبستگی وی را شناسایی کرد. این پرسشنامه شامل سه پاراگراف است که هر عبارت توصیفی از احساس‌های فرد درباره راحتی یا نزدیکی و صمیمیت در روابط است. پاراگراف اول سبک دلبستگی ایمن، پاراگراف دوم سبک دلبستگی اجتنابی و پاراگراف سوم سبک دلبستگی دوسوگرا را نشان می‌دهند. در این پژوهش هرگاه آزمودنی پاراگراف اول را به عنوان بهترین گزینه درباره احساس خود برگزیند به عنوان ایمن و هرگاه، یکی از دو پاراگراف دوم و سوم را برگزیند به عنوان ناایمن شناخته می‌شود (موریس^۳ و همکاران، ۲۰۰۱).

1. Marital Adjustment Test (MAT)

2. Hazan & Shaver

3. Muris

اعتبار و روایی

خصوصیات روان‌سنجی ابزار خود گزارش‌دهی مذکور را رضایت‌بخش گزارش کرده‌اند. این ابزار نشان داده است که می‌تواند به شکلی بسیار قدرتمند خصوصیات ارتباطی را پیش‌بینی کند (فینی و نولر، ۱۹۹۶^۱). میکولینسر^۲ و همکاران بیان می‌کنند که بزرگسالانی که خود را ناایمن معرفی کرده‌اند (اجتنابی و دوسوگرا) فشار روانی بیشتری را در موقعیت‌های تهدیدکننده تجربه می‌کنند و بیشتر از افراد ایمن مستعد اضطراب و افسردگی هستند (پریل و شمایی، ۱۹۹۵^۳ به نقل از موريس و همکاران، ۲۰۰۱). روش انتخاب اجباری پاره‌ای محدودیت‌های روان‌سنجی و آماری ایجاد می‌کند. به منظور غلبه بر این محدودیت‌ها و مشکلات پاره‌ای از محققان (به عنوان مثال: لوی و داوس، ۱۹۸۸^۴ به نقل از فینی و نولر، ۱۹۹۰) این توصیف‌ها را به کار برده‌اند اما از پاسخ‌دهندگان خواسته‌اند تا کاربردپذیری هر یک از توصیف‌های سه‌گانه را در مورد توصیف خودشان روی مقیاس لیکرت نشان دهند. پایای تست با محاسبه آلفای کرونباخ در این پژوهش ۰/۸۹ است (مظاهری، ۱۳۷۹).

پرسشنامه مقیاس سازگاری زناشویی MAT

این مقیاس که در سال ۱۹۵۹ به وسیله لاک و والاس^۵ تهیه شده است یک پرسشنامه خود گزارش‌دهی کوتاه است که به منظور اندازه‌گیری کیفیت کنش‌وری ازدواج مورد استفاده قرار می‌گیرد و حاوی پانزده ماده در سه قسمت است. قسمت اول (سؤال ۱) مربوط به شادکامی است که روی یک مقیاس نمره‌گذاری ۷ درجه‌ای (از بسیار ناشادمان تا بسیار زیاد شادمان) نشان داده شده است، قسمت دوم (سؤال ۲ تا ۹) شامل مقیاس رتبه‌ای (همیشه موافق، تقریباً همیشه موافق، خیلی وقت‌ها موافق، گاهی ناموافق، تقریباً همیشه ناموافق، همیشه ناموافق) است و قسمت سوم (سؤال ۱۰ تا ۱۵) شامل سؤالات چندگزینه‌ای است. قسمت دوم و سوم این پرسشنامه حدود تقریبی توافق یا عدم توافق بین همسران را نشان می‌دهد، که در این پژوهش از قسمت اول و سوم این پرسشنامه

1. Feeney & Noller

2. Mikulincer

3. Priel & Shemai

4. Levy & Davis

5. Locke & Wallace

استفاده شده است. نمرات ۱۰۰ و بالاتر در قسمت دوم رضایت از ازدواج و نمرات پایین‌تر نشان‌دهنده تیندگی در روابط زناشویی^۱ است، میانگین نمره سازگاری برای یک گروه به خوبی سازگار^۲ ۱۳۵/۹ و میانگین نمرات برای یک گروه ناسازگار^۳ ۷۱/۷ است (مظاهری، ۱۳۷۹).

اعتبار و روایی

لاک و والاس (۱۹۵۹)، کلمن و میلر (۱۹۷۵)^۴ و ویس و مارگولین (۱۹۷۷)^۵ معتقدند که آزمون سازگاری زناشویی لاک و والاس در ادبیات روان‌شناختی به عنوان ابزار معتبر اندازه‌گیری رضایت از ازدواج شناخته می‌شود. این آزمون با کاربرد روش دو نیمه کردن^۶ پایایی و روایی بسیار بالای ۰/۹۰ را نشان داده است (لاک و والاس، ۱۹۵۹ به نقل از مظاهری، ۱۳۷۹).

مطالعات مربوط به پایانی و اعتبار این آزمون مثبت بوده‌اند. اسپانیر (۱۹۷۶)^۷، ضریب همسانی درونی ۰/۹۶ و اعتبار ملاکی بالایی را برای این مقیاس گزارش می‌کند. پرسشنامه خودسنجی MAT شاخص‌های کلی درماندگی زناشویی را تعیین می‌کند. این ابزار برداشت‌های ذهنی مربوط به میزان رضایت را به دست می‌آورد. مزایای این مقیاس، سادگی اجرا، استواری بالا^۸ در طول زمان و هنجارهایی است که به درستی فراهم شده‌اند. براساس این ویژگی‌ها از این آزمون به‌طور مکرر به عنوان وسایل غربالگری در جهت متمایز کردن زوج‌های راضی و ناراضی استفاده می‌شود (برنشتاین و برنشتاین، ۱۳۷۷).

نتایج

در این بخش با توجه به فرضیه‌های پژوهش به تحلیل یافته‌ها می‌پردازیم. جدول ۱ میانگین‌ها و انحراف معیارهای شادکامی زنان با سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا را نشان می‌دهد.

1. Marital distress	2. Well-adjusted group	3. Maladjusted group
4. Coleman & Müller	5. Weiss & Margolin	6. Split-half
7. Spanier	8. Stability	

بیا آزمون فرضیه اول پژوهش همان طور که نتایج تحلیل واریانس یک راهه $F = 71/91$ در جدول ۲ نشان می دهد، تفاوت معناداری در سطح شادکامی زنان با سبک های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در سطح معناداری $P \leq 0/0001$ مشاهده می شود.

جدول ۱ - میانگین و انحراف استاندارد شادکامی زنان با سبک های دلبستگی

انحراف استاندارد شادکامی	میانگین شادکامی	انحراف استاندارد سبک های دلبستگی	میانگین سبک های دلبستگی	تعداد آزمودنی ها	شاخص های آماری سبک های دلبستگی گروه ها
0/88	4/08	0/82	7/66	50	ایمن
0/28	3/04	0/63	7/82	50	اجتنابی
0/45	2/72	0/77	7/34	50	دوسوگرا

جدول ۲ - نتایج تحلیل واریانس یک راهه سطح شادکامی زنان با سبک دلبستگی ایمن در مقایسه با زنان با سطح دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا

سطح معناداری	F	Ms میانگین مجذورات	Df درجه آزادی	SS مربع مجذورات	منبع تغییرات
0/0001	71/91	25/28	2	50/56	بین گروه ها
		0/352	147	51/68	درون گروه ها
			149	102/24	کل

با معنادار شدن F برای تعیین این که معنادار بودن تفاوت میانگین های سه گروه زنان با سبک های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در رابطه با گروه های ایمن با اجتنابی، ایمن با دوسوگرا و اجتنابی با دوسوگرا، از آزمون تعقیبی توکی (HSD) استفاده شد و نتایج در جدول ۳ ارائه گردید.

جدول ۳ - مقایسه معناداری میانگین‌های سطح شادکامی زنان با سبک‌های دل‌بستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا با آزمون توکی

گروه‌ها	تفاوت میانگین‌ها	سطح معناداری
ایمن با اجتنابی	۱/۰۴	۰/۰۰۰۱
ایمن با دوسوگرا	۱/۳۶	۰/۰۰۰۱
اجتنابی با دوسوگرا	۰/۳۲	۰/۰۲

همان‌طور که نتایج آزمون توکی نشان می‌دهد سطح شادکامی زنان ایمن در سطح ۹۹ درصد اطمینان بیشتر از زنان اجتنابی و دوسوگرامست و همچنین سطح شادکامی زنان اجتنابی در سطح ۹۸ درصد اطمینان بیشتر از زنان دوسوگرا می‌باشد.

با آزمون فرضیه دوم مبنی بر این که در صورت فقدان توافق با همسر، زنانی که الگوی دل‌بستگی ایمن دارند حصول توافق و بده‌بستان متقابل بیشتری نسبت به زنانی که الگوی دل‌بستگی نایمن دارند نشان می‌دهند، نتایج به‌دست آمده در جدول ۴ نشان می‌دهد که در صورت فقدان توافق با همسر، ۲۱ نفر از زنان ایمن، ۱۲ نفر از زنان اجتنابی و ۱۲ نفر از زنان دوسوگرا تسلیم همسرانشان می‌شوند و زنان ایمن گذشت بیشتری در مورد ایجاد توافق نشان می‌دهند. براساس نتایج آزمون خی‌دو $\chi^2 = 15/24$ با سطح معناداری $P \leq 0/0001$ ، تفاوت معناداری بین بده‌بستان متقابل برای حصول توافق زنان ایمن و نایمن وجود دارد.

جدول ۴ - نتایج فقدان توافق با همسر در حصول توافق و بده‌بستان متقابل، همراه با نتیجه آزمون خی‌دو بین زنان با سبک‌های دل‌بستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا و پیش‌بینی واکنش همسرانشان

گروه‌ها	تسلیم شدن شوهر	تسلیم شدن زن	حصول توافق	تعداد کل	χ^2 مجذور خی	df	سطح معناداری
ایمن	۵	۲۱	۲۴	۵۰	۱۵/۲۴	۲	۰/۰۰۰۱
اجتنابی	۱۱	۱۶	۲۳	۵۰			
دوسوگرا	۱۵	۱۲	۲۳	۵۰			
کل	۳۱	۴۹	۷۰	۱۵۰			

با آزمون فرضیه سوم مبنی براین که زنانی که الگوی دلبستگی ایمن دارند در گذراندن اوقات فراغت و علایق خارجی با همسرشان هماهنگی بیشتری نسبت به زنانی که الگوی دلبستگی ناایمن دارند. همان طور که نتایج جدول ۵ نشان می دهد مشخص شد که ۳۸ نفر از زنان با الگوی دلبستگی ایمن، ۲۹ نفر از زنان اجتنابی و ۲۹ نفر از زنان دوسوگرا در بسیاری از علایق با همسرشان مشترک هستند. نتایج آزمون خی دو نیز $\chi^2 = ۱۶۲/۶۹$ در سطح معناداری $P \leq ۰/۰۰۰۱$ ، نشان داد که تفاوت معناداری بین زنان با الگوی دلبستگی ایمن در گذراندن اوقات فراغت با همسرشان نسبت به زنان ناایمن وجود دارد.

جدول ۵ - نتایج مشترک بودن علایق خارجی در همسران، همراه با نتیجه آزمون خی دو بین زنان با سبک های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا

گروه ها	همه علایق	بسیاری از علایق	تعداد بسیار کمی از علایق	هیچیک از علایق	تعداد کل	χ^2 مجذور خی	df	سطح معناداری
ایمن	۳	۳۸	۹	۵۰	۱۰۰	۱۶۲/۶۹	۳	۰/۰۰۰۱
اجتنابی	۰	۲۹	۲۰	۵۰	۹۹			
دوسوگرا	۰	۲۹	۲۱	۵۰	۱۰۰			
کل	۳	۹۶	۵۰	۱۵۰	۱۵۰			

همچنین نتایج جدول ۶ و ۷ در مورد گذراندن اوقات فراغت نشان می دهد که ۳۰ نفر از زنان ایمن و اجتنابی مایلند در خانه بمانند و ۲۰ نفر از آنها مایلند از خانه بیرون بروند در صورتی که ۳۹ نفر از زنان دوسوگرا تمایل دارند در خانه بمانند و فقط ۱۱ نفر از آنها مایلند از خانه بیرون بروند. همین طور گذراندن اوقات فراغت از نظر همسر، زنان ایمن در مقایسه با زنان ناایمن اجتنابی و دوسوگرا، ۲۷ نفر از زنان ایمن، ۳۲ نفر از زنان اجتنابی و ۲۸ نفر از زنان دوسوگرا با توجه به دیدگاهی که زنان با الگوهای دلبستگی از همسرانشان دارند، مایلند در خانه بمانند و ۲۳ نفر از زنان ایمن، ۱۸ نفر از زنان اجتنابی و ۲۲ نفر از زنان دوسوگرا مایلند از خانه بیرون بروند. نتایج آزمون خی دو $\chi^2 = ۱۵/۳۶$ در سطح معناداری $P \leq ۰/۰۰۰۱$ ، در جدول ۶ نشان می دهد که در

گذراندن اوقات فراغت در بین زنان با الگوی دلبستگی ایمن و زنان نایمن اجتنابی و دوسوگرا تفاوت معناداری وجود دارد.

همچنین در مورد گذراندن اوقات فراغت از نظر همسر نتایج آزمون $\chi^2 = 3/84$ در سطح معناداری $P \leq 0/05$ ، در جدول ۷ نیز نشان می‌دهد که تفاوت معناداری بین زنان ایمن و زنان نایمن اجتنابی و دوسوگرا از این نظر وجود دارد.

جدول ۶ - نتایج گذراندن اوقات فراغت، همراه با نتیجه آزمون χ^2 دو بین زنان با سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا

گروه‌ها	از خانه بیرون بروید	در خانه بمانید	تعداد کل	χ^2 مجذورخی	df	سطح معناداری
ایمن	۲۰	۳۰	۵۰	۱۵/۳۶	۱	۰/۰۰۰۱
اجتنابی	۲۰	۳۰	۵۰			
دوسوگرا	۱۱	۳۹	۵۰			
کل	۵۱	۹۹	۱۵۰			

جدول ۷ - نتایج گذراندن اوقات فراغت از نظر همسر، همراه با نتیجه آزمون χ^2 دو بین زنان با سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا

گروه‌ها	از خانه بیرون بروید	در خانه بمانید	تعداد کل	χ^2 مجذورخی	df	سطح معناداری
ایمن	۲۳	۲۷	۵۰	۳/۸۴	۱	۰/۰۵
اجتنابی	۱۸	۳۲	۵۰			
دوسوگرا	۲۲	۲۸	۵۰			
کل	۶۳	۸۷	۱۵۰			

با آزمون فرضیه چهارم مبنی بر این که زنان با الگوی دلبستگی ایمن کمتر از زنانی که دلبستگی نایمن دارند آرزو می‌کنند که هرگز ازدواج نکرده بودند، نتایج جدول ۸ نشان

می دهد که در ۱۵ مورد زنان دوسوگرا خیلی وقت ها و در ۳۳ مورد زنان اجتنابی گاهی اوقات و ۱ مورد زنان ایمن آرزو می کنند که هرگز ازدواج نکرده بودند. ولی زنان ایمن ۳۱ نفر، اجتنابی ۱ نفر و دوسوگرا هیچ کدام هرگز آرزو نمی کنند که کاش ازدواج نکرده بودند. نتایج آزمون خی دو $X^2 = 25/94$ در سطح معناداری $p \leq 0/0001$ نیز نشان می دهد که بین زنان با الگوی دل بستگی ایمن در مقایسه با زنان نایمن اجتنابی و دوسوگرا از نظر هرگز ازدواج نکردن تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۸ - نتایج آرزو برای هرگز ازدواج نکردن، همراه با نتیجه آزمون خی دو در بین زنان با سبک های دل بستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا

گروه ها	خیلی وقت ها	گاهی اوقات	بندرت	هرگز	تعداد کل	X^2 مجذور خی	df	سطح معناداری
ایمن	۱	۲	۱۶	۳۱	۵۰	۲۵/۹۴	۳	۰/۰۰۰۱
اجتنابی	۳	۳۳	۱۳	۱	۵۰			
دوسوگرا	۱۵	۲۷	۸	۰	۵۰			
کل	۱۹	۶۲	۳۷	۳۲	۱۵۰			

با آزمون فرضیه پنجم که نتایج آن در جدول ۹ نشان داده شده است، مشخص می شود که در صورت شروع کردن دوباره زندگی زنان ایمن در ۴۸ مورد آرزوی ازدواج با همسر فعلی خود را دارند، در حالی که زنان اجتنابی در ۲۸ مورد و زنان دوسوگرا در ۲۳ مورد آرزوی ازدواج با همسر فعلی خود را دارند. از سوی دیگر ۱۲ مورد از زنان اجتنابی و ۲۰ مورد از زنان دوسوگرا آرزو می کردند که با شخص دیگری زندگی می کردند و فقط ۱ مورد از زنان ایمن آرزو می کردند که با شخص دیگری ازدواج می کردند یا اصلاً ازدواج نمی کردند. نتایج آزمون خی دو $X^2 = 74/28$ در سطح معناداری $p \leq 0/0001$ نشان می دهد که زنان با الگوی دل بستگی ایمن به طور معناداری بیشتر از زنان نایمن اجتنابی و دوسوگرا آرزو می کنند که زندگی خود را دوباره با همین شخص که در حال حاضر همسر اوست شروع کنند.

جدول ۹ - نتایج در صورت شروع کردن دوباره زندگی، همراه با نتیجه
آزمون خی دو بین زنان با سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا

سطح معناداری	df	χ^2	تعداد	اصلاً ازدواج نمی‌کردید	با شخص دیگری ازدواج می‌کردید	با همین شخص ازدواج می‌کردید	گروه‌ها
۰/۰۰۰۰۱	۲	۷۴/۲۸	۵۰	۱	۱	۴۸	ایمن
			۵۰	۱۰	۱۲	۲۸	اجتنابی
			۵۰	۷	۲۰	۲۳	دوسوگرا
			۱۵۰	۱۸	۳۳	۹۹	کل

با آزمون فرضیه ششم مبنی برداشتن اطمینان به همسر نتایج جدول ۱۰ نشان می‌دهد که ۴۴ نفر از زنان ایمن در بیشتر چیزها، به همسرشان اطمینان دارند. در حالی که ۳۷ نفر از زنان اجتنابی و ۳۳ نفر از زنان دوسوگرا به ندرت به همسرشان اطمینان دارند. نتایج آزمون خی دو $\chi^2 = ۸۰/۳۴$ در سطح معناداری $P \leq ۰/۰۰۰۰۱$ نیز نشان می‌دهد که تفاوت معناداری بین زنان با الگوی دلبستگی ایمن از نظر اطمینان به همسرشان در مقایسه با زنان نایمن اجتنابی و دوسوگرا وجود دارد.

جدول ۱۰ - نتایج داشتن اعتماد و اطمینان به همسر دلخواه، همراه با نتیجه
آزمون خی دو بین زنان با سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا

سطح معناداری	df	χ^2 مجذور خی	تعداد کل	در همه چیزها	در بیشتر چیزها	بندرت	تقریباً هیچگاه	گروه‌ها
۰/۰۰۰۰۱	۳	۸۰/۳۴	۵۰	۴	۴۴	۲	۰	ایمن
			۵۰	۰	۲۳	۲۷	۰	اجتنابی
			۵۰	۰	۰	۳۳	۱۷	دوسوگرا
			۱۵۰	۴	۶۷	۶۲	۱۷	کل

بحث و نتیجه‌گیری

در عرصه زندگی زناشویی یکی از عوامل مهمی که برای فهم پویایی‌های زندگی زناشویی مؤثر است «شادکامی» است. همان طوری که در فرضیه اول پژوهش مشخص شد تفاوت معناداری بین شادکامی زنان با الگوی دلبستگی ایمن و اجتنابی در مقایسه با زنان دوسوگرا مشاهده شد. با توجه به این نتیجه و یافته‌های پژوهش‌های دیگر می‌توان گفت که شادکامی در کمیت و کیفیت ارتباط بین زن و شوهر از اهمیت زیادی برخوردار است و می‌تواند به احترام متقابل منتهی می‌شود. مثلاً دلیل^۱ (۱۹۹۰) بر اهمیت تفاهم متقابل در ارتباط زناشویی و نقش آن در شادکامی و رضایت زناشویی و نیز درمان اختلالات رفتاری فرزندان تأکید کرده است و اظهار می‌دارد زنان و شوهرانی که از کیفیت ارتباطی یا تفاهم خوبی برخوردارند از وضعیت تندرستی بهتری بهره‌مندند و بین آن‌ها یک رابطه همدلی دو سویه ایجاد می‌شود که باعث افزایش شادکامی و رضایت زناشویی می‌گردد.

همچنین پژوهش‌ها نشان می‌دهند سبک‌های دلبستگی ناایمن بیشتر با دشواری‌های هیجانی و روحی روبه‌رو هستند و هر چه احساس ناتوانی این افراد در روابط زناشویی بیشتر باشد سطح شادکامی آن‌ها کمتر است (جانیکا^۲، ۱۹۹۳).

در تحقیق جزایری (۱۳۷۶) درباره آشفته‌گی‌های زناشویی مشخص شد که آشفته‌گی در روابط زناشویی محیط آسیب‌زایی را به وجود می‌آورد و باعث کاهش شادکامی زوجین و فرزندان آن‌ها می‌شود. در این راستا مطالعه‌ای که در مورد زنان دارای فرزند انجام شد نشان داد که زنان دارای دلبستگی ایمن یا اجتنابی بیشتر احتمال دارد که از عهده نقش متعارض در مقابل فرزندشان برآیند در حالی که زنان دوسوگرا از رفتار واکنشی استفاده می‌کردند (کروز ویراس لاسکی، ۲۰۰۲).

در یکی از عوامل دیگری که می‌تواند در شادکامی زوجین مؤثر باشد باروری آن‌ها است. بشارت (۱۳۷۹) در تحقیق خود نشان داد که سبک دلبستگی ایمن در زوج‌های نابارور مشکلات زناشویی را به طور فزاینده‌ای کاهش می‌دهد.

هاگز، تومسیک و کریستینا^۳ (۲۰۰۰) در پژوهش خود نشان دادند، زنانی که شوهران

1. Deal

2. Janika

3. Hughes, Tomcik & Kirstina

دلبسته ایمن دارند نشانه‌های افسردگی کمتری دارند و سطوح شادکامی، سازگاری و اعتماد در آن‌ها نسبت به زنانی که شوهران دلبسته نایمن دارند بیشتر است. همچنین پژوهش‌ها نشان می‌دهند که افراد اجتنابگر، بیشتر احتمال دارد که کنترل هیجانی شدید و مواجهه هیجانی متمرکز را که مربوط به گزارش از بیماری باشد نشان دهند (تاکان و همکاران^۱، ۲۰۰۱).

در فرضیه دوم پژوهش مشاهده شد که تفاوت معناداری از نظر حصول توافق و بده‌بستان متقابل هنگام عدم توافق بین زنان ایمن و نایمن وجود دارد. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که زنان ایمن برخلاف زنان نایمن می‌توانند در طول زندگی به توافق متقابل بپردازند. به هر حال، زن و شوهر با هم زندگی می‌کنند، بر یکدیگر تأثیر می‌گذارند و نسبت به هم وابسته‌اند و در نتیجه باید برای درک رفتار، کارکرد آن را در درون رابطه متقابل درک نماییم. لذا، ازدواج الزاماً باید شامل قدری از خودگذشتگی و سازش باشد، و الاً دو فرد نمی‌توانند به عنوان یک واحد سازمان یافته با هم زندگی کنند. سازش مستلزم تطابق خواسته‌های شخصی فرد از طریق در نظر گرفتن خواسته‌های همسر است. اما، در این مرحله ممکن است، نظم منطقی مسائل رعایت نشود، زیرا قبل از تلاش برای ترکیب برخی از عقاید، همسران باید به موضوع واقع‌بینانه دیگری توجه کنند و آن، اثر فسخ پیوند زناشویی بر جامعه امروزی است (برنشتاین و برنشتاین، ۱۳۷۷).

همچنین در مطالعه‌ای که بوچارد^۲ و همکارانش (۱۹۹۹) با استفاده از الگوی پنج عاملی شخصیت ارتباط صفات شخصیتی با سازگاری زناشویی را مورد بررسی قرار دادند نتایج نشان داد که روی هم رفته، شخصیت زنان در سازگاری زناشویی ۶٪ بیشتر نسبت به شخصیت مردان تغییر می‌کند و ضمن آن که هم شخصیت زنان و هم مردان می‌تواند متأثر از سازگاری زناشویی همسرشان باشد.

بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که امنیت خاطر زنان با سبک دلبستگی ایمن باعث از خودگذشتگی برای حصول توافق با همسرانشان می‌شود و بر رضایت و سازگاری زناشویی از یک سو و شادکامی آن‌ها از سوی دیگر تأثیر می‌گذارد.

1. Tacan & others

2. Bouchard

با توجه به فرضیه سوم پژوهش مشخص شد تفاوت معناداری بین زنان ایمن در هماهنگی گذراندن اوقات فراغت و علایق مشترک با همسرانشان نسبت به زنان نایمن وجود دارد. بسیاری از پژوهشگران نظیر کرک و داویس^۱ (۱۹۹۴) گزارش کرده‌اند که رضایت زناشویی فرد به طرز معناداری با سبک دلبستگی فرد و همسرش ارتباط دارد. در تحقیقی که مظاهری (۱۳۷۹) انجام داده است، نتایج نشان داد که رابطه قوی و مهمی بین سبک دلبستگی، سازگاری زناشویی و ساختار خانواده وجود دارد. به طوری که زنان ایمن در نزدیکی و صمیمیت نسبت به شوهران راحت‌تر هستند. به‌طور کلی در این خصوص می‌توان گفت که زوجین ایمن از معایب زندگی چشم می‌پوشند و به خاطر هیچ و پوچ و ایجاد محدودیت در آزادی طرفین، زندگی را بر خود تلخ نمی‌کنند. از این رو در علایق مشترک و گذراندن اوقات فراغت به توافق می‌رسند.

فرضیه چهارم پژوهش نشان می‌دهد که زنان ایمن کمتر از زنان نایمن آرزوی ازدواج نکردن می‌کنند. در این راستا می‌توان نتیجه گرفت که زنان ایمن دارای تصویر ذهنی مثبت در روابطشان با همسر خود هستند و هیچ‌گاه آرامش خود را در تنها بودن نمی‌دانند و می‌توانند ارتباط دو سویه و قابل پذیرش به وجود آورند، برخلاف زنان نایمن که بیشتر تمایل به تنهایی اجباری دارند.

جاکوبسون^۲، ۱۹۸۳ معتقد است که زوج‌های درمانده^۳ بیشتر تمایل دارند که رفتارهای خوشایند را کمتر انجام دهند و یا میزان بالایی از رفتارهای ناخوشایند را بروز دهند. آن‌ها شدیداً گرفتار الگوهای ارتباطی بی‌حاصل خود هستند و بیشتر به نیت عمل، به جای نتیجه آن توجه می‌کنند و آن‌ها ناتوانی بیشتری برای حل مشکل و یافتن راه حل رضایت‌آمیز نشان می‌دهند (برنشتاین و برنشتاین، ۱۳۷۷).

در فرضیه پنجم مشاهده شد که برای ادامه زندگی با همسر فعلی بین زنان ایمن و نایمن تفاوت معناداری وجود دارد. بنا به گفته صالحی فدردی (۱۳۷۸) اگر باورها، احساس و ارزشیابی‌های خوبی در مورد کسی که با او رابطه تنگاتنگی دارید، داشته باشید رفتارهای شما در ارتباط با او به گونه‌ای مثبت شکل خواهد گرفت، در این

1. Kirk & Davis

2. Jacobson

3. Distressed couples

خصوص ویگنز و ویگنز^۱ (۱۹۹۴) به این نتیجه رسیدند که در ازدواج‌های موفق مهم‌ترین عامل داشتن دیدی مثبت نسبت به همسر است.

در فرضیه ششم پژوهش تفاوت معناداری از نظر اطمینان به همسر بین زنان ایمن و نایمن مشاهده شد، پژوهشی که ارونسون^۲ (۱۹۹۹) انجام داده است نشان داد، وقتی زوجی برای خوشایند ساختن رابطه برای طرف مقابل، کارهایی را انجام می‌دهد و یا از انجام آن خودداری می‌کند، در این شرایط میزان چشم‌پوشی از خطاهای طرف مقابل به طور معناداری زیاد است. او متوجه شد که توانایی تحمل تأیید نشدن و توانایی پذیرش دیدگاه‌های فرد مقابل از مهم‌ترین مؤلفه‌های رابطه موفق و با اطمینان محسوب می‌شود. استانفورد^۳ (۱۹۹۱) نشان داد که ویژگی‌هایی نظیر مثبت بودن، دلگرمی بخشیدن و شراکت در کارها از جمله عواملی هستند که تا حدود زیادی احساس تعهد و عشق و علاقه را به همراه می‌آورند و در چنین شرایطی اطمینان به همسر می‌تواند به شکل درخشانی در روابط آن‌ها به وجود آید. در این پژوهش نیز همخوان با نتایج پژوهشگران فوق مشخص شد که زنان با الگوی دلبستگی ایمن به خاطر تصاویر ذهنی مثبتی که از روابط خود با والدین و اطرافیان مهم زندگی داشته‌اند نسبت به همسر خود نیز اطمینان بیشتری دارند، در صورتی که زنان نایمن که شامل دو گروه اجتنابی و دوسوگرا هستند به خاطر تجارب منفی دوران کودکی، با همسر خود نیز علائق مشترکی نداشتند و حتی آرزو می‌کردند که ای کاش هرگز ازدواج نمی‌کردند.

بنابراین با توجه به نتایج به دست آمده و با عنایت به این که پژوهش حاضر به یکی از موضوعات جدید روان‌شناسی در زمینه «دلبستگی» پرداخته است، همچنین با توجه به این که در ایران به نقش دلبستگی در همسرگزینی برای روابط پیش از ازدواج برخلاف فرهنگ غرب کمتر توجه می‌شود، می‌توان گفت که نتایج این پژوهش با برجسته‌تر کردن نقش دلبستگی در ازدواج می‌تواند روان‌شناسان بالینی و مشاوران خانواده را در تبیین فرایند همسرگزینی و یافتن علل جدایی یا صمیمیت بین همسران یاری رساند. گستردگی این پدیده روان‌شناختی در جامعه علمی روان‌شناسی ایران قدمت زیادی ندارد. توجه به سبک‌های مختلف دلبستگی با باز کردن افقی وسیع، روان‌شناسان را متوجه تفاوت‌های فردی بزرگسالان در امر ازدواج می‌کند.

1. Wiggins

2. Aronson

3. Stanford

همچنین در جلسات مشاوره قبل از ازدواج با توجه به شناختی که زن و مرد از نوع سبک دلبستگی خود به دست می‌آورند، می‌تواند در انتخاب صحیح همسر و پیش‌گیری از وقوع طلاق مؤثر باشد.

منابع

- برنشتاین، ف. و برنشتاین، م. (۱۳۷۷). شناخت و درمان اختلاف‌های زناشویی (زناشویی درمانی). ترجمه ح. ر. تهران: مؤسسه فرهنگی خدمات رسا.
- بشارت، م. ع. (۱۳۷۹). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی با مشکلات زناشویی در زوجین نابارور. فصلنامه روان‌درمانی، شماره ۱۹ و ۲۰.
- جزایری، ع. ر. (۱۳۷۶). آشفستگی‌های زناشویی، دیدگاهی جدید در ارزیابی و درمان. پنجمین کنگره پژوهش‌های روان‌پزشکی و روان‌شناسی در ایران. دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمان شهید بهشتی.
- صالحی فدردی، ج. (۱۳۷۸). رضامندی زناشویی. فصلنامه تازه‌های روان‌درمانی. سال چهارم، شماره ۱۳ و ۱۴.
- گری، ج. (۱۳۷۶). روابط زناشویی موفق. ترجمه گلکاریان، ق. تهران: انتشارات تلاش.
- گری، ج. (۱۳۷۷). مریخی‌ها و ونوسی‌ها. ترجمه قراچه داغی، م. تهران: نشر البرز.
- گنجی، ح. (۱۳۸۰). بهداشت روانی: تهران، نشر ساوالان.
- لورنزی، ب. و ساسارلی، س. (۱۳۸۰). افکار پلید (خستگی جسم، فرسودگی روان). ترجمه امانی، ر. تهران: انتشارات رشد.
- مجردزاده کرمانی، م. (۱۳۸۲). پازل زندگی‌ات را تکمیل کن. مجله روان‌شناسی جامعه، سال اول، شماره ۷ و ۶.
- مظاهری، م. ع. (۱۳۷۹). نقش دلبستگی بزرگسالان در کنش روی ازدواج. مجله روان‌شناسی. سال چهارم، شماره ۳.
- Ainsworth, M. D. S. (1991). *Attachment and other affectional bonds across the life cycle*. London: Routledge.
- Aronson, E. W.; Timothy, d. & Akert, R. (1999). *Social psychology: The heart and the mind*. New York: Harper Collins Pub.
- Belsky, J. (1999). Modern evolutionary theory and patterns of attachment. *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications*. New York: Guildford Press.

- Berman, W. H. & Sperlig, M. B. (1994). *The structure and function of about attachment*. New York: Guilford Press.
- Bouchard, G.; Yvan, L. & Stephane, S. (1999). Personality and marital adjustment: utility of the five factor model of personality. *Journal of Marriage and the Family*. 61(3), 651 - 600.
- Cassidy, J. & Shaver, P. R. (1999). *Handbook of attachment: Theory, research and clinical application*. New York: Guilford Press.
- Cloulow, C. (2001). *Adult attachment and couple psychotherapy: The secure base in practice and research*. East Sussex: Brunner-Routledge.
- Cole, M. & Cole, S. R. (1993). *The development of children*. American Inc. Distribute by W. H. Freeman and Company, 41 Madison Avenue.
- Crowell, J. & Treboux, D. (2001). *Attachment security in adult partner-ships*. Adult attachment and couple psychotherapy: *The secure base in practice and research*. East Sussex: Brunner-Routledge. 28 - 43.
- Deal, J. E. (1990). Marital conflict and differential treatment of sibling. *Family Process*. Sep. vol 35 (3). 335-346.
- Feeney, J. & Noller, P. (1990). Attachment style as predictor of adult romantic relationship. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 281-291.
- Feeney, J. & Noller, P. (1996). *Adult attachment*. London: Sage Publication.
- Hughes, F. M.; Tomcik, N.D. & Kiristina, C. G. (2000). University of Tennessee. Adult attachment style: Implications for individual and marital functioning. [http:// web.vtk.edu/~kgordonl/poster.html](http://web.vtk.edu/~kgordonl/poster.html)
- Hurlock, E. B. (1998). *Development psychology a life span approach*. New Dehli: McGraw-Hill Publishing Company LTD.
- Janicka, I. (1993). *Empathy and the level of a partner's openness in qualitatively different types of married couples*. *Prezgiad psychologziny*.
- Kirk, P. & Davis, K. E. (1994). Attachment style, gender, and relation ship stability: A longitudans analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*. 66, 502 - 212.
- Krousz, M. A. & Braslavsky, D. (2002). Effect of attachment style on preferences and satisfaction with different employment contract. *Journal of Human Resources Abstract* 37, 5 - 160.
- Morton, N., & Browne, K. (1998). *Theory and observation of attachment and its relation to child maltreatment: A review*. *Child abuse & neglect*. 22(11), 1093 - 1104.
- Muris, P.; Messters, C.; Van Melick, & Zwambag, L. (2001). *Selfrepted attachment style, attachment quality, and symptoms of anxiety and depression in young adolescents*. *Personality and Individual Differences*. 30. 809 - 818.
- Reber, A. S. (1981). *Dictionary of psychology*. Tehran: Roshd Pub.
- Stanford, L. & Canary, D. J. (1991). Maintenance strategies and romantic relationship type:

gender and relational characteristics. *Journal of Social and Personal Relationships*. May: vol 8 (2) 217-242.

Tacon, A. M.; Calder, Y. M. & Bell, N.Y.(2001). Attachment style, emotional controls, and breast cancer families system & health: *The journal of Collaborative Family Health Care*. (10, 17526), vol 190, issue3.

West, M. L. & Sheldon-Keller, A. E. (1994). *Patterns of relating: adult attachment perspective*. New York: Guilford.

Wiggins, J. W. & Wiggins, B. (1994). *Social psychology*. New York: McGraw-Hill.

