

پیش بینی سازگاری زناشویی بر اساس باورهای فراشناختی با در نظر گرفتن نقش میانجی تعارض های زناشویی  
 سیمین عمرانی<sup>۱</sup>، فرهاد جمهری<sup>۲</sup>، حسن احدی<sup>۳</sup>

## Prediction of Marital Adjustment Based on Metacognitive Beliefs with Mediating Effect of Marital Conflicts

Simin omrani<sup>1</sup>, Farhad Jomehri<sup>2</sup>, Hassan Ahadi<sup>3</sup>

### چکیده

**زمینه:** سازگاری زناشویی، حالتی است که در آن یک احساس کلی از رضایت و شادکامی در زن و شوهر نسبت به ازدواج شان و نسبت به یکدیگر وجود دارد. اما نقش دو مقوله باورهای فراشناختی و نقش میانجی گر تعارض های زناشویی در سازگاری زناشویی چقدر می تواند اهمیت داشته باشد. **هدف:** پژوهش حاضر پیش بینی سازگاری زناشویی بر اساس باورهای فراشناختی و نقش میانجی تعارض های زناشویی در دانشجویان متأهل بود. **روش:** روش پژوهش، روش توصیفی و از نوع طرح های همبستگی و روش مدل یابی معادلات ساختاری است. جامعه آماری در پژوهش حاضر تمام دانشجویان متأهل مشغول به تحصیل در دانشگاه آزاد واحدهای تهران بودند که ملاک های ورود به پژوهش را دارا بودند. تعداد افراد نمونه جمعاً ۴۰۰ نفر، ۲۰۰ زن متأهل و ۲۰۰ مرد متأهل بود که با توجه به برآورد حجم نمونه در پژوهش های مبتنی بر الگویابی معادلات ساختاری تعیین شد. ابزار اندازه گیری شامل پرسشنامه سازگاری زناشویی اصلاح شده اسپانیر (۱۹۷۶)، پرسشنامه ی باورهای فراشناختی ولز (۱۹۹۷)، و پرسشنامه تعارضات زناشویی براتی و ثنایی (۱۹۹۹) بودند. **یافته ها:** نتایج مدل اندازه گیری نشان داد که خرده مقیاس های پژوهش همگی بارهای عاملی معناداری دارند. همچنین شاخص های برازش مدل پس از ایجاد کوواریانس بین برخی نشانگرهای متغیرهای باورهای فراشناختی و تعارضات زناشویی در وضعیت مطلوبی قرار گرفتند. نتایج آزمون فرضیه ها نشان داد باورهای فراشناختی بر سازگاری زناشویی دانشجویان متأهل اثر غیرمستقیم (به واسطه ی تعارضات زناشویی) دارد ( $p < 0.05$ ) تعارضات زناشویی بر سازگاری زناشویی به صورت مستقیم اثر می گذارد ( $p < 0.05$ ). همچنین تعارضات زناشویی در تبیین و پیش بینی سازگاری زناشویی دانشجویان متأهل نقش میانجی گر دارند ( $p < 0.05$ ). **نتیجه گیری:** متغیر تعارضات زناشویی از یک سو تحت تأثیر باورهای فراشناختی قرار می گیرند و از سوی دیگر می توانند اثرات معناداری بر سازگاری زناشویی داشته باشد. **واژه کلیدیها:** سازگاری زناشویی، باورهای فراشناختی، تعارضات زناشویی، دانشجویان متأهل

**Background:** Marital adjustment is a state among couples in which there is an overall feeling of happiness and satisfaction with their marriage and each other. But how important could the role of two factors of metacognitive beliefs and the mediating effect of marital conflicts in marital adjustment be. **Aims:** The purpose of this study was to predict marital adjustment based on meta-cognitive beliefs and mediating role of marital conflicts in married students. **Method:** The research method is a descriptive and correlational design and structural equation modeling method. The statistical population in this study was all married students studying at Azad University of Tehran branches who had criteria for entering the research. The sample size was 400 people, 200 married women and 200 married men who were determined according to sample size estimation in research based on structural equation modeling. The measurement tools consisted of the Spanier modified marital adjustment questionnaire (1976), Wales meta-cognitive beliefs questionnaire (1997), and Barati and Sanyi marital conflicts questionnaires (1999). **Results:** The results of the measurement model showed that subscales of research all have significant factor loadings. Also, model fitting indicators after covariance between some markers of metacognitive beliefs and marital conflicts were in desirable condition. The results of the hypothesis test showed that metacognitive beliefs on the marital adjustment of married students have indirect effects (due to marital conflicts) ( $p < 0.05$ ). Marital conflicts directly affect marital adjustment ( $p < 0.05$ ). According to the results of the study, marital conflicts have a mediator role in predicting the marital adjustment of married students ( $p < 0.05$ ). **Conclusions:** On one hand, marital conflicts are influenced by metacognitive beliefs and on the other hand they can have significant effects on marital adjustment. **Key words:** marital adjustment, meta-cognitive beliefs, marital conflicts, married students

**Corresponding Author:** Farhadjomehri@yahoo.com

۱. دانشجوی دکتری روانشناسی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۱. Ph.d candidate in Psychology, Science and Research University, Tehran

۲. استادیار، گروه روانشناسی دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

۲. Assistant Professor, Alameh Tabatabaee University (corresponding Author)

۳. استاد، گروه روانشناسی دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

۳. Professor, Alameh Tabatabaee University

## مقدمه

با نظر کردن به گذشته شاید، ازدواج یکی از مهم‌ترین مراحل زندگی بشر باشد. حمایت عاطفی و اجتماعی که انسان‌ها با پیوند ازدواج بدست می‌آورند بر سلامت جسمی، معنوی و اجتماعی زوج‌ها تأثیر فراوان دارد (کالگان<sup>۱</sup> و ارسانلی<sup>۲</sup>، ۲۰۱۲). سازگاری زناشویی، حالتی است که در آن یک احساس کلی از رضایت و شادکامی در زن و شوهر نسبت به ازدواج شان و نسبت به یکدیگر وجود دارد (شرام<sup>۳</sup>، مارشال<sup>۴</sup>، هریس<sup>۵</sup> و لی<sup>۶</sup>، ۲۰۱۲).

سازگاری زناشویی فرآیندی است که در طول زندگی زوج‌ها شکل می‌گیرد، زیرا که لازمه‌ی آن انطباق سلیقه‌ها، شناخت صفات شخصی، ایجاد قواعد رفتاری و شکل‌گیری الگوهای مرادده‌ای است؛ بنابراین سازگاری زناشویی نوعی فرآیند تکاملی بین زن و شوهر هاست (اولیاء، فاتحی زاده و بهرامی، ۱۳۸۵). گریف<sup>۷</sup> و همکاران (۲۰۱۱) در تعریف سازگاری زناشویی اظهار می‌کنند زوج‌های سازگار، زن و شوهرهایی هستند که توافق مناسبی با یکدیگر دارند و از کیفیت و نوع روابط خود و گذراندن اوقات فراغت خود راضی هستند، در این زمینه مدیریت خوبی در زمینه حل و فصل مسائل مالی خودشان اعمال می‌کنند. در بیانی ساده‌تر سازگاری زناشویی شیوه‌ای است که افراد متأهل، به طور فردی با یکدیگر، برای متأهل ماندن سازگار می‌شوند (بار-آن<sup>۸</sup> و پارکر<sup>۹</sup>، ۲۰۰۶).

با این وصف، عوامل اجتماعی، اقتصادی و فردی فراوانی وجود دارند که در رضایت و سازگاری زناشویی زوج‌ها دخیل بوده و می‌توانند برای آن تهدیدآمیز باشند. گرچه عوامل اجتماعی و فرهنگی نقشی مهم در سازگاری زناشویی دارند، به نظر می‌رسد که خصوصیات فردی زوجین تأثیر پررنگ‌تری داشته باشند (ویسمن<sup>۱۰</sup> و لی<sup>۱۱</sup>، ۲۰۱۵). زوج درمانگران از زمان‌های گذشته از اهمیت عوامل شناختی، از جمله انتظاراتها و تفسیرها در شکل‌گیری، تداوم و تسکین

روابط ناکارآمد واقف بوده‌اند (یانگ<sup>۱۲</sup>، ریگز<sup>۱۳</sup> و کامینسکی<sup>۱۴</sup>، ۲۰۱۷). شواهد روز افزونی نشان می‌دهند که چگونه شیوه ادراک، تفسیر و ارزیابی زوج‌ها از یکدیگر و از نوع روابطشان می‌تواند بر کیفیت ارتباطی آنان تأثیرگذار باشد (استفنسون<sup>۱۵</sup>، هریوت<sup>۱۶</sup> و دلنگیس<sup>۱۷</sup>، ۲۰۱۴).

در نظریه‌های جدید شناختی، سازه‌های فراشناختی جایگاه ویژه‌ای به خود اختصاص داده است. از جمله مهم‌ترین پیشرفت‌های نیمه دوم قرن بیستم، پیدایش نظراتی است که بر نقش فرآیندهای عالی مؤثر بر کنترل و هدایت فرآیندهای شناختی تأکید دارند؛ این فرآیندهای عالی تر فراشناخت نام دارد (صمدی فرد، ۱۳۹۵). فلاول نخستین کسی بوده که در سال ۱۹۷۸ اصطلاح فراشناخت را مطرح کرد. با این وصف قبل از فلاول ویگوتسکی در نظریه‌ی تحول شناختی خود ماهیت فراشناخت را مورد تحلیل قرار داده بود البته به نظر فلاول (۱۹۷۹) فراشناخت هم شامل فرآیندهای شناختی و هم شامل تجارب تنظیم شناختی است. فراشناخت مفهومی چند وجهی است که در برگیرنده دانش (باورها)، فرآیندها و راهبردهایی است که شناخت را ارزیابی، نظارت یا کنترل می‌کند (ولز<sup>۱۸</sup>، ۲۰۰۹). باورهای فراشناختی به باورها و نظراتی اطلاق می‌شوند که افراد در مورد تفکر، فرآیندها و تجربه‌های شناختی خود دارند (اسپادا<sup>۱۹</sup>، نیکویچ<sup>۲۰</sup>، مونتا<sup>۲۱</sup> و ولز، ۲۰۰۸). مدل فراشناختی دو نوع باور فراشناختی را شناسایی کرده است: باورهای فراشناختی مثبت باورهایی هستند که به فواید درگیر شدن در فعالیت‌های شناختی خاص مانند نگرانی، نشخوار فکری و پایش تهدید مربوط می‌شوند. باورهای فراشناختی منفی باورهایی هستند که به کنترل ناپذیری، معنا، اهمیت و تهدیدآمیز بودن افکار و تجربه‌های شناختی مربوط می‌شوند (ولز، ۱۹۹۵). مطابق مدل فراشناختی، فعال شدن باورهای فراشناختی ناکارآمد، موجب ارزیابی منفی فکر به عنوان نشانه تهدید

12. Young  
13. Riggs  
14. Kaminski  
15. Stephenson  
16. Herriot  
17. Delongis  
18. Wells  
19. Spada  
20. Nikcevic  
21. Moneta

1. Kalkan  
2. Ersanli  
3. Schramm  
4. Marshal  
5. Harris  
6. Lee  
7. Greeff  
8. Bar-on  
9. Parker  
10. Whisman  
11. Li

(رایس ۱۳ و فیلیپ<sup>۱۴</sup>، ۱۹۹۶).

تعارض از دیدگاه سیستمی تنازع بر سر تصاحب پایگاه و منابع قدرت است که در جهت حذف امتیاز دیگری و افزایش امتیازات خود بروز می‌کند. در نظر گرفتن اهمیت مقوله باورهای فراشناختی در زوجین و نقش میانجی تعارض‌های زناشویی و نقش هر کدام از این متغیرها در سازگاری زناشویی، محقق را بر آن داشت تا به پژوهش در این زمینه بپردازد. از آن جا که پژوهشی در خصوص ارتباط متغیرهای مذکور به طور همزمان توسط پژوهشگر یافت نشده، خلاء پژوهشی در این حوزه احساس می‌شود. بنابراین مسأله پژوهش حاضر بررسی این سؤال است که در قالب یک مدل، آیا مدل پیش بینی سازگاری زناشویی براساس باورهای فراشناختی با میانجی‌گری تعارض‌های زناشویی در زوجین از برازش مطلوبی برخوردار است؟ الگو یا مدل نمایش نظری و ساده شده از جهان واقعی است. مدل به مجموعه‌ای مادی، ریاضی یا منطقی اطلاق می‌شود که ساخت‌های بنیادین یک واقعیت را معرفی می‌کند و قادر به تبیین و ارائه کارکردهایش می‌باشد. در واقع مدل جزء کوچک و بازسازی شده ی یک شیء و پدیده بزرگ است که از لحاظ کارکرد با آن شیء یا پدیده واقعی مشابهت دارد و امکان پیش‌بینی نتایج را فراهم می‌آورد (شفیع‌آبادی، ۱۳۹۱). لذا با توجه به مطالب ارائه شده هدف این پژوهش؛ تعیین برازش مدل پیش‌بینی سازگاری زناشویی بر اساس باورهای فراشناختی و نقش میانجی تعارض‌های زناشویی است.

#### فرضیه‌ها

مدل پیش‌بینی سازگاری زناشویی بر اساس باورهای فراشناختی با در نظر گرفتن نقش میانجی تعارض‌های زناشویی با داده‌های تجربی برازش دارد.

#### تعاریف مفهومی و عملی متغیرها

سازگاری زناشویی: سازگاری زناشویی وضعیتی است که در آن زن و شوهر در بیشتر مواقع احساسی ناشی از خوشبختی و رضایت از یکدیگر دارند. روابط رضایت بخش در بین زوجین از طریق علاقه متقابل، میزان مراقبتی که از یکدیگر انجام می‌دهند و تفاهمی که با

می‌شود. این ارزیابی در جای خود باعث تشدید هیجان‌های منفی می‌شود که عمدتاً به صورت اضطراب ابراز می‌شوند (سلیمانی و رضایی، ۱۳۹۳). مطالعات بسیاری به بررسی رابطه‌ی بین باورهای فراشناختی، راهبردهای کنترل فکر و اختلال‌های روان‌شناختی پرداخته‌اند. نتایج این مطالعات نشان می‌دهد که رابطه مثبت پایداری بین باورهای فراشناختی، آسیب‌پذیری هیجانی و طیف وسیعی از اختلال‌های روان‌شناختی وجود دارد (باس<sup>۱</sup>، کاستلیجنز<sup>۲</sup>، ورملمن<sup>۳</sup>، مارتنز<sup>۴</sup> و سگرز<sup>۵</sup>، ۲۰۱۴). امروزه با تغییر جهت از تأکید بر ازدواج به عنوان یک سنت، به ازدواج به عنوان نوعی رابطه، انتظارات زناشویی مورد تجدیدنظر قرار گرفته‌اند (بلنگر<sup>۶</sup>، لاپورت<sup>۷</sup>، سابورین<sup>۸</sup> و رایت<sup>۹</sup>، ۲۰۱۵). زوج‌های امروزی غالباً با هدف تحقق انتظاراتشان ازدواج می‌کنند. شناخت انتظارات آنها و تلاش برای تحقق آنها در حد اعتدال چیزی است که خشنودی را در روابط زناشویی محقق می‌سازد. ازدواج رابطه انسانی پیچیده و بسیار ظریف است. افراد انتظارشان را از آن چه که می‌بینند، می‌شوند و در طول زمان تجربه می‌کنند، رشد می‌دهند. (رفیعی و همکاران، ۱۳۹۴).

عامل دیگری که احساس می‌شود می‌تواند سازگاری زناشویی را تحت تأثیر قرار دهد وجود تعارض بین زوجین است (ژو<sup>۱۰</sup> و بوهرلر<sup>۱۱</sup>، ۲۰۱۷). تعارض زناشویی از ناهماهنگی زن و شوهر در نوع نیازها و روش‌های ارضای آنها، خودمحوری، اختلاف در خواسته‌ها، طرح‌های رفتاری و رفتار غیر مسئولانه نسبت به ارتباط زناشویی و ازدواج ناشی است (فرحبخش، ۱۳۸۳). در واقع تعارض زمانی به وجود می‌آید که زوجین به دلیل همکاری و تصمیمات مشترکی که می‌گیرند درجات مخالفی از استقلال و همبستگی را نشان دهند که این تفاوت‌ها را می‌توان روی یک پیوستار، از تعارض خفیف تا تعارض کامل طبقه‌بندی کرد (یونگ و لانگ<sup>۱۲</sup>، ۱۹۹۸). همسرانی که دچار تعارض می‌شوند، در واقع زوجینی هستند که چیزی که یکی می‌خواهد، دیگری نمی‌خواهد. هرگاه این تعارض به صورت تعارض مخرب در آید رنجش و خصومت موجود نسبت به شخص مخاطب باعث کاهش اعتماد، اطمینان، دوستی، همکاری و صمیمیت آنها می‌شود

8. Sabourin  
9. Wright  
10. Zhou  
11. Buehler  
12. Long  
13. Rice  
14. Phillip

1. Baas  
2. Castelijns  
3. Vermeulen  
4. Martens  
5. Segers  
6. Belanger  
7. Laporte

یکدیگر دارند (سینها و ماکرچک، ۱۹۹۰).

سازگاری زناشویی نمره‌ای است که آزمودنی‌ها از آزمون سازگاری زناشویی اسپانیر<sup>۱</sup> (۱۹۷۶) کسب کردند.

باورهای فراشناختی: باورهای فراشناختی دانشی است که به باورها و نظریه‌هایی که افراد درباره تفکر خود دارند، اطلاق می‌شود. این دانش شامل باورهای فرد درباره انواع خاص تفکر و نیز باورهای او درباره کارایی حافظه یا قدرت تمرکز حواس خود است (ولز و ماتیسوس، ۱۹۹۶).

باورهای فراشناختی نمره‌ای است که آزمودنی‌ها از پرسشنامه‌ی باورهای فراشناختی ولز<sup>۲</sup> (۱۹۹۷) کسب کردند.

تعارض‌های زناشویی: تعارض فرآیندی است که ضمن آن اعمال و رفتار فرد دیگر تداخل پیدا می‌کند. هنگامی که دو فرد به عنوان یک زوج با هم زندگی می‌کنند بدلیل ماهیت تعامل انسان اوقاتی در زندگی پیش می‌آید که نیازها برآورده نمی‌شود. در نتیجه زوجین نسبت به یکدیگر احساس خشم، ناامیدی و یا نارضایتی می‌کنند که به این حالت تعارض زناشویی گفته می‌شود (برنشتاین و برنشتاین، ۱۹۹۸؛ ترجمه عابدی و منشی، ۱۳۸۰).

تعارض زناشویی در این پژوهش نمره‌ای است که آزمودنی‌ها در پرسشنامه تعارضات زناشویی براتی و ثنایی (۱۹۹۹) کسب کردند.

## روش

طرح پژوهش: این پژوهش با توجه به هدف آن از نوع تحقیقات توسعه‌ای و از لحاظ شیوه‌ی گردآوری داده‌ها و تحلیل آنها به روش غیرآزمایشی و از نوع طرح‌های همبستگی می‌باشد. با توجه به اینکه هدف پژوهش حاضر آزمون مدل نظری ارائه شده است، پژوهش در زمره پژوهش‌های معادلات ساختاری قرار می‌گیرد.

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری: در پژوهش حاضر جامعه آماری تمام دانشجویان متأهل مشغول به تحصیل در دانشگاه آزاد واحدهای تهران بودند که سایر ملاک‌های ورود زیر را دارا بودند:

۱- حداقل ۶ ماه تجربه زندگی مشترک را داشته باشند.  
۲- در حال حاضر متأهل باشند و به طور مشترک با همسرشان زندگی می‌کنند.

۳- نداشتن سابقه مداخلات روان‌پزشکی طی یک سال گذشته.  
تعداد افراد نمونه جمعاً ۴۰۰ نفر، ۲۰۰ زن متأهل و ۲۰۰ مرد متأهل بود

که با در نظر گرفتن ملاک‌های ورود به پژوهش به صورت هدفمند انتخاب شدند. با توجه به برآورد حجم نمونه در پژوهش‌های مبتنی بر الگویابی معادلات ساختاری که کلاین آن را به سه نوع ساده، کمی پیچیده و الگوی پیچیده تقسیم می‌کنند و با توجه به تعداد متغیرهای مورد بررسی، پژوهش حاضر از نوع الگوهای پیچیده است که حجم نمونه حداقل ۴۰۰ نفر برای آن پیشنهاد شده است.

## ابزار

پرسشنامه سازگاری زناشویی اصلاح شده: فرم اصلی این مقیاس توسط اسپانیر (۱۹۷۶) ساخته شده است. این پرسشنامه ۱۴ سؤالی از روی فرم اصلی ۳۲ سؤالی اسپانیر ساخته شده است و به صورت طیف ۶ تایی از ۰ تا ۵ نمره گذاری می‌شود، به گونه‌ای که پاسخ کاملاً موافق نمره‌ی ۵ و پاسخ کاملاً مخالف ۰ می‌گیرد. این ابزار از سه خرده مقیاس هم‌فکری و توافق، انسجام و رضایت تشکیل شده است. تحلیل عاملی تأییدی ساختار سه عامل پرسشنامه را در امریکا تأیید کرده و روایی آن را نشان داده است. پایایی پرسشنامه به شیوه‌ی آلفای کرونباخ در مطالعه‌ی هوتلیست و میلر (۲۰۰۵) از ۰/۸ تا ۰/۹ گزارش شده است. در ایران عیسی نژاد (۲۰۰۸) برای بررسی ساختار عاملی این پرسشنامه از تحلیل عاملی تأییدی استفاده کرد و همچنین آلفای کرونباخ آن ۰/۹ بدست آمده است.

پرسشنامه‌ی باورهای فراشناختی ولز (MCQ-30): نسخه اولیه پرسشنامه باورهای فراشناختی ولز (MCQ-30) که دارای ۶۵ ماده بود توسط کارترایت هاتون و ولز در سال ۱۹۹۷ ساخته شد. با توجه به زیاد بودن تعداد ماده‌ها، در سال ۲۰۰۴ نسخه ۳۰ ماده‌ای این پرسشنامه توسط ولز و کارترایت هاتون ساخته شد. فرم کوتاه با نام پرسشنامه باورهای فراشناختی ولز (MCQ-30) همانند فرم اصلی دارای ۵ زیرمقیاس است که عبارتند از: مهارناپذیری و خطر، باورهای مثبت درباره نگرانی، وقوف شناختی یا خودآگاهی شناختی، اطمینان به حافظه یا اطمینان شناختی و نیاز به مهار افکار. این پرسشنامه در یک طیف چهار درجه‌ای از موفق نیستم تا خیلی موافقم نمره‌گذاری می‌شود.

شیرین زاده این پرسشنامه را برای جمعیت ایران ترجمه و آماده نموده است ضریب آلفای کرونباخ کل مقیاس در نمونه ایرانی ۰/۹۱ گزارش شده است و برای خرده مقیاس‌های کنترل ناپذیری،

است.

در این بخش در پی پاسخ به پرسش اصلی پژوهش مبنی بر اینکه "آیا مدل تبیین سازگاری زناشویی براساس باورهای فراشناختی با در نظر گرفتن نقش میانجی تعارض‌های زناشویی در دانشجویان متأهل با داده‌های تجربی برازش دارد؟" از مدل‌سازی معادلات ساختاری و نرم‌افزار اموس بهره برده شده است.

یکی از مفروضه‌های مدل‌سازی معادلات ساختاری نرمال بودن توزیع چند متغیری است. برای این منظور در نرم افزار AMOS از ضریب کشیدگی چند متغیری مardia استفاده می‌شود. بنتلر<sup>۱</sup> (۲۰۰۵) پیشنهاد می‌کند که مقادیر بزرگتر از ۵ برای ضریب مardia نشان دهنده توزیع غیر نرمال داده‌ها است (بیرن<sup>۲</sup>، ۲۰۱۰). مقدار ضریب مardia برای داده‌های پژوهش حاضر برابر با ۲/۸۰ است که نشان می‌دهد مفروضه نرمال بودن چند متغیره برقرار است.

نتایج مربوط به اجرای مدل نهایی پژوهش بعد از انجام اصلاحات مورد نیاز، به همراه برخی از مهمترین شاخص‌های برازش مدل اولیه در شکل و جدول ارائه شده است.

با توجه به اینکه در مدل‌های آزمون شده بالا، مسیرهای بین متغیرها همان سؤالات پژوهش هستند، در ادامه به همراه جداول اثرات مستقیم و غیرمستقیم به آزمون سؤالات پژوهش پرداخته شده است.

جدول ۱. یافته‌های توصیفی مقیاس‌های تحقیق		
شاخص آماری مقیاس	میانگین	انحراف استاندارد
باورهای فراشناختی	۶۵/۱۹	۷/۴۳
تعارض‌های زناشویی	۱۳۳/۷۸	۱۲/۵۰
سازگاری زناشویی	۴۹/۶۷	۶/۷۳

جدول ۲. شاخص‌های برازش مدل		
نام شاخص	مقدار	شاخص‌های برازش
$\chi^2/df$	۱/۳۷	حد مجاز کمتر از ۳
ریشه میانگین خطای برآورد <sup>۳</sup> RMSEA	۰/۰۶	کمتر از ۰/۱
CFI <sup>۴</sup> (برازندگی تعدیل یافته)	۰/۹۶	بالاتر از ۰/۹
NFI <sup>۵</sup> (برازندگی نرم شده)	۰/۹۵	بالاتر از ۰/۹
GFI <sup>۶</sup> (نیکویی برازش)	۰/۹۷	بالاتر از ۰/۹

باورهای مثبت، خود هشیاری شناختی، اطمینان شناختی، و نیاز به کنترل افکار منفی به ترتیب در نمونه ایرانی ۰/۸۷ و ۰/۸۶ و ۰/۸۱ و ۰/۸۰ گزارش شده است.

در بررسی روایی سازه‌ای آن که با استفاده از تحلیل عاملی صورت گرفته بود، مورد تأیید قرار داده‌اند و همچنین روایی و اعتبار این پرسشنامه به وسیله دو روانشناس بالینی و یک روانپزشک بررسی و مورد تأیید قرار گرفته است (یوسفی و همکاران، ۱۳۸۵).

پرسشنامه تعارضات زناشویی: این پرسشنامه به وسیله براتی و ثنائی (۱۹۹۹) تهیه و تنظیم شده است و دارای ۴۲ پرسش است که هفت بعد یا زمینه تعارضات زناشویی را اندازه‌گیری می‌کند. در این پرسشنامه جهت نمره گذاری از روش لیکرت استفاده شده است. بیشترین نمره کل پرسشنامه ۲۱۰ و کمترین آن ۴۲ است. آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه روی یک گروه ۳۲ نفری برابر با ۰/۵۳ و برای ۷ خرده مقیاس آن از این قرار بود: کاهش همکاری ۰/۳، کاهش رابطه جنسی ۰/۵۰، افزایش واکنش‌های هیجانی ۰/۷۳، افزایش جلب حمایت فرزند ۰/۶۰، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود ۰/۶۴، کاهش رابطه خانوادگی همسر و دوستان ۰/۶۴ و جدا کردن امور مالی از یکدیگر ۰/۵۱.

پایایی این پرسشنامه در بازآزمایی به فاصله یک ماه ۰/۷۸ و در مقایسه پاسخ‌ها به سؤالات مشابه ۰/۷۹ بوده است. برای نسخه انگلیسی آزمون مقادیر پایایی ۰/۹۱ و ۰/۷۸ گزارش شده است (کرمی، ۱۳۷۸). توافق این پرسشنامه با معیار آزمون نیاز به پیشرفت و پیشرفت‌های تحصیلی در موارد مختلف آزمایش شده است. توافق نمرات این آزمون با آزمون پیشرفت تحصیلی (عمومی) ۰/۷۵ گزارش شده است. در مورد نسخه انگلیسی این آزمون مقادیر شاخص روایی با آزمون پیشرفت تحصیلی ۰/۸۵ گزارش شده است (بهارگاوا، ۱۹۹۴ ترجمه کرمی، ۱۳۷۸).

## داده‌ها و یافته‌ها

تحلیل داده‌های جمعیت شناختی نشان داد بیشترین افراد گروه نمونه بین ۲۰ تا ۳۰ سال سن دارند. از لحاظ مقطع تحصیلی، بیشترین فراوانی برای دانشجویان مقطع کارشناسی ارشد می‌باشد.

یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول (۱) آورده شده

<sup>3</sup> Root Mean Square Error Approximation

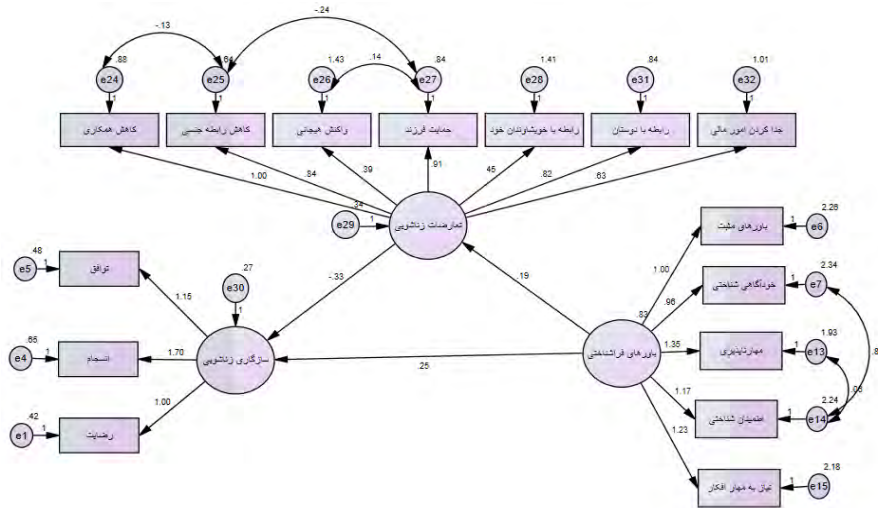
<sup>4</sup> Comparative Fit Index

<sup>5</sup> Normed Fit Index

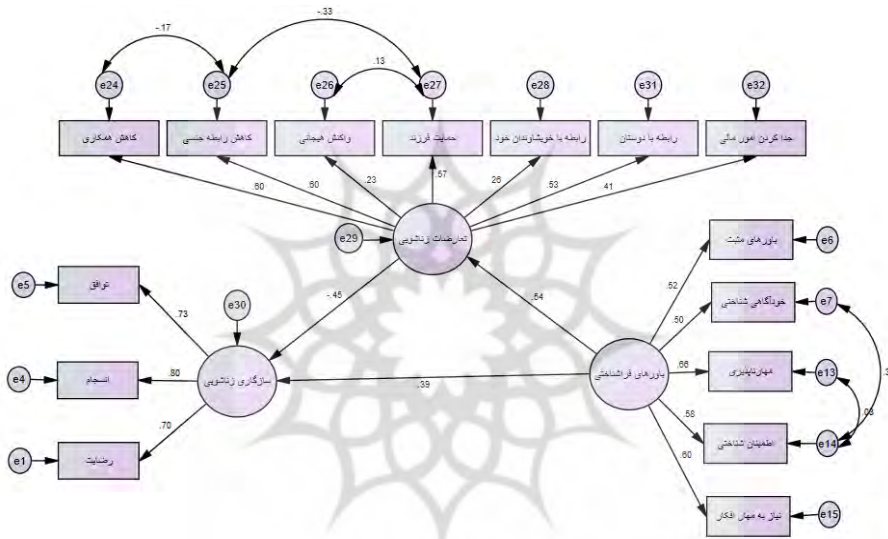
<sup>6</sup> Goodness of Fit Index

<sup>1</sup> Bentler

<sup>2</sup> Byrne, B. M. (2010). Structural equation modeling with AMOS: Basic concepts, applications, and programming. Routledge.



شکل ۱. مدل در حالت ضرایب استاندارد نشده



شکل ۲. مدل در حالت ضرایب استاندارد شده

جدول ۳. ضرایب و معناداری اثر مستقیم و غیرمستقیم باورهای فراشناختی بر سازگاری زناشویی						
متغیر ملاک	متغیر پیش بین	نوع اثر	ضریب استاندارد نشده	$\beta$ استاندارد شده	آماره معناداری	Sig
سازگاری زناشویی	باورهای فراشناختی	مستقیم	۰/۲۵	۰/۳۹	۴/۱۹	۰/۰۰۱
سازگاری زناشویی	باورهای فراشناختی	غیر مستقیم	۰/۰۷	۰/۲۴	۲/۶۸	۰/۰۰۳
سازگاری زناشویی	باورهای فراشناختی	اثر کلی	۰/۴۲	۰/۶۳		
سازگاری زناشویی	تعارض‌های زناشویی	مستقیم	-۰/۳۳	-۰/۴۵	-۵/۸۴	۰/۰۰۱

جهت بررسی اثر متغیر میانجی تعارض‌های زناشویی در رابطه بین باورهای فراشناختی با سازگاری زناشویی، از آزمون سوبل استفاده گردید. سوبل معتقد است که این نسبت به گونه‌ای مجانب دارای توزیع بهنجار است و زمانی که این نسبت بزرگتر از  $\pm 1/96$  باشد برای نمونه‌های بزرگ منجر به رد فرض صفر در سطح  $0/05$  می‌گردد. آنچه از نتایج جدول فوق برمی‌آید این است که فرضیه مطرح شده

آنچه از نتایج جدول فوق برمی‌آید این است که باورهای فراشناختی اثر مستقیم بر سازگاری زناشویی داشته است، رابطه باورهای فراشناختی با سازگاری زناشویی به صورت مستقیم برابر  $(t=4/19, \beta=0/39)$  است. بنابراین سؤال مطرح شده در ارتباط با وجود اثر مستقیم باورهای فراشناختی بر سازگاری زناشویی دانشجویان متأهل با ۹۵ درصد اطمینان مورد تأیید بوده است.

باورهای فراشناختی که افراد به صورت فرا ارزیابی‌های منفی از غیر قابل کنترل بودن و خطرناک بودن نگرانی‌های خود دارد عامل اساسی در شکل‌گیری اضطراب و نگرانی می‌باشند. نتایج مطالعات پیشین نشان داده است که نقص در فراشناخت باعث کاهش رضایت از زندگی زوجین می‌شود. زوجینی که از راهبردهای نامناسب فراشناختی استفاده می‌کنند، رابطه زناشویی مناسب‌تری نخواهند داشت. همچنین پژوهش‌ها نشان داده که آموزش فراشناخت نقش تأثیرگذاری در بهبود روابط زوجین دارد (فیشر و ولز، ۲۰۰۸). آموزش راهبردهای مناسب فراشناختی به زوجین، باعث بهبود رضایت زناشویی آنها می‌شود. فراشناخت از طریق تعدیل حل مسئله اجتماعی بر فعالیت‌های جسمی و ذهنی اثر می‌گذارد. باورهای فراشناختی از عوامل مؤثر در وضعیت سلامت روانی افراد هستند. افرادی که نقص فراشناختی در آنها بالاست از سلامت روانی مناسبی برخوردار نیستند. راهبردهای فراشناخت با نشانه‌های استرس به طور مثبت معناداری رابطه دارد (ولز و روسیس، ۲۰۰۶). این به معنای آن است که هر چقدر باورهای فراشناختی در زوجین بالاتر باشد، استرس آنان نیز افزایش خواهد یافت و همین امر ممکن است باعث کاهش امیدواری آنان شود. نقص در فراشناخت با اختلال شخصیت رابطه دارد. با توجه به مطالب گفته شده می‌توان نتیجه گرفت باورهای فراشناختی بالا در زوجین، سبب کاهش سازگاری زناشویی در ایشان می‌شود.

بر اساس مدل نظری پژوهش این یافته نظریه‌ی الیس را نیز تأیید می‌کند. الیس معتقد است که نگرش‌ها و تصورات غیرمنطقی افراد می‌تواند در ایجاد رابطه‌ی عاطفی ناکارآمد نقش بسزایی ایفا کند. از دیدگاه شناخت درمانگران ریشه‌ی بسیاری از سوء تفاهم‌ها در زندگی زناشویی، اندیشه‌های تعصب‌آمیز و غیرمنطقی زوج‌هاست (به نقل از فرحبخش، ۱۳۸۳). در واقع تفکرات غیرمنطقی همان اندیشه‌های باطل و وهمی و خیالی هستند که منجر به بروز اختلافات رفتاری و اختلافات زناشویی می‌شوند.

در چارچوب دیدگاه روانشناسان شناختی، خطاهای شناختی به قدری مهم و بازدارنده هستند که اساس تمام مشکلات و تعارضات را تشکیل می‌دهند. دیدگاه شناختی با این فرض که علت اصلی ایجاد اختلال، ادراک تحریف‌شده و یا یک نوع تفکر غیرمنطقی است محور فعالیت‌های درمانی فرد را بر اصلاح تفکر و نوع خطاهای شناختی قرار می‌دهد (صمدی فر، ۱۳۹۵).

در ارتباط با وجود اثر غیرمستقیم باورهای فراشناختی بر سازگاری زناشویی دانشجویان به واسطه‌ی تعارض‌های زناشویی با ۹۵ درصد اطمینان مورد تأیید بوده است. همچنین اثر مستقیم تعارض‌های زناشویی بر سازگاری زناشویی معنادار بوده است.

### بحث و نتیجه‌گیری

نتایج تحلیل داده‌ها نشان داد مدل پیش‌بینی سازگاری زناشویی براساس باورهای فراشناختی با در نظر گرفتن نقش میانجی تعارض‌های زناشویی براساس داده‌های تجربی از برازش مطلوبی برخوردار است و روابط بین متغیرها معنی‌دار است.

همسو با پژوهش حاضر، استفنسون، هریوت و دلنگیس (۲۰۱۴) نشان دادند که بین باورهای ارتباطی، ذهن‌آگاهی، انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و کیفیت روابط زناشویی رابطه‌ی معنی‌دار وجود دارد. به گونه‌ای که تأثیر باورهای ارتباطی، ذهن‌آگاهی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در پیش‌بینی کیفیت روابط زناشویی معنی‌دار است و به ترتیب باورهای ارتباطی، ذهن‌آگاهی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی کمترین تا بیشترین تأثیر را در پیش‌بینی کیفیت روابط زناشویی داشتند.

در تبیین نتیجه بدست آمده می‌توان گفت که همراستا با نظریه ولز (۲۰۰۹) بیشتر فعالیت‌های شناختی به عوامل فراشناختی بستگی دارند که بر آنها نظارت و کنترل دارند. عوامل فراشناختی (خودآگاهی شناختی، باور مثبت درباره نگرانی، اطمینان شناختی، داشتن باور منفی درباره‌ی نیاز به کنترل فکر و باور درباره‌ی کنترل ناپذیر بودن نگرانی)، بخش مهمی از فعالیت‌های شناختی افراد را در بر می‌گیرد. ولز و کارترات هاتو (۲۰۰۴) باورهای فراشناختی را در پنج بعد زیر طراحی کرده‌اند: ۱- باورهای مثبت درباره‌ی نگرانی مثل این که نگرانی به من کمک می‌کند تا مقابله کنم. ۲- باورهای منفی درباره‌ی نگرانی که تمرکزشان بر غیر قابل کنترل بودن و خطرناک بودن نگرانی است، ۳- اطمینان شناختی کم، مثل اینکه حافظه‌ی ضعیفی دارم. ۴- باورهای منفی در مورد افکار که این باورها شامل مواردی مانند تنبیه، خرافات هستند. ۵- خودآگاهی شناختی مثلاً به نحوه کار ذهنم به شدت توجه می‌کنم.

در مدل فراشناختی ولز (۲۰۰۹) افراد باورهای مثبتی را در ارتباط با کارایی نگرانی در کمک به مقابله پرورش می‌دهد. سپس به واسطه‌ی فعال شدن باورهای فراشناختی مبتنی بر غیر قابل کنترل بودن و خطر، نوع دیگری از نگرانی تحت عنوان فرا نگرانی در آنها شکل می‌گیرد.

- Baas, D., Castelijns, J., Vermeulen, M., Martens, R., & Segers, M. (2014). The relation between Assessment for Learning and elementary students' cognitive and metacognitive strategy use. *Educational psychology*, 85(1), 33-46.
- Belanger, C., Laporte, L., Sabourin, S., & Wright, J. (2015). The Effect of Cognitive-Behavioral Group Marital Therapy on Marital Happiness and Problem Solving Self-Appraisal. *The American Journal of Family Therapy*, 43(2), 103-118.
- Greeff, P., Hildegarde L. Malherbe, Abraham. (2001). Intimacy and marital satisfaction in spouses. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 27(3): 247-57.
- Kalkan, M., & Ersanli, E. (2012). The Effects of the Marriage Enrichment Program Based on the Cognitive Behavioral Approach on the Marital Adjustment of Couples. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 8 (3), 977-986.
- Rice, F. & Phillip, G (1996), *Intimate Relationships, Marriages and Family*. California: Cole.
- Schramm, D.G., Marshal, J.P., Harris, V.W., & Lee, Th.R. (2012). Religiosity, Homogamy, and Marital Adjustment An Examination of Newlyweds in First Marriages and Remarriages. *Journal of Family Issues*, 33(2), 246-268
- Spada, M.M., Nikcevic, A.V., Moneta, G.B., Wells, A. (2008). Meta cognition, faces. *Behaviour Research and Therapy*, 40, 677-687.
- Stephenson, E., Herriot, H., & DeLongis, A. (2014). Daily Dyadic Coping Predicts Changes in Marital Adjustment Among Couples in Stepfamilies Across 2 Years. *European health psychology*, 16, 1-24.
- Wells, A. (1995). A multidimensional measure of worry: Development and preliminary validation of the Anxious thought inventory. *anxiety stress and coping*, 6, 289-299.
- Wells, A. (2009). *Metacognitive therapy for anxiety and depression*. New York: The Guilford Press.
- Whisman, M., & Li, A. (2015). Assessment of positive and negative relationship adjustment in marriage. *Personal relations*, 22(4), 679-691.
- Young, E. M., & Long, L. (1998). *Counseling and Therapy for Couples*. New York: Intonation Thomson publishing company.
- Young, M., Riggs, Sh., & Kaminski, P. (2017). Role of Marital Adjustment in Associations Between Romantic Attachment and Coparenting. *Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, DOI: 10.1111/fare.12245
- Zhou, N., & Buehler, C. (2017). Adolescents' Responses to Marital Conflict: The Role of Cooperative Marital Conflict. *Journal of Family Psychology*. doi: 10.1037/fam0000341. [Epub ahead of print].
- در مجموع، براساس یافته‌های پژوهش و اثر معنادار باورهای فراشناختی بر تعارضات زناشویی، پیشنهاد می‌شود اصلاح باورهای فراشناختی با فوننی از جمله فراشناخت درمانی باعث بهبود سازگاری زناشویی زناشویی می‌شود. با توجه به نقش فراشناخت در بهبود سازگاری زناشویی باید مشاوران و متخصصان در زمینه روش‌های درمانی و بهداشت روانی به این یافته توجه نمایند. با کمک به مراجعان جهت اصلاح باورهای فراشناختی می‌توان این امیدواری را داشت که افراد بهتر بتوانند خود را با شرایط زندگی سازگار کنند و از زندگی با همسر خود احساس رضایت بیشتری کنند.
- از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به این نکته اشاره کرد که شرکت کنندگان این پژوهش، دانشجویان متأهل دانشگاه‌های آزاد بوده‌اند بنابراین در تعمیم نتایج پژوهش به جمعیت‌های دیگر باید جانب احتیاط را رعایت کرد. براین اساس پیشنهاد می‌شود که پژوهش در مورد سازگاری زناشویی و پیشایندهای آن در جوامعی به جز جامعه دانشجویان (به طور مثال زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره) انجام شود تا امکان مقایسه میزان اثربخیری سازگاری زناشویی از باورهای فراشناختی در گروه‌های مختلف فراهم شود.

### منابع

- اولیاء، نرگس. فاتحی زاده، مریم. بهرامی، فاطمه (۱۳۸۵). تأثیر آموزش غنی سازی زندگی زناشویی بر افزایش صمیمیت زوجین. فصلنامه خانواده پژوهش، ۲(۶)، ۱۳۵-۱۱۹.
- رفیعی، اعظم؛ اعتمادی، عذرا؛ بهرامی، فاطمه و جزایری، رضوان السادات. (۱۳۹۴). بررسی تأثیر آموزش آمادگی برای ازدواج بر انتظارات زناشویی و مؤلفه‌های آن در دختران عقد کرده شهر اصفهان. زن و جامعه، ۶(۲۱)، ۲۱-۴۰.
- سلیمانی، علی و رضایی، مهدی. (۱۳۹۳). باورهای فراشناختی و نشانگان افسردگی. تهران: راشدین.
- شفیع آبادی، عبدالله (۱۳۹۱). راهنمایی و مشاوره شغلی و نظریه‌های انتخاب شغل. تهران: انتشارات رشد.
- صمدی فرد، حمیدرضا. (۱۳۹۵). پیش‌بینی امید به زندگی زوجین بر اساس باورهای فراشناختی و همجوشی شناختی. پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره، ۶(۲)، ۱-۱۱.
- فرحبخش، کیومرث. (۱۳۸۳). مقایسه میزان اثربخشی مشاوره زناشویی به شیوه البس، واقعیت درمانی گلاسر و اختلاطی از آن دو در کاهش تعارضات زناشویی. پایان نامه دکتری، دانشگاه علامه طباطبایی.
- Bar-on, R. & Parker, J.D.A. (2006). *Handbook of emotional intelligence*. San Francisco.