

## طرحواره‌های ناسازگار اولیه، باورهای غیرمنطقی در مورد رابطه و بی ثباتی ازدواج *Early maladaptive schemas, irrational beliefs about relationship and marriage instability*

**Fatemeh Gharehbaghy** (corresponding author)  
Ph.D. in Health Psychology, Department of Psychology,  
Tehran University, Tehran, Iran  
**Hoda Tavakoli**  
M.A in Family Counseling, Department of Psychology,  
Islamic Azad University, South Branch, Tehran, Iran

فاطمه قره باغی (نویسنده مسئول)  
دکترای روانشناسی سلامت، گروه روانشناسی، دانشگاه تهران، تهران، ایران  
Email: fagh\_1977@yahoo.com  
هدی توکلی  
کارشناس ارشد مشاوره خانواده، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد  
تهران جنوب، تهران، ایران

### Abstract

**Aim:** Cognitive variables are important factors in predicting marriage instability and divorce probability. The purpose of this study was to investigate the role of early maladaptive behavior and irrational beliefs in predicting marriage instability. **Method:** This was a correlational study. The statistical community of the study consisted of couples who had been referred to the well-being organization of Sirvan city and 200 persons were selected by accessible method. The research tools consisted of the Young Schema Questionnaire - short form, Romans & Debourd Relationship Beliefs Scale and Marital Instability Scale of Edward and Johnson. We used simple and multiple regression to analyze data and examine the hypotheses. **Results:** The findings indicated that early maladaptive schemas and irrational beliefs about relationship predict marriage instability independently and together. **Conclusion:** Considering the role of cognitive factors in predicting marriage instability, these findings can be used in educational planning for preventing and decreasing divorce probability and improving couples relationship.

**Keywords:** Early maladaptive schemas, Irrational beliefs about relationship, Cognitive factors, Marriage instability.

**چکیده**  
**هدف:** متغیرهای شناختی از عوامل موثر در پیش بینی بی ثباتی ازدواج و احتمال طلاق هستند. این پژوهش به منظور بررسی نقش طرحواره های ناسازگار اولیه و باورهای غیرمنطقی در پیش بینی بی ثباتی ازدواج انجام گرفته است. **روش:** طرح این پژوهش از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش عبارت بود از زوجین مراجعه کننده به بهزیستی شهرستان سیروان که از میان آنها ۲۰۰ نفر به روش در دسترس انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه طرحواره های ناسازگار اولیه یانگ - فرم کوتاه، مقیاس باورهای ارتباطی رومنس و دبوردر و سیاهه بی ثباتی ازدواج ادواردز و جانسون بودند. برای تحلیل داده ها و بررسی فرضیه ها از رگرسیون ساده و چندگانه استفاده شد. **یافته:** نتایج نشان دادند که طرحواره های ناسازگار اولیه و باورهای غیرمنطقی در مورد رابطه به صورت جداگانه و همزمان پیش بینی کننده بی ثباتی ازدواج یا احتمال طلاق هستند. **نتیجه گیری:** با توجه به نقش مولفه های شناختی در پیش بینی بی ثباتی ازدواج می توان از این یافته در برنامه های آموزشی و پیشگیرانه برای کاهش احتمال طلاق و بهبود رابطه زوج ها استفاده کرد.

**کلمات کلیدی:** طرحواره های ناسازگار اولیه، باورهای غیرمنطقی در مورد رابطه، عوامل شناختی، بی ثباتی ازدواج

## مقدمه

بی‌ثباتی ازدواج<sup>۱</sup> همراه مفاهیمی مانند از هم پاشیدگی زناشویی<sup>۲</sup>، قطع رابطه زناشویی، طلاق، کیفیت زندگی زناشویی پایین و ترک کردن<sup>۳</sup> استفاده شده است (براون، سانچز، ناک و رایت، ۲۰۰۶). عوامل گوناگونی همچون عوامل شخصیتی و تجارب کودکی نقش مهمی را در برقراری روابط صمیمانه و ایجاد عشق و تفاهم در زوج‌ها ایفا می‌کنند و همین امر نیز به نوبه خود در ثبات ازدواج بسیار موثر است (صدقی طارمی، ۱۳۸۳). بی‌ثباتی ازدواج به زندگی زوج‌هایی اشاره دارد که طلاق نگرفته‌اند ولی به دنبال جدایی از یکدیگرند و احتمال جدایی و طلاق در بین آن‌ها بالا است. محققان معتقدند که شناخت، تفکرات و باورها نقش زیادی در زندگی زناشویی و روابط زوج‌ها ایفا می‌کنند. در رویکرد شناخت درمانی بک (۱۹۸۷)، بر مفروضه‌ها و باورهای موجود در طرحواره‌های شناختی زن و شوهر تاکید شده است. به نظر بک، وقتی طرحواره‌های شناختی تحت تاثیر تعریفات شناختی قرار می‌گیرند، حکم باورهای غیرمنطقی را پیدا می‌کنند و این باورهای افراطی و بسیار مطلق باعث می‌شوند نظام تفسیری زوج‌ها به صورت غیرمنطقی و نادرست عمل کند (درایدن، ۲۰۰۳). در بررسی علت طلاق، افزون بر عوامل اجتماعی، اقتصادی و حقوقی، علل فردی و روانشناختی از جمله طرحواره‌ها از اهمیت ویژه برخوردارند. طرحواره‌ها سازه‌هایی هستند که براساس واقعیت یا تجربه شکل می‌گیرند و به عنوان واسطه، پاسخ‌های رفتاری افراد را تحت تاثیر قرار می‌دهند (یانگ، ۲۰۰۳). یانگ (۱۹۹۴) زیرمجموعه‌ای از طرحواره‌ها را پیشنهاد می‌کند که طرحواره‌های ناسازگار نامیده می‌شوند. طرحواره‌های ناسازگار اولیه<sup>۴</sup> به عنوان الگویی برای پردازش تجارب به کار می‌روند، در سرتاسر زندگی گسترش می‌یابند و رفتار، افکار، احساسات و روابط بین فردی را تعیین می‌کنند (یانگ، به نقل از صاحبی و حمید پور، ۱۳۸۴).

طرحواره‌ها به طور مستقیم و غیر مستقیم باعث بروز مشکلات و ناراحتی‌هایی نظیر افسردگی، تنهایی یا روابط مخرب دیگر می‌شوند. یانگ (۱۹۹۴) بر این باور است که طرحواره‌ها در سه موقعیت شکل می‌گیرند و تداوم می‌یابند. این سه موقعیت عبارتند از نیازهای هیجانی اساسی، تجارب اولیه کودکی و خلق و خوی هیجانی. ریشه تحولی طرحواره‌های ناسازگار اولیه در تجارب ناگوار دوران کودکی نهفته است. طرحواره‌ها موجب سوگیری در تفسیرهای ما از رویدادها می‌شوند و این سوگیری‌ها در روابط میان فردی به صورت سو تفاهم‌ها، نگرش‌های تحریف شده، گمانه‌های نادرست و انتظارات غیر واقع بینانه خود را نشان می‌دهند (پاسکال، کریستین و جین، ۲۰۰۸). طبق دیدگاه یانگ، اگر طرحواره‌های اولیه ناسازگار باشند ممکن است هسته اصلی اختلالات شخصیت، مشکلات منش شناختی خفیف تر و بسیاری از اختلالات مزمن شوند. برخی پژوهش‌ها از این دیدگاه یانگ حمایت کرده‌اند (برای مثال، تیم، ۲۰۱۰).

<sup>1</sup> marital instability

<sup>2</sup> marital dissolution

<sup>3</sup> desertion

<sup>4</sup> early maladaptive schemas

همچنین، از دیدگاه روانشناسان شناختی از جمله ایس (۱۹۸۹) بسیاری از سوء تفاهم‌های زندگی ریشه در اندیشه‌های تعصب‌آمیز و غیرمنطقی زوج‌ها دارد. ایس معتقد است که نگرش‌ها و تصورات غیرمنطقی در ایجاد رابطه عاطفی ناکارآمد نقش مهمی ایفا می‌کنند. از دید روانشناسان شناختی عواملی وجود دارند که می‌توانند اثربخشی یک رابطه را تضعیف کرده و موجب عدم درک پیام فرستاده شده یا به عبارتی عدم رمزگشایی صحیح آن شوند. به عنوان نمونه می‌توان به باورهای غلط، پیش‌داوری‌ها و نگرش‌های منفی اشاره کرد. افزون بر این، باورهای ارتباطی غیرمنطقی با تجربه‌های فردی در روابط عاشقانه یا روابط زناشویی رابطه معکوس دارند و به رضایت و سازش‌یافتگی کمتری در روابط منجر می‌شوند (ادیس و برنارد، ۲۰۰۰). رابطه منفی باورهای ارتباطی غیرمنطقی با رضایت زناشویی (شایسته، صاحبی و علی پور، ۱۳۸۵)، احساسات مثبت نسبت به همسر (حیدری، مظاهری و پور اعتماد، ۱۳۸۴) و سازگاری زناشویی (مومن زاده، ۱۳۸۱) تایید شده است.

ایس بسیاری از تعارضات و مشکلات با منشاء روانشناختی را نتیجه طرز فکر غیرمنطقی و غیرعقلانی می‌داند (موسوی، ۱۳۸۳). منظور از چنین باورهایی در واقع افکار نادرست و نامنطبق با واقعیت درباره خود و جهان است. به اعتقاد ایس (۱۹۸۹) هیچ رویدادی ذاتاً نمی‌تواند در انسان ایجاد آشفته‌گی روانی کند، زیرا تمام محرک‌های و رویدادها در ذهن معنا و تفسیر می‌شوند و بر این اساس، سازش‌نیافتگی و مشکلات هیجانی در واقع ناشی از نحوه تعبیر و تفسیر و پردازش در زیربنای آنها قرار دارند. منظور از باورهای ارتباطی ناکارآمد، آن دسته از باورها و تفکرات غیرمنطقی هستند که مختص رابطه زناشویی بوده و در اثر استفاده افراطی منجر به مشکل می‌شوند. آنها شامل پنج باور بدین شرح هستند: ۱) باور به اینکه مخالفت تخریب‌کننده است<sup>۱</sup>: زمانیکه زوجین فکر می‌کنند قدرت کافی برای تحمل مشکل ندارند، سعی می‌کنند از بروز مشکل و اختلاف در روابط زناشویی جلوگیری کنند. ۲) باور به عدم تغییر‌پذیری همسر<sup>۲</sup>: زمانی است که یکی از زوجین رفتار ایده‌آل و قابل‌قبولی نداشته باشد و زوج دیگر بپندارد که چنین رفتار و وضعیتی وحشتناک است و در واقع هرگز تغییرات مثبت در رابطه زناشویی رخ نمی‌دهد. ۳) باور به ذهن‌خوانی<sup>۳</sup>: زن و شوهر به علت وابستگی عمیق‌شان به یکدیگر فکر می‌کنند باید قادر باشند نیازهای طرف مقابل را درک و در واقع ذهن‌خوانی کنند، بدون اینکه نیازی به مطرح کردن مستقیم آن‌ها باشد. ۴) کمال‌گرایی جنسی<sup>۴</sup>: چنانچه همسری از لحاظ جنسی عالی نباشد ناکام و شکست‌خورده است. ریشه این باور را در باور حکم‌کنندگی، نیازمندی و کمال‌گرایی می‌توان یافت. ۵) باور به تفاوت‌های جنسیتی<sup>۵</sup>: باورهای قالبی در مورد تفاوت زن و مرد هستند که اساس علمی ندارند و مردم پیشاپیش ویژگی خاصی را به دو جنس نسبت می‌دهند (آیدلسون و اپشتاین، ۱۹۸۲).

باورها قوانینی هستند که به وسیله آنها فرد تجربیات خود را تعبیر و تفسیر می‌کند و حقایقی هستند که ما را هدایت می‌کنند تا به شکل خاصی به زندگی واکنش نشان دهیم. هر فرد مجموعه‌ای از تفکرات عمومی

<sup>1</sup> disagreement is destructive

<sup>2</sup> partner cannot change

<sup>3</sup> mind reading is expected

<sup>4</sup> sexual perfection

<sup>5</sup> the sexes are different

دارد که عقاید مرکزی یا باورهای بنیادی خوانده می‌شوند. معمولاً این باورها نیمه آگاه هستند و آشکار می‌کنند که هر فرد چگونه نسبت به زندگی واکنش نشان می‌دهد. زمانی که یک واقعه یک رشته افکار را فعال می‌کند آنچه شخص آگاهانه فکر می‌کند، بستگی به باورهای بنیادی دارد که به صورت نیمه آگاه در مورد آن واقعه به کار می‌افتند. اینکه حقایق خاصی برای افراد دارای مفهوم است به باورهای فرد بستگی دارد (فرگات، ۲۰۰۵).

تحقیقات نشان داده اند که عوامل هیجانی و الگوهای دلبستگی نقش مهمی را در پیش بینی ثبات ازدواج ایفا می‌کنند (نظری، صاحب‌دل و اسدی، ۱۳۸۹)، اما بررسی‌های کمی به مطالعه نقش عوامل شناختی در ثبات ازدواج پرداخته اند. بر این اساس، این پژوهش به دنبال پاسخ این سوال است که آیا عوامل شناختی همچون طرحواره‌های ناسازگار اولیه و باورهای غیرمنطقی در مورد رابطه می‌توانند پیش‌بینی کننده بی‌ثباتی ازدواج باشند؟

#### روش

طرح این پژوهش از نوع همبستگی بود. جامعه آماری شامل کلیه افراد متأهلی بود که به بهزیستی شهرستان سیروان مراجعه می‌کردند و از بین آنها ۲۰۰ نفر به روش در دسترس انتخاب شدند. برای اجرای این پژوهش تعداد ۲۲۰ پرسشنامه تهیه و بعد از توضیح پژوهشگر مبنی بر اینکه تحقیق صرفاً یک پژوهش برای پایان نامه است و اطلاعات آنها محرمانه می‌باشد، بعد از اعلام رضایت و آمادگی آنها برای شرکت در اختیار آنها قرار داده می‌شد. ۲۰ عدد از پرسشنامه‌ها به علت مخدوش و ناقص بودن حذف شدند. برای آزمون فرضیه‌ها در این پژوهش، از روش همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون ساده و چند متغیری استفاده شد و نتایج آن توسط نسخه ۱۹ نرم افزار SPSS<sup>۱</sup> مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

#### ابزار

- پرسشنامه فرم کوتاه طرحواره یانگ (YSQ)<sup>۲</sup>: این پرسشنامه یک ابزار ۷۵ سوالی برای سنجش ۱۵ طرحواره ناکارآمد اولیه است که بر اساس طیف لیکرت بر روی مقیاس ۶ درجه ای از (۱=کاملاً نادرست، ۲=تقریباً درست، ۳=نه غلط نه درست، ۴=اندکی درست، ۵=تقریباً درست، ۶=کاملاً درست) درجه بندی می‌شود. مطالعات لی، تیلور و دان (۱۹۹۹) در یک نمونه بالینی در استرالیا ۱۶ عاملی بدست داد که ۱۵ عامل آن قبلاً توسط یانگ (۱۹۹۴) مطرح شده بود. یک مطالعه نیز نشان داد که پرسشنامه طرحواره یانگ ثبات درونی خوبی دارد (یانگ، ۲۰۰۳). هنجار یابی این پرسشنامه در ایران توسط آهی (۱۳۸۴) بر روی دانشجویان دانشگاه‌های تهران انجام شده است که همسانی درونی این پرسشنامه با استفاده از آلفای

<sup>۱</sup> Statistical Package for Social Science

<sup>۲</sup> Young Schema Questionnaire- Short Form

کرونباخ در زنان ۹۷٪ و در افراد مردان ۹۸٪ بدست آمد. در پژوهش حاضر نیز پایایی این ابزار از طریق آلفای کرونباخ برابر ۹۴٪ بدست آمد.

- **مقیاس باورهای ارتباطی (RBS)**<sup>۱</sup>: این ابزار در ۷ زیر مقیاس توسط دی بورد، رومنس و کروشیک (۱۹۹۶) تهیه شده است که باورهای ارتباطی غیرمنطقی مربوط به زندگی زناشویی را اندازه گیری می‌کند و در طیف ۴ درجه لیکرت (۴= کاملاً موافقم، ۳= نسبتاً موافقم، ۲= نسبتاً مخالفم، ۱= کاملاً مخالفم) درجه بند می‌شود. زیرمقیاس های آن شامل کمال گرایی در رابطه، وابستگی متقابل، پافشاری در ارضای همه نیازها، فداکاری، غیرمنطقی بودن و عدم پذیرش، ذهن خوانی و آگاهی از گذشته بودند. این مقیاس در ایران توسط ازخوش و عسگری (۱۳۸۶) روی ۵۳۵ نفر از افراد متأهل هنجاریابی شده است و پس از حذف سوالاتی که از جهات مختلف ضعیف شناخته شدند نسخه ۵۸ سوالی از این پرسشنامه بدست آمد. همسانی درونی ۹۵٪ و پایایی بازآزمایی این پرسشنامه با فاصله یک ماه ۹۳٪ گزارش شده است. در پژوهش حاضر نیز پایایی این ابزار از طریق آلفای کرونباخ برابر ۹۲٪ به دست آمد.

**۳-۳ سیاهه بی ثباتی ازدواج (MII)**<sup>۲</sup>: این پرسشنامه یک ابزار ۱۴ سوالی است و به طور خاص برای سنجش تمایل به طلاق توسط ادواردز، جانسون و بوث (۱۹۸۷) طراحی شده است. این ابزار بر اساس درجه بندی لیکرت نمره گذاری می‌شود (۰= هرگز، ۱= گاهی، ۲= اغلب، ۳= خیلی). در پژوهش ادواردز، جانسون و بوث (۱۹۸۷) آلفای کرونباخ ۹۳٪، روایی سازه و نیز واگرایی آن با ابزارهای شادکامی زناشویی و تعاملات زناشویی مطلوب گزارش شده است. همچنین از نظر نندرلیک، رابینسون، کاسادو-کئو و یانگ (۲۰۱۱) این ابزار روایی پیش بین بسیار خوبی دارد. در ایران نیز برای محاسبه ضریب اعتبار این ابزار از روش همبستگی بین دو نیمه استفاده شده و ضریب اعتبار ۷۰٪ برای آن گزارش شده است (یاری پور، ۲۰۰۰؛ به نقل از ثنایی، ۱۳۸۸). در پژوهش حاضر نیز پایایی این ابزار از طریق آلفای کرونباخ برابر با ۸۶٪ به دست آمد.

#### یافته ها

میانگین و انحراف معیار سن در افراد نمونه به ترتیب ۳۶/۵۳ و ۹/۵۵ بود. زنان ۱۱۸ و مردان ۸۲ نفر از گروه نمونه را تشکیل می‌دادند. بیشترین زمان ازدواج گروه نمونه بین ۱۰ تا ۱۲ سال بود. ۷ درصد سابقه جدایی داشتند و ۲۳ درصد سابقه جدایی در خانواده های مبدأ داشتند. جدول ۱ ویژگی های توصیفی و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد:

<sup>۱</sup> Relationship Beliefs Scale

<sup>۲</sup> Marital Instability Index (MII)

جدول ۱: ویژگی‌های توصیفی و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	طرحواره‌های ناسازگار اولیه	باورهای غیر منطقی	بی‌ثباتی ازدواج
طرحواره‌های ناسازگار	۵۴/۵۸	۱۹۳/۶۳	۱	-	-
باورهای غیر منطقی	۲۵/۴۵	۱۶۲/۱۰	۰/۰۵	۱	-
بی‌ثباتی ازدواج	۵/۳۷	۲۸/۲۹	۰/۲۶**	۰/۱۹**	۱

$p < 0.01^{**}$

همانطور که نتایج در جدول نشان می‌دهند طرحواره‌های ناسازگار و باورهای غیر منطقی همبستگی معنا دار ( $r = 0.1^{**}$ ) با بی‌ثباتی ازدواج دارند. همچنین، از بین زیر مقیاس‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه، معیارهای سخت ( $r = 0.14$ ) و  $r$

( $p < 0.05$ )، بازداری هیجانی ( $r = 0.20$  و  $p < 0.01$ )، اطاعت ( $r = 0.32$  و  $p < 0.01$ )، شرم ( $r = 0.21$  و  $p < 0.01$ )، انزوا ( $r = 0.25$  و  $p < 0.01$ ) و بی‌کفایتی ( $r = 0.14$  و  $p < 0.05$ ) با بی‌ثباتی ازدواج همبستگی معنا دار داشتند. علاوه بر این، از بین باورهای غیرمنطقی در مورد رابطه زناشویی، باور به وابستگی ( $r = 0.16$  و  $p < 0.05$ )، فداکاری ( $r = 0.23$ ) و  $r$  ( $p < 0.01$ ) و کمال‌گرایی ( $r = 0.23$  و  $p < 0.01$ ) با بی‌ثباتی ازدواج همبستگی معنا دار داشتند. همچنین، بر اساس آزمون کالماگروف اسمیرونوف نرمال بودن توزیع داده‌ها به عنوان یکی از پیش شرط‌های ورود به تحلیل‌های رگرسیون مورد تایید قرار گرفت. از آنجایی که سطح معناداری به دست آمده در آزمون K-S در متغیرهای پژوهش بیش از مقدار ملاک ۰/۰۵ است (طرحواره‌های ناسازگار اولیه ۰/۵۹ با معناداری ۰/۸۶، باورهای غیرمنطقی در مورد رابطه زناشویی ۰/۸۱ با معناداری ۰/۵۲، بی‌ثباتی ازدواج ۰/۷۳ با معناداری ۰/۴۴) می‌توان گفت که توزیع متغیرهای مورد بررسی در نمونه آماری نرمال است. جدول ۲ نتایج تحلیل رگرسیون مربوط به نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه در پیش‌بینی بی‌ثباتی ازدواج را نشان می‌دهد:

جدول ۲: شاخص‌های آماری و ضرایب متغیر پیش‌بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه در رگرسیون مربوط به بی‌ثباتی ازدواج

متغیر پیش‌بین	ضریب تبیین $R^2$	F	درجه آزادی	سطح معناداری	B	t	انحراف استاندارد	ضریب بتا
کل طرحواره‌های ناسازگار	۰/۰۶	۱۴/۴۱	۱	۰/۰۱	۰/۲۲	۳/۷۹	۵/۹۸	۰/۲۶
معیارهای سخت	۰/۰۲	۴/۱۱	۱	۰/۰۴	۰/۱۴	۲/۰۲	۶/۱۳	۰/۱۴
بازداری هیجانی	۰/۰۴	۸/۶۰	۱	۰/۰۱	۰/۱۹	۲/۹۳	۶/۰۶	۰/۳۰
اطاعت	۰/۱۰	۲۲/۷۳	۱	۰/۰۱	۰/۳۷	۴/۷۶	۵/۸۶	۰/۳۲
شرم	۰/۰۴	۹/۸۱	۱	۰/۰۱	۰/۲۴	۳/۱۳	۶/۰۴	۰/۲۱
انزوا	۰/۰۶	۱۳/۵۸	۱	۰/۰۱	۰/۲۶	۳/۶۸	۵/۹۹	۰/۲۵
بی‌کفایتی	۰/۰۲	۴/۴۶	۱	۰/۰۳	۰/۱۶	۲/۱۱	۶/۱۲	۰/۱۴

همانطور که نتایج در جدول ۲ نشان می‌دهند کل طرحواره‌ها می‌توانند ۶ درصد از واریانس یا تغییرات بی‌ثباتی ازدواج را به صورت مستقیم پیش‌بینی کنند. جدول ۳ نتایج تحلیل رگرسیون مربوط به نقش باورهای غیرمنطقی در پیش‌بینی بی‌ثباتی ازدواج را نشان می‌دهد:

جدول ۳: شاخص‌های آماری و ضرایب متغیر پیش‌بین باورهای غیرمنطقی در مورد رابطه در رگرسیون مربوط به متغیر ملاک بی‌ثباتی ازدواج

متغیر پیش‌بین	ضریب تبیین $R^2$	F	درجه آزادی	سطح معناداری	B	t	انحراف استاندارد	ضریب بتا
کل باورهای غیرمنطقی	۰/۰۴	۷/۹۰	۱	۰/۰۱	۰/۱۴	۴/۷۰	۶/۰۸	۰/۱۹
وابستگی	۰/۰۲	۵/۶۳	۱	۰/۰۱۸	۰/۱۹	۲/۳۸	۶/۱۱	۰/۱۶
فداکاری	۰/۰۵	۱۱/۵۰	۱	۰/۰۱	۰/۲۳	۳/۳۹	۶/۰۲	۰/۲۳
کمال‌گرایی	۰/۰۵	۱۱/۶۶	۱	۰/۰۱	۰/۲۰	۳/۴۱	۶/۰۲	۰/۲۳

همانطور که نتایج در جدول ۳ نشان می‌دهند بین باورهای غیرمنطقی در مورد رابطه زناشویی و بی‌ثباتی ازدواج رابطه معنادار وجود دارد، به طوری که کل باورهای غیر منطقی می‌توانند ۴ درصد از واریانس یا تغییرات بی‌ثباتی ازدواج را به صورت مستقیم پیش بینی کنند. جدول ۴ نتایج رگرسیون همزمان مربوط به نقش طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و باورهای غیرمنطقی در مورد رابطه در پیش بینی بی‌ثباتی ازدواج را نشان می‌دهد:

جدول ۴: نتایج ضرایب رگرسیون برای پیش بینی بی‌ثباتی ازدواج بر اساس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و باورهای غیرمنطقی در مورد رابطه

متغیرهای پیش‌بین	ضریب تبیین R <sup>2</sup>	F	درجه آزادی	سطح معناداری	B	t	ضریب بنا
طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه	۰/۱۱	۱۲/۷۹	۲	۰/۰۰۱	۰/۰۳	۴/۱۱	۰/۲۷
باورهای غیرمنطقی در مورد رابطه				۰/۰۰۲	۰/۰۵	۳/۱۴	۰/۲۱

همانطور که نتایج در جدول ۴ نشان می‌دهند، دو متغیر طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و باورهای غیرمنطقی در مورد رابطه می‌توانند همزمان با هم ۱۱ درصد از واریانس بی‌ثباتی ازدواج را پیش بینی کنند.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف این پژوهش بررسی نقش دو مولفه شناختی طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و باورهای غیرمنطقی در مورد رابطه زناشویی در پیش بینی بی‌ثباتی ازدواج یا احتمال طلاق بود. نتایج تحلیل رگرسیون ساده و چند گانه نشان داد که این دو متغیر می‌توانند به صورت مستقل و همزمان ۱۱ درصد از واریانس بی‌ثباتی ازدواج را پیش بینی کنند. در تبیین این یافته می‌توان به نظریه طرح‌واره‌های یانگ و نظریه باورهای غیرمنطقی الیس و بک اشاره کرد. بر طبق نظر یانگ (۱۹۹۴ و ۲۰۰۳) طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه موجب سوگیری‌هایی در تفسیر رویدادها می‌شوند. این سوگیری‌ها در آسیب‌شناسی روانی میان فردی (زوجین) به صورت سوء تفاهم‌ها، نگرش‌های تحریف‌شده، فرض‌های نادرست و هدف‌ها و چشم‌داشت‌های غیر واقع‌بینانه در همسران پدید می‌آیند و این سوء برداشت، بر ادراک‌ها و ارزیابی‌های بعدی از زندگی مشترک تاثیر می‌گذارند، زیرا طرح‌واره‌ها در مسیر زندگی تداوم دارند و چگونگی روابط فرد با خود و دیگران را تعیین می‌کنند (پناهی فر، یوسفی و امانی، ۲۰۱۴). یانگ و گلوگی (۱۹۹۷) معتقدند که این طرح‌واره‌ها و باورهای مربوط به روابط بین فردی در بزرگسالی در روابط زناشویی نمود می‌یابند و بر آن تاثیر زیان بار می‌گذارند. همچنین، در نظریه الیس (۲۰۰۱) علت مشکلات رابطه زناشویی انتظارات غیرواقع‌بینانه‌ای است که زوج‌ها نه فقط در مورد خود و دیگران، بلکه در مورد رابطه زناشویی دارند. از آنجایی که شناخت‌ها و باورها ساختارهای مهمی در زندگی زناشویی هستند و کارکرد مهمی در حفظ، ثبات و سلامت ازدواج دارند، فقدان آنها منجر به شکست زناشویی و تضعیف بنیان خانواده و در نهایت طلاق می‌شود (تیکداری نژاد و خزری مقدم، ۲۰۱۷). باورهای ارتباطی ناکارآمد، باورها و تفکرات غیرمنطقی هستند که مختص رابطه زناشویی بوده و در اثر استفاده افراطی منجر به مشکل می‌شوند.

این یافته‌ها با پژوهش‌های قبلی در این زمینه نیز هماهنگ است. برای مثال، پژوهش آزاد بخت و وکیلی (۱۳۹۲) نیز رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و عدم رضایت زناشویی زنان متأهل را مورد تایید قرار داده است. پژوهش‌های انجام شده تایید می‌کنند که میان طرح‌واره‌های ناسازگار با رضایت زناشویی (اندوز و حمیدپور، ۱۳۸۴) و صمیمیت زناشویی (ذوالفقاری، فاتحی زاده و عابدی، ۱۳۸۷) رابطه معنادار و معکوس وجود دارد. بررسی‌ها نشان داده‌اند که

طرحواره های ناسازگار اولیه پیش بین نیرومندی برای بدبینی، افسردگی، ناامیدی و اضطراب در میان همسران هستند (ولبورن، کوریستین، داگ، پونتی فراکت و جوردن، ۲۰۰۲). پژوهش دیگری نشان داد که میانجی های شناختی از جمله طرحواره های منفی مانند خود کم بینی در تعاملات همسران نقش اساسی دارند (برادبوری، فینچام و بیچ ۲۰۰۸). در همین راستا، تحقیق نشان می‌دهد که باورها و طرحواره های مربوط به روابط بین فردی در بزرگسالی در همسرگزینی (خسروی، سیف و عالی، ۱۳۸۴) و روابط زناشویی (یانگ و گلوسکی، ۱۹۹۷) نمود می‌یابند و بر آن تاثیر می‌گذارند. بررسی استایلز (۲۰۰۴) نیز تایید می‌کند که طرحواره ناسازگار اولیه محرومیت هیجانی، پیش بینی کننده روابط صمیمی و عاشقانه کمتر همسران است. علاوه بر این، اپستن، لپسون، هولشتاین و هیو (۱۹۹۲) نشان دادند که عناصر شناختی به ویژه طرحواره های معیارهای سخت گیرانه و گذشت یک جانبه مهم ترین عوامل شناختی پیش بینی کننده ناسازگاری در همسران هستند. طرحواره های ناسازگار یک عامل مهم اختلال شخصیت نیز به شمار می‌روند (یانگ، ۱۹۹۴). در پژوهش های بسیاری (برای مثال، شکرکن و خجسته مهر، ۱۳۸۵) رابطه اختلال شخصیت و احتمال طلاق در همسران خواهان طلاق تایید شده است. فریمن (۱۹۹۴) نشان داد که بین طرحواره ها های ناسازگار اولیه و تفسیر مشکلات رابطه معنی داری وجود دارد. مطالعه نجفی، بیطرف، محدی فر، مته کلامی (۱۳۹۴) نیز نشان داده است که طرحواره های ناسازگار اولیه و بینش شناختی می‌توانند از جمله عواملی باشند که منجر به بروز اختلافات زناشویی می‌شوند. علاوه بر این، در تحقیق اکبری، عظیمی، طالبی و فهیمی (۱۳۹۵) طرحواره های ناسازگار اولیه محرومیت هیجانی، شرم/نقص، شکست، خودتحويل نیافته/ گرفتاری، اطاعت پذیری، ایثار، بازداری هیجانی و مؤلفه سرکوب هیجانی در تنظیم هیجان با طلاق عاطفی رابطه معنا دار داشتند. در همین راستا، پژوهش یوسفی، اعتمادی، بهرامی، احمدی و فاتحی زاده (۱۳۸۹) نشان داد که طرحواره های بی اعتمادی - بدرفتاری، معیارهای سخت گیرانه و بازداری هیجانی بیشترین توان پیش بینی طلاق را داشتند.

مطالعات از رابطه باورهای غیرمنطقی با مشکلات رابطه نیز حمایت کرده اند. برای مثال، مسرت مشهدی (۱۳۹۶) نشان داد که هر چه نمره باورهای غیرمنطقی افزایش یابد، سطح سازگاری زوج کاهش می‌یابد. فلیپوریک، واکوسال-جویک و اپاسیس (۲۰۱۵) در پژوهشی نشان دادند که احساس خشم، افسردگی و اضطراب در ارتباط بین باورهای غیرمنطقی و سازگاری زناشویی زوجین نقش دارند. علاوه بر این، نتیجه تحقیق ادیب راد، ادیب راد و دهشیری (۱۳۸۴) نشان داد که برخی از باورهای ارتباطی غیرمنطقی از جمله باور به عدم تغییرپذیری همسر در زوج های مراجعه کننده به مراکز قضایی در مقایسه با آن هایی که مایل به ادامه زندگی مشترک هستند بیشتر است. بررسی جان جانی، مومن، رای و سعیدی (۲۰۱۷) نیز نشان داد که بین باورهای غیرمنطقی و رضایت زناشویی رابطه منفی وجود دارد. همچنین، رضانی و مومنی (۲۰۱۷) نشان دادند که باورهای غیرمنطقی پیش بینی کننده تعارض های زناشویی هستند.

از یافته‌های این پژوهش می‌توان در برنامه‌ریزی‌های آموزشی برای شناخت طرحواره‌های ناسازگار اولیه و باورهای غیرمنطقی در مورد رابطه، قبل از ازدواج استفاده کرد. همچنین، این یافته‌ها می‌توانند در برنامه‌های مداخله‌ای به هدف کاهش نرخ طلاق و بهبود رابطه زوج‌ها مورد استفاده قرار بگیرند. از محدودیت‌های این پژوهش در دسترس بودن نمونه بود که امکان تعمیم آن را به سایر گروه‌ها نمی‌دهد. پیشنهاد می‌شود به علت تفاوت‌های فرهنگی و اجتماعی، چنین پژوهشی در حجم وسیع‌تر و در شهرهای دیگر نیز انجام گیرد و نتایج آن‌ها با این پژوهش مقایسه شوند. نیاز به بررسی طرحواره‌های ناسازگار اولیه و باورهای غیرمنطقی در مورد ازدواج و رابطه زناشویی در افرادی که برای مشاوره ازدواج مراجعه می‌کنند، در یک تحقیق طولی، قبل و بعد از ازدواج وجود دارد. بررسی طرحواره‌های ناسازگار اولیه و باورهای غیرمنطقی در دوره‌آشنایی قبل از ازدواج می‌تواند به شناخت بیشتر افراد از خود و طرف مقابل و پیشگیری از طلاق کمک کند.

#### منابع

- آهی، ق. (۱۳۸۵). هنجاریابی نسخه کوتاه پرسشنامه طرحواره یانگ، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
- ازخوش، م.، عسگری، ع. (۱۳۸۶). اندازه‌گیری باورهای غیرمنطقی در روابط زناشویی، استانداردسازی پرسشنامه باورهای ارتباطی، فصلنامه روانشناسان ایرانی، سال چهارم، شماره ۱۴، (۱۵۳-۱۳۷).
- ادیب‌راد، ن.، مهدوی، ا.، ادیب‌راد، م.، و دهشیری، ع. (۱۳۸۴). مقایسه باورهای ارتباطی زنان مراجعه‌کننده به مراکز قضایی و زنان مایل به ادامه زندگی مشترک شهر تهران، فصلنامه خانواده‌پژوهی، (۲)، ۱، (۱۳۸-۱۳۱).
- آزادبخت، ر.، وکیلی، پ. (۱۳۹۲). رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه و رضایت زناشویی، فصلنامه روانشناسی تربیتی، سال چهارم، پیاپی ۱۵، (۱۱-۱۸).
- اکبری، ا.، عظیمی، ز.، طالبی، س.، فهیمی، ص. (۱۳۹۵). پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین براساس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، تنظیم هیجان و مؤلفه‌های آن، فصلنامه علمی-پژوهشی، دوره ۱۴، شماره ۲، پیاپی ۲۷، (۹۲-۷۹).
- ثنایی، ب. (۱۳۸۸). مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج. تهران، انتشارات بعثت.
- حمیدپور، ح.، اندوز، ز. (۱۳۸۶). طرح‌واره درمانی: راهنمای کاربردی برای متخصصان بالینی، تهران: انتشارات ارجمند.
- خسروی، ز.، سیف، س.، عالی، ش. (۱۳۸۴). بررسی رابطه بین نوع فرآیند طرحواره‌ای و نگرش ازدواج. مجله پژوهش در سلامت روانشناختی، سال یکم، شماره ۴، (۴۱-۳۱).
- حیدری، م.، مظاهری، م.، پوراعتماد، ح. (۱۳۸۴). رابطه باورهای ارتباطی با احساسات مثبت نسبت به همسر، فصلنامه خانواده‌پژوهی، (۲)، ۱، (۱۲۱-۱۳).
- ذوالفقاری، م.، فاتحی‌زاده، م.، عابدی، م. (۱۳۸۷). تعیین رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه با ابعاد صمیمیت زناشویی زوجین شهر اصفهان، خانواده‌پژوهی، ۴۴، ۱۵، (۲۷۶-۲۷۴).
- صدقی طارمی، ع. (۱۳۸۳). رابطه بین سبک‌های دلبستگی و انواع عشق در دانشجویان متأهل شهید بهشتی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه شهید بهشتی.
- شایسته، ک.، صاحبی، م.، و علیپور، ا. (۱۳۸۵). بررسی رابطه رضایمندی زناشویی با باورهای ارتباطی و انتظارات غیرمنطقی زوجین، فصلنامه خانواده‌پژوهی (۷)، ۲، (۲۳۸-۲۲۳).

- شکرکن، ح.، خجسته مهر، ر. (۱۳۸۵). ویژگی‌های شخصیتی مهارت‌های اجتماعی، سبک‌های دلبستگی و متغیرهای جمعیت شناختی به عنوان پیش‌بینی‌های موقعیت و شکست رابطه زناشویی در اهواز، *مجله علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز*، سال سوم، شماره ۱، (۱-۳۰).
- مؤمن زاده، ف. (۱۳۸۱). ارتباط تفکرات غیرمنطقی و الگوهای دلبستگی با سازگاری زناشویی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید بهشتی، تهران.
- موسوی، م. (۱۳۸۳). تاثیر روابط قبل از ازدواج بر تعارضات زناشویی در دانشجویان متأهل دانشگاه‌های دولتی شهر تهران، *تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره*، جلد ۶، شماره ۲۲.
- مسرت مشهدی، ز. (۱۳۹۶). بررسی اثربخشی میزان سازگاری زناشویی از باورهای غیرمنطقی، *مجله روانشناسی*، سال ششم، شماره ۱، شماره پیاپی ۱۸، (۶۹-۸۴).
- نجفی، م.، بیطرف، م.، محمدی فر، م.، مته کلامی، ا. (۱۳۹۴). مقایسه طرحواره‌های ناسازگار اولیه و بینش شناختی در زنان متقاضی طلاق و عادی، *فصلنامه علمی-پژوهشی زن و جامعه*، سال ششم، شماره چهارم، (۴۸-۴۱).
- نظری، ع. م.، صاحب‌دل، ح.، و اسدی، م. (۱۳۸۹). بررسی ارتباط بین سبک‌های دلبستگی و میزان بی‌ثباتی ازدواج در زنان و مردان متأهل، *زن و مطالعات خانواده*، ۲(۸)، ۱۱۵-۱۲۵.
- یانگ، ج.، گلوکسکو، ژ.، یشار، م.، (۱۹۹۷). طرحواره درمانی: ترجمه حمید پور و اندوز (۱۳۸۶)، تهران، انتشارات ارجمند.
- یانگ، ج. (۱۹۹۰). شناخت درمانی برای اختلالات شخصیت: رویکرد متمرکز بر طرحواره، ترجمه صاحبی و حمید پور (۱۳۸۴). چاپ اول، تهران، انتشارات ارجمند.
- یاری پور، ع. (۲۰۰۰). بررسی تاثیر طرح مداخلات مشاوره خانواده بر میزان ثبت طلاق در محاکم دادگستری شهر قم. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی رودهن.
- یوسفی، ن.، اعتمادی، ع.، بهرامی، ف.، احمدی، ا.، و فاتحی زاده، م. (۱۳۸۹). مقایسه طرحواره‌های ناسازگار اولیه در همسران مطلقه و عادی به عنوان پیش‌بینی‌کننده طلاق. *مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، ۱۶(۱)، ۲۱-۳۳.
- Addis, S., & Bernard, J. (2000). Marital adjustment and irrational beliefs, *Journal of Rational-Emotive and cognitive- behavior therapy*, 20, 3-13.
- Beck, A. T. (1987). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International University Press.
- Brown, S., L, Sanchez, Nock, S., I & Wright, J., D (2006) links between premarital Cohabitation and subsequent marital quality. Stability and divorce: a comparison of covenant versus standard marriage. *Journal of social science research*, 35, 457.
- Bradbury, T., Fincham, F., Beach, S. (2008). Research on the nature and determinants of marital relationship. *Journal of marriage and the family*. 92, 319-340.
- Dryden, W. (2003). *Handbook of individual therapy*. London: LSSAG Publisher.
- DeBord, J. Romans, J. S. & Krieschok, T. (1996). Predicting dyadic adjustment from general and relationship- specific beliefs. *Journal of psychology*, 130-280.
- Eidelson, R.J., & Epstein, N. B. (1982). Cognition and relationship maladjustment: Development of a measure of dysfunctional relationship beliefs. *Journal of Consulting and clinical psychology*, 50(5), 715-720.
- Ellis, A. (1989). *Rational- emotive couples therapy*. New York: Bergamon press.
- Ellis, A. (1999). Rational-emotive behavior therapy and cognitive behavior Therapy for elderly people. *Journal of Rational Emotive & Cognitive Behavior Therapy*, 17, 1.5-18.
- Epsten, S., Lipson, A., Holstein, C., & Huh, E. (1992). Irrational reactions to negative outcomes: Evidence for two conceptual systems. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 328-339.

- Edwards, J. N., Johnson, D. R. and Booth, A. (1987). Coming a part: A prognostic instrument of marital breakup. *Journal family Relations*, 36, 168-170.
- Fliporic, S., Vucusal-Jevic. T., Opacic, G., (2015) Irrational beliefs, dysfunctional emotions, and marital adjustment, *Journal of family*, 11. 24-39.
- Freeman, N. (1994). Constructive thinking and early maladaptive schemas as predictors of interpersonal adjustment and marital satisfaction. Unpublished doctoral dissertation, New York University.
- Froggatt, W. (2005). A brief introduction to rational emotive behavior therapy. Hastings: Stortford Lodge, 1-15.
- Janjani, P., Momeni, K., Rai, A., & Saidi, M. R. (2017). Mediating role of irrational beliefs in the relationship between the quality of family communication and marital satisfaction. *Middle East Journal of Family Medicine*, 15 (7), 89-94.
- Lee, C. W., Taylor, G., & Dunn, J. (1999). Factor structure of the schema- Questionnaire in a large clinical sample. *Cognitive therapy and research*, 23,441-451.
- Panahifar, S. Yousefi, N. & Amani, A. (2014). The effectiveness of schema based couple therapy on early maladaptive schemata adjustment and the increase of divorce, *chapter of Arabian journal of business & management review*, 9(3), 339-345.
- Pascal, A. Christine, A. Jean, L. (2008). Development and validation of the Cognitive Inventory of Subjective Distress. *International Journal of Geriatric psychiatry*, 23, 1175-1182.
- Ramezani, K. & Momeni, A. R. (2017). Investigating the relationship between irrational beliefs and intimacy with marital conflicts among working women and housewives. *World Journal of Environmental Biosciences*, 6, 51-55.
- Stiles, O. E. (2004). Early maladaptive schemas and intimacy in young adults romantic relationship [Unpublished doctoral dissertation]. San Francisco, USA; Alliant International University. P. 42.
- Thimm, J. (2010). Personality and early maladaptive. *Journal of Behavior Therapy*, 131-138, 1(2).
- Tikdarinejad, A., & Khezri Moghadam, N. (2017). Relationship between irrational beliefs and marital conflicts in couples based on rational-emotive behavior therapy. *Patient Safety and Quality Improvement*, 5(2), 526-530.
- Vanderleek, L., Robinson, E.H., Casado-Kehoe, M., and Young, J. (2011). The relationship between play and couple stability. *The family Journal*, 19 (2), 9-2.
- Welburn, K., Coristine, M., Dagg, P., Pontefract, A., & Jordan, S. (2002). The Schema Questionnaire-Short Form: factor analysis and relationship between schemas and symptoms. *Cognitive Therapy and Research*, 26,519-530.
- Young, J. E. (2003). Schema therapy. New York: Guilford: 123-218.
- Young, J. E. (1994). Cognitive therapy for personality disorders: A schema- focused approach. Sarasota, f. L: Professional Resource press.