

## The Causal Model of Marital Intimacy Based on Attachment Styles, Self-Compassion and Mindfulness in Romantic Relationships of Couples

Mohsen Hojatkhah 

M. in Family Counseling, Department of Counseling, Faculty of Social Sciences, University of Razi, Kermanshah, Iran

Mahtab Barkhordari 

Assistant Professor in Counseling, Department of Counseling, Faculty of Social Sciences, University of Razi, Kermanshah, Iran

Mohammad Sajjad Seydi \*

Assistant Professor in Counseling, Department of Counseling, Faculty of Social Sciences, University of Razi, Kermanshah, Iran

### Abstract

The purpose of this study was to Explaining the causal model of Marital Intimacy based on Attachment Styles, Self-Compassion and Mindfulness in Romantic Relationships of couples in Holeilan city. The research method was descriptive structural equation modeling and the statistical population of the study included all married people of Holeilan city in 2022, among them, 350 people were selected as a sample by multi-stage cluster random sampling. Research tools include the Personal Assessment of Intimacy in Relationships by Schaefer, & Olson (1981), the Adult Attachment Inventory by Simpson (1990), the Self-Compassion Scale by Neff (2003) and the Relationship Mindfulness Measure by Kimmes et al (2018). The structural equation modeling method was used to analyze the data. In this study, the indirect paths of secure attachment to the marital intimacy with the mediation of self-compassion and mindfulness in romantic relationships; and Insecure attachment to the marital intimacy with the mediation of mindfulness in romantic relationships were significant. This model was able to explain 0.37

\* Corresponding Author: m.seydi@razi.ac.ir

**How to Cite:** Hojatkhah, M., Barkhordari, M., Seydi, M. S. (2023). The Causal Model of Marital Intimacy Based on Attachment Styles, Self-Compassion and Mindfulness in Romantic Relationships of Couples, *Journal of Culture of Counseling and Psychotherapy*, 14(55), 69-90.

of the variance of marital intimacy. The results showed that according to the research findings, marital intimacy and attachment styles are related both directly and indirectly and self-compassion and mindfulness in romantic relationships were able to play a mediating role between marital intimacy and attachment styles.


**Keywords:** Self-Compassion, Mindfulness in Romantic Relationship, couples, Attachment Styles, Marital Intimacy.






## مدل علی صمیمیت زن‌وشوهری بر اساس سبک‌های دل‌بستگی، خودشفقت‌ورزی و ذهن‌آگاهی در روابط عاشقانه زوجها

کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، گروه مشاوره، دانشکده علوم اجتماعی،  
دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران

مهتاب برخوردار 

استادیار گروه مشاوره، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران

محمدسجاد صیدی  \*

استادیار گروه مشاوره، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران

محسن حجت‌خواه 

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر تبیین مدل علی صمیمیت زن‌وشوهری بر اساس سبک‌های دل‌بستگی، خودشفقت‌ورزی و ذهن‌آگاهی در روابط عاشقانه زوجین شهرستان هلیلان بود. روش پژوهش توصیفی از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری و جامعه آماری پژوهش شامل کلیه متأهلان شهرستان هلیلان در سال ۱۴۰۱ بود که از بین آن‌ها به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای ۳۵۰ نفر به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه ارزیابی شخصی صمیمیت در روابط شفر و اولسون (۱۹۸۱)، پرسشنامه سبک‌های دل‌بستگی بزرگ‌سالان سیمپسون (۱۹۹۰)، پرسشنامه خودشفقت‌ورزی نف (۲۰۰۳)، پرسشنامه ذهن‌آگاهی رابطه کیمز و همکاران (۲۰۱۸) بود. برای تحلیل داده‌ها از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد. در این پژوهش مسیرهای غیرمستقیم دل‌بستگی ایمن به صمیمیت زن‌وشوهری با واسطه‌گری خودشفقت‌ورزی و ذهن‌آگاهی در روابط عاشقانه؛ و دل‌بستگی نایمن به صمیمیت زن‌وشوهری با واسطه‌گری ذهن‌آگاهی در روابط عاشقانه معنادار شدند. این مدل توانست ۰/۳۷ واریانس صمیمیت زن‌وشوهری را تبیین کند. نتایج نشان داد با توجه به یافته‌های پژوهش، صمیمیت زن‌وشوهری و سبک‌های دل‌بستگی هم به‌صورت مستقیم و هم

مقاله حاضر برگرفته از پایان‌نامه مقطع کارشناسی ارشد رشته مشاوره خانواده می‌باشد.

\* نویسنده مسئول: m.seydi@razi.ac.ir

غیرمستقیم رابطه دارند و خودشفقت‌ورزی و ذهن‌آگاهی در روابط عاشقانه توانستند بین صمیمیت زن‌وشوهری و سبک‌های دلبستگی نقش واسطه‌ای ایفا کنند.

**کلیدواژه‌ها:** خودشفقت‌ورزی، ذهن‌آگاهی در روابط عاشقانه، زوجین، سبک‌های دلبستگی، صمیمیت زن‌وشوهری.



## مقدمه

یکی از عوامل اصلی زمینه‌ساز ازدواج در میان زوج‌های امروزی نیاز به عشق، صمیمیت، برقراری روابط صمیمانه با همسر و ارضای نیازهای روانی \_ عاطفی می‌باشد (اعتمادی، ۱۳۸۷). اگرچه صمیمیت تنها به روابط زناشویی محدود نمی‌شود، اما بیشتر افراد به خاطر صمیمیت ازدواج می‌کنند (شفر و اولسون، ۱۹۸۱). صمیمیت زناشویی نتیجه تعامل زناشویی است (چوی، کیم و میونگ، ۲۰۲۰). در مورد مفهوم اصلی صمیمیت بین محققان اجماع وجود ندارد. داندنو و جانسون<sup>۴</sup> (۱۹۹۴) صمیمیت را رابطه‌ای می‌دانند که در آن خود افشایی با همدلی پاسخ داده می‌شود. در حالی که شفر و اولسون (۱۹۸۱) آن را به‌عنوان فرایندی توصیف می‌کنند که در طول زمان اتفاق می‌افتد که هرگز به نتیجه نمی‌انجامد یا کاملاً به فعلیت نمی‌رسد. بر اساس نتایج تحقیقات انجام‌شده، یکی از عواملی که می‌تواند بر میزان صمیمیت زن و شوهری تأثیر بگذارد سبک‌های دلبستگی<sup>۵</sup> است (پیلیج، لوتینجین و آریندل، ۲۰۰۵). فرض اصلی نظریه دلبستگی بالبی (۱۹۶۹) این است که تجارب اولیه کودک با مراقبین اصلی‌اش بر روابط عاشقانه بعدی اثر می‌گذارد (پیلیج و همکاران، ۲۰۰۵). در نظریه کلاسیک دلبستگی، دلبستگی ایمن در دوران کودکی زمانی رخ می‌دهد که والدین به نیازهای کودک پاسخ دهند. این امر به کودک اجازه می‌دهد تا محیطی ایمن را کشف کند و اعتماد به نفس خود را در تعامل با جهان و تنظیم احساسات تقویت کند. افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن اجتنابی خودشان را بی‌نیاز از دیگران تلقی می‌کنند. با نزدیکی و دلبستگی احساس ناراحتی می‌کنند (خانجانی، قنبری و نعیمی، ۱۳۹۸). این افراد آسیب‌پذیری را انکار و ادعا می‌کنند که نیازی به روابط نزدیک با دیگران ندارند (وردن، پترز، بری، باروکلوف و لیورسیج، ۲۰۰۸). این در حالی است که افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن اضطرابی در

1. Intimacy
2. Schaefer, M. T., & Olson, D. H.
3. Choi, S. Y., Kim, H. R., & Myong, J. P.
4. Dandeneau, M. L., & Johnson, S.
5. Attachment Styles.
6. Pielage, S., Luteinjin, F., & Arrindell, W.
7. Wearden, A., Peters, I., Berry, K., Barrowclough, C., & Liversidge, T.

روابط عاشقانه اغلب نسبت به ارزش خویش به عنوان یک شریک زندگی تردید دارند. نگران آن هستند که دوست داشته نشوند یا ترک گردند و با چسبندگی شدید به همسرشان، استقلال و خودمختاری طرف مقابل را سلب کرده و در نتیجه سطح صمیمیت زن و شوهری در این نوع دلبستگی زوجی کاهش می‌یابد (وردن و همکاران، ۲۰۰۸). نتایج تحقیقات حاکی از وجود رابطه مثبت بین صمیمیت زن و شوهری با سبک دلبستگی ایمن و رابطه‌ی منفی بین صمیمیت زن و شوهری با سبک دلبستگی اجتنابی و اضطرابی می‌باشد. پیش‌بینی می‌شود دو متغیر خودشفقت‌ورزی و ذهن آگاهی در روابط عاشقانه بتوانند بین صمیمیت زن و شوهری و سبک‌های دلبستگی نقش واسطه‌ای ایفا کنند.

میکولینسر و شاور<sup>۱</sup> (۲۰۰۷) در پژوهشی نشان دادند سبک دلبستگی اجتنابی و سبک دلبستگی اضطرابی با خود شفقت‌ورزی رابطه معکوس دارد. منظور از خود شفقت‌ورزی،<sup>۲</sup> گشوده بودن و همراه شدن با رنج‌های خود، مهربانی نسبت به خود، اتخاذ نگرش غیر قضاوتی و همراه با درک و فهم نسبت به بی‌کفایتی‌ها و شکست‌های خود و تشخیص اینکه تجربه فرد بخشی از تجربه بشری است، می‌باشد (نِف،<sup>۳</sup> ۲۰۰۳). در مطالعه‌ای که بر روی جوانان و نوجوانان انجام شد، نتایج نشان داد که تجربه‌های خانوادگی، عملکرد خانواده (مثل حمایت مادر) می‌تواند نقش کلیدی در تحول خود شفقت‌ورزی ایفا کند. طریقی که افراد با خود رفتار می‌کنند بازتاب روشی است که نگاره‌های دلبستگی با آن‌ها رفتار کرده‌اند. پس افراد دارای دلبستگی ایمن، خودشفقت‌ورزی بیشتری را تجربه می‌کنند، زیرا آن‌ها پیام‌هایی را از مراقبین دریافت کرده‌اند که ارزش عشق و آرامش را دارند (سعید، بسطامی، موتابی و صفرپور، ۱۴۰۱). افراد با میزان بالای دلبستگی اضطرابی و اجتنابی، کمتر خود شفقت‌ورز هستند که بیانگر این است که در مهربانی و بخشایشگری نسبت به خود دچار مشکل هستند. همچنین افراد با سطوح بالاتر دلبستگی اضطرابی احتمالاً بیشتر خود انتقادگر هستند و توسط پریشانی‌های شخصی‌شان احساس سنگینی می‌کنند؛ بنابراین، آن‌ها احتمالاً خودشان را دوست ندارند، تجارب منفی که برایشان اتفاق افتاده اغراق می‌کنند (مصباحی، رحیمی و

1. Mikulincer, M., & Shaver, P. R.

2. Self-Compassion.

3. Neff, K. D.

ایران‌نژاد، ۱۳۹۸)؛ به عبارت دیگر در زمان درد و رنج یا شکست، افراد ممکن است بر اساس مدلی که از پدر و مادر خود آموخته‌اند رفتار کنند. با این حال، اگر کودک تربیت خانوادگی ناسازگارانه‌ای دریافت کرده باشد منجر به سطح بالای اضطراب دلبستگی شده و احتمال داشتن یک دیدگاه منفی نسبت به خود و انتقاد از خود بیشتر می‌شود (نف، ۲۰۰۳). نتایج مطالعه‌ای نشان داد خودشفقت‌ورزی با سبک دلبستگی ایمن رابطه مثبت و با دلبستگی نایمن اجتنابی و اضطرابی رابطه منفی دارد (محمدی، سلطان‌آبادی، ادیبی، نوری و دوازده‌امامی، ۱۴۰۰). نف و برتواس (۲۰۱۳) نیز نشان دادند کسانی که در خود شفقت‌ورزی نمره بالاتری کسب کنند علاوه بر احساس شادکامی بیشتر، روابط محبت‌آمیز و حمایت‌گرانه بیشتری در ارتباط با همسر خود دارند. در مقابل کسانی که نمرات پایین‌تری در خود شفقت‌ورزی کسب کنند، در رابطه با همسر خود، کنترل‌گر، غیر صمیمی بوده و ارتباط کلامی پرخاشگرانه‌ای دارند (رضایی والا، یار محمدی و اصل، ۱۳۹۹). خودشفقت‌ورزی مانند یک راهبرد هیجانی است و منجر به افزایش احساسات مثبت مثل مهرورزی می‌شود و نهایتاً صمیمیت زن و شوهری را بالا می‌برد. (برجعی و ناصری نیا، ۱۳۹۸)

ذهن آگاهی متغیر دیگری است که با سبک‌های دلبستگی و صمیمیت زن و شوهری رابطه معناداری دارد (محمودپور، دهقان‌پور، یوسفی و ایجادی، ۱۳۹۹). ذهن آگاهی شیوه‌ای برای توجه کامل و لحظه‌به‌لحظه نسبت به تجارب زمان حال است. در این حالت، توجه به صورت غیر قضاوتی، متمرکز بر هدف و اینجا و اکنون می‌باشد. ذهن آگاهی نشان می‌دهد که توجه بیشتر به زمان حال، زوجین را قادر می‌سازد تا از طریق بهبود کیفیت روابط عاطفی‌شان، یک رابطه صمیمی و سالم ایجاد کنند (چوی و همکاران، ۲۰۲۰). ذهن آگاهی با ایجاد فضایی باز و گشوده توأم با مهربانی نسبت به خود و همسر احساس شادکامی از رابطه و صمیمیت را در زوجین تقویت می‌کند (محمودپور، دهقان‌پور، ایجادی و یوسفی، ۱۳۹۹). بنابر نتایج تحقیقات ذهن آگاهی با سبک‌های دلبستگی اجتنابی و اضطرابی نیز رابطه منفی دارد. ذهن آگاهی و دلبستگی ایمن به احتمال زیاد به هم مرتبط هستند (کران، ۲۰۱۷).

1. Beretvas, S. N.
2. Mindfulness
3. Crane, R.

در مقایسه با ذهن آگاهی، ذهن آگاهی در روابط عاشقانه دارای ارتباط مثبت قوی‌تری با کیفیت روابط مثبت و همچنین رابطه معکوس بیشتر با کیفیت روابط منفی، سبک‌های دلبستگی اجتنابی و اضطرابی است (کیمز، جاورکی، مای، سربواستاوا و فینچام، ۲۰۱۸). منظور از ذهن آگاهی در روابط عاشقانه، تمایل فرد به ذهن آگاهی در روابط عاشقانه است (کیمز، جاورکی، روبرت، هرریس<sup>۲</sup> و فینچام، ۲۰۲۰). مطالعات نشان می‌دهد هنگامی که در روابط عاشقانه یکی از طرفین ذهن آگاهی بیشتری دارد، این را از طریق توجه بیشتر و توانایی تنظیم هیجانات نشان می‌دهد (کیمز و همکاران، ۲۰۲۰) و باعث می‌شود طرف مقابل درک بهتری از رابطه داشته باشد؛ اما فردی که ذهن آگاهی کمتری در روابط عاشقانه‌اش داشته باشد، بی‌فکر عمل می‌کند و این احتمالاً منجر به رفتارهای تلافی‌جویانه می‌شود. همچنین ذهن آگاهی در روابط عاشقانه برای یکی از زوجین، می‌تواند در بهزیستی روانی همسرش نقش داشته باشد (کیمز و همکاران، ۲۰۲۰).

با توجه به مطالب بیان‌شده، روابط صمیمی زن و شوهر یکی از شاخص‌ها و عوامل سلامت خانواده است که نقش مهمی در پیشگیری از طلاق دارد. در سال ۹۸، در کشور ایران از هر ۳ ازدواج یکی به طلاق ختم شده است (عباسی، امیدوار شلمانی و صفاکیش، ۱۳۹۹) که این آمار بررسی صمیمیت زن و شوهری و کیفیت روابط زوجین را بیش‌ازپیش متذکر می‌شود. همچنین مشاوران و کسانی که در زمینه خانواده و زوج‌درمانی فعالیت می‌کنند، اگر از عوامل، فنون مؤثر و نحوه تأثیرگذاری آن‌ها در ارتباط با صمیمیت زن و شوهری که هدف اصلی این پژوهش است، آگاه‌تر شوند در اقدامات پیشگیرانه و مداخلات درمانی، عملکرد بهتری خواهند داشت. بنابراین این پژوهش به این سؤال پاسخ می‌دهد که آیا سبک‌های دلبستگی با نقش واسطه‌ای خودشفقت‌ورزی و ذهن آگاهی در روابط عاشقانه، می‌تواند صمیمیت زن و شوهری را پیش‌بینی کند؟

روش

- 
1. Kimmes, J. G., Jaurequi, M. E., May, R. W., Srivastava, S., Fincham, F. D.
  2. Roberts, K., Harris, V. W.



پژوهش حاضر از نظر هدف، پژوهشی کاربردی و از نظر نوع روش گردآوری اطلاعات جز مطالعات همبستگی از نوع مدل یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه متأهلان شهرستان هلیلان در سال ۱۴۰۱ بود. با توجه به اینکه حجم نمونه کلی در معادلات ساختاری بر اساس قاعده (بنتلر و چو، ۱۹۸۴؛ به نقل از هومن، ۱۳۹۳) به ازای هر پارامتر حداقل ۵ آزمودنی می‌باشد و همچنین حداقل حجم نمونه ۲۰۰ نفر می‌باشد. لذا با توجه به احتمال ریزش ۵ تا ۱۰ درصد و نیز تخمین ۶۰ پارامتر آزاد در مدل ارائه شده، پژوهشگر تعداد ۳۵۰ نفر را به عنوان حجم مکفی نمونه در نظر گرفت که به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای با رعایت ملاک‌های ورود: (۱) گذشت حداقل ۱ سال از زمان ازدواج، (۲) سواد خواندن و نوشتن، (۳) داشتن رضایت آگاهانه جهت شرکت در پژوهش و علاوه بر این، با ملاک‌های خروج: (۱) جدا از هم زندگی کردن زوجین، (۲) ابتلا به اختلالات و مشکلات روان‌شناختی که این ملاک‌ها در پرسشنامه از افراد سؤال شده بود، انتخاب شدند. علاوه بر بیان اهداف پژوهش و نحوه پاسخ‌گویی به سؤالات، جهت رعایت نکات و مسائل اخلاقی به شرکت‌کنندگان اطمینان داده شد که اطلاعات محرمانه باقی خواهد ماند، نیازی به بیان نام و نام خانوادگی‌شان نیست و سؤالات و اطلاعات خارج از چهارچوب پژوهش از آنان اخذ نمی‌شود. به منظور انجام تجزیه و تحلیل‌های آماری از نرم‌افزارهای SPSS نسخه ۲۵ و نسخه ۲۶ AMOS استفاده شد و ضمناً سطح معناداری ۵ در نظر گرفته شد.

#### ابزارهای پژوهش

پرسشنامه ارزیابی شخصی صمیمیت در روابط: این پرسشنامه یک مقیاس خود گزارشی است که توسط شفر و اولسون (۱۹۸۱) ساخته شد که ۶ نوع صمیمیت را در روابط زناشویی می‌سنجد. علاوه بر این یک مقیاس قراردادی وجود دارد که برای سنجش تمایل آزمودنی

- 
1. Bentler, P. M., & Chu, C. P.
  2. Personal Assessment of Intimacy in Relationships.

به دادن پاسخ‌هایی که از نظر اجتماعی مطلوب‌تر است طراحی شده است (استرازبرگر، ۱۹۹۸). این پرسشنامه همبستگی مثبتی با مقیاس لاک و لاس دارد که روایی این مقیاس را نشان می‌دهد. ضریب پایایی این مقیاس به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۰ است (شفر و اولسون، ۱۹۸۱). در ایران برای بررسی روایی ملاک از مقیاس صمیمیت (کریمی، ۱۳۸۲) استفاده شد و روایی ۰/۷۵ در سطح معناداری ۰/۰۱ گزارش شد (اخلاقی امیری، ۱۳۸۹).

پرسشنامه سبک‌های دلبستگی بزرگسالان<sup>۳</sup>: این پرسشنامه توسط سیمپسون<sup>۴</sup> (۱۹۹۰) ساخته شده است. این آزمون ۱۳ گویه دارد (شامل خرده مقیاس‌های سبک دلبستگی ایمن و نایمن) و آزمودنی باید در قالب مقیاس لیکرت پنج‌بخشی به سؤالات پاسخ دهد (نظری چگنی و همکاران، ۱۳۹۱). در مطالعه سیمپسون ضریب آلفای کرونباخ از ۰/۸۵ فراتر رفت (سیمپسون، ۱۹۹۰). عطاری، عباسی سرچشمه و مهرابی زاده هنرمند (۱۳۸۵) برای بررسی روایی این پرسشنامه، آن را با سه سؤال محقق ساخته همبسته کردند. ضریب همبستگی بین سؤال اول با سبک دلبستگی اجتنابی ۰/۵۹ ( $p < ۰/۰۱$ )، همبستگی بین سؤال دوم و سبک دلبستگی ایمن ۰/۵۴ ( $p < ۰/۰۱$ ) و همبستگی بین سؤال سوم و سبک دلبستگی اضطرابی ۰/۲۴ ( $p < ۰/۰۱$ ) به دست آمد. در پژوهش دیگر پایایی برحسب آلفای کرونباخ در ۱۳۲ زوج، ۰/۷۴ به دست آمد (نظری چگنی و همکاران، ۱۳۹۱).

پرسشنامه خود شفقت ورزی<sup>۵</sup>: پرسشنامه خود شفقت ورزی توسط نف (۲۰۰۳) ساخته شد. این پرسشنامه ۲۶ گویه ای و به صورت لیکرت ۱ (تقریباً هرگز) تا ۵ (تقریباً همیشه) نمره گذاری می‌شود و دارای سه مؤلفه دو قطبی است (سعیدی، قربانی، سرافراز و شریفیان، ۱۳۹۲). جهت بررسی روایی ملاکی، میزان همبستگی بین خرده مقیاس‌های خودشفقت‌ورزی، خرده مقیاس‌های خودانتقادی، ارتباط اجتماعی و مقیاس ویژگی فراخلق ارزیابی شد. نتایج نشان داد بین خود شفقت ورزی و خود انتقادی رابطه منفی وجود دارد ( $r = -۰/۶۵$ ,  $p < ۰/۰۱$ ). به علاوه رابطه بین خودشفقت‌ورزی و ارتباط اجتماعی مثبت و

1. Strasbourger, P.
2. Locke-Wallace
3. Adult Attachment Inventory.
4. Simpson, J. A.
5. Self-Compassion Scale.

معنادار بود ( $r = 0/41$ ،  $p < 0/01$ ). نف (۲۰۰۳) در پژوهش خود ضریب پایایی بازآزمایی مقیاس خود شفقت ورزی را ۰/۹۳ گزارش کرد.

پرسشنامه ذهن آگاهی رابطه؛ این پرسشنامه توسط کیمز و همکاران (۲۰۱۸) ساخته شد. شامل سؤالاتی برای ارزیابی میزان ذهن آگاهی فرد در روابط عاشقانه است. این مقیاس دارای ۵ گویه است و آزمودنی در یک مقیاس لیکرت ۶ درجه‌ای به سؤالات پاسخ می‌دهد. نمرات بالاتر نشان‌دهنده‌ی توانایی بیشتر آزمودنی برای ذهن آگاهی در روابط عاشقانه است (کیمز و همکاران، ۲۰۱۸). در پژوهشی که توسط خراسانی و همکاران (۲۰۲۱) انجام شد، میزان آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۷۰ گزارش شد. کیمز و همکاران (۲۰۱۸) میزان آلفا را در مرحله اول ۰/۸۶ و در مرحله دوم ۰/۹۳ و همچنین ضریب پایایی بازآزمایی را ۰/۶۰ گزارش کردند (کیمز و همکاران، ۲۰۱۸). در پژوهش کیمز و همکاران (۲۰۲۰) همسانی درونی ۰/۸۳ گزارش شد.

### یافته‌ها

نمونه آماری پژوهش حاضر شامل ۳۵۰ نفر (۲۶۱ زن و ۸۹ مرد) با میانگین ۱/۲۵ و انحراف استاندارد ۰/۴۶ بود که جوان‌ترین فرد شرکت‌کننده در پژوهش حاضر ۱۸ سال و بزرگ‌ترین آن‌ها ۵۹ سال سن داشت. حداقل زمان ازدواج افراد متأهل حاضر در پژوهش ۱ و حداکثر ۳۲ سال می‌باشد.

در ابتدا به منظور بررسی پیش‌فرض‌های مدل معادلات ساختاری مبنی بر ارتباط بین متغیرهای مدل و توزیع نرمال متغیرها، آزمون ضریب همبستگی پیرسون و بررسی چولگی و کشیدگی انجام شد که نتایج آن در جدول ۱ آمده است.

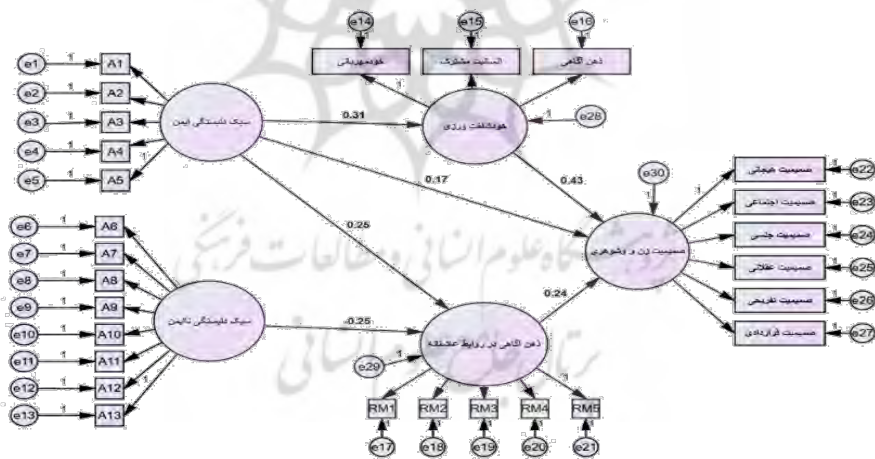
جدول ۱. ماتریس همبستگی، چولگی و کشیدگی متغیرها

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	چولگی	کشیدگی
خودشفقت‌ورزی	۱						-۰/۰۵	۰/۴۵
صمیمیت	۰/۱۷**	۱					۰/۱۹	-۰/۶۱

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	چولگی	کشیدگی
زن و شوهری								
۳ ذهن آگاهی در روابط عاشقانه	**۰/۲۲	**۰/۴۳	۱				۰/۲۷	-۰/۳
۴ دل‌بستگی ایمن	**۰/۳۱	**۰/۲۴	**۰/۲۴	۱			۰/۴۵	۰/۲۳
۵ دل‌بستگی نایمن	**۰/۴۱	**۰/۳۹	**۰/۳۴	**۰/۴۸	۱		۰/۸۴	۰/۰۷

\*\*P<0/001

همان‌طور که جدول ۱ مشاهده می‌شود ضرایب همبستگی پیرسون متغیرهای این پژوهش معنادار شدند ( $P < 0/001$ ). همچنین با توجه به اینکه چولگی و کشیدگی متغیرها در بازه قابل قبول (۲- تا ۲+) قرار دارند، بنابراین پیش فرض توزیع نرمال متغیرها مورد تأیید قرار گرفته و در ادامه تحلیل مدل یابی معادلات ساختاری انجام گرفت. مدل اولیه و فرضی پژوهش با استفاده از نرم‌افزار AMOS ۲۶ مورد تحلیل قرار گرفت و شاخص‌های برازش مدل استخراج شد که در جدول ۲ گزارش شده است. شکل ۱ ضرایب استاندارد مدل نهایی پژوهش را نشان می‌دهد.



شکل ۱. نمای تصویری مدل اصلاح شده

جدول ۲. شاخص‌های برازش مدل اولیه

RMSEA	TLI	CFI	IFI	AGFI	GFI	df	CMIN/DF
۰/۰۷۶	۰/۸	۰/۸۲	۰/۸۲	۰/۷۹	۰/۸۲	۳۱۸	۳/۰۱

\*\* P<0/001

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که مدل از برازش مطلوبی برخوردار نیست و نیازمند اعمال شاخص‌های اصلاح است. مدل اصلاح‌شده مجدداً مورد تحلیل قرار گرفته که نتایج برازش مدل در جدول ۳ گزارش شده است.

جدول ۳. شاخص‌های برازش مدل اصلاح‌شده

RMSEA	TLI	CFI	IFI	AGFI	GFI	df	CMIN/DF
۰/۰۶۲	۰/۹	۰/۹۱	۰/۹۱	۰/۸۶	۰/۸۹	۲۴۱	۲/۳۵

\*\* P<0/001

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که همه شاخص‌های برازش به جز AGFI به حد قابل قبولی رسیده‌اند و بنابراین مدل از برازش مطلوبی برخوردار شده است.

جدول ۴. ضرایب مستقیم مسیرهای مدل اصلاح‌شده

سطح معناداری	نسبت بحرانی	خطای معیار	برآورد استاندارد	برآورد غیراستاندارد	
۰/۰۰۲	۳/۱۷	۱/۲۷	۰/۳۱	۴/۰۳	دلبستگی ایمن خودشفقت‌ورزی ←
۰/۰۰۵	۲/۷۸	۰/۳	۰/۲۵	۲/۸۸	دلبستگی ایمن ذهن آگاهی در روابط عاشقانه ←
۰/۰۳	۱/۳۲	۱/۳۲	۰/۱۷	۰/۸۴	دلبستگی ایمن صمیمیت زن و شوهری ←
۰/۰۰۱	-۳/۰۶	۰/۱۱	-۰/۲۵	-۰/۳۸	دلبستگی نایمن ذهن آگاهی در روابط عاشقانه ←
۰/۲۳	-۱/۷۹	۰/۴۹	-۰/۰۶	-۰/۵۷	دلبستگی نایمن صمیمیت زن و شوهری ←
۰/۰۰۱	۶/۲۳	۰/۰۹	۰/۴۳	۰/۵۴	خودشفقت‌ورزی صمیمیت زن و شوهری ←
۰/۰۰۱	۳/۹	۰/۳۱	۰/۲۴	۱/۱۹	ذهن آگاهی در روابط عاشقانه صمیمیت زن و شوهری ←

نتایج حاصل از جدول ۴ نشان می‌دهد که ضریب‌های مسیر مستقیم دل‌بستگی ایمن به خودشفقت‌ورزی، ذهن آگاهی در روابط عاشقانه، صمیمیت زن و شوهری، دل‌بستگی نایمن به ذهن آگاهی در روابط عاشقانه، خودشفقت‌ورزی به صمیمیت زن و شوهری و ذهن آگاهی در روابط عاشقانه به صمیمیت زن و شوهری معنادار و ضریب مسیر مستقیم دل‌بستگی نایمن به صمیمیت زن و شوهری غیرمعنادار شدند.

در مدل پژوهش حاضر، معناداری روابط غیرمستقیم متغیرها از طریق روش بوت‌استرپ (خود راه‌انداز) و با ۱۵۰۰ نمونه‌گیری مجدد مورد آزمون قرار گرفت.



جدول ۵. آزمون معناداری اثر غیرمستقیم با روش بوت استراپ

سطح معناداری	حد پایین	حد بالا	برآورد استاندارد	مسیر غیرمستقیم				
				صمیمیت زن‌شوهری	←	خودشفقت‌ورزی و ذهن آگاهی	←	دلبستگی ایمن
۰/۰۰۱	۰/۱۱	۰/۲۹	۰/۱۸	صمیمیت زن‌شوهری	←	خودشفقت‌ورزی و ذهن آگاهی	←	دلبستگی ایمن
۰/۰۰۴	-۰/۱۱	-۰/۰۲	-۰/۰۶	صمیمیت زن‌شوهری	←	ذهن آگاهی در روابط عاشقانه	←	دلبستگی نایمن

همان‌گونه که در جدول ۵ آمده است مسیرهای غیرمستقیم دلبستگی ایمن به صمیمیت زن‌شوهری با واسطه‌گری خودشفقت‌ورزی و ذهن آگاهی در روابط عاشقانه، دلبستگی نایمن به صمیمیت زن‌شوهری با واسطه‌گری ذهن آگاهی در روابط عاشقانه معنادار شدند. این مدل در نهایت توانست ۰/۳۷ واریانس صمیمیت زن‌شوهری را تبیین کند.

### بحث و نتیجه‌گیری

در این پژوهش، مسیر غیرمستقیم سبک دلبستگی ایمن به صمیمیت زن‌شوهری با نقش واسطه‌ای خودشفقت‌ورزی و ذهن آگاهی در روابط عاشقانه و مسیر غیرمستقیم سبک دلبستگی نایمن به صمیمیت زن‌شوهری با نقش واسطه‌ای ذهن آگاهی در روابط عاشقانه معنادار بود.

در تبیین مسیر غیرمستقیم سبک دلبستگی ایمن به صمیمیت زن‌شوهری با نقش واسطه‌ای خودشفقت‌ورزی و ذهن آگاهی در روابط عاشقانه می‌توان چنین اظهار داشت که صمیمیت زن‌شوهری جنبه مهمی از روابط زناشویی است (رامسی، ویتاکا و گیتیمو، ۲۰۱۶). ازدواج صمیمانه‌ترین شکل ارتباط در دوران بزرگ‌سالی است که از آن به‌عنوان منبعی برای شادی و حمایت و محبت یاد شده است و بیشتر مردم روابط صمیمی خود را به‌عنوان مهم‌ترین منبع شادی خود می‌دانند. روابط دلبستگی از نزدیک‌ترین و صمیمی‌ترین روابط افراد است. افرادی که سبک دلبستگی ایمن دارند در صمیمیت راحت هستند، خود را ارزشمند و شایسته مراقبت و محبت دیگران می‌دانند. به این ترتیب، روابط دلبستگی زمینه

مهمی را برای بررسی پویایی‌های صمیمیت و پیامدهای این پویایی‌ها برای سازگاری شخصی و بین فردی در طول عمر فراهم می‌کند (کولینز و فینی، ۲۰۰۴). سبک دلبستگی ایمن با روابط عاشقانه مرتبط است و بر تصمیم‌های زوجین و ابعاد مختلف زندگی زناشویی تأثیر می‌گذارد (ویجایا و ویدیانگسیه، ۲۰۲۱). افراد ایمن دیدگاه مثبتی به خود دارند، آن‌ها سطح بیشتری از خود شفقت‌ورزی را تجربه می‌کنند و می‌توانند به‌خوبی با دیگران همدلی کرده و رفتار بهتر و مطلوب‌تری در روابطشان داشته باشند. خودشفقت‌ورزی بیشتر به افراد ایمن کمک می‌کند تا روابط بین فردی‌شان را به‌خوبی سازمان بخشند؛ بنابراین می‌توان گفت افراد ایمن به‌واسطه‌ی خودشفقت‌ورزی، رضایت بیشتری از رابطه‌شان داشته و با درک بیشتر همسرشان، اعتماد و تعهد بیشتری به رابطه دارند و بیشتر احساس آرامش می‌کنند و استرس عاطفی و روانی‌شان کمتر می‌شود و در نتیجه صمیمیت در روابط زن و شوهر پررنگ‌تر می‌شود. افراد ایمن علاوه بر توانایی خودشفقت‌ورزی بالا، در روابط با دیگران به‌ویژه همسرشان ذهن آگاهی بیشتری دارند. سبک دلبستگی ایمن منجر به بهبود و افزایش توانایی تنظیم هیجان و خود آرام‌کنندگی در ارتباط با دیگران و به‌طور خاص در ارتباط با شریک زندگی می‌شود. ویژگی که خود جزئی از ذهن آگاهی است؛ بنابراین وجود مراقب پاسخگو و حساس نه تنها سبک دلبستگی ایمن را تسهیل می‌کند، بلکه در روابط بعدی هم ظرفیت ذهن آگاهی را افزایش می‌دهد. افراد دارای سبک دلبستگی ایمن به دلیل عدم نگرانی و اضطراب درباره طرد شدن یا ترک ناگهانی یا احتیاط شدید از آسیب دیدن از سوی همسرشان (شخصیت دلبستگی در روابط بزرگ‌سالی و عاشقانه) می‌توانند بر رابطه‌شان در زمان حال و اینجا و اکنون بدون هیچ قضاوتی متمرکز شوند. در نهایت ذهن آگاهی در روابط عاشقانه به دلیل تأثیرات و عملکرد مثبتی که در افزایش کیفیت روابط دارد می‌تواند تأثیر مثبت سبک دلبستگی ایمن بر صمیمیت در روابط زن و شوهری را قوی‌تر کند.

در تبیین مسیر غیرمستقیم سبک دلبستگی ناایمن به صمیمیت زن و شوهری با نقش واسطه‌ای ذهن آگاهی در روابط عاشقانه می‌توان گفت روابط دلبستگی فرد در کودکی بر

- 
1. Collins, N., & Feeney, B
  2. Wijaya, A., & Widyaningsih, Y



الگوهای ذهنی او نسبت به خود و دیگران و کیفیت روابط بین فردی به خصوص رابطه با همسر بسیار تأثیرگذار است. دلبستگی ناایمن باعث می‌شود افراد فکر کنند که دیگران منبع آسایش یا حمایت نیستند و در نتیجه قصد دارند استقلال خود را حفظ کنند و از تلاش برای نزدیکی و رابطه محبت‌آمیز پرهیز می‌کنند (میکولینسر و شاور، ۲۰۰۷). افرادی که سطح بالایی از دلبستگی (اجتنابی) را تجربه می‌کنند، توانایی ابزار هیجان و دلگرمی و حمایت همدلی در رابطه با همسرشان را ندارند و از نزدیک شدن اجتناب می‌کنند. دلبستگی ناایمن که زمینه‌ساز عملکرد رفتاری، شناختی و عاطفی در روابط است، مانع از توانایی تفکر منظم و رابطه نزدیک و حمایت‌گرایانه با شریک زندگی می‌شود و در مجموع منجر به کاهش سطح کیفیت رابطه و صمیمیت بین زن و شوهر می‌شود؛ اما نقش واسطه‌ای ذهن آگاهی در روابط عاشقانه در مدل پژوهش هم جنبه پیشگیرانه دارد و هم می‌تواند از تأثیر نسبتاً قوی و منفی سبک دلبستگی ایمن بر روابط بین فردی بکاهد. افرادی که ذهن آگاهی رابطه بیشتری برخوردارند به دلیل توجه و تمرکز بر زمان حال و آنچه در رابطه در حال وقوع است و همچنین عدم قضاوت درباره آن در برقراری و حفظ روابط صمیمانه توانا تر هستند. علاوه بر این، ذهن آگاهی در روابط عاشقانه با حفظ گفت‌وگو و تعامل در زمان حال، توانایی گوش دادن فعال و آگاهانه (عدم قضاوت و سرزنش دیگری)، درک نظرات و اظهارات و خواسته‌های همسر، نگاه مثبت به او و توانایی برقراری ارتباط مؤثر، درد و رنج همسر را کاهش داده و از تأثیر منفی دلبستگی ناایمن بر کیفیت رابطه و میزان صمیمیت می‌کاهد. ذهن آگاهی رابطه با کاهش دادن افکار منفی، تنش‌ها، دلزدگی‌ها و تعارضات زناشویی حاصل سبک دلبستگی ناایمن، می‌تواند سبب افزایش صمیمیت زن و شوهری شود (علیزاده اصلی و جعفرنژاد لنگرودی، ۱۳۹۷).

این پژوهش در سطح شهرستان هلیلان انجام شده و صرفاً افراد متأهل این شهرستان در پژوهش شرکت داده شده‌اند. لذا در تعمیم نتایج به سایر مناطق و فرهنگ‌ها باید احتیاط شود. سن و مدت‌زمان ازدواج عواملی هستند که می‌توانند بر صمیمیت زن و شوهری تأثیرگذار باشند اما در این پژوهش کنترل نشده‌اند. لذا در تعمیم نتایج باید احتیاط‌های لازم صورت

گیرد. پیشنهاد می‌شود مطالعه طولی باهدف تعیین دقیق‌تر میزان تأثیر هر یک از متغیرهای اثرگذار مدل در طول زمان طراحی و اجرا شود تا به اطمینان بیشتری در تعمیم یافته‌ها رسید. مسئله دیگر که می‌توان در پژوهش‌های آتی در حیطه صمیمیت مدنظر قرارداد، تعمیم صمیمیت کسب‌شده در یک رابطه به سایر روابط است؛ مانند روابط صمیمانه با فرزندان، خانواده اولیه، دوستان و... .

### تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

### سپاسگزاری

از شرکت‌کنندگان در پژوهش و تمامی کسانی که در این پژوهش ما را یاری نمودند، صمیمانه قدردانی می‌شود.

### ORCID

Mohsen Hojatkhah



<https://orcid.org/>

Mahtab Barkhordari



<https://orcid.org/0000-0002-5118-8643>

Mohammd Sajjad Seydi



<https://orcid.org/0000-0002-0467-8770>

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

## منابع

- اعتمادی، عذرا (۱۳۸۷). افزایش صمیمیت زناشویی. *فصلنامه تازه‌های روان‌درمانی*، ۱۳ (۴۹ و ۵۰)،  
<http://ensani.ir/fa/article/24535>. ۲۱-۴۲
- امان الهی، عباس؛ تردست، کوثر؛ اصلانی، خالد (۱۳۹۵). پیش‌بینی افسردگی بر اساس مؤلفه‌های خودشفقتی در دانشجویان دختر دارای تجربه‌ی شکست عاطفی دانشگاه‌های اهواز. *روانشناسی بالینی*، ۸ (۲)، ۷۷-۸۸.
- آقایی، آلاله؛ موسوی، سیده مریم (۱۳۹۹). رابطه سبک‌های دلبستگی با تمایزیافتگی خود و انعطاف‌پذیری شناختی و صمیمیت زناشویی. *رویش روان‌شناسی*، ۹ (۲)، ۱۰۹-۱۱۶.
- برجعی، محمود؛ ناصری نیا، سجاد (۱۳۹۸). اثربخشی راهبردهای نظم‌جویی فرایندی هیجان بر سلامت روان، شفقت خود و وسوسه در معتادان. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۱۰ (۴۰)، ۱۵۴-۱۳۳.
- حسینی بهشتیان، سید محمدحسین؛ عبدی، فاطمه (۱۳۹۹). نقش ویژگی‌های شخصیتی، سبک‌های دلبستگی و صمیمیت در پیش‌بینی طلاق. *جامعه پژوهی فرهنگی*، ۱۱ (۳)، ۸۸-۱۱۵.
- خانجانی، مهدی؛ قنبری، فرشته؛ نعیمی، ابراهیم (۱۳۹۸). بررسی ارتباط کارکرد خانواده، سبک دلبستگی و سبک‌های تربیتی والدین با اعتیاد به اینترنت در نوجوانان. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۱۰ (۳۷)، ۱۲۱-۱۴۲.
- رضایی والا، مرضیه؛ یارمحمدی واصل، مسیب (۱۳۹۹). تأثیر آموزش شفقت بر صمیمیت زناشویی و خرسندی زناشویی در زنان متأهل. *فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی*، ۱۵ (۶۰)،  
[https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article\\_12532.html](https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_12532.html). ۱۱۴-۱۰۱
- سعیدا، سمیرا؛ بسطامی، مالک؛ موتابی، فرشته؛ صفرپور، فاطمه (۱۴۰۱). پیش‌بینی راهبردهای تنظیم شناختی هیجانی بر اساس سبک‌های دلبستگی با نقش واسطه‌ای شفقت خود. *رویش روان‌شناسی*، ۱۱ (۵)، ۱۴۸-۱۶۰.
- سعیدی، ضحی؛ قربانی، نیما؛ سرافراز، مهدی رضا؛ شریفیان، محمدحسین (۱۳۹۲). اثر القای شفقت خود و حرمت خود بر میزان تجربه شرم و گناه. *مجله دانشگاه علوم پزشکی کرمان*، ۸ (۱)،  
<https://www.sid.ir/paper/473133/fa>. ۹۱-۱۰۰.
- عباسی، محمدباقر؛ امیدوار شلمانی، صدیقه؛ صفاکیش، محدثه (۱۳۹۹). *سالنامه آمارهای جمعیتی*

۱۳۹۸. تهران: سازمان ثبت احوال کشور.

عطاری، یوسفعلی؛ عباسی سرچشمه، ابوالفضل؛ مهربابی زاده هنرمند، مهناز (۱۳۸۵). بررسی روابط ساده و چندگانه نگرش مذهبی، خوش‌بینی و سبک‌های دلبستگی با رضایت زناشویی در دانشجویان مرد متأهل دانشگاه شهید چمران اهواز. *مجله علوم تربیتی و روانشناسی*، ۱۳(۱)،

<https://www.sid.ir/paper/8848/f.110-93>

محمدی، سعید؛ سلطان‌آبادی، سمانه؛ ادیبی، مریم؛ نوری، محمد؛ دوازده‌امامی، محمدحسن (۱۴۰۰). بررسی ارتباط بین سبک‌های دلبستگی و بهزیستی روان‌شناختی در میان نوجوانان

بی‌سرپرست و بد سرپرست: نقش میانجی شفقت به خدا و تمایز یافتگی. *رویش روانشناسی*،

۱۰(۶)، ۱۶۰-۱۵۲.

محمودپور، عبدالباسط؛ دهقانپور، ثنا؛ ایجادی، سحر؛ یوسفی، ناصر (۱۳۹۹). پیش‌بینی صمیمیت

زناشویی زنان بر اساس ذهن آگاهی، الگوهای حل تعارض، حمایت اجتماعی ادراک شده

و بهزیستی اجتماعی. *پژوهش‌های روانشناسی اجتماعی*، ۱۰(۳۹)، ۱۰۲-۸۳.

منصوری، زهره؛ باقری، فریبرز؛ درتاج، فریبرز؛ ابوالمعالی، خدیجه (۱۳۹۹). ارائه الگوی ساختاری

پیش‌بینی صمیمیت زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی با میانجی‌گری مؤلفه تعهد

عشق‌ورزی در دانشجویان متأهل. *مجله علوم شناختی*، ۱۹(۸۵)، ۸۱-۹۰.

نظری چگنی، اکرم؛ بهروزی، ناصر؛ شیخ‌شبان‌ی هاشمی، سید اسماعیل؛ مهربابی زاده هنرمند، مهناز

(۱۳۹۱). رابطه سبک‌های دلبستگی ایمن و ناایمن اجتنابی با افسردگی و رضایت از زندگی

با میانجی‌گری خوش‌بینی و حمایت اجتماعی در دانشجویان. *مجله دستاوردهای*

*روان‌شناختی*، ۱۲(۲)، ۸۱-۱۰۰.

هومن، حیدرعلی. (۱۳۹۳). *مدل یابی معادلات ساختاری با کاربرد نرم‌افزار لیزرل (با اصلاحات)*.

انتشارات: سمت.

Choi, S. Y., Kim, H. R., Myong, J. P. (2020). The Mediating Effects of Marital Intimacy and Work Satisfaction in the Relationship between Husbands' Domestic Labor and Depressive Mood of Married Working Women. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (12): 1- 12.

Collins, N., & Feeney, B. (2000). A safe haven: An attachment theory perspective on support seeking and caregiving in intimate relationships.

- Journal of Personality and Social Psychology*, 78 (6), 1053–1073.
- Dandeneau, M. L., & Johnson, S. M. (1994). Facilitating intimacy: Interventions and effects. *Journal of Marital and Family Therapy*, 20(1), 17–33.
- Khorasani, E., Farrokhi, H., Shoja, H., Moghaddam, M., Kimiaei, A. (2021). Mindfulness in the context of a romantic relationship to predict relationship satisfaction. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 25(1), 401-413.
- Kimmes, J. G., Jaurequi, M. E., May, R. W., Srivastava, S., Fincham, F. D. (2018). Mindfulness in the context of romantic relationships: Initial development and validation of the relationship mindfulness measure. *Journal of Marital and Family Therapy*, 44(4), 575–589.
- Kimmes, J. G., Jaurequi, M. E., Roberts, K., Harris, V. W., Fincham, F. D. (2020). An Examination of the Association Between Relationship Mindfulness and Psychological and Relational Well-being in Committed Couples. *Journal of Marital and Family Therapy*, 46(1), 30–41. doi.org/10.1111/jmft.12388.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). Boosting attachment security to promote mental health, prosocial values, and inter-group tolerance. *Psychological inquiry*, 18 (3), 139-156. /doi/10.1080/10478400701512646.
- Neff, K. D. (2003). “Development and validation of a scale to measure self-compassion”. *Self and Identity*, 2(3), 223-250.
- Neff, K. D. (2003b). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-101.
- Pepping, C. A., Davis, P. J., & O'Donovan, A. (2013). Individual differences in attachment and dispositional mindfulness: The mediating role of emotion regulation. *Personality and Individual Differences*, 54(3), 453-456
- Pielage, S., Luteinjin, F., & Arrindell, W. (2005). Adult attachment, intimacy and psychological distress in a clinical and community sample. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 12 (6), 455-464. doi.org/10.1002/cpp.472.
- Ramsey, M., Waithaka, A.G., Gitimu, P.N. (2016). Influence of age and parental marital status on parent-child relationships: College students perspective. *Int J Hum Soc Sci*, 6 (1), 23-32.
- Schaefer, M. T., & Olson, D. H. (1981). Assessing intimacy: The Die PAIR inventory. *Journal of Marital and Family Therapy*, 7, 47–60.
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 971-980. doi/10.1037/0022-3514.59.5.971.
- Wearden, A., Peters, I., Berry, K., Barrowclough, C., & Liversidge, T. (2008).

- Adult attachment, parenting experiences, and core beliefs about self and others. *Personality and Individual Differences*, 44 (5), 1246-1257.
- Wijaya, A., & Widyaningsih, Y. (2021). The Role of Dyadic Cohesion on Secure Attachment Style toward Marital Satisfaction: A Dyadic Analysis on Couple Vacation Decision. *Journal of Quality Assurance in Hospitality & Tourism*, 22(1), 119-142.



**استناد به این مقاله:** برخوردار، مهتاب، صیدی، محمدسجاد، حجت‌خواه، محسن. (۱۴۰۲). مدل علی صمیمیت زن‌وشوهری بر اساس سبک‌های دلبستگی، خودشفقت‌ورزی و ذهن‌آگاهی در روابط عاشقانه زوج‌ها، فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۱۴(۵۵)، ۶۹-۹۰.

DOI: 10.22054/QCCPC.2023.71128.3044



Counseling Culture and Psychotherapy is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.