



The Mediating Role of Mindfulness in the Relationship between Early Maladaptive Schemas and Marital Conflicts among Students

Nooshin Sabour Esmaeili^{*1}  Maryam Esmaeili Moghadam¹ Fatemeh Hajiarbabi¹ 

1-Department of psychology Kavian Institute of Higher Education. Mashhad, Iran

ARTICLE INFO

Keywords:

Mindfulness
Early Maladaptive Schemas
Marital Conflicts

ABSTRACT

The present study aimed to investigate the mediating role of mindfulness in the relationship between early maladaptive schemas and marital conflicts among all married male and female psychology students of non-profit institutions in Mashhad (Kavian, Bahar, Iqbal Lahori, Hakim Toos, Shandiz, Tabran, Hekmat Razavi, Khorasan, and Qaragarayan Motahar) who were studying in the academic year 1401-1402. This study is applied research in terms of its purpose and descriptive correlational research in terms of its nature and method. The sample size of the study was 300 people using the proportional stratified sampling method. To collect data for this study, the questionnaires of early maladaptive schemas by Young, marital conflicts by Barati and Sanaei, and mindfulness by Bauer were used. The obtained data were analyzed at two levels of descriptive statistics (mean and standard deviation) and inferential statistics (Pearson correlation test and structural equations) and by SPSS and Smart PLS software. The results showed that mindfulness has a mediating role in the relationship between early maladaptive schemas and marital conflicts. The results showed that mindfulness has a mediating role in the relationship between early maladaptive schemas and marital conflicts. The results showed that mindfulness has a mediating role in the relationship between early maladaptive schemas and marital conflicts.

* Corresponding Author: Nooshin Sabour Esmaeili

E-mail: nsaboort@kavian.ac.ir

doi: <https://doi.org/10.22034/jsm.2025.526686.1048>

Received: 7 June 2025; Revised: 17 June 2025; Accepted: 19 June 2025

Available online: 6 September 2025

How to Cite: Sabour Esmaeili, N., esmaeili moghadam, M. and haji arababi, F. (2025). The Mediating Role of Mindfulness in the Relationship between Early Maladaptive Schemas and Marital Conflicts among Students. *Journal of Studies in Management, Psychology & Educational Sciences*, 4(1), 37-44.



نقش میانجی ذهن‌آگاهی در رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تعارضات زناشویی در دانشجویان

نوشین صبور اسماعیلی*^۱ ID، مریم اسماعیلی مقدم^۱ ID، فاطمه حاجی‌اربابی^۱ ID

۱- گروه روان‌شناسی، موسسه آموزش عالی کاویان، مشهد، ایران

چکیده

اطلاعات مقاله

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی ذهن‌آگاهی در رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تعارضات زناشویی در بین کلیه دانشجویان دختر و پسر متاهل رشته روان‌شناسی موسسات غیرانتفاعی شهر مشهد (کاویان، بهار، اقبال لاهوری، حکیم طوس، شان‌دیز، تابران، حکمت رضوی، خراسان و خردگرایان مطهر) که در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ مشغول به تحصیل بودند، انجام شده است. حجم نمونه پژوهش با استفاده از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای نسبی تعداد ۳۰۰ نفر در نظر گرفته شد. جهت جمع‌آوری داده‌های این پژوهش از پرسشنامه‌های طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه یانگ، تعارضات زناشویی براتی و تنایی، و ذهن‌آگاهی بائر و همکاران استفاده شد. در دو سطح آمار توصیفی و آمار استنباطی (آزمون همبستگی پیرسون و مدل معادلات ساختاری) و بوسیله نرم‌افزار spss و smart pls مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد که ذهن‌آگاهی نقش میانجی در رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تعارضات زناشویی دارد.

واژگان کلیدی:

ذهن‌آگاهی
طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه
تعارضات زناشویی

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
رتال جامع علوم انسانی

و بزرگسالی فرد به نحو شایسته ارضا شوند، می‌توان، رضایت در روابط را مشاهده کرد. زیرا زوجین با طرح‌واره‌های خود وارد رابطه زناشویی می‌شوند و علاوه بر آن در طی رابطه زوجی طرح‌واره‌های دیگر آن‌ها نیز فعال می‌شود پس باید توجه داشت که اگر در روابط نیازها ارضا نشود امکان دارد طرح‌واره‌هایی خاص آن روابط به وجود آید و صمیمیت و رضایت بین زوجین را مختل سازد (دریا، محمودپور، ایجاد و یوسفی، ۱۴۰۰؛ داتلیو و بیرشک، ۱۳۸۵).

راش^{۱۰} (۲۰۱۷) در پژوهشی نشان داد طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه می‌توانند میزان رضایت یا عدم رضایت در زندگی را پیش‌بینی کنند. هنگامی که طرح‌واره‌ای فعال می‌شود باعث ایجاد افکار خودکار منفی می‌شود و سوگیری منفی به وجود می‌آورد (صلواتی، یکه یزدان دوست، ۱۳۸۹). یانگ نیز معتقد است اگر نیازهای اساسی کودک از جمله خودگردانی، ماهیت و شایستگی، دلبستگی ایمن، آزادی، خودانگیختگی، نیاز به تفریح و سرگرمی، کمبودهای واقع‌بینانه و خودانضباطی، درست ارضا نشوند طرح‌واره‌ها به وجود می‌آیند (یانگ و همکاران، ۲۰۰۳).

عامل تاثیرگذار دیگر بر روابط زوجی، ذهن‌آگاهی^{۱۱} است، که یک روش بودن و فهمیدن است و موجب درک احساسات می‌شود. افرادی که از مهارت‌های ذهن‌آگاهی استفاده می‌کنند، اگر در موقعیت‌های حساس و استرس‌زا قرار گیرند تلاش می‌کنند آن را ایمن برداشت کنند. بنابراین فرد ذهن آگاه همواره سعی دارد مشکلات روزمره خود را با پذیرش واقع‌بینانه خود، حل کند و در نتیجه فرد موفق‌تری خواهد بود (بار^{۱۲}، ۲۰۱۱). در واقع می‌توان گفت ذهن‌آگاهی حالتی است که آگاهانه و بدون قضاوت به تجارب اینجا و اکنون از جمله شناخت‌ها، هیجان‌ها، حواس پنج‌گانه و محرک‌هایی هم‌چون صداها، بوها و نورها می‌پردازد (بیشاپ^{۱۳}، ۲۰۱۴، براون و ریان^{۱۴}، ۲۰۱۴). ذهن‌آگاهی ظرفیتی است از هشیاری که نقشی مهم در آغاز و دوام یک دیدگاه مثبت، کارآمد و منعطف دارد و باعث می‌شود پذیرش و نگاه غیرقضاوتی نسبت به هیجان‌ها افزایش پیدا کند (لیهی، تیرچ و ناپولیتانو^{۱۵}، ۲۰۱۱).

یک فرد ذهن آگاه باورهای غیرمنطقی ندارد و نظرات همسرش را هم در نظر می‌گیرد. همین امر باعث می‌شود مسائل خود را با حفظ حرمت و احترام و در نهایت صمیمیت و همدلی حل کنند (بورپی و لانگه^{۱۶}، ۲۰۰۵). به نقل از فتاحی، دهقانی و زارعی محمودآبادی (۱۴۰۰). از طرفی، ذهن‌آگاهی با انعطاف‌پذیری روانی و طرح‌واره‌های هیجانی مرتبط است و الگوی طرح‌واره‌های هیجانی، عناصر ذهن‌آگاهی را که پذیرش و عدم قضاوت است را به عنوان مدلی برای پاسخی سازگارانه به اضطراب‌ها تعریف می‌کند (تیرچ، لیهی، سیلبرستن و

انسان‌ها برای رسیدن به نیازهای روان‌شناختی مثل دلبستگی، مورد پذیرش و حمایت واقع شدن و تامین امنیت ازدواج می‌کنند (غلامزاده، عطاری و شفیع آبادی، ۱۳۸۸). بعضی افراد ازدواج را موجب خشنودی و موفقیت می‌دانند اما گاهی روابط زناشویی گرفتار تعارضات بین زوج‌ها شده و تعهد به زندگی مشترک را تحت تاثیر قرار می‌دهد (فتوحی، ۱۳۸۴). ممکن است بروز اختلاف و تعارضات زناشویی^۱ پدیده‌ای طبیعی باشد اما مختل شدن روابط زناشویی تهدیدی بزرگ برای بقا خانواده است (گاتمن و سیلور^۲، ۱۹۹۹). تعارضات در خانواده باعث ایجاد اضطراب و گسترش ناامنی می‌شود و بهداشت روانی، جسمی و خانوادگی را به خطر می‌اندازد (سام^۳، ۲۰۱۴). گاتمن^۴ (۱۹۹۹) به نقل از سگرین و فلورا^۵ (۲۰۰۵)، تعارضات زناشویی را به دو نوع قابل حل شدن و دائمی تقسیم می‌کند. تعارضات حل‌شدنی در طی زندگی قابل حل می‌باشد ولی تعارضات مداوم همواره جزئی از زندگی می‌شود. مطالعات پیشین (علیزاده، آریان و مرادی، ۱۴۰۳؛ عسکرزاده و همکاران، ۱۴۰۲؛ مرادی داویجانی، کرمی و یزدانبخش، ۱۴۰۳) نشان داده طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه یکی از عوامل تاثیرگذار بر تعارضات زناشویی می‌باشد. هرآنچه که انسان درک و برداشت می‌کند به وسیله طرح‌واره‌های بنیادین بادوام شکل می‌گیرد. طرح‌واره‌ها می‌توانند در زمینه‌های متفاوتی از زندگی خصوصاً در زندگی زناشویی نفوذ کنند. طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه^۶ در سال‌های اولیه زندگی هر فرد رشد می‌کند و پایه باورهای منفی عمیقی در مورد خود، سایر افراد و دنیای اطراف می‌گردد (ویرژیل، گرین، آرنو، سیسمور و مایرز^۷، ۲۰۱۱).

طرح‌واره‌ها همان احساسات و باورهای غلطی است که می‌تواند استنباط و سبک رفتاری افراد را تغییر دهد و خارج از آگاهی هر فرد و در دورترین سطح شناخت عمل می‌کنند و این فرآیند باعث می‌شود که فرد در زمینه روان‌شناختی از جمله افسردگی، اضطراب، اعتیاد، اختلالات روانی و روابط منفی دچار آسیب شود (تیم^۸، ۲۰۱۰). همچنین طرح‌واره‌های ناسازگار باعث می‌شود فرد اتفاقات منفی را در زندگی تجربه کند که به ایجاد فشار روانی زیاد و ناخشنودی از زندگی منجر می‌شود (یوسف نژاد و پیوستگار، ۲۰۱۱). طرح‌واره‌ها ژرف‌ترین سطح شناختی ناکارآمد می‌باشند که در قالبی مشخص و ثابت از تولد ایجاد شده‌اند و به بزرگسالی می‌رسند، و از طریق تحریف روابط بین فردی و محیط باعث ایجاد افکار خودآیند منفی و در نتیجه باورها و شناخت‌های منفی می‌شود (یانگ، ۱۹۹۶).

یانگ و گلوسکی^۹ (۱۹۹۷) معتقدند وقتی نیازهای رشدی

1 marital conflicts

2 Gottman & Silver

3 Sam

4 Gatman

5 Segrin & Flora

6 primary maladaptive schemas

7 Virgil, Green, Arnau, Sisemore & Myers

8 Thim

9 Yung & Gluhoski

10 Rush

11 mindfulness

12 Barr

13 Bishop

14 Brown & Ryan

15 Leahy, Tirch, Napolitano

16 Burpee & Langer

نشان دهنده تعارض پایین است. نمرات کل پرسشنامه در دامنه بین ۴۲ تا ۲۱۰ قرار می‌گیرد.

پرسشنامه ذهن‌آگاهی بائر و همکاران

این پرسشنامه ابزاری است ۳۹ سوالی که بائر و همکاران در سال ۲۰۰۶ با استفاده و ترکیب پرسشنامه‌های دیگر ساخته شد. دامنه نمرات این پرسشنامه بین ۱۹۵ تا ۳۹ می‌باشد. نمره بالاتر نشان دهنده ذهن‌آگاهی بیشتر است.

جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از شاخص آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و آمار استنباطی (مدل‌سازی معادلات ساختاری) با کمک نرم‌افزار SPSS26 و SMART-PLS4 استفاده شد.

یافته‌ها

بررسی جمعیت‌شناختی نمونه

از دیدگاه جمعیت‌شناختی نمونه به دو رده مرد و زن تقسیم شده است. جدول زیر توصیف نمونه از حیث جنسیت را نشان می‌دهد.

جدول ۱. فراوانی نمونه از حیث جنسیت

فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی تجمعی
۱۴۸	۵۶/۹۲	۵۶/۹۲
۱۱۲	۴۳/۰۸	۱۰۰
۲۶۰	۱۰۰	...

در ادامه به بررسی ویژگی‌های آماری متغیرهای مقیاسی پژوهش پرداخته می‌شود. متغیرهای مقیاسی به دلیل قابلیت اندازه‌گیری، نقش مهمی در تحلیل داده‌ها ایفا می‌کنند. این متغیرها در حقیقت زیرمقیاس‌ها یا نمرات کل پرسشنامه‌های پژوهش است. با استفاده از این متغیرها، می‌توان به درک بهتری از توزیع داده‌ها و ویژگی‌های آماری آنها دست یافت.

جدول ۲. آمار توصیفی مولفه‌های پرسشنامه طرح‌واره ناسازگار اولیه

انحراف استاندارد	میانگین	میانگین
۵/۱۷	۱۲	۱۲/۵۱
۴/۶۳	۱۱	۱۱/۴۸
۵/۴۹	۱۵.۵	۱۵/۳۱
۵/۱۴	۱۲	۱۲/۵
۴/۲۸	۱۰	۱۰/۵
۵/۴۶	۱۹	۱۸/۴۵
۵/۸۱	۱۱	۱۲/۲۹
۵/۱۷	۱۱	۱۱/۶۱
۴/۹۱	۱۰	۱۰/۸۶
۴/۸۵	۱۱	۱۱/۷۱
۵/۲۱	۱۹	۱۸/۰۶

ملوانی^۱، (۲۰۱۲). افرادی که ذهن آگاه‌اند واقعیت‌ها را به طور واقع‌بینانه و بدون تغییر همان‌گونه که هستند درک می‌کنند و می‌توانند با هیجانات، تجارب و تفکرات و باورهای مثبت یا منفی مواجه شوند (موسوی، ۱۳۹۵).

روش پژوهش

این پژوهش از نظر هدف، کاربردی؛ از نظر روش گردآوری داده‌ها، توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان دختر و پسر متاهل کارشناسی‌ارشد رشته روان‌شناسی موسسات غیرانتفاعی شهر مشهد (کاوین، بهار، اقبال لاهوری، حکیم طوس، شاندیز، تابران، حکمت‌رضوی، خراسان و خردگرایان مطهر) که در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ مشغول به تحصیل و تعداد آنها ۸۵۰ نفر (۵۳۰ نفر زن و ۳۲۰ نفر مرد) می‌باشند. جهت تعیین حجم نمونه با توجه به جدول کرجسی مورگان (۱۹۷۰) حجم نمونه ۲۶۵ نفر برآورد گردید که به علت احتمال ریزش ۳۰۰ نفر (۱۸۷ زن و ۱۱۳ مرد) با استفاده از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای نسبی انتخاب شد. ابزار گردآوری داده‌های پژوهش به شرح ذیل می‌باشد:

پرسشنامه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه یانگ

این پرسشنامه توسط یانگ در سال ۱۹۹۰ ساخته شده است و دارای ۹۰ سوال است که شامل ۱۸ حوزه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه از جمله ره‌اشدگی/بی‌ثباتی، بی‌اعتمادی/بدرفتاری، محرومیت هیجانی، انزوای اجتماعی/بیگانگی، نقص/شرم، وابستگی/بی‌کفایتی، شکست، آسیب‌پذیری نسبت به ضرر و بیماری، اطاعت، گرفتاری، ایثار، بازدارنده هیجانی، معیارهای سختگیرانه، استحقاق/برتری، خویشن‌داری/خودانضباطی ناکافی، خودتنبیهی، تحسین/جلب توجه، نگرانی/بدبینی، می‌باشد. هر مورد به وسیله مقیاس درجه‌بندی ۶ تایی نمره‌گذاری می‌شود (۱= کاملاً نادرست، ۲= تقریباً نادرست، ۳= مقداری درست است تا اینکه غلط باشد، ۴= اندکی درست، ۵= تقریباً درست، ۶= کاملاً درست). با جمع کردن نمرات هر مقیاس نمره‌های حاصل از این پرسشنامه به دست می‌آید.

پرسشنامه تعارضات زناشویی براتی و ثنایی

پرسشنامه تعارضات زناشویی توسط براتی و ثنایی در سال ۱۳۷۲ برای سنجش تعارضات زناشویی طراحی و تدوین شده است. این پرسشنامه ۵۴ ماده و ۸ بعد دارد که عبارت است از کاهش رابطه جنسی، کاهش همکاری، افزایش جلب حمایت فرزندان، افزایش واکنش‌های هیجانی، جدا کردن امور مالی از یکدیگر، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر، و کاهش ارتباط مؤثر می‌باشد و طبق طیف لیکرت تعارضات زناشویی را می‌سنجد. سوالاتی که در پرسشنامه به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند سوالات ۳، ۱۱، ۱۴، ۲۶، ۳۰، ۳۳، ۴۵، ۴۷، ۵۴ می‌باشند. نمره بالا نشان دهنده تعارض بالا و نمره پایین

ادامه جدول ۲

تنبیه	۱۴/۲۲	۱۵	۴/۴۸
نقص / شرم	۹/۱	۸	۴/۳۶
بی اعتمادی / بدرفتاری	۱۲/۴۴	۱۱	۵/۱۳
شکست	۱۲/۳۱	۱۱	۵/۰۹
ایثار	۱۶/۲۷	۱۶	۵/۲۱
استحقاق / بزرگ منشی	۱۶/۷۵	۱۷	۴/۹۵
خویشتن‌داری و خودانضباطی ناکافی	۱۴/۳	۱۴	۴/۸۵

ادامه جدول ۳

شکست	۰/۷۶۶
ایثار	۰/۷۰۶
استحقاق / بزرگ منشی	۰/۷۳۷
خویشتن‌داری و خودانضباطی ناکافی	۰/۷۷۷

طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه

بارهای عاملی برای متغیرهای مشاهده‌پذیر مرتبط با طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه نشان‌دهنده همبستگی قوی میان این متغیرها و عامل‌های اصلی مربوط به طرح‌واره‌های ناسازگار است. بیشترین بار عاملی مربوط به متغیر "اطاعت" با مقدار ۰/۸۳۰ است که بیانگر تأثیر قابل توجه این طرح‌واره بر پدیده مورد مطالعه است. همچنین، "انزوای اجتماعی / بیگانگی" با بار عاملی ۰/۸۲۳ و "بی اعتمادی / سوء رفتار" با بار عاملی ۰/۸۰۸ نیز از جمله متغیرهایی هستند که نشان‌دهنده ارتباط قوی با طرح‌واره‌های ناسازگار هستند. این یافته‌ها تأکید می‌کنند که این متغیرها به خوبی می‌توانند مفهوم طرح‌واره‌های ناسازگار را اندازه‌گیری کنند و در تحلیل‌های مرتبط با این موضوع مؤثر باشند.

ذهن‌آگاهی

برای پرسشنامه ذهن‌آگاهی، بارهای عاملی نشان‌دهنده همبستگی قوی میان متغیرهای مشاهده‌پذیر و عامل‌های اصلی ذهن‌آگاهی است. بالاترین بار عاملی مربوط به متغیر "عمل همراه با آگاهی" با مقدار ۰/۸۶۳ است که نشان‌دهنده تأثیر بسیار قوی این متغیر بر مفهوم کلی ذهن‌آگاهی است. سایر متغیرها نیز مانند "عدم قضاوت" با بار عاملی ۰/۷۸۲ و "عدم واکنش" با بار عاملی ۰/۷۴۲ نشان‌دهنده همبستگی مناسبی هستند که تأیید می‌کند این متغیرها به خوبی می‌توانند ذهن‌آگاهی را در افراد اندازه‌گیری کنند.

تعارضات زناشویی

بارهای عاملی متغیرهای مشاهده‌پذیر در پرسشنامه تعارضات زناشویی نیز نشان‌دهنده همبستگی قوی با عامل‌های اصلی تعارضات زناشویی هستند. متغیر "کاهش رابطه با خویشاوندان همسر و دوستان" با بار عاملی ۰/۸۶۰ بیشترین همبستگی را نشان می‌دهد، که بیانگر اهمیت این متغیر در سنجش تعارضات زناشویی است. همچنین، "افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود" با بار عاملی ۰/۸۳۶ و "کاهش همکاری" با بار عاملی ۰/۸۰۱ نیز از جمله متغیرهای مهمی هستند که به طور مؤثر تعارضات زناشویی را تبیین می‌کنند. این نتایج نشان می‌دهد که این متغیرها به خوبی می‌توانند جنبه‌های مختلف تعارضات زناشویی را اندازه‌گیری کنند و در تحلیل‌های مرتبط با این موضوع مفید باشند.

بررسی مدل اندازه‌گیری مدل‌سازی معادلات ساختاری

اولین گام در بررسی مدل‌های اندازه‌گیری مدل‌سازی معادلات ساختاری بررسی بارهای عاملی متغیرهای مشاهده‌پذیر است. بارهای عاملی به شرح جدول زیر است.

جدول ۳. بارهای عاملی متغیرهای مشاهده‌پذیر

طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه	بار عاملی	ذهن‌آگاهی	بار عاملی	تعارضات زناشویی	بار عاملی
رهاشدگی، بی‌ثباتی	۰/۷۹۲	مشاهده	۰/۷۰۳	کاهش همکاری	۰/۸۰۱
انزوای اجتماعی / بیگانگی	۰/۸۲۳	توصیف	۰/۷۱۲	کاهش رابطه جنسی	۰/۷۶۵
منفی‌گرایی / بدبینی	۰/۷۹۷	عمل همراه با آگاهی	۰/۸۶۳	افزایش واکنش‌های هیجانی	۰/۸۰۲
بازداری هیجانی	۰/۷۵۱	عدم قضاوت	۰/۷۸۲	افزایش جلب حمایت فرزندان	۰/۷۶۸
وابستگی / بی‌کفایتی	۰/۷۶۸	عدم واکنش	۰/۷۴۲	افزایش رابطه فردی ...	۰/۸۳۶
پذیرش‌جویی / جلب توجه	۰/۷۰۴	کاهش رابطه ...	۰/۸۶۰
محرومیت هیجانی	۰/۷۲۳	جدا کردن امور مالی ...	۰/۷۷۲
آسیب نسبت به ضرر یا بیماری	۰/۷۴۰	کاهش ارتباطی مؤثر	۰/۷۷۴
خودتحوّل نیافته گرفتار	۰/۷۰۶
اطاعت	۰/۸۳۰
معیارهای سرسختانه / عیب‌جویی افراطی	۰/۷۱۲
تنبیه	۰/۷۳۹
نقص / شرم	۰/۷۵۲
بی‌اعتمادی / بدرفتاری	۰/۸۰۸

که ریشه دوم AVE هر سازه بزرگ‌تر از همبستگی‌های بین سازه‌ها است، بنابراین، روایی واگرایی مدل تأیید می‌شود و نشان می‌دهد که سازه‌های مورد بررسی به خوبی از یکدیگر متمایز هستند.

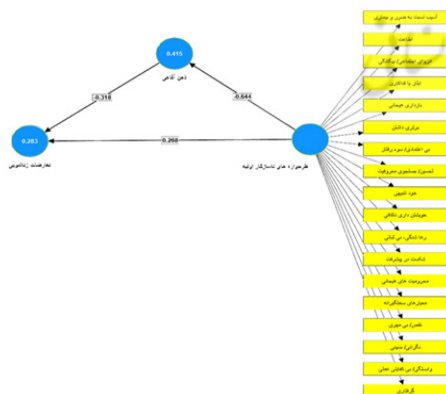
جدول ۶. بررسی فرضیه اصلی پژوهش

P values	آماره آزمون	انحراف استاندارد	میانگین نمونه	نمونه اصلی	طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه -> ذهن آگاهی -> تعارضات زناشویی
.	۳/۹۷۶	۰/۰۵۱	۰/۲۰۷	۰/۲۰۴	

برای بررسی فرضیه اصلی پژوهش "ذهن آگاهی نقش میانجی در رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با تعارضات زناشویی دارد"، از روش بوت استرپ در نرم‌افزار Smart PLS استفاده شده است.

در جدول فوق، ضریب مسیر برای مسیر غیرمستقیم "طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه -> ذهن آگاهی -> تعارضات زناشویی" برابر با ۰/۲۰۴ در نمونه اصلی و ۰/۲۰۷ در میانگین نمونه‌های بوت استرپ می‌باشد که نشان می‌دهد با افزایش طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، ذهن آگاهی کاهش یافته و در نتیجه تعارضات زناشویی افزایش می‌یابد. انحراف استاندارد برای این مسیر برابر با ۰/۰۵۱ است که میزان پراکندگی ضرایب مسیر در نمونه‌های بوت استرپ را نشان می‌دهد. آماره آزمون (t-value) برای این مسیر برابر با ۳/۹۷۶ می‌باشد که از ۲/۵۸ بزرگتر است. این نشان می‌دهد که ضریب مسیر در سطح اطمینان ۹۹٪ از لحاظ آماری معنادار است. مقدار P-value نیز برابر با صفر است که کمتر از ۰/۰۵ می‌باشد. این بدان معناست که فرض صفر مبنی بر عدم وجود اثر میانجی ذهن آگاهی در سطح اطمینان ۹۵٪ رد می‌شود.

با توجه به برقراری تمامی شروط لازم (ضریب مسیر مثبت، آماره t بزرگتر از ۲/۵۸، و P-value کمتر از ۰/۰۱)، می‌توان گفت ذهن آگاهی نقش میانجی معناداری در رابطه بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تعارضات زناشویی ایفا می‌کند.



نمودار ۱. مدل معادلات ساختاری به همراه ضرایب مسیر و مقادیر R²

بحث و نتیجه گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد ذهن آگاهی نقش میانجی

جدول ۴. ضرایب پایایی مرکب و متوسط واریانس استخراج شده

شاخص AVE	پایایی مرکب	آلفای کرونباخ	
۰/۵۳۷	۰/۹۵۴	۰/۹۴۹	طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه
۰/۳۷۵	۰/۷۰۶	۰/۵۵۱	ذهن آگاهی
۰/۵۸۵	۰/۹۱۱	۰/۸۹۷	تعارضات زناشویی

با توجه به خروجی جدول ۲، آلفای کرونباخ برای متغیرهای طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، ذهن آگاهی و تعارضات زناشویی به ترتیب ۰/۹۴۹، ۰/۵۵۱ و ۰/۸۹۷ به دست آمده است. مقادیر آلفای کرونباخ بالاتر از ۰/۷ نشان دهنده پایایی و سازگاری درونی مناسب سؤالات پرسشنامه برای هر یک از متغیرها است. بنابراین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تعارضات زناشویی از پایایی بسیار خوبی برخوردار هستند. اما آلفای کرونباخ ذهن آگاهی در حد متوسط (۰/۵۵۱) می‌باشد که پایایی کمتری را نشان می‌دهد.

پایایی مرکب (CR) که معیاری برای سنجش پایایی سازه‌ها در مدل‌های اندازه‌گیری تحلیل عاملی تأییدی و معادلات ساختاری است، برای هر سه متغیر بالاتر از ۰/۷ به دست آمده است. این نشان دهنده آن است که شاخص‌های هر سازه به خوبی آن سازه را اندازه‌گیری کرده و پایایی ترکیبی قابل قبولی دارند.

میانگین واریانس استخراج شده (AVE) برای بررسی روایی همگرا به کار می‌رود. مقدار بالای ۰/۵ نشان از روایی همگرای مناسب دارد. AVE برای طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تعارضات زناشویی به ترتیب ۰/۵۳۷ و ۰/۵۸۵ است که بیانگر روایی همگرای کافی این سازه‌ها می‌باشد. اما AVE برای ذهن آگاهی برابر ۰/۳۷۵ و کمتر از ۰/۵ است که نشانگر ضعف در روایی همگرای این متغیر است. به‌طور کلی با توجه به شاخص‌های فوق، مدل اندازه‌گیری برای متغیرهای طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تعارضات زناشویی و ذهن آگاهی از پایایی و روایی مناسبی برخوردار است.

جدول ۵. آزمون فورنل لارکر برای بررسی روایی واگرا

تعارضات زناشویی	۰/۷۶۵	
ذهن آگاهی	۰/۶۱۲	-۰/۴۹
طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه	۰/۴۷۳	-۰/۶۴۴

نتایج آزمون فورنل و لارکر برای بررسی روایی واگرا در جدول ۳ نشان‌دهنده این است که مدل تحقیق دارای روایی واگراست. بر اساس این آزمون، مقدار ریشه دوم میانگین واریانس استخراج شده (AVE) برای هر سازه باید بزرگ‌تر از همبستگی آن سازه با سایر سازه‌ها باشد. در این جدول، ریشه دوم AVE برای تعارضات زناشویی برابر با ۰/۷۶۵، برای ذهن آگاهی برابر با ۰/۶۱۲ و برای طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه برابر با ۰/۴۷۳ است. همبستگی بین تعارضات زناشویی و ذهن آگاهی ۰/۴۹-، بین تعارضات زناشویی و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه ۰/۴۷۳، و بین ذهن آگاهی و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه ۰/۶۴۴- است. مقایسه این مقادیر نشان می‌دهد

گفت طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه یکی از عوامل در ایجاد تعارضات زناشویی می‌باشد. بنابراین برنامه ریزی و اقدامات لازم توسط روان‌شناسان جهت آموزش زوجین و پیشگیری از مشکلات لازم به نظر می‌رسد.

منابع

آرین‌فر، نیره؛ پورشهریاری، مه‌سیمما. (۱۳۹۵). مدل معادلات ساختاری پیش‌بینی تعارضات زناشویی براساس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه حوزه بریدگی و طرد و متغیر میانجی سبک‌های عشق ورزی، فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۸ (۲۹)، ۱۳۴-۱۰۸.

امیرخانی، منظر. (۱۳۹۵). اثربخشی درمان شناختی مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر تعارضات زناشویی بیماران آوده و مبتلا به AIDS/HIV، مجله پزشکی ارومیه، ۲۷ (۳)، ۲۰۷-۱۹۸.

دربا، محمد؛ محمودپور، عبدالباسط؛ ایجادی، سحر؛ یوسفی، ناصر. (۱۴۰۰). رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با رضایت زناشویی و کیفیت زندگی در زنان دارای همسر وابسته به مواد. فصلنامه علمی اعتیادپژوهی، ۱۵ (۶۰)، ۳۷۳-۳۹۳. داتیلیو، فرانکام؛ و بیرشک، بهروز. (۱۳۸۵). رفتار درمانی شناختی زوج‌ها. فصلنامه تازه‌های علوم‌شناختی، ۸ (۳)، ۸۰-۷۱.

صلواتی، مژگان یکه‌یزدان، دوست رخساره. (۱۳۸۹). طرح‌واره درمانی راهنمای ویژه متخصصان روان‌شناسی بالینی تهران، تهران: دانژه.

عسگرزاده، سونا؛ علی‌دستان نیکی، فاطمه؛ علی‌عباس‌نژاد هریس، حوراء؛ و حاجتی، محمدحسین. (۱۴۰۲). رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با تعارضات زندگی زناشویی، مسئولیت‌پذیری و کمال‌گرایی زوجین، دومین کنفرانس ملی آسیب‌های اجتماعی و روانی با تأکید بر علوم رفتاری، شیراز.

علیزاده، سمیه؛ آریان، ریحانه؛ و مرادی، ساره. (۱۴۰۳). بررسی رابطه‌ناگویی هیجانی و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با تعارضات زناشویی در دانشجویان زن متاهل. شناخت، رفتار و یادگیری، ۱۱ (۴)، ۱۱۶-۱۰۶.

غلام‌زاده، مریم؛ عطاری، یوسف‌علی؛ شفیق‌آبادی، عبدالله. (۱۳۸۸). اثر بخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر کارایی خانواده در زوجین مراجعه‌کننده به مرکز بهزیستی شهر اهواز. فصلنامه دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، ۴۱ (۸۳)، فتاحی، نوشین؛ دهقانی، فهیمه؛ زارعی محمودآبادی، حسن. (۱۴۰۰). رابطه بین طرح‌واره‌های هیجانی و رضایت زناشویی در دانشجویان دانشگاه یزد نقش واسطه‌ای ذهن‌آگاهی. فصلنامه مددکاری اجتماعی، ۱۱ (۱)، ۵۵-۴۵.

فتوحی، سکینه. (۱۳۸۴). تأثیر آموزش سه رویکرد زوج درمانی بر افزایش خودشناسی، جهت‌گیری مذهبی و سازگار زوج‌های ناسازگار، پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، دانشگاه تبریز.

مرادی‌داوبجانی، حسین؛ کریمی، جهانگیر و یزدان‌بخش، کامران. (۱۴۰۳). نقش میانجی شفقت خود در رابطه بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تعارضات زناشویی. خانواده پژوهی، ۲۰ (۲)، ۴۶-۲۳.

محمدی‌پور، محمد؛ شجاعی، حمیده. (۱۳۹۷). اثر بخشی آموزش مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر تمایز یافتگی و تعارضات زناشویی در زنان مراجعه‌کننده به خانه‌های سلامت تهران، مجله سلامت اجتماعی، ۵ (۲)، ۱۸۸-۱۸۱.

مقتدر، لیلا؛ حلاج، لیلا. (۱۳۹۷). مقایسه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه ناگویی هیجانی و شادکامی در زنان با و بدون تعارضات زناشویی، مجله بالینی پرستاری و مامایی، ۷ (۲)، ۱۴۵-۱۳۸.

موسوی، سیداسماعیل. (۱۳۹۵). تأثیر روابط قبل از ازدواج بر تعارضات زناشویی در دانشجویان متأهل دانشگاه‌های دولتی شهر تهران. فصلنامه تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره، ۲۲ (۶)، ۴۰-۲۷.

مهدی‌زاده، فاطمه؛ دره‌کردی، علی. (۱۳۹۹). رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و نگرش به روابط فرازناشویی با میانجی‌گری ابعاد ذهن‌آگاهی به منظور ارائه مدل. مجله علوم روان‌شناختی، ۱۹ (۸۷)، ۳۸۹-۳۸۳.

یانگ، جنری؛ کلسکو، ویشار. (۲۰۰۳). طرح‌واره درمانی. ترجمه حمیدپور؛ اندوز (۱۳۸۶). تهران: ارجمند.

در رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه (و مولفه‌های آن) با تعارضات زناشویی دارد. این نتایج با نتایج پژوهش مهدی‌زاده و دره‌کردی (۱۳۹۹)، محمدی‌پور (۱۳۹۷)، مقتدر و حلاج (۱۳۹۷)، مورکانی و آل‌یاسین (۱۳۹۶)، آرین‌فر و پورشهریاری (۱۳۹۵)، ماندال و لیب (۲۰۲۲)، فرستر (۲۰۱۷)، سوموهان (۲۰۱۳) هم‌سو می‌باشد.

در تبیین این نتایج می‌توان گفت طبق نظریه یانگ (۲۰۰۳) طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه الگوهای هیجانی و خودشکننده‌ای هستند که در جریان رشد آغاز می‌گردند و در سرتاسر زندگی تکرار می‌شوند. همچنین آسیب‌شناسی روانی هر فرد می‌تواند بازتاب طرح‌واره‌های ناسالم وی باشد. اساساً طرح‌واره‌های ناسازگار موجب سوگیری در تفسیر رویدادها می‌شوند این سوگیری‌ها در آسیب‌شناسی روانی به صورت سوءتفاهم‌ها نگرش‌های تحریف شده فرض‌های نادرست، اهداف و چشم‌داشت‌های غیرواقعی‌بینه در افراد نسبت به فرد مورد علاقه خود پدید می‌آیند و این سوءبرداشت‌ها بر ادراک‌ها و ارزیابی‌های بعدی رابطه آن‌ها در آینده تأثیر می‌گذارد زیرا طرح‌واره‌ها در مسیر زندگی تداوم دارند و بر چگونگی رابطه‌ی فرد با خود و دیگران به ویژه شریک زندگی و فرد مورد علاقه تأثیر دارند از آنجا که طرح‌واره‌های ناسازگار ناکارآمد هستند ناخشنودی در روابط را در پی دارند.

طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه الگوها یا درون مایه‌های عمیق و فراگیری هستند که در دوران کودکی یا نوجوانی شکل گرفته‌اند، در مسیر زندگی تداوم دارند، به رابطه فرد با خود و با دیگران مربوط می‌شوند و به شدت ناکارآمد هستند. این طرح‌واره‌ها مطابق با پنج نیاز تحولی کودک به پنج حوزه بریدگی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل محدودیت‌های مختل، دیگر جهت‌مندی، گوش به زنگی بیش از حد و بازداری تقسیم شده‌اند که هر کدام شامل چند طرح‌واره است و در مجموع ۱۸ طرح‌واره را در برمی‌گیرد، فعال شدن و تحریک شدن طرح‌واره‌ها منجر به تولید هیجان‌های ناخوشایند و احساسات درمانده ساز می‌شود و می‌تواند سبب شود تا افراد مجموعه‌ای از رفتارهای انعطاف‌ناپذیر را در حضور هیجان‌ات آشفته‌کننده نشان دهند. به نظر می‌رسد در چنین شرایطی، زوجین در روابط بین فردی دچار مشکلات بیشتری می‌شوند و قدرت حل سازنده تعارضات زناشویی کاهش یافته که در نهایت تعارضات زناشویی را تجربه می‌کنند؛ از آنجایی که ذهن‌آگاهی سازگاری درونی و بیرونی فرد تحت شرایط چالش‌انگیز است، به فرد این توانایی را می‌دهد تا فردی تأثیرگذار باشد و در مقابل شرایط سخت به صورت انعطاف‌پذیری واکنش نشان دهد در نتیجه افراد با ذهن‌آگاهی بالا سازگاری و انعطاف‌پذیری بالایی داشته و باعث کاهش تأثیرات منفی طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه بر تعارضات زناشویی می‌شود.

از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به روش نمونه‌گیری، محدود بودن جامعه به دانشجویان متأهل کارشناسی‌ارشد روان‌شناسی موسسات آموزش عالی شهر مشهد و عدم استنباط رابطه علت و معلولی به دلیل اجرای مطالعه همبستگی اشاره کرد. لذا باید در تعمیم نتایج جانب احتیاط رعایت شود. با توجه به نتایج این پژوهش می‌توان

- ital satisfaction. *Journal of Adult Development*, 1(12), 43-51.
- Brown, J., Ryan, A. (2014). The early years of marriage. *Journal of Marriage and the Family*, 62(2), 737-745.
- Forster, P. (2017). Mindfulness and the Quality of Romantic Relationships: Is It All about Well-Being? *Open Journal of Social Sciences*, 5, 59-36.
- Gottman, J., Silver, N. (1999). The seven principles for making marriage work: A practical guide from the countries foremost relationship expert. In: New York: Three Rivers Press.
- Leahy, R. L. Tirsch, D. & Napolitano, L. A. (2011). Emotion regulation in psychotherapy: A practitioner's guide. New York: Guilford Press.
- Mondal, E., Lip, M. (2022). Mindfulness, relationship quality, and conflict resolution strategies used by partners in close relationships. *Current Issues in Personality Psychology*, 10(2).
- Rush, A. S. (2017). Relationship between early maladaptive schemas, couple satisfaction and individual mate value: An evolutionary psychological approach, *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 12 (1), 63- 76.
- Sam, M., Farhanah, S., Ghani A. (2014). Determinants of divorce among women in Peninsular Malaysia. *Forum Penyebaran Data Hasil Penyelidikan LPPKN Siri Hotel Crystal Crown, Petaling Jaya*.
- Segrin, C., & Flora, J. (2011). *Family Communication* (1 ed.). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Somohano, V.C. (2013). Mindfulness, attachment style and conflict resolution behaviors in romantic relationships. MA dissertation. The Faculty of Humboldt State University.
- Thimm, J. C. (2010). Personality and early maladaptive schemas A five-factor model. *J Behav Ther Exp Psychiatry*, 41(4), 373-80.
- Tirsch, D. D., Leahy, R. L., Silberstein, L. R., & Melwani, P. S. (2012). Emotional schemas, psychological flexibility, and anxiety: the role of flexible response patterns to anxious arousal. *International Journal of Cognitive Therapy*, 5(4), 380-391.
- Virgil Zeigler-Hill, V. Z., Green, B., Arnau, R.C., Sisemore, T., B., Myers, E.M. (2011). Trouble ahead, trouble behind: Narcissism and early maladaptive schemas. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*. 42, 96-103.
- Yong, J. E. (1996). Schema Focused Diagnosis for Personality Disorder. In Kaslow Fw, Editor, *Handbook of Relational Diagnosis and Dysfunctional Family Patterns*, 1 St ed, New York: Wiley-Interscience.
- Young, J. E. & Gluhoski, V. (1997). A schema-focused perspective on satisfaction in close relationships. In R. J. Sternberg & M. Hojjat (Eds.). *Satisfaction in close relationships* (pp. ro-r). New York: The Arch.
- Yoosofneja Shirvani. M., Peyvastegar. M. (2011). The relationship between life satisfaction and early maladaptive schemas in university students (Per-sian) *Knowl Res Appl Psychology*, ۱۲.