

Correlates of Marital Conflict: Cognitive Fusion, Mindfulness and Primary Maladaptive Schemas

Sevna Asgarzadeh¹, Majid Baradaran^{2,*}, Farzaneh Ranjbar Noushari²

¹ Master of General Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran

² Assistant Professor, Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran

ARTICLE INFO

Article History

Received: 27 February 2024

Revised: 8 May 2025

Accepted: 3 June 2025

Available online: 24 July 2025

Article Type: Research Article

Keywords

Marital Conflict; Cognitive Fusion; Mindfulness; Primary Maladaptive Schemas

Corresponding Author*

Majid Baradaran received his Ph.D. in Psychology from the payame noor University of Tehran. He is currently an Assistant Professor of Psychology at Payame noor University. His research interests are in Cognitive psychology, e and family counseling. Correspondence concerning this article should be addressed to dr. Majid Baradaran, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Education Payame noor University, Guilan, Rasht, Saadi St, Payame noor University Postal Code 41989-13171.

ORCID: 0000-0003-3309-398X

E-mail: baradaran@pnu.ac.ir

doi:<http://dx.doi.org/10.29252/bjcp.19.1.103>

ABSTRACT

Conflict between couples is inevitable and can lead to disruption in interpersonal relationships. The aim of this study was investigating the relationship between cognitive fusion, mindfulness and primary maladaptive schemas with marital conflict. The statistical population of the research included women who referred to counseling centers in Tehran in 2022. 180 of whom were selected using the accessible method and answered the questionnaires of marital conflict, mindfulness, primary maladaptive schemas, and cognitive fusion. Data were analyzed by correlation coefficient and stepwise regression analysis. The results showed that there is a significant positive correlation between fusion and primary incompatible schemas with marital conflict, and there is a significant negative correlation between defusion and mindfulness with marital conflict. Also, the fusion, disconnection and rejection and overvigilanc can explain 46 percent of variance in marital conflict. According to the research results, it can be concluded that cognitive fusion, mindfulness, and early maladaptive schemas play a role in marital conflict, and they should be given serious attention.

Citation: Asgarzadeh, S., Baradaran, M., & Ranjbar Noushari, F. (2024/1403). Correlates of Marital Conflict: Cognitive Fusion, Mindfulness and Primary Maladaptive Schemas. *Contemporary Psychology*, 19(1), 103-111. <http://dx.doi.org/10.29252/bjcp.19.1.103>

همبسته‌های تعارض زناشویی: همجوشی شناختی، ذهن آگاهی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه

سونای عسگرزاده^۱، مجید برادران^{۲*}، فرزانه رنجبر نوشری^۲

^۱ کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

^۲ استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

اطلاعات مقاله

تاریخچه

دریافت: ۸ اسفند ۱۴۰۲

اصلاح نهایی: ۱۸ اردیبهشت ۱۴۰۴

پذیرش: ۱۳ خرداد ۱۴۰۴

انتشار آنلاین: ۲ مرداد ۱۴۰۴

نوع مقاله: مقاله پژوهشی

کلیدواژه‌ها

همجوشی شناختی؛ ذهن آگاهی؛ طرحواره‌های ناسازگار اولیه؛ تعارض زناشویی

نویسنده مسئول*

مجید برادران درجه دکتری روان‌شناسی خود را از دانشگاه پیام نور تهران دریافت کرد. در حال حاضر او استادیار روان‌شناسی دانشگاه پیام نور است. علایق پژوهشی ایشان روان‌شناسی شناختی و مشاوره خانواده است. برای مکاتبه در مورد این مقاله با دکتر مجید برادران، گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور، گیلان، رشت، خیابان سعدی، دانشگاه پیام نور کد پستی ۴۱۹۸۹-۱۳۱۷۱ تماس داشته باشید.

ارکید: 0000-0003-3309-398X

پست الکترونیکی: baradaran@pnu.ac.ir

چکیده

تعارض بین زوجها امری اجتناب‌ناپذیر است که می‌تواند به اختلال در روابط بین فردی منجر شود. هدف این پژوهش، بررسی رابطه همجوشی شناختی، ذهن آگاهی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه با تعارض زناشویی بود. جامعه آماری شامل زنان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر تهران در سال ۱۴۰۱ بود که از میان آنها تعداد ۱۸۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. شرکت‌کنندگان به پرسشنامه‌های تعارض زناشویی، ذهن آگاهی، طرحواره‌های ناسازگار اولیه و همجوشی شناختی پاسخ دادند. جهت تحلیل داده‌ها از ضریب همبستگی و رگرسیون گام‌به‌گام استفاده شد. نتایج نشان داد بین همجوشی شناختی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه با تعارض زناشویی همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین، بین گسلس و ذهن آگاهی با تعارض زناشویی همبستگی منفی و معناداری وجود دارد. علاوه بر این، همجوشی شناختی، بریدگی، طرد و گوش‌به‌زنگی بیش از حد، ۴۶ درصد از واریانس تعارض زناشویی را پیش‌بینی کردند. با توجه به نتایج پژوهش می‌توان گفت همجوشی شناختی، ذهن آگاهی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه در تعارض زناشویی نقش دارند و باید به آنها توجه جدی شود.

مقدمه

به‌ویژه در زنان و موجب عدم توانایی در پاسخ‌گویی مناسب جهت حل اختلاف میان آنها می‌شود (روئج و همکاران، ۲۰۲۱). با توجه به نقش مهم تعارض زناشویی در کیفیت رابطه زناشویی و بروز طلاق، پژوهشگران همواره در تلاش بوده‌اند که عوامل موثر بر تعارض زناشویی را مورد شناسایی قرار دهند. یکی از متغیرهایی که در زمینه تعارض زناشویی در زنان می‌تواند مورد توجه قرار داد، همجوشی شناختی^۲ است.

منظور از همجوشی شناختی این است که فرد به گونه‌ای تحت تاثیر افکارش قرار گیرد که گویی کاملاً واقعی هستند و این امر موجب

تعارض زناشویی^۱ یکی از چالش‌های زندگی مشترک است که در صورت عدم مدیریت زوجین، می‌تواند پیامدهای جدی برای نهاد خانواده در بر داشته باشد. وقتی خانواده با شکست مواجه می‌شود، به تدریج احساس رضایت اعضا کاهش می‌یابد و این کاهش تدریجی رضایت، در نهایت می‌تواند به جدایی و اتفاقی به نام طلاق منجر شود. تعارض زناشویی و آشفتگی رابطه را می‌توان به‌عنوان نارضایتی حداقل یکی از زوجها نسبت به رابطه تعریف نمود که به سرعت افزایش می‌یابد (پاپ، ۲۰۱۸). پژوهش‌های مختلف نشان داده‌اند که تعارض زناشویی منجر به از بین رفتن صمیمیت و جدایی عاطفی زوجها،

² cognitive fusion

¹ marital conflict

جانوفسکی و همکاران (۲۰۲۰)، در پژوهش خود مروری تحلیلی بر بررسی رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و مشکلات بین‌فردی انجام دادند. بررسی‌های سیستماتیک در ۴۹ مطالعه تجربی در این مورد، نشان داد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه ارتباط متوسطی با روابط بین‌فردی دارند. به طور کلی، شواهدی موجود بود که از تاثیر علی طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر مشکلات بین‌فردی حمایت می‌کرد.

در سال‌های اخیر افزایش روزافزون تعارض زناشویی و پیامدهای آن بر ساختار جامعه و فقدان تعهد و سازگاری در زوجها، اهمیت بررسی روابط زوجها را برجسته‌تر ساخته است. ثبات و سازگاری، از سازه‌های مهم زندگی هستند و تاثیر عمیقی بر کیفیت دوام سیستم خانواده دارند. فقدان این متغیرها، عملکرد سیستم خانواده را به شکل نامطلوبی تحت تاثیر قرار می‌دهد. همچنین، ایجاد هرگونه مشکل در خانواده، می‌تواند مانعی در رشد و تعالی جامعه باشد. رسیدن به تبیین جامع‌تری از نگرش به تعارض زناشویی، مستلزم دره‌بینی ارتباط درونی متغیرهای شناخته شده در این زمینه است. به گونه‌ای که بتوان ضمن شناسایی روابط بین این متغیرها، شناخت بهتری از شکل‌گیری روند رسیدن زوجها به تعارض به دست آورد که به آن در پژوهش‌های پیشین کمتر پرداخته شده است.

نظر به این که همجوشی شناختی، ذهن‌آگاهی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه از متغیرهای بسیار مهم در زمینه بهبود کیفیت زندگی زناشویی و از متغیرهای پیش‌بینی‌کننده تداوم و ماندگاری رابطه زناشویی هستند، این موضوع دارای اهمیت است و ضروری است که متغیرهای مهم و تاثیرگذار بر صمیمیت زناشویی مورد بررسی قرار گیرند. بنابراین، پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین همجوشی شناختی، ذهن‌آگاهی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه با تعارض زناشویی انجام شد.

روش

طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان

با توجه به موضوع این مطالعه، مبنی بر رابطه همجوشی شناختی، ذهن‌آگاهی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه با تعارض زناشویی، پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری در این پژوهش متشکل بودند از زنان دارای تعارض زناشویی که در فاصله زمانی مهر ماه تا آبان ماه ۱۴۰۱ از دادگاه‌های خانواده شهر تهران به مراکز مشاوره زوج‌درمانی مناطق ۲، ۴ و ۷ تهران معرفی شده بودند. در این راستا، ۱۸۰ نفر به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند.

شود رفتار و تجربه، بر دیگر منابع تنظیم رفتاری، حاکم شوند و فرد نسبت به نتایج مستقیم، حساسیت کمتری پیدا کند (فرناندز رودریگز و همکاران، ۲۰۲۲). نتایج پژوهش عیسی‌زادگان و دوست‌علی‌زاده (۲۰۲۰) بر انعطاف‌پذیری شناختی^۱، همجوشی شناختی و گسلس شناختی در زنان و مردان متقاضی طلاق، نشان داد که تفاوت معناداری بین انعطاف‌پذیری شناختی در دو جنس مخالف وجود دارد. ساینر الوی کادلی و همکاران (۲۰۱۸)، در پژوهشی به بررسی روابط میان هویت، همجوشی شناختی و سازگاری زناشویی پرداختند. نتایج نشان داد که سبک هویت اطلاعاتی و همجوشی شناختی به صورت منفی با سازگاری زناشویی در ارتباط است.

یکی از متغیرهای تاثیرگذار بر رضایت یا تعارض زناشویی، ذهن‌آگاهی^۲ است. ذهن‌آگاهی، تعمقی غیر عمد بر روی وقایع حاضر و جاری است و به عنوان نوعی آگاهی پذیرا و عاری از قضاوت از آنچه اکنون در حال وقوع است، تعریف می‌شود (رایان و براون، ۲۰۰۳). اساس ذهن‌آگاهی از تمرین‌های مراقبه بودائیسیم گرفته شده است که ظرفیت توجه و آگاهی پیگیر و هوشمندانه را افزایش می‌دهد. به طوری که، افکار و رفتارهایی که قبلاً ناهشیار یا خودکار بودند، تبدیل به پدیده‌هایی قابل مشاهده می‌شوند که در بدن یا ذهن خود فرد، در حال وقوع هستند (کلهر و همکاران، ۲۰۲۰). مندل و لپ^۳ (۲۰۲۲) پژوهشی با هدف اهمیت ذهن‌آگاهی در کیفیت روابط و راهبردهای حل تعارض در روابط زوجین انجام دادند. نتایج نشان داد که ذهن‌آگاهی در کیفیت رابطه و راهبردهای حل تعارض بسیار مهم است. همچنین، در میان مولفه‌های ذهن‌آگاهی، توانایی عمل همراه با هوشیاری، در کیفیت رابطه نقش مهم‌تری دارد.

از دیگر متغیرهای مهم در بستر روابط زناشویی، طرحواره‌های ناسازگار اولیه^۴ است. در واقع، یکی از موضوع‌هایی که باعث تعارض دائمی در فضای خانواده می‌شود، طرحواره‌های ناسازگار اولیه هستند. بر اساس پژوهش‌های انجام شده، طرحواره‌ها در حیطه‌های مختلف زندگی تاثیر می‌گذارند و یکی از این حیطه‌ها، حیطه روابط زناشویی است. طرحواره‌های ناسازگار اولیه، به ریشه باورهای منفی عمیق در مورد خود، دیگران و جهان اشاره دارند که ممکن است طی سال‌های اولیه زندگی شکل گرفته باشند (ویرگیل زیگلر هیل و همکاران، ۲۰۱۱). پژوهش امامی و همکاران (۲۰۲۱)، بر روی زنان متاهل دارای تعارض، در ارتباط با مدل‌سازی معادلات ساختاری رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کیفیت زناشویی با میانجی‌گری راهبردهای حل تعارض انجام شد. بر اساس یافته‌های پژوهش، می‌توان گفت که طرحواره‌های ناسازگار اولیه به واسطه راهبردهای حل تعارض سازنده و غیرسازنده بر کیفیت زناشویی متاهل‌ها تاثیر دارند.

³ Mandal & Lip

⁴ early maladaptive schemas

¹ cognitive flexibility

² mindfulness

و نمرات پایین نشان‌دهنده همجوشی شناختی پایین‌تر هستند. زارع (۲۰۱۴)، جهت هنجاریابی پرسشنامه مذکور، ۳۷۹ نفر از دانشجویان دانشگاه‌های پیام‌نور و سنتی را مورد آزمون قرار داد. نتایج حاکی از این بود که این پرسشنامه از روایی و پایایی مطلوبی برخوردار است؛ به نحوی که، ضریب آلفای کرونباخ برای دو خرده‌مقیاس همجوشی و گسلس به ترتیب برابر با ۰/۷۶ و ۰/۸۵ به‌دست آمد و ضریب پایایی بازآزمایی با فاصله ۵ هفته به ترتیب برابر با ۰/۸۶ و ۰/۸۰ گزارش شد. همچنین، ضریب همبستگی با مقیاس تعهد و پذیرش و مقیاس ذهن‌آگاهی ساوتمتون به ترتیب برابر با ۰/۷۲ و ۰/۷۰ به‌دست آمد. در این پژوهش، ضریب آلفای کرونباخ برای دو خرده‌مقیاس فوق به ترتیب برابر با ۰/۶۶ و ۰/۷۴ محاسبه شد.

پرسشنامه ذهن‌آگاهی: این پرسشنامه توسط بائر و همکاران (۲۰۰۶) طراحی شد و دارای ۳۹ عبارت و ۵ خرده‌مقیاس است که شامل مشاهده (مشمول بر توجه به محرک‌های بیرونی و درونی؛ مانند مشاهده احساس‌ها، شناخت، هیجان، صداها و بوها) و عمل همراه با هوشیاری (انجام کاری با حضور کامل در لحظه) است. یکی از سوال‌های آن به این صورت است که آیا در پیدا کردن کلمه‌ها برای بیان احساساتم خوب عمل می‌کنم یا خیر. این پرسشنامه بر اساس مقیاس طیف لیکرت پنج درجه‌ای (از هرگز=۱ تا همیشه=۵) نمره‌گذاری می‌شود. نمره کل بین ۳۹ تا ۱۹۵ متغیر است. نمرات بالا نشان‌دهنده ذهن‌آگاهی بالاتر و نمرات پایین نشان‌دهنده ذهن‌آگاهی پایین‌تر هستند. بائر و همکاران (۲۰۰۶) نشان دادند که این مقیاس از همسانی درونی بالایی برخوردار است (بین ۰/۷۵ تا ۰/۹۰). امامی و همکاران (۲۰۲۱)، ضریب بازآزمایی زیرمقیاس‌های فوق را بین ۰/۵۷ تا ۰/۸۴ به‌دست آوردند. بین پرسشنامه ذهن‌آگاهی و پنج عامل شخصیت و نیز مولفه‌های بهزیستی روانی، نشانه‌های روان‌شناختی و هوش هیجانی، در برخی موارد همبستگی‌های مثبت و در برخی دیگر همبستگی‌های منفی مشاهده شد. به عبارت دیگر، بین پنج عامل شخصیت و پنج وجه ذهن‌آگاهی، به استثنای عامل روان‌رنجورخویی، همبستگی مثبت و معناداری یافت شد. همچنین، بین تمام ابعاد بهزیستی روان‌شناختی و پنج وجه ذهن‌آگاهی همبستگی‌های مثبت مشاهده شد؛ درحالی‌که، بین پنج وجه ذهن‌آگاهی با تمامی نشانه‌های اختلال‌های وارسی شده در SCL-25 همبستگی‌های منفی مشاهده شد. علاوه بر این، ضرایب آلفای کرونباخ بین ۰/۵۵ تا ۰/۸۳ محاسبه شد. در پژوهش حاضر نیز، ضرایب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌ها به ترتیب برابر با ۰/۶۱، ۰/۶۸، ۰/۵۴، ۰/۵۸ و ۰/۷۲ محاسبه شد.

پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه: این پرسشنامه خودگزارش‌دهی توسط یانگ (۱۹۹۵) با ۷۵ سوال ساخته شد و به اندازه‌گیری ۱۵ طرحواره ناسازگار اولیه می‌پردازد. پرسشنامه

ملاک‌های ورود به پژوهش شامل طول مدت ازدواج حداقل پنج سال، عدم ابتلا به بیماری خاص، عدم ابتلا به اختلال‌های روان‌شناختی و دارا بودن حداقل تحصیلات دیپلم بود. ملاک خروج از پژوهش نیز شامل تکمیل پرسشنامه‌ها به صورت ناقص بود. میانگین و انحراف استاندارد سن شرکت‌کنندگان به ترتیب برابر با ۸/۸۴ و ۳۸/۳۰ بود. همچنین، میانگین و انحراف استاندارد مدت تاهل به ترتیب برابر با ۸/۲۱ و ۱۰/۷۹ بود.

ابزار سنجش

پرسشنامه تعارض زناشویی: پرسشنامه تعارض زناشویی یک ابزار ۴۲ سوالی است که برای سنجیدن تعارض‌های میان زن و شوهر و بر مبنای تجربه‌های بالینی ثنایی (۲۰۰۰) ساخته شد. در این پرسشنامه هشت عامل حاصل از تعارض‌ها شامل کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش‌های هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزندان، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان، جدا کردن امور مالی از یکدیگر و کاهش ارتباط موثر سنجیده می‌شوند. برای مثال، یکی از سوال‌های آن به این صورت است که آیا شما و همسرتان حساب‌های مالی جداگانه‌ای دارید؟ سوال‌ها با استفاده از مقیاس پنج درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شوند و نمره کل می‌تواند بین ۴۲ تا ۲۱۰ متغیر باشد. نمرات بالا نشان‌دهنده تعارض زناشویی بالاتر و نمرات پایین نشان‌دهنده تعارض زناشویی پایین‌تر هستند. آلفای کرونباخ روی یک گروه ۷۰ نفری برای کل پرسشنامه برابر با ۰/۹۶ و برای هشت خرده‌مقیاس به ترتیب برابر با ۰/۸۱، ۰/۶۱، ۰/۷۰، ۰/۳۳، ۰/۸۶، ۰/۸۹، ۰/۷۱ و ۰/۶۹ به‌دست آمد (ثنایی، ۲۰۰۰). برای بررسی روایی همگرای پرسشنامه از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد و ضریب همبستگی پرسشنامه تعارض زناشویی با پرسشنامه تمایز یافتگی اسکورن و اشمیت ۰/۴۳- و با پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ ۰/۵۶- به‌دست آمد (کاظمیان و همکاران، ۲۰۱۸). همچنین، در پژوهش حاضر، ضرایب آلفای کرونباخ برای هشت خرده‌مقیاس پرسشنامه به ترتیب برابر با ۰/۶۸، ۰/۵۹، ۰/۶۵، ۰/۵۶، ۰/۷۶، ۰/۸۱، ۰/۶۱ و ۰/۶۳ محاسبه شد.

پرسشنامه همجوشی شناختی: این پرسشنامه را گیلاندرز و همکاران (۲۰۱۰)؛ به نقل از زارع، (۲۰۱۴) با هدف بررسی همجوشی شناختی افراد ارائه داده‌اند که دارای ۱۲ سوال و دو زیرمقیاس همجوشی و گسلس است. در یکی از سوال‌های آن، این پرسش مطرح می‌شود که آیا حتی وقتی افکار ناراحت‌کننده به سراغم می‌آیند می‌دانم که این افکار در نهایت بی‌اهمیت می‌شوند یا خیر. سوال‌ها با استفاده از مقیاس هفت درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شوند. نمره کل بین ۱۲ تا ۸۴ متغیر است. نمرات بالا نشان‌دهنده همجوشی شناختی بالاتر

خانواده شهر تهران به مراکز مشاوره زوج‌درمانی معرفی شده بودند، با شرایطی که حداقل یک سال از ازدواج آن‌ها گذشته باشد و با اطمینان دادن نسبت به محرمانگی اطلاعات و جلب رضایت برای شرکت در پژوهش، انتخاب شدند. با توجه به همکاری مراکز مشاوره و کنترل پرسشنامه‌ها توسط پژوهشگر، پرسشنامه ناقصی در طول اجرای پژوهش مشاهده نشد. پرسشنامه‌ها از مهر ماه تا آبان ماه ۱۴۰۱ در مراکز مشاوره اجرا شدند. مدت زمان پاسخگویی به سوالات پرسشنامه‌ها تقریباً ۴۵ دقیقه بود. داده‌های جمع‌آوری شده توسط نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ به‌وسیله آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون گام‌به‌گام مورد ارزیابی قرار گرفتند.

نتایج

در جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش ارائه شده است. برای بررسی نرمال بودن توزیع متغیرهای پژوهش، از دو شاخص کجی و کشیدگی استفاده شد. بر اساس نتایج جدول ۱، تمامی خرده‌مقیاس‌های مورد مطالعه از لحاظ کجی و کشیدگی کمتر از ۲ بودند؛ بنابراین، توزیع تمامی متغیرهای پژوهش نرمال است. علاوه بر این، الگوی روابط متغیرها با ماتریس همبستگی پیرسون و تفکیکی ارائه شد. بر اساس نتایج حاصل که در جدول ۱ گزارش شده است، بین تعارض زناشویی با همجوشی (۰/۵۱)، بریدگی و طرد (۰/۴۷)، عملکرد مختل (۰/۲۷)، محدودیت‌های مختل (۰/۵۳)، دیگرجهت‌مندی (۰/۵۳) و گوش‌به‌زنگی بیش از حد (۰/۳۹) در سطح ۰/۰۱ همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین، بین تعارض زناشویی با گسلس (۰/۲۸) و ذهن‌آگاهی (۰/۳۲) در سطح ۰/۰۱ همبستگی منفی و معناداری وجود دارد.

طرحواره‌های ناسازگار اولیه، پنج حوزه بریدگی و طرد^۱، خودمختاری و عملکرد مختل^۲، محدودیت‌های مختل^۳، دیگرجهت‌مندی^۴ و گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری^۵ را در بر می‌گیرد. در یکی از سوال‌های آن، این پرسش مطرح می‌شود که آیا اغلب کسی را داشته‌ام که از من حمایت کند، حرف‌هایم را با او بزبانه و عمیقاً نگران اتفاق‌هایی باشد که برایم می‌افتد یا خیر. هر طرحواره دارای پنج سوال است که در مقیاس طیف لیکرت ۶ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود (از کاملاً غلط=۱ تا کاملاً درست=۶). نمره کل بین ۷۵ تا ۴۵۰ متغیر است. نمرات بالا نشان‌دهنده طرحواره‌های ناسازگار اولیه بالاتر و نمرات پایین نشان‌دهنده طرحواره‌های ناسازگار اولیه پایین‌تر است. ضریب آلفای کرونباخ از ۰/۸۳ تا ۰/۹۶ برای هر طرحواره به‌دست آمد و همچنین، ضریب بازآزمایی در جمعیت غیربالینی بین ۰/۵۰ تا ۰/۸۲ گزارش شد. آهی و همکاران (۲۰۰۷) در پژوهشی، ضرایب آلفای کرونباخ را از ۰/۷۲ تا ۰/۹۰ به‌دست آوردند و نتایج پایایی، بازآزمایی ۰/۶۹ تا ۰/۸۳ برای طرحواره‌ها را نشان داد. همچنین، میزان روایی زیرمقیاس‌های نسخه کوتاه پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه یانگ با خرده‌مقیاس‌های آزمون فهرست تجدیدنظرشده ۲۵ سوالی نشانگان مرضی که نجاریان و داودی (۲۰۰۱) اعتباریابی کردند، در دامنه ۰/۰۹ تا ۰/۴۹ بود. در پژوهش حاضر نیز، ضرایب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌های فوق به‌ترتیب برابر با ۰/۶۹، ۰/۶۳، ۰/۶۶، ۰/۷۸ و ۰/۷۱ محاسبه شد.

شیوه اجرا

ابتدا، از بین مناطق تهران، سه منطقه ۲، ۴ و ۷ به‌صورت تصادفی انتخاب شدند. سپس، شرکت‌کنندگان به‌صورت نمونه‌گیری در دسترس از بین زنان دارای تعارض زناشویی که از دادگاه‌های

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی و ضرایب همبستگی پیرسون متغیرهای پژوهش

متغیر	M	SD	کجی	کشیدگی	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱- همجوشی	۲۸/۲۸	۴/۹۷	۰/۱۵	-۰/۲۴	۱							
۲- گسلس	۱۱/۸۶	۲/۳۰	-۰/۴۵	-۰/۱۱	-۰/۵۸**	۱						
۳- ذهن‌آگاهی	۹۱/۷۸	۲۶/۶۳	-۰/۰۲	-۱/۶۸	-۰/۳۸**	۰/۵۳**	۱					
۴- بریدگی و طرد	۳۷/۴۳	۱۲/۷۹	-۰/۰۱	-۱/۶۲	-۰/۴۲**	-۰/۳۴**	-۰/۲۹**	۱				
۵- عملکرد مختل	۲۴/۱۲	۴/۶۴	-۰/۰۹	-۰/۵۱	-۰/۳۵**	-۰/۲۷**	-۰/۲۴**	-۰/۵۶**	۱			
۶- محدودیت‌های مختل	۲۴/۳۰	۴/۷۲	-۰/۰۹	۰/۲۹	-۰/۲۴**	-۰/۳۳**	-۰/۳۳**	۰/۶۱**	۰/۵۵**	۱		
۷- دیگرجهت‌مندی	۲۳/۷۶	۴/۸۸	۰/۴۲	۰/۵۱	-۰/۳۲**	-۰/۳۱**	-۰/۲۷**	۰/۴۸**	۰/۶۴**	۰/۶۱**	۱	
۸- گوش‌به‌زنگی بیش از حد	۲۸/۵۸	۷/۷۲	۰/۶۳	-۰/۵۱	-۰/۳۷**	-۰/۳۰**	-۰/۳۵**	۰/۵۳**	۰/۴۹**	۰/۵۶**	۰/۶۲**	۱
۹- تعارض زناشویی	۹۸/۳۴	۲۳/۷۹	-۰/۰۲	۰/۵۸	-۰/۵۱**	-۰/۲۸**	-۰/۳۲**	۰/۴۷**	۰/۲۷**	۰/۵۳**	۰/۵۳**	۰/۳۹**

⁴ other-directedness

⁵ overvigilanc and inhibition

¹ disconnection and rejection and overvigilanc

² impaired autonomy and performance

³ impaired limits

تعارض زناشویی را تبیین کنند. در گام نخست، R^2 تعدیل‌شده $(۰/۲۶۲)$ ، $F_{(۱,۱۷۸)}=۲۸۶/۰۵$ و $p<۰/۰۰۱$ در گام دوم، R^2 تعدیل‌شده $(۰/۴۱۸)$ ، $F_{(۱,۱۷۸)}=۱۵۴/۱۳$ و $p<۰/۰۰۱$ و در گام سوم، R^2 تعدیل‌شده $(۰/۴۶۰)$ ، $F_{(۱,۱۷۸)}=۶۸/۷۴$ و $p>۰/۰۰۱$ به دست آمد. در ادامه، به منظور بررسی این که کدامیک از متغیرهای همجوشی شناختی، ذهن‌آگاهی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه پیش‌بینی‌کننده قوی‌تری برای پیش‌بینی تعارض زناشویی هستند، از ضرایب رگرسیون گام‌به‌گام استفاده شد که نتایج آن در جدول ۲ ارائه شده است. بر اساس نتایج جدول ۲، همجوشی شناختی با ضریب بتای $۰/۶۵$ ، بریدگی و طرد با ضریب بتای $۰/۵۴$ و گوش‌به‌زنگی بیش از حد با ضریب بتای $۰/۳۷$ در تعارض زناشویی تاثیر داشتند. همچنین، بین همبستگی نیمه‌تفکیکی تعارض زناشویی با همجوشی شناختی $(۰/۳۸)$ ، بریدگی و طرد $(۰/۳۵)$ و گوش‌به‌زنگی بیش از حد $(۰/۲۸)$ در سطح $۰/۰۱$ همبستگی مثبت و معناداری وجود داشت. در نهایت، پس از کنترل متغیرهای تحصیلات، مدت تاهل و سن، همچنان همبستگی‌ها معنادار بودند؛ بنابراین، رابطه‌ها واقعی هستند.

جدول ۲. نتایج ضرایب رگرسیون برای پیش‌بینی تعارض زناشویی بر اساس متغیرهای پیش‌بین

گام	متغیرهای پیش‌بین	B	Beta	t	Sig	همبستگی نیمه‌تفکیکی
۱	مقدار ثابت	۳۱/۶۴		۲۵/۳۵	<۰/۰۰۱	
	همجوشی	-۰/۸۷	۰/۶۵	۱۳/۶۳	<۰/۰۰۱	۰/۳۸**
	مقدار ثابت	۲۲/۸۱		۱۷/۰۷	<۰/۰۰۱	
۲	همجوشی	-۰/۶۱	۰/۵۸	۸/۷۸	<۰/۰۰۱	
	بریدگی و طرد	-۰/۶۹	۰/۵۴	۷/۹۴	<۰/۰۰۱	۰/۳۵**
	مقدار ثابت	۱۹/۴۶		۱۴/۱۸	<۰/۰۰۱	
۳	همجوشی	-۰/۵۶	۰/۵۱	۵/۳۱	<۰/۰۰۱	
	بریدگی و طرد	-۰/۵۸	۰/۴۶	۴/۹۵	<۰/۰۰۱	
	گوش‌به‌زنگی بیش از حد	-۰/۴۳	۰/۳۷	۴/۲۸	<۰/۰۰۱	۰/۲۸**

بحث

همکاران (۲۰۲۱)، سایننت الوی کادلی و همکاران (۲۰۱۸)، مندل و لیب (۲۰۲۲) و جانوفسکی و همکاران (۲۰۲۰) همسو بود. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت به باور هایز (۲۰۰۴)، پذیرش افکار به‌عنوان افکار، احساس‌ها به‌عنوان احساس‌ها و هیجان‌ها همان‌گونه که هستند، نه بیشتر و نه کمتر، منجر به تضعیف همجوشی‌های شناختی می‌شود. همچنین، پذیرش رویدادهای درونی، هنگامی که شخص در جدال با پریشانی‌ها و آشفتگی‌های خود نیست، به وی اجازه گسترش خزانه رفتاری‌اش را می‌دهد. در این صورت، فرد می‌تواند از زمانی که بدین ترتیب به دست می‌آورد، برای انجام

برای بررسی فرضیه پژوهش، مبنی بر این که آیا همجوشی شناختی، ذهن‌آگاهی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه، تعارض زناشویی را پیش‌بینی می‌کنند یا خیر، از آزمون رگرسیون گام‌به‌گام استفاده شد؛ زیرا، در این مطالعه ترتیب ورود متغیرها مهم بود. پیش از انجام آزمون، پیش‌فرض‌های آن مورد بررسی قرار گرفتند. نتایج آزمون کولموگروف اسمیرنوف جهت بررسی توزیع نرمال داده‌ها، برای تمامی متغیرها بزرگ‌تر از $۰/۰۵$ بود؛ که نشان‌دهنده نرمال بودن توزیع داده‌های مربوط به این متغیرها است. همچنین، نتایج آزمون دوربین واتسون ($۱/۷۳$) جهت بررسی استقلال خطاها، آزمون شاخص تحمل در دامنه $۰/۲۱$ تا $۰/۹۲$ و عامل تورم واریانس در دامنه $۱/۰۹$ تا $۲/۶۶$ جهت بررسی هم‌خطی، نشان‌دهنده رعایت این مفروضه‌ها است. به طور کلی، استفاده از آزمون رگرسیون گام‌به‌گام مانعی نداشت. بنابراین، جهت بررسی نقش همجوشی شناختی، ذهن‌آگاهی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه در پیش‌بینی تعارض زناشویی، از آزمون رگرسیون گام‌به‌گام استفاده شد. نتایج نشان داد که سه متغیر پیش‌بین همجوشی شناختی، بریدگی و طرد و گوش‌به‌زنگی بیش از حد، به‌صورت مشترک می‌توانند ۴۶ درصد از واریانس متغیر ملاک، یعنی

هدف مطالعه حاضر، بررسی رابطه بین همجوشی شناختی، ذهن‌آگاهی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه با تعارض زناشویی بود. نتایج تحلیل داده‌ها نشان داد که بین گسلس و ذهن‌آگاهی با تعارض زناشویی همبستگی منفی و معناداری وجود دارد. همچنین، بین همجوشی شناختی و تمامی طرحواره‌های ناسازگار اولیه همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد. علاوه بر این، سه متغیر همجوشی شناختی، بریدگی و طرد و گوش‌به‌زنگی بیش از حد به‌طور معناداری قدرت پیش‌بینی‌کنندگی تعارض زناشویی را داشتند. این یافته‌ها با نتایج پژوهش عیسی‌زادگان و دوست‌علی‌زاده (۲۰۲۰)، امامی و

باشند و همیشه دل‌نگران از دست دادن همسر، رها شدن و مورد سوءاستفاده قرار گرفتن هستند؛ در نتیجه، تعارض زناشویی بالاتری را تجربه خواهند کرد.

علاوه بر این، افرادی که طرحواره‌هایشان در حوزه گوش‌به‌زنگی بیش از حد قرار دارد، ممکن است استانداردهای سطح بالایی را برای خود، همسر و زندگی زناشویی‌شان تعیین نمایند و در تلاش برای دستیابی به این هدف‌ها و استانداردها، به خود و همسرشان فشار بیاورند. در نتیجه، این امر منجر به دامن زده شدن بیشتر به تعارض زناشویی می‌شود و تنش‌هایی را بین زوج‌ها به وجود می‌آورد که در درازمدت این تنش‌ها و تعارض‌های بی‌پایان، می‌تواند تیشه به ریشه روابط زناشویی بزند و از میزان رضایت زناشویی دو طرف بکاهد و در نهایت، صمیمیت هیجانی کمتری را تجربه خواهند کرد.

با توجه به یافته‌های مطالعه حاضر و این نکته که همجوشی شناختی، ذهن‌آگاهی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه در شکل‌گیری انتظارات و باورهای افراد درباره روابط صمیمی، نقش مهمی ایفا می‌کنند؛ امید به زندگی نیز، رابطه نزدیکی با رضایت خانوادگی و رضایت از زندگی دارد. به نظر می‌رسد جهت ارتقاء بهداشت روان افراد، باید توجه خاصی به خانواده، که اولین منبع شکل‌گیری شخصیت و باورهای فرد درباره خود، دیگران و دنیا است، مبذول داشت. به طور کلی یافته‌های پژوهش حاضر در سطح نظری می‌تواند با شناخت بهتر عوامل موثر بر تعارض زناشویی، به گسترش دانش، مفاهیم و مدل‌های موجود در این زمینه کمک کند و راهگشای پژوهش‌های جدیدتر به‌منظور گسترش دانش روان‌شناختی باشد. در سطح عملی نیز، یافته‌های پژوهش حاضر می‌تواند دیدگاهی امیدبخش و پیشگیرانه نسبت به معضل طلاق بدهد و مبنای تجربی مناسبی برای تدوین برنامه‌های پیشگیرانه به حساب آید.

از جمله محدودیت‌های این مطالعه می‌توان به نمونه در دسترس اشاره کرد و این‌که پژوهش فقط بر روی زنان انجام شده است. پیشنهاد می‌شود در مطالعه‌های آینده، مردان هم در نمونه مشارکت داشته باشند و از نمونه‌گیری تصادفی استفاده شود. با توجه به نتایج پژوهش، مشاوران و روان‌شناسان در مشاوره‌های پیش از ازدواج، شاخص‌های روان‌شناختی به‌ویژه ذهن‌آگاهی، طرحواره‌های ناسازگار اولیه و وجود نارسایی‌های هیجانی را در زوج‌ها مورد بررسی قرار دهند. به امید این‌که بتوان در آینده از بروز مشکل‌های زناشویی پیشگیری به عمل آورد و بر میزان صمیمیت زناشویی افزود.

فعالیت‌های ارزشمند خود استفاده کند و خود را به یک زندگی ارزشمند و هدفمند متعهد سازد. در نهایت، یکی از ابعاد مهم کیفیت زندگی، یعنی بعد معنوی، نیز بهبود می‌یابد. گیلاندرز و همکاران (۲۰۱۵) با بررسی شناخت‌های معیوب، همجوشی شناختی و اجتناب در پیش‌بینی پریشانی و کیفیت زندگی، نشان دادند که همجوشی شناختی، قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده کیفیت زندگی است و اگر این شاخص در زندگی زناشویی مطلوب باشد، میزان تعارض زناشویی کاهش می‌یابد. ذهن‌آگاهی به‌دلیل ساختار شناختی و در عین حال انعطاف‌پذیر و غیرقضاوتی که دارد، نه تنها توانایی لازم برای تبیین عمیق رابطه شناخت و هیجان را دارد، بلکه ابعاد جدیدی از پیوند بین ذهن و بدن را نشان می‌دهد (بابایی نادینلویی و همکاران، ۲۰۱۷). همچنین، یافته‌های پژوهشی نشان دادند که چنانچه افراد در حالت ذهن‌آگاهی مطلوبی قرار گیرند، به‌واسطه افزایش ظرفیت‌های پذیرش افکار و عواطف، دیگر فرصت زیادی برای جذب افکار و نگرش‌های منفی و ناکارآمد نخواهند داشت و از این طریق پردازش‌های هیجانی و نگرش‌های ناکارآمد آنان کاهش می‌یابد (بریتون و همکاران، ۲۰۱۲؛ به نقل از بابایی نادینلویی و همکاران، ۲۰۱۷).

در تبیین رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با تعارض زناشویی، می‌توان گفت طرحواره‌های ناسازگار اولیه به‌صورت مستقیم منجر به اختلال خاصی نمی‌شوند؛ اما، آسیب‌پذیری فرد را در برابر اختلال‌ها افزایش می‌دهند. در نتیجه، پرورش در محیط تنش‌زا و نامناسب، موجب عدم توانایی فرد در تنظیم هیجان‌ها و در نهایت، پریشانی روان‌شناختی و عدم تحمل پریشانی می‌شود. این عدم تحمل پریشانی بر روی فرایندهای خودتنظیمی، ارزیابی شناختی و وضعیت جسمانی یا هیجانی پریشان‌آور تاثیر می‌گذارد. در نتیجه، فرد به‌طور دائم به‌صورت وسواس‌گونه در تلاش برای دوری از احساس‌های منفی، افکار تحریف‌شده و پریشان‌کننده خود خواهد بود (سیمونز و همکاران، ۲۰۱۸).

با توجه به این‌که دو طرحواره بریدگی و طرد و گوش‌به‌زنگی بیش از حد، به‌طور معناداری قدرت پیش‌بینی‌کنندگی تعارض زناشویی را داشتند، باید اذعان نمود افرادی که طرحواره‌هایشان در حوزه بریدگی و طرد قرار دارد، نمی‌توانند دلبستگی‌های ایمن و رضایت‌بخش با دیگران داشته باشند. چنین افرادی معتقدند که نیاز آن‌ها به ثبات، امنیت، محبت، عشق و تعلق خاطر برآورده نمی‌شود. چنین زوج‌هایی در روابط با همسر خود، دچار مشکل‌های بیشتری هستند و نمی‌توانند دلبستگی ایمنی را در رابطه با همسرشان داشته

قدردانی: پژوهشگران بر خود لازم می‌دانند که از تمامی زنانی که ما را در انجام این پژوهش یاری کردند، تقدیر و قدردانی نمایند.

تعارض منافع: در این مقاله هیچ‌گونه تعارض منافی وجود ندارد.

حامی مالی: این مقاله برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد نویسنده اول مقاله است.

Reference

- Ahi, G. H., Mohammadifar, M. A., & Besharat, M. A. (2007). Reliability and validity of Young's Schema Questionnaire short form. *Journal of Psychology and Education*, 37(3), 5-20. <https://www.noormags.ir/view/fa> [In Persian]
- Babaei Nadinluye, K., Mikaeli Manee, F., Pezeshki, H., Bafande, H., & Abdi, H. (2017). Relationship between mindfulness and meta-emotion on predicting emotional adjustment of novice nurses. *Iran Journal of Nursing*, 30(105), 11-22. <https://doi.org/10.29252/ijn.30.105.11> [In Persian]
- Baer, R. A., Smith, E. T., Hopkins, J., Krietemeyer, G., & Toney, F. (2006). Using self-report assessment methods to explore facets of mindfulness. *Assessment*, 13(1), 27-45. <https://doi.org/10.1177/1073191105283504>
- Emami, P., Ghodsi, P., Mirhashemi, M., & Abolmaali Alhoseini, K. (2021). Relationship between early maladaptive schemas and marital quality, mediated by conflict resolution strategies in married women. *Middle Eastern Journal of Disability Studies*, 11(30), 1-9. <http://jdisabilstud.org/article-1-2502-en.html> [In Persian]
- Fernández Rodríguez, C., Coto Lesmes, R., Martínez Loredó, V., & Cuesta Izquierdo, M. (2022). Psychological inflexibility, anxiety and depression: The moderating role of cognitive fusion. *Psicothema*, 34(2), 240-248.
- Gillanders, D. T., Sinclair, A. K., MacLean, M., & Jardine, K. (2015). Illness cognitions, cognitive fusion, avoidance and self-compassion as predictors of distress and quality of life in a heterogeneous sample of adults, after cancer. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 4(4), 300-311. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2015.09.002>
- Hayes, S. C. (2004). Acceptance and commitment therapy, relational frame theory, and the third wave of behavior therapy. *Behavior Therapy*, 35(4), 639-665. [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(04\)80013-3](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(04)80013-3)
- Isazadegan, A., & Dostalazadeh, S. (2020). Comparing the cognitive flexibility, cognitive fusion, cognitive defusion in male and female divorce applicants. *Scientific Journal of Nursing, Midwifery and Paramedical Faculty*, 5(4), 15-26. <http://sjnmp.muk.ac.ir/article-1-258-en.html> [In Persian]
- Janovsky, T., Rock, A. J., Thorsteinsson, E. B., Clark, G. I., & Murray, C. V. (2020). The relationship between early maladaptive schemas and interpersonal problems: A meta-analytic review. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 27(3), 408-447. <https://doi.org/10.1002/cpp.2439>
- Kalhor, A., Davoodi, H., Taghvaei, D., & Heidari, H. (2020). Effectiveness of cognitive therapy based on mindfulness on inefficient attitudes and marital burnout in women with marital conflict. *Journal of Clinical Psychology*, 12(2), 19-30. <https://doi.org/10.22075/jcp.2020.20619.192> [In Persian]
- Kazemian Moghadam, K., Mehrabizadeh Honarmand, M., & Kiamanesh, A. (2018). The causal relationship of differentiation, meaningful life, and forgiveness with marital disaffection by mediating role of marital conflict and marital satisfaction. *Psychological Models and Methods*, 9(31), 131-146. [In Persian]
- Mandal, E., & Lip, M. (2022). Mindfulness, relationship quality, and conflict resolution strategies used by partners in close relationships. *Current Issues in Personality Psychology*, 10(2), 135-146. <https://doi.org/10.5114/cipp.2021.111981>
- Papp, L. M. (2018). Topics of marital conflict in the everyday lives of empathy nest couples and their implications for conflict resolution. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 17(1), 7-24. <https://doi.org/10.1080/15332691.2017.1302377>
- Rayan, J. M. (2018). Daily marital interaction and positive affect during marital conflict among newlywed couples. *Journal of family process*, 45(2), 202-215. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2004.00024.x>
- Roesch, A. K., Warren, A., & Hill, E. (2021). The relationship between menopause and marital satisfaction in adult women. *Journal of Graduate Education Research*, 2, 47-60. <https://scholarworks.harding.edu/jger/vol2/iss1/10>
- Saint Eloi Cadely, H., Kerpelman, J. L., & Pittman, J. F. (2018). Connections among identity,

- attachment, and psychological dating aggression during adolescence. *Identity*, 18(1), 44-59. <https://doi.org/10.1080/15283488.2017.1410158>
- Sanaee, B. (2000). *Marriage and family assessment scales*. Tehran: Basat Publication. <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=2015424> [In Persian]
- Simons, R. M., Sistas, R. E., Simons, J. S., & Hansen, J. (2018). The role of distress tolerance in the relationship between cognitive schemas and alcohol problems among college students. *Addictive Behaviors*, 78(1), 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2017.10.020>
- Zeigler-Hill, V., Green, B., Arnau, R. C., Sismore, 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. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2010.07.004>
- Zare, H. (2014). Standardizing the social scale of cognitive fusion gillanders based on Bohrnstedt model. *Social Psychology Research*, 4(15), 17-28. [In Persian]

