

نقش میانجی طلاق عاطفی در رابطه بین ناگویی هیجانی و دلزدگی زناشویی

The Mediating Role of Emotional Divorce in the Relationship Between Alexithymia and Marital Burnout

Hassan Taghiyan ¹
Mohammad Golestani (Corresponding Author) ²

حسن تقیان ^۱
محمد گلستانی (نویسنده مسئول) ^۲

Abstract

The aim of this study was to examine the mediating role of emotional divorce in the relationship between alexithymia and marital burnout. This research was conducted using a descriptive-correlational method. The statistical population consisted of married men and women in 2024; accordingly, 115 couples were selected through convenience sampling and responded to the Toronto Alexithymia Scale, the Emotional Divorce Scale by Gottman and Silver, and Pines' Marital Burnout Scale. Data were analyzed using linear regression with Baron and Kenny's approach. The findings revealed that there was a positive and significant relationship between alexithymia and marital burnout, as well as between alexithymia and emotional divorce. Furthermore, a positive and significant relationship was found between emotional divorce and marital burnout. Overall, the results indicated that with an increase in alexithymia, marital burnout rises through the mediating role of emotional divorce. Consequently, emotional divorce plays a partial mediating role in the relationship between alexithymia and marital burnout.

Keywords: Emotional divorce, alexithymia, marital burnout

چکیده

هدف این پژوهش، بررسی نقش میانجی طلاق عاطفی در رابطه بین ناگویی هیجانی و دلزدگی زناشویی است. این تحقیق با روش توصیفی از نوع همبستگی انجام شده است. جامعه آماری پژوهش شامل زنان و مردان متأهل در سال ۱۴۰۳ بود؛ بدین منظور ۱۱۵ نفر از زوجین با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به مقیاس‌های ناگویی هیجانی تورنتو، مقیاس طلاق عاطفی گاتمن و سیلور و مقیاس دلزدگی زناشویی پاینز پاسخ دادند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش رگرسیون خطی با رویکرد بارون و کنی استفاده شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که بین متغیرهای ناگویی هیجانی با دلزدگی زناشویی و ناگویی هیجانی با طلاق عاطفی، ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد؛ همچنین ارتباط مثبت و معناداری بین طلاق عاطفی و دلزدگی زناشویی به دست آمد. به‌طورکلی نتایج نشان داد که با افزایش ناگویی هیجانی، دلزدگی زناشویی به واسطه نقش میانجی طلاق عاطفی افزایش می‌یابد و در نتیجه طلاق عاطفی در ارتباط بین ناگویی هیجانی و دلزدگی زناشویی نقش میانجی جزئی ایفا می‌کند.

واژه‌های کلیدی: طلاق عاطفی، ناگویی هیجانی، دلزدگی زناشویی

1. Department of Psychology, Faculty of Islamic Humanities and Social Sciences, Al-Mustafa International University, Qom, Iran
2. M.A. Student in Personality Psychology, Faculty of Islamic Humanities and Social Sciences, Al-Mustafa International University, Qom, Iran. golestany12@gmail.com

Received: 28 July 2025

Accepted: 13 October 2025

۱. گروه روان‌شناسی، مجتمع آموزش عالی علوم انسانی اسلامی، جامعه المصطفی‌العالمیه، قم، ایران.

۲. دانش‌پژوه کارشناسی ارشد روان‌شناسی شخصیت، مجتمع آموزش عالی علوم انسانی اسلامی، جامعه المصطفی‌العالمیه، قم، ایران.

golestany12@gmail.com

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۵/۷

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۷/۳۱

مقدمه

خانواده کوچک‌ترین و حیاتی‌ترین واحد ساختار جامعه است. بنیان خانواده بر پایه تعهد، وفاداری و مسئولیت‌پذیری زوجین نسبت به یکدیگر شکل می‌گیرد. از دیدگاه اسلام خانواده نهادی مقدس و بنیان جامعه‌ای سالم و پویاست. این قداست، نه تنها به جنبه‌های حقوقی و اجتماعی ازدواج بلکه به ماهیت عمیق روابط عاطفی و معنوی حاکم بر آن نیز بازمی‌گردد. قرآن کریم و احادیث ائمه اطهار (علیهم‌السلام)، بارها بر اهمیت مودت، رحمت، آرامش و صمیمیت در روابط زناشویی تأکید کرده‌اند؛ برای مثال «وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْتَكِرُونَ» (روم/۲۱). در این آیه شریفه هدف از خلقت همسر، دستیابی به «سکون» و آرامش درونی است که ریشه در پیوندی عمیق از مودت (عشق و محبت فعال) و رحمت (دلسوزی و مهربانی) دارد. این آموزه‌ها به روشنی نشان‌دهنده لزوم حفظ پایداری عاطفی و روانی خانواده به عنوان شرط بقا و بالندگی آن است.

با وجود آن، ناکامی زوج‌ها در حل اختلافات زناشویی می‌تواند به اشکال گوناگونی بروز یابد که هر یک به نوبه خود، سلامت روابط زناشویی را به خطر می‌اندازد. یکی از مهم‌ترین این چالش‌ها، پدیده دلزدگی زناشویی^۱ است که می‌تواند تهدیدی جدی برای بقای زندگی مشترک باشد (ساداتی و همکاران، ۱۳۹۳). دلزدگی زناشویی عبارت است از نبود تدریجی دلبستگی عاطفی که با کاهش توجه به همسر، بیگانگی عاطفی و افزایش احساس دلسردی و بی‌تفاوتی نسبت به او همراه می‌باشد (مازارانتانی، ۲۰۱۱). این مفهوم ایستا و ثابت نیست؛ اغلب زوج‌ها در طول زندگی مشترک، تغییرات جزئی در میزان رضایت‌مندی خود تجربه می‌کنند و همواره ناگزیرند خود را فعالانه با جنبه‌های گوناگون و متغیر فیزیکی، اجتماعی و روانی محیط زندگی‌شان سازگار کنند. دلزدگی زناشویی حالت دردناک فرسودگی جسمی، عاطفی و روانی برای افرادی است که از عشق رؤیایی خود انتظار معنا بخشی به زندگی‌شان را دارند. این حالت زمانی بروز می‌کند که آنها درمی‌یابند با وجود تلاش‌های خود، رابطه‌شان به زندگی معنادار و نخواهد داد (پاییز، ۲۰۰۴)؛ همچنین دلزدگی از پافِتادگی جسمی، روانی و عاطفی تعریف می‌شود که ناشی از عدم مطابقت بین توقعات و واقعیت‌هاست (وایت، کلین و میلر، ۲۰۰۵؛ به نقل از محمدپور و همکاران، ۱۳۹۸). از پافِتادگی روانی که به شکل کاهش خودباوری، نگرش منفی نسبت به همسر،

احساس یأس و سرخوردگی، ناکامی در مورد خود و دوست نداشتن خود مشخص می‌شود، هریک تا حد زیادی در کاهش عملکرد خانواده و مختل شدن کارکردهای آن نقش بسزایی دارد (گودرزی، ۱۳۹۲).

تحقیقات کارشناسان خانواده نشان می‌دهد که امروزه شیوع دلزدگی زناشویی روبه افزایش است، به گونه‌ای که تا ۵۰ درصد زوجین در ازدواج خود با این پدیده روبه‌رو می‌شوند (عبادت‌پور، شفیع‌آبادی و فلسفی‌نژاد، ۱۳۹۲). هنگامی که افراد با انتظارات و توقعات خاصی وارد زندگی زناشویی شده، سپس با واقعیتی متفاوت روبه‌رو می‌شوند، به تدریج دچار احساس سرخوردگی، دلخوری و درنهایت دلزدگی از رابطه زناشویی خواهند شد. این پدیده معمولاً تدریجی است و به ندرت ناگهانی اتفاق می‌افتد؛ درحقیقت عشق و صمیمیت به تدریج تحلیل می‌رود و همراه با آن، فرسودگی کلی پدید می‌آید. در بدترین حالت، دلزدگی می‌تواند به قطع و شکستن رابطه زناشویی بینجامد (پاینز، ۲۰۰۷؛ به نقل از محمدپور و همکاران، ۱۳۹۸).

یکی از عوامل مؤثر بر سطح سازگاری همسران و رشد صمیمیت بین آنان، کفایت عاطفی و هیجانی آنهاست که به تجربه احساس حمایت شدن در زوجین کمک می‌کند. همان‌طور که ابراز هیجان به غنای رابطه زناشویی می‌افزاید، ناگویی و ابراز نکردن هیجانات تأثیر منفی بر این رابطه دارد و رضایت زوجین از زندگی را کاهش می‌دهد (خواجه و خضری مقدم، ۱۳۹۵). ناگویی هیجانی^۱ یک ساختار چندوجهی و یک صفت شخصیتی است که با دشواری در شناسایی و تمایز دادن هیجان‌ها از حس‌های بدنی، مشکل در توصیف هیجان‌ها، زندگی خیالی و هیجانی درونی پایین، تفکر معطوف به بیرون و اجتناب از حل تعارضات جدی مشخص می‌شود (چالاه و آیشه، ۲۰۱۷؛ به نقل از ذاکری، صفاریان طوسی و نجات، ۱۳۹۸). افرادی که ناگویی هیجانی دارند، توان تشخیص و تمییز دادن هیجان‌های خود ندارند و نمی‌توانند افکار و احساساتشان را درک و توصیف کنند (لی و چیو^۲، ۲۰۱۰؛ به نقل از بابای خاکیان، کرمی و رشیدی، ۱۳۹۴). ناگویی هیجانی نقش مهمی در قضاوت‌های همدلانه افراد دارد؛ کسانی که ناگویی هیجانی بالایی دارند در همدلی با دیگران دچار ضعف هستند (هافمن^۳ و همکاران، ۲۰۱۶؛ به نقل از کلیبر، رضایی و محمدزاده، ۱۴۰۱).

1. alexithymia
2. Lee & Cheo
3. Hoffmann

پژوهش‌های کوردوا، جی و وارن^۱، ۲۰۰۵؛ میرجین^۲ و کوردوا، ۲۰۰۷؛ سانگیو و هیووانگ^۳، ۲۰۰۹؛ به نقل از خواجه و خضری مقدم (۱۳۹۵) نشان دادند که توانایی تشخیص و ابراز هیجان‌ها با سازگاری و رضایت زناشویی رابطه دارد. بشارت و گنجی (۱۳۹۱) و صداقتی فرد و ابراهیمی (۱۳۹۵) نیز در پژوهش‌های خود نشان دادند که ناگویی هیجانی پیش‌بینی‌کننده معناداری برای دزدگی زناشویی است؛ همچنین فتوحی و همکاران (۱۳۹۶) دریافتند که درمان مبتنی بر فراهیجان به چرخه تعامل مثبتی می‌انجامد که ویژگی آن افزایش میزان در دسترس بودن و پاسخگویی هیجانی است و این امر موجب کاهش مؤلفه‌های دزدگی زناشویی می‌شود.

گلמן^۴ (۱۹۹۵) معتقد است افرادی که توانایی درک و بیان حالت‌های هیجانی خود را ندارند در مقایسه با افرادی که چنین توانمندی را دارا هستند، سازگاری کمتری با محیط و دیگران نشان می‌دهند (علوی و همکاران، ۱۳۹۵)؛ در واقع افراد واجد ناگویی هیجانی الگوهای از تعاملات بین فردی را نشان می‌دهند که شامل فاصله‌گیری و کناره‌گیری است، به‌ویژه ناگویی هیجانی با سرد بودن و فاصله داشتن در روابط بین فردی و بازداری احساس اجتماعی در تعاملات اجتماعی همبسته می‌باشد که نشان‌دهنده تأثیر ناگویی هیجانی بر مشکلات بین فردی و اجتماعی است (کافتسیوس و هس، ۲۰۱۸؛ به نقل از ذاکری، صفاریان طوسی و نجات، ۱۳۹۸). ناگویی هیجانی با چندین ویژگی مشخص می‌شود: الف) دشواری در شناسایی احساسات و تمایز بین هیجان‌ها و احساس‌های بدنی؛ ب) دشواری در توصیف احساسات یا برقراری ارتباط با دیگران و ج) تفکر متمرکز بر بیرون (بارکر و همکاران، ۱۹۹۳؛ به نقل از بشارت، مسعودی و لواسانی، ۱۳۹۳).

طلاق عاطفی یکی از مهم‌ترین آسیب‌های پنهان در میان زوجین و حتی والدین است که می‌تواند بر خانواده و اعضای آن آثار سویی برجای گذارد. بیشتر جامعه‌شناسان آسیب‌شناسان اجتماعی بر اهمیت حیاتی خانواده در جامعه تأکید دارند؛ شاید هیچ جامعه‌ای بدون خانواده‌های سالم نتواند ادعای سلامت کند و هیچ‌یک از آسیب‌های اجتماعی بدون تأثیر از خانواده پدید نیامده باشد (ساروخانی، ۱۳۷۵: ۱۱)؛ بنابراین از آنجاکه خانواده مهم‌ترین نهاد جامعه و منشأ جامعه سالم است، وارد شدن هر آفت و زوالی به این نهاد و کارکردهای آن از امور مهم و شایسته کنکاش و تحقیقات علمی می‌باشد.

1. Cordova, Gee & Warren
2. Mirgian
3. Sangkian & Heuikwang
4. Golman

در کنار دیدگاه‌های جامعه‌شناختی و روان‌شناختی، اهمیت نهاد خانواده در معارف دینی اسلام نیز بسیار برجسته است. متون فقهی و روایی به‌طور غیرمستقیم به مفاهیمی اشاره دارند که می‌توانند با پدیده طلاق عاطفی همبستگی داشته باشند؛ برای مثال مباحثی مانند نشوز زوجین (نافرمانی از وظایف زناشویی)، ایلاء (ترک روابط زناشویی) و شقاق (اختلاف شدید) نشان‌دهنده توجه اسلام به فروپاشی عاطفی در روابط زناشویی پیش از وقوع طلاق رسمی هستند. این متون بر اصلاح روابط و حل مسالمت‌آمیز اختلافات تأکید دارند (نساء/۳۵) و طلاق را به عنوان آخرین راه حل در نظر می‌گیرند. این امر نشان‌دهنده آن است که اسلام نیز به سلامت عاطفی خانواده توجه ویژه‌ای دارد (رک: کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۳: ۱۰۳؛ حرعاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۲: ۲۴۱؛ مجیدی نظامی، ۱۴۰۰).

امروزه بیشتر ازدواج‌ها با عشق تحقق می‌یابد و هر دو طرف قصد دارند به یکدیگر و تعهدشان در مقابل هم احترام بگذارند، اما در طول زمان مسائلی پیش می‌آید که می‌تواند به جدایی یا یک زندگی مشترک بدون احساس عشق و همراهی بینجامد. برخی کارشناسان بر این باورند که فرایند طلاق در بیشتر مواقع با بروز اختلافات جزئی، تکرار آن اختلافات و جدی شدن آنها، بی‌میلی یکی از زوجین به طرف مقابل، قهرهای طولانی و تکرار آن، خستگی زوجین از قهرها و درگیری‌ها و درنهایت طلاق عاطفی و طلاق قانونی را می‌پیماید.

طلاق عاطفی دربردارنده فقدان اعتماد، احترام و محبت به یکدیگر است؛ همسران به جای حمایت از همدیگر در جهت آزار، ناکامی و تنزل عزت نفس یکدیگر عمل می‌کنند و هریک به دنبال یافتن دلیلی برای اثبات عیب، کوتاهی و طرد دیگری هستند (لاورلارو^۱، ۲۰۰۷: ۳۵۱؛ به نقل از باستانی، گلزاری و روشنی، ۱۳۸۹). این پدیده فاصله عاطفی مشخص و آشکار میان همسرانی است که هردو ناپخته هستند (گلدنبرگ و گلدنبرگ^۲، ۱۳۸۷: ۴۱۶). بوهانان (۱۹۷۰) طلاق عاطفی را نخستین مرحله در فرایند طلاق و بیانگر رابطه زناشویی روبه‌زوالی می‌داند که احساس بیگانگی جایگزین آن می‌شود (اولسن و دفرین، ۲۰۰۶؛ به نقل از باستانی، گلزاری و روشنی، ۱۳۸۹).

طلاق عاطفی به سردی روابط میان زن و شوهر گفته می‌شود که در آن، ضعف ارتباط احساسی و عاطفی به سردی تمام روابط یک زوج می‌انجامد. کیفیت روابط درون خانواده نقش بسزایی در شکل‌گیری نگرش‌ها و بازخوردهای اجتماعی خانواده دارد و پایه و اساس روابط درون خانواده بر محور رابطه زن و شوهر استوار است. این روابط را می‌توان براساس میزان

1. Laur & Laur

2. Goldenberg

عاطفه‌ای که در آن وجود دارد؛ از عاشقانه تا رسمی و منفعلانه تقسیم کرد که در آنها میزان عاطفه به تدریج از اوج عاطفه به یک رابطه رسمی با کمترین حس عاطفی تنزل می‌یابد (رشید و مرادی، ۱۳۹۶؛ به نقل از علیزاده نوق بهرمان، ۱۳۹۹).

طلاق عاطفی مهم‌ترین تهدید علیه بنیان خانواده است و شناخت عوامل مؤثر و متأثر از آن جزء اولویت‌ها به شمار می‌رود. متغیرهای زیادی می‌توانند در ایجاد طلاق عاطفی نقش داشته باشند که در این میان می‌توان به عوامل جسمانی و شناختی مهمی همچون ارتباط جنسی و باورهای ارتباطی اشاره کرد. یکی از مهم‌ترین عوامل خوشبختی در زندگی زناشویی و کیفیت زندگی خوب «روابط جنسی» است، زیرا رضایت بخش نبودن روابط سبب ایجاد احساس محرومیت، ناکامی و ناایمنی در همسران می‌شود (مؤمنی و آزادی فرد، ۱۳۹۵؛ به نقل از علیزاده نوق بهرمان، ۱۳۹۹). طلاق عاطفی معمولاً آسیب پنهان خانواده‌هاست که انکار می‌شود، سرمایه عاطفی زوجین تقلیل می‌یابد و چندان میلی به ترمیم آن از سوی هیچ‌یک از طرفین دیده نمی‌شود؛ در واقع برخی از ازدواج‌هایی که با طلاق پایان نمی‌یابند به ازدواج‌های توخالی تبدیل می‌شوند که فاقد عشق، مصاحبت و دوستی هستند و همسران فقط با روند زندگی خانوادگی به پیش می‌روند و زمان را سپری می‌کنند (رشید و مرادی، ۱۳۹۶؛ به نقل از علیزاده نوق بهرمان، ۱۳۹۹). مشکلی که نشانه‌های آن پیش از جدایی کامل دیده می‌شود و گاه زن و شوهر سال‌ها پیش از جدایی قانونی با این احساس درگیر هستند.

دبی‌فورد^۱ طلاق و جدایی را به شش بخش تقسیم می‌کند که یکی از آنها طلاق عاطفی است و آن را بدین‌گونه توصیف می‌کند: در این نوع طلاق، جدایی احساسی و عاطفی بین زن و شوهر اتفاق می‌افتد. هریک احساس می‌کنند فاصله عاطفی بسیاری از همسر خود دارند، همچنین احساس سرخوردگی، ناامیدی و ناکامی می‌کنند، عصبانی و از شریک خود دلخور هستند، عواطف خود را از یکدیگر دریغ می‌کنند و روی از هم برمی‌تابند؛ زیرا اعتمادشان به یکدیگر و جذابیتشان برای هم به پایان رسیده است (رشید و مرادی، ۱۳۹۶؛ به نقل از علیزاده نوق بهرمان، ۱۳۹۹). این موضوع می‌تواند مقدمه‌ای برای از بین رفتن عواطف و احساسات بین زوجین شود که طلاق عاطفی نامگذاری می‌شود؛ در آن بخشی از احساسات عاطفی از بین می‌رود و ممکن است زوجین تظاهر به دوست داشتن هم‌دیگر کنند. این وضعیت در درازمدت می‌تواند افراد را

به لحاظ روانی نیز از یکدیگر جدا سازد و تجربیات ناخوشایند روان شناختی همچون احساس پوچی، شکست و افسردگی را در پی دارد. احساس ناکامی از خطرناک‌ترین پیامدهای طلاق روانی است که طرفین را به سمت آسیب‌های گوناگون مانند خیانت، بیماری‌های روانی و حتی خودکشی می‌کشاند.

پژوهش حاضر به منظور تبیین نقش میانجی طلاق عاطفی در رابطه بین ناگوایی هیجانی و دلزدگی زناشویی طراحی شده است. این مطالعه به طور خاص در پی آن است که براساس مدل میانجی‌گری بارون و کنی^۱ (۱۹۸۶)، چگونگی تأثیر ناگوایی هیجانی بر افزایش دلزدگی زناشویی را از راه نقش واسطه‌ای طلاق عاطفی بررسی کند. برای نیل به این مهم، فرضیات زیر تدوین شده‌اند:

- فرضیه اول: بین ناگوایی هیجانی و دلزدگی زناشویی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.
- فرضیه دوم: بین ناگوایی هیجانی و طلاق عاطفی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.
- فرضیه سوم: بین طلاق عاطفی و دلزدگی زناشویی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.
- فرضیه چهارم: طلاق عاطفی در رابطه بین ناگوایی هیجانی و دلزدگی زناشویی نقش میانجی دارد.

روش

با توجه به اینکه هدف پژوهش پیش‌رو بررسی نقش میانجی طلاق عاطفی در رابطه بین ناگوایی هیجانی و دلزدگی زناشویی است، روش این پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری این تحقیق شامل کلیه زنان و مردان متأهل ساکن شهر قم در سال ۱۴۰۳ می‌باشد. از میان این جامعه، ۱۱۵ نفر با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند؛ به منظور گردآوری داده‌ها از پرسشنامه‌های استاندارد و معتبر مقیاس طلاق عاطفی گاتمن، پرسشنامه دلزدگی زناشویی و پرسشنامه ناگوایی هیجانی تورنتو (TAS-۲۰) استفاده شده است.

مقیاس طلاق عاطفی گاتمن^۲

این مقیاس از سوی گاتمن و سیلور (۱۹۹۵) تدوین شده و برای نخستین بار جزایری (۱۳۸۷) آن را در ایران ترجمه کرده، و به کار رفته است. این مقیاس ۲۴ گویه دارد که جنبه‌های مختلف زندگی

1. Baron & Kenny

2. Gottman Emotional Divorce Scale

زناشویی را می‌سنجد و پاسخ‌ها به شیوه بله یا خیر (پاسخ بله: ۱ امتیاز، پاسخ خیر: ۰ امتیاز) ارزیابی می‌شوند. حداقل و حداکثر نمره فرد در کل مقیاس به ترتیب ۰ و ۲۴ است؛ بدین صورت که نمره بین ۰ تا ۸ نشان‌دهنده احتمال جدایی ضعیف، نمره بین ۸ تا ۱۶ احتمال جدایی متوسط و نمره بالاتر از ۱۶ احتمال جدایی بالا را نشان می‌دهد؛ بنابراین نمرات بالا در این مقیاس، احتمال طلاق عاطفی بیشتر را منعکس می‌کند (گاتمن و سیلور، ۱۳۸۷). در نسخه اصلی ضریب پایایی مقیاس بالای ۰/۷۰ گزارش شده است. در نسخه ایرانی از روش آلفای کرونباخ برای تعیین ضریب پایایی استفاده شد و آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۳ به دست آمد (مامی و عسگری، ۱۳۹۳؛ به نقل از سودانی، کریمی و شیرالی‌نیا، ۱۳۹۵)؛ همچنین در پژوهش بیات مختاری (۱۳۹۲)، روایی محتوایی مقیاس مطلوب گزارش شده است.

پرسشنامه دزدگی زناشویی

این پرسشنامه یک ابزار خودسنجی می‌باشد که برای اندازه‌گیری میزان دزدگی زناشویی بین زوجین طراحی شده است. پرسشنامه ۲۱ گویه دارد که نشانگان دزدگی را در سه جزء اصلی می‌سنجد: ازپافتادن جسمی (مثل احساس خستگی، سستی و اختلال خواب)، ازپافتادن عاطفی (مثل احساس افسردگی، ناامیدی و در دام افتادن) و ازپافتادن روانی (مثل احساس بی‌ارزشی، سرخوردگی و خشم نسبت به همسر). تمام این گویه‌ها روی یک مقیاس هفت امتیازی پاسخ داده می‌شوند که سطح یک، معرف عدم تجربه عبارت موردنظر و سطح هفت، معرف تجربه زیاد عبارت موردنظر است.

ارزیابی اعتبار CBM نشان داد که همسانی درونی بین متغیرها در دامنه ۰/۸۴ و ۰/۹۰ است. روایی CBM به وسیله همبستگی‌های منفی با ویژگی‌های ارتباطی مثبت (مانند نظر مثبت در مورد ارتباط، کیفیت مکالمه، احساس امنیت، خودشکوفایی، احساس هدفمندی، کشش و جاذبه عاطفی نسبت به همسر و کیفیت رابطه جنسی آن‌ها) به تأیید رسیده است. نسخه‌های ترجمه شده CBM به طور موفقیت‌آمیزی در مطالعات بین فرهنگی در نروژ، مجارستان، مکزیک، اسپانیا، پرتغال، فنلاند و اسرائیل استفاده شده است (پاییز و نانز، ۲۰۰۳). نویدی (۱۳۸۴) در ایران آلفای کرونباخ این پرسشنامه را در نمونه ۲۴۰ نفری (۱۲۰ پرستار و ۱۲۰ معلم) ۰/۸۶ گزارش کرد. در پژوهش ادیب‌راد و ادیب‌راد (۱۳۸۴) نیز ضریب اطمینان آزمون-بازآزمون ۰/۸۹ برای یک دوره یک‌ماهه، ۰/۷۶ برای یک دوره دوماهه و ۰/۶۶ برای یک دوره چهارماهه به دست آمد. همسانی

درونی برای اغلب آزمودنی‌ها با ضریب آلفا سنجیده شد که بین ۰/۹۱ تا ۰/۹۳ بود (پایین، ۱۹۹۶).

پرسشنامه ناگویی هیجانی تورنتو (TAS-۲۰)

این پرسشنامه را بگبی، تیلور و پارکر^۱ در سال ۱۹۹۴ ساخته‌اند که یک آزمون ۲۰ سؤالی است و سه زیرمقیاس دشواری در تشخیص احساسات (شامل هفت ماده)، دشواری در توصیف احساسات (شامل پنج ماده) و تفکر عینی (شامل هشت ماده) را در مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت از نمره ۱ (کاملاً مخالف) تا نمره ۵ (کاملاً موافق) می‌سنجد. در نهایت یک نمره کل برای ناگویی هیجانی کلی محاسبه می‌شود. ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو ۲۰ در پژوهش‌های فراوان خارجی و داخلی بررسی و تأیید شده است (پارکر تیلور و بگبی، ۲۰۰۳؛ مادسین فر و مالتی ۲۰۰۴؛ قربانی و همکاران، ۲۰۰۲). در نسخه فارسی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو ۲۰، ضرایب آلفای کرونباخ برای نمره کل و سه زیرمقیاس دشواری در تشخیص احساسات و تفکر عینی به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۸۲، ۰/۷۵، ۰/۷۲ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی خوب مقیاس است (بشارت، ۱۳۸۸). پایایی بازآزمایی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو ۲۰ در یک نمونه ۶۷ نفری در دو نوبت با فاصله چهار هفته از ۰/۸۰ تا ۰/۸۷ برای ناگویی هیجانی کل و زیرمقیاس‌های مختلف تأیید شد. روایی همزمان مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو ۲۰ براساس زیرمقیاس‌های این آزمون و مقیاس‌های هوش هیجانی، بهزیستی روان‌شناختی و درماندگی روان‌شناختی بررسی و تأیید شد. نتایج همبستگی پیرسون نشان داد که بین نمره آزمودنی‌ها در مقیاس ناگویی هیجانی کل با هوش هیجانی، بهزیستی روان‌شناختی و درماندگی روان‌شناختی همبستگی معنادار وجود دارد. ضرایب همبستگی بین زیرمقیاس‌های ناگویی هیجانی و متغیرهای یادشده نیز معنادار بودند؛ همچنین نتایج تحلیل عاملی تأییدی وجود سه عامل دشواری در تشخیص احساسات، دشواری در توصیف احساسات و تفکر عینی را در نسخه فارسی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو ۲۰ گزارش کرده است.

یافته‌های پژوهش

در این بخش، نخست مشخصات جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان و سپس یافته‌های مربوط به متغیرهای پژوهش ارائه می‌شود.

مشخصات جمعیت‌شناختی

از نظر جنسیت، ۳۷/۴ درصد پاسخ‌گویان مرد و ۶۲/۶ درصد زن بودند و از نظر سنی، ۲/۱۲ درصد در بازه ۱۵ تا ۲۰ سال، ۲۰ درصد در بازه ۲۱ تا ۲۵ سال، ۲۴/۳ درصد در سن ۲۶ تا ۳۰ سال، ۳۱/۳ درصد بین ۳۱ تا ۳۵ سال، ۹/۶ درصد در بازه سنی ۳۶ تا ۴۰ سال و ۹ درصد نیز در بازه سنی ۴۱ تا ۴۵ سال قرار داشتند؛ همچنین ۷/۱ درصد از پاسخ‌گویان ۵۰ تا ۵۵ سال سن داشتند. در مورد تحصیلات نیز ۱/۶ درصد پاسخ‌گویان دارای تحصیلات حوزوی بودند، ۶۴/۳ درصد تحصیلات دیپلم یا کمتر داشتند، ۱۷/۴ درصد تا مقطع لیسانس یا سطح دو حوزه تحصیل کرده بودند. ۱۲/۲ درصد دارای تحصیلات کارشناسی ارشد یا سطح سه حوزه بودند و ۳/۵ درصد نیز تحصیلات سطح چهار حوزه یا دکترا داشتند.

آمار توصیفی و ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش

جدول ۱: آمار توصیفی و ضرایب همبستگی متغیرهای تحقیق

متغیر	میانگین	انحراف معیار	دلزدگی زناشویی	ناگویی هیجانی
دلزدگی زناشویی	۳/۳	۱/۳۸	۱	
ناگویی هیجانی	۶۱/۳	۱۱/۲۶	۰/۶۳۱**	۱
طلاق عاطفی	۹/۳	۷/۸۸	۰/۷۵۴**	۰/۴۷۸**

میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش در جدول ۱ آمده است. رابطه متغیرها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون بررسی شده و به منظور بررسی نقش میانجی طلاق عاطفی در رابطه بین ناگویی هیجانی و دلزدگی زناشویی از روش چهار مرحله‌ای بارون و کنی استفاده شده است. براساس این روش چنانچه ارتباط بین متغیر پیش‌بین (ناگویی هیجانی) و ملاک (دلزدگی زناشویی) و ارتباط بین متغیر پیش‌بین (ناگویی هیجانی) و میانجی (طلاق عاطفی) و ارتباط بین متغیر میانجی (طلاق عاطفی) و ملاک (دلزدگی زناشویی) معنادار باشد و با ورود متغیر میانجی به مدل ضریب رگرسیون متغیر پیش‌بین معنادار شود، می‌توان نقش واسطه‌ای جزئی متغیر میانجی را نتیجه گرفت. نتایج تحلیل‌ها در جدول ۲ آمده است. نتایج رگرسیون‌ها نشان می‌دهد:

گام اول: بین متغیر پیش‌بین (ناگویی هیجانی) و متغیر ملاک (دلزدگی زناشویی) رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ($B = ۰/۶۳۱$ ، $P = ۰/۰۰۰۱$). این یافته فرضیه نخست پژوهش را

تأیید می‌کند.

گام دوم: بین متغیر میانجی (طلاق عاطفی) و متغیر پیش‌بین (ناگویی هیجانی) رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ($B = 0/478, P = 0/0001$). این یافته دومین فرضیه تحقیق را تأیید می‌کند. گام سوم: بین متغیر ملاک (دلزدگی زناشویی) و متغیر میانجی (طلاق عاطفی) رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ($B = 0/754, P = 0/0001$). پس سومین فرضیه پژوهش نیز تأیید می‌شود. گام چهارم (بررسی نقش میانجی): در نهایت برای بررسی نقش میانجی طلاق عاطفی همزمان متغیرهای ناگویی هیجانی و طلاق عاطفی وارد مدل رگرسیون شدند. نتایج نشان می‌دهد که در حضور متغیر میانجی طلاق عاطفی، ضریب ناگویی هیجانی بر دلزدگی زناشویی تضعیف شده است (از $B = 0/631$ به $B = 0/351$)، اما همچنان معنادار است. در این حالت بنابر قواعد بارون و کنی، میانجی‌گری جزئی اتفاق می‌افتد؛ بنابراین چهارمین فرضیه پژوهش نیز تأیید می‌شود.

به‌طور خلاصه نتایج نشان می‌دهد که ضریب همبستگی دلزدگی زناشویی با ناگویی هیجانی و طلاق عاطفی مثبت و معنادار است؛ به عبارت دیگر افزایش نمره دلزدگی زناشویی در پاسخ‌گویان با افزایش میزان نمره طلاق عاطفی و ناگویی هیجانی همراه بوده و برعکس کسانی که نمره طلاق عاطفی و ناگویی هیجانی پایینی داشته‌اند در متغیر دلزدگی زناشویی نیز نمره پایین‌تری داشتند؛ همچنین ضریب همبستگی طلاق عاطفی و ناگویی هیجانی نیز مثبت و معنادار است؛ به عبارت دیگر کسانی که در متغیر طلاق عاطفی نمره بالایی داشتند در ناگویی هیجانی نیز از نمره بالایی برخوردارند و کسانی که در یکی از این دو متغیر مقدار پایینی داشتند در متغیر دیگر نیز نمره پایین به دست آوردند.

جدول ۲: نتایج رگرسیون‌ها برای بررسی نقش میانجی طلاق عاطفی در رابطه بین ناگویی هیجانی و دلزدگی زناشویی با استفاده از روش بارون و کنی

مدل	متغیر ملاک	متغیر(های) پیش‌بین	ضریب بتا	t	سطح معناداری
۱	دلزدگی زناشویی	ناگویی هیجانی	۰/۶۳۱	۸/۶۵۲	۰/۰۰۰۱
۲	طلاق عاطفی	ناگویی هیجانی	۰/۴۷۸	۵/۷۷۹	۰/۰۰۰۱
۳	دلزدگی زناشویی	طلاق عاطفی	۰/۷۵۴	۱۲/۲۱۲	۰/۰۰۰۱
۴	دلزدگی زناشویی	ناگویی هیجانی	۰/۳۵۱	۵/۶۳۲	۰/۰۰۰۱
		طلاق عاطفی	۰/۵۸۷	۹/۴۱۰	۰/۰۰۰۱

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش پیش‌رو با هدف بررسی نقش میانجی طلاق عاطفی در رابطه بین ناگویی هیجانی و دلزدگی زناشویی اجرا شد.

در فرضیه اول پژوهش به بررسی رابطه ناگویی هیجانی و دلزدگی زناشویی پرداخته شد. تحلیل داده‌های پژوهش گویای آن است که بین دلزدگی زناشویی و ناگویی هیجانی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و فرضیه اول تأیید می‌شود. این یافته‌ها با پژوهش‌های بسیاری در مورد اثر ناگویی هیجانی بر دلزدگی زناشویی همچون بخشی (۱۴۰۰)، میرچین و کوردوا (۲۰۰۷)، کوردوا و همکاران (۲۰۰۵)، بشارت و گنجی (۱۳۹۱) و صداقتی فرد و ابراهیمی (۱۳۹۵) همسو است.

در تبیین ارتباط بین ناگویی هیجانی و دلزدگی زناشویی می‌توان بیان کرد: ناگویی هیجانی در نتیجه فرایند بازداری خودکار اطلاعات و احساسات هیجانی به وجود می‌آید که از ویژگی‌های اصلی آن، ناتوانی در بازشناسی و توصیف کلامی هیجان‌های شخصی، ناتوانی در به‌کارگیری احساسات، ظرفیت محدود برای همدلی و خودآگاهی است؛ بنابراین فرد دارای ناگویی هیجانی با مشکلات رفتاری و روان‌شناختی روبه‌رو می‌شود و در مهارت‌های اجتماعی خود ضعف پیدا می‌کند. از این‌رو می‌توان گفت دشواری در شناسایی احساسات موجب می‌شود تا زوجین همدلی، شناخت و درک عمیقی از یکدیگر نداشته باشند و نتوانند نیازها، هیجانات و احساسات یکدیگر را بشناسند و درک کنند. شناسایی احساسات یک مهارت می‌باشد که مستلزم رفتارهای توجه‌آمیز و همدلانه است و زوجینی که این مهارت را دارا باشند در جهت ارضای نیازهای همسر و شریک خود موفق خواهند بود که این امر سبب رضایتمندی در زندگی زناشویی می‌شود (هامفریس، وود و پارکر، ۲۰۰۹؛ به نقل از بخشی، ۱۴۰۰) و ناتوانی در ابراز درست احساسات و درک احساسات همسر، به مرور زمان موجب فاصله عاطفی، سوءتفاهم و درنهایت فرسودگی و دلزدگی در رابطه زناشویی می‌شود.

در ارتباط بین ناگویی هیجانی و طلاق عاطفی، تحلیل داده‌ها گویای ارتباط معنادار و مثبتی بین این دو می‌باشد که فرضیه دوم پژوهش را تأیید می‌کند. این یافته‌ها با پژوهش‌هایی همچون دمهری و همکاران (۱۴۰۲) و امیرخسروی و همکاران (۲۰۲۲) و خواجه و همکاران (۱۳۹۵) همسو است.

تبیین این رابطه آن است که ناگویی هیجانی با ناتوانی در ابراز و فهم هیجانات به کاهش

کیفیت ارتباط کلامی و عاطفی بین زوجین می‌انجامد. وقتی یکی از همسران توان بیان نیازها، خواسته‌ها، ترس‌ها یا دلخوری‌های خود را ندارد و دیگری نیز نمی‌تواند این احساسات ناگفته را درک کند، به تدریج دیوار نامرئی از سکوت و بی‌تفاوتی بین آنها بالا می‌رود. این عدم شفافیت هیجانی و ناتوانی در حل تعارضات عاطفی موجب انباشت دلخوری‌ها و فاصله گرفتن زوجین از یکدیگر می‌شود؛ در نتیجه زوجین ممکن است در کنار هم زندگی کنند، اما از نظر عاطفی از یکدیگر جدا شده باشند که دقیقاً تعریف طلاق عاطفی است. فقدان صمیمیت، کاهش دلبستگی و عدم حمایت هیجانی متقابل، همگی از پیامدهای ناگوایی هیجانی هستند که به طور مستقیم به طلاق عاطفی دامن می‌زنند.

تحلیل داده‌ها نشان داد که بین طلاق عاطفی و دلزدگی زناشویی نیز رابطه مثبت و معناداری وجود دارد که فرضیه سوم را تأیید می‌کند. این یافته با مطالعات باستانی و همکاران (۱۳۸۹) که به بررسی جامع عوامل مؤثر بر طلاق عاطفی و پیامدهای گسترده آن پرداخته‌اند، چارچوبی را فراهم می‌آورد که در آن فرسایش تدریجی رابطه عاطفی، زمینه‌ساز بروز مشکلات جدی‌تری از جمله دلزدگی می‌شود؛ همچنین پژوهش محمدی (۱۳۸۳) که به تأثیر مخرب سردی روابط بر کیفیت زندگی زناشویی اشاره کرده است، این نکته را برجسته می‌سازد که وقتی گرمای عاطفی و صمیمیت از یک رابطه رخت برمی‌بندد، بستر برای نارضایتی عمیق و در نهایت دلزدگی فراهم می‌آید؛ در واقع این سردی روابط خود یکی از اصلی‌ترین ابعاد طلاق عاطفی است. رابطه بین طلاق عاطفی و دلزدگی زناشویی از راه مکانیزم‌های پیچیده روان‌شناختی و ارتباطی قابل تبیین است. نخست با ورود زوجین به مرحله طلاق عاطفی، ارتباط مؤثر میان آنها فرو می‌پاشد. گفتگوهای عمیق جای خود را به سکوت‌های طولانی، بحث‌های سطحی یا حتی خصومت‌های پنهان می‌دهد. فقدان مهارت‌های ارتباطی سالم و بروز الگوهای سمی مانند انتقاد دائمی، تحقیر، حالت تدافعی و دیوارکشی مانع از حل تعارضات می‌شود. هر مشکل حل نشده به بار سنگینی از رنجش و کینه تبدیل شده و به تدریج دیواری نامرئی از ناگفته‌ها و احساسات سرکوب شده بین زوجین ایجاد می‌کند. این فروپاشی ارتباطی، زوجین را در یک انزوای مشترک قرار می‌دهد؛ آنان ممکن است در یک خانه زندگی کنند، اما از نظر عاطفی کاملاً تنها و بیگانه باهم باشند.

همزمان با کاهش ارتباط، صمیمیت عاطفی و جسمانی نیز رو به زوال می‌رود. زوجین دیگر

از حضور یکدیگر لذت نمی‌برند، به یکدیگر ابراز محبت نمی‌کنند و از در میان گذاشتن نگرانی‌ها و آرزوهای خود پرهیز می‌کنند؛ این فقدان دلبستگی سبب می‌شود که نیازهای اساسی عاطفی مانند تأیید، حمایت، درک متقابل و تعلق خاطر برآورده نشود. نتیجه این امر احساس نادیده گرفته شدن، بی‌ارزشی و ناامیدی عمیق است که به مرور به نارضایتی مزمن و سپس دلزدگی از کل رابطه تبدیل می‌گردد. رابطه به جای آنکه منبعی برای شارژ عاطفی باشد، به یک عامل تخلیه‌کننده انرژی تبدیل می‌شود.

زندگی در سایه طلاق عاطفی به معنای تحمل یک بار روانی سنگین و مداوم است. تنش‌های حل نشده، رنجش‌های انباشته شده و فقدان شادی و رضایت به خستگی عاطفی و روان‌شناختی مزمن می‌انجامد. این خستگی نه تنها بر وضعیت روحی بلکه بر سلامت جسمانی نیز تأثیر می‌گذارد و می‌تواند به بی‌خوابی، کاهش تمرکز و حتی ضعف سیستم ایمنی بدن بینجامد. زوجین احساس گیر افتادن در وضعیتی بی‌بازگشت می‌کنند و انرژی لازم برای هرگونه تلاش برای بهبود رابطه را از دست می‌دهند. در نهایت هنگامی که صمیمیت، ارتباط و حمایت هیجانی از بین می‌رود، زندگی مشترک معنا و هدف خود را از دست می‌دهد. رابطه‌ای که قرار بود پناهگاهی از آرامش و منبعی برای رشد باشد به یک بار سنگین و طاقت‌فرسا تبدیل می‌شود. این وضعیت احساس فرسودگی، بی‌معنایی و ناامیدی عمیق را در زوجین تقویت می‌کند و آنها را به سمت دلزدگی کامل و انفعال در رابطه زناشویی سوق می‌دهد. آنان از نظر عاطفی از هم جدا می‌شوند و حتی ممکن است به آینده‌ای بدون یکدیگر فکر کنند.

در نهایت برای بررسی نقش میانجی طلاق عاطفی همزمان متغیرهای ناگویی هیجانی و طلاق عاطفی وارد مدل رگرسیون شدند. نتایج نشان می‌دهد که در حضور متغیر میانجی طلاق عاطفی، ضریب ناگویی هیجانی بر دلزدگی زناشویی تضعیف شده، اما همچنان معنادار است؛ همچنین طلاق عاطفی نیز به طور معناداری دلزدگی زناشویی را پیش‌بینی می‌کند. در این حالت بنابر قواعد بارون و کنی، میانجی‌گری جزئی اتفاق می‌افتد؛ بنابراین فرضیه چهارم پژوهش نیز تأیید می‌شود.

این یافته بیانگر آن است که ناگویی هیجانی به طور مستقیم بر دلزدگی زناشویی تأثیر می‌گذارد، اما بخش قابل توجهی از این تأثیر از راه طلاق عاطفی واسطه‌گری می‌شود؛ به عبارت

دیگر ناتوانی در شناسایی، درک و ابراز هیجانات (ناگویی هیجانی) به ایجاد فاصله عاطفی و سردی در رابطه (طلاق عاطفی) می‌انجامد و این طلاق عاطفی به نوبه خود به فرسودگی و دلزدگی در زندگی زناشویی دامن می‌زند. طلاق عاطفی به عنوان یک پل ارتباطی عمل می‌کند که پیامدهای منفی ناگویی هیجانی را به دلزدگی زناشویی منتقل و تشدید می‌کند. این مدل نشان می‌دهد که حتی اگر زوجین از نظر قانونی جدا نشده باشند، فاصله عاطفی و عدم صمیمیت می‌تواند به همان اندازه مخرب باشد و به فرسودگی کامل رابطه بینجامد.

یافته‌های این پژوهش که نشان‌دهنده نقش مخرب ناگویی هیجانی و طلاق عاطفی در سلامت خانواده است، با تأکیدات آموزه‌های دینی بر اهمیت صمیمیت، ارتباط شفاف و رعایت حقوق متقابل همسران همخوانی کامل دارد. دین اسلام بر تفاهم، همدلی و آرامش در کانون خانواده تأکید فراوان دارد و پدیده‌هایی مانند ناگویی هیجانی که مانع از ابراز و درک درست احساسات می‌شوند و طلاق عاطفی که به فروپاشی روابط از درون می‌انجامد، با روح این آموزه‌ها منافات دارند؛ از این رو تقویت مهارت‌های ارتباطی و ابراز هیجان و پیشگیری از بروز طلاق عاطفی، نه تنها از نظر روان‌شناختی بلکه از دیدگاه دینی نیز برای حفظ بنیان مقدس خانواده ضروری و حیاتی است.

براساس نتایج این پژوهش پیشنهاد می‌شود:

- مشاوران خانواده و زوج‌درمانگران در مداخلات خود به ارزیابی و آموزش مهارت‌های مربوط به ابراز و تنظیم هیجان در زوجین توجه ویژه‌ای داشته باشند.

- برنامه‌های آموزشی و کارگاه‌های مهارت‌های زندگی زناشویی بر تقویت صمیمیت عاطفی و پیشگیری از طلاق عاطفی تمرکز کنند.

- پژوهش‌های آتی به بررسی مکانیزم‌های دقیق‌تری بپردازند که از طریق آنها ناگویی هیجانی به طلاق عاطفی و دلزدگی زناشویی خواهد انجامید.

منابع

۱. قرآن کریم. ترجمه حسین انصاریان. (۱۳۹۲). تهران: چاپ اسلام.
۲. امیرخسروی، آنسته؛ بهرامی، هادی؛ ابوطالب سعادت‌ی شامیر. (۲۰۲۲). «مدل ساختاری طلاق عاطفی در ارتباط با ناگویی هیجانی و بخشودگی بین فردی با نقش میانجی ناراضایتی زناشویی در زنان». روان‌سنجی. سال ۳۷. شماره ۱۰. صص: ۲۰۷.
۳. بابای خاکیان، زینب؛ کرمی، جهانگیر و علیرضا رشیدی. (۱۳۹۵). «رابطه ناگویی هیجانی و تعهد سازمانی با فرسودگی شغلی دبیران زن آموزش و پرورش». تعلیم و تربیت. سال ۳۲. شماره ۴. صص: ۱۲۳-۱۳۶.
۴. باستانی، سوسن؛ گلزاری، محمود و شهره روشنی. (۱۳۸۹). «طلاق عاطفی: علل و شرایط میانجی». بررسی مسائل اجتماعی ایران. دوره سوم. شماره ۱. صص: ۲۰۱.
۵. بخشی، غسل. (۱۴۰۰). «نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه و ناگویی هیجانی در دلزدگی زناشویی معلمان متأهل». پیشرفت‌های نوین در روان‌شناسی، دوره چهارم. شماره ۴۴. صص: ۱۶۰-۱۶۸.
۶. بشارت، محمدعلی و پویش گنجی. (۱۳۹۱). «نقش تعدیل‌کننده سبک‌های دلبستگی در رابطه بین ناگویی هیجانی و رضایت زناشویی». اصول بهداشت روانی. دوره چهاردهم. شماره ۵۶. صص: ۳۳۵-۳۴۴.
۷. حراملی، محمد بن حسن. (۱۴۰۹ق). وسائل الشیعه. قم: مؤسسه آل‌البیت علیه السلام لإحياء التراث.
۸. خواجه، فرزانه و نوشیروان خضری مقدم. (۱۳۹۵). «رابطه ناگویی هیجانی و مشکلات بین‌شخصی با رضایت زناشویی در پرستاران زن متأهل». مجله دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه، دوره چهاردهم. شماره ۷. صص: ۶۳۰-۶۳۸.
۹. دمهری، فرنگیس؛ عقیل، محبوبه؛ جهانتاب، پرستو و آزاده ابویی. (۱۴۰۲). «رابطه طلاق عاطفی و ناگویی هیجانی در خانواده‌های دارای فرزند نابینا». دومین همایش بین‌المللی کودکان استثنائی رویکردهای نوین در روان‌شناسی، آموزش و توانبخشی کودکان استثنائی.
۱۰. ذاکری، فاطمه؛ صفاریان طوسی، محمدرضا و حمید نجات. (۱۳۹۸). «نقش تعدیل‌کننده خودشفقتی در تأثیر ناگویی هیجانی و مشکلات بین فردی بر دلزدگی زناشویی در زنان ناسازگار». پژوهشنامه روان‌شناسی مثبت. دوره چهارم. شماره ۵. صص: ۵۰-۳۵.
۱۱. ساداتی، سید احسان؛ مهرابی‌زاده هنرمند، مهناز و منصور سودانی. (۱۴۰۰). «رابطه علی تمایز یافتگی، نورزگاری و بخشندگی با دلزدگی زناشویی با واسطه تعارض زناشویی». روان‌شناسی خانواده. دوره اول، شماره ۲. صص: ۵۵-۶۸.
۱۲. ساروخانی، باقر. (۱۳۷۵). مقدمه‌ای بر جامعه‌شناسی خانواده. تهران: سروش.
۱۳. شاه‌محمدی کلپیر، مهسا؛ رضایی، اکبر و علی محمدزاده. (۱۴۰۱). «بررسی نقش ناگویی هیجانی و حمایت اجتماعی ادراک شده در پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان دختر شهرستان کلپیر». پویا در آموزش علوم تربیتی و مشاوره. دوره هشتم. شماره ۱۷. صص: ۲۱۲-۲۳۵.
۱۴. عبادت‌پور، بهناز؛ نوابی‌نژاد، شکوه؛ شفیق‌آبادی، عبدالله و محمدرضا فلسفی‌نژاد. (۱۳۹۲). «نقش واسطه‌ای کارکردهای خانواده برای تاب‌آوری فردی و باورهای معنوی و دلزدگی زناشویی». روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی. دوره چهارم. شماره ۱۳. صص: ۲۹-۴۵.
۱۵. علوی، خدیجه؛ اصغری مقدم، محمدعلی؛ رحیمی‌نژاد، عباس؛ فراهانی، حجت‌اله و زهرا علامه. (۱۳۹۵). «رابطه دوسوگرایی در ابراز هیجان و افسردگی: نقش واسطه‌ای مشکلات بین فردی». اندیشه و رفتار در روان‌شناسی بالینی. دوره یازدهم. شماره ۴۱. صص: ۲۷-۳۶.
۱۶. علیزاده نوق بهرمان، فاطمه. (۱۳۹۹). «عوامل اثرگذار بر طلاق عاطفی و دلزدگی زناشویی زوجین». رهیافت‌های نوین در مطالعات اسلامی. شماره ۳. صص: ۱۱۹-۱۳۸.
۱۷. فتوحی، سکینه؛ میکاییلی، نیلوفر؛ عطادخت، اکبر و نادر حاجلو. (۱۳۹۶). «اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی بر فراهیجان بر سازگاری و دلزدگی زناشویی در همسران دارای تعارض». مجله فرهنگی تربیتی زنان و خانواده. دوره دوازدهم. شماره ۳۹. صص: ۴۵-۶۴.
۱۸. کلینی، محمد بن یعقوب. (۱۴۰۷ق). الکافی. چاپ چهارم. تهران: دارالکتب الاسلامیه.
۱۹. گلدنبرگ، ایرنه و هربت گلدنبرگ. (۱۳۸۷). خانواده‌درمانی. ترجمه حمیدرضا حسین شاهی براوتی، سیامک نقشبندی و الهام ارجمند. تهران: روان.
۲۰. گودرزی، محمود. (۱۳۹۲). «اثربخشی زوج‌درمانی با رویکرد ستیر بر بهبود عملکرد خانواده و کاهش دلزدگی زناشویی».

- پژوهش‌های مشاوره. دوره دوازدهم. شماره ۴۸. صص: ۱۴۲-۱۵۸.
۲۱. مجتبی صدقاتی فرد و مریم ابراهیمی. (۱۳۹۵). «بررسی رابطه بین باورهای ارتباطی و ناگوایی خلقی با دلزدگی زناشویی زنان مراجعه‌کننده به مراکز بهداشت شهرستان ورامین». روان‌شناسی تحلیلی شناختی. دوره هفتم. شماره ۲۵. صص: ۲۰۹.
۲۲. مجیدی نظامی، سیدمهدی. (۱۴۰۰). «واژگان مرتبط با طلاق عاطفی در فقه اسلامی». پژوهشنامه فقهی. دوره سوم. شماره ۱. صص: ۳۰-۵۴.
۲۳. محمودپور، عبدالباسط؛ شیر، طاهره؛ فرحبخش، کیومرث و شادی ذوالفقاری. (۱۳۹۹). «پیش‌بینی گرایش به طلاق براساس دلزدگی زناشویی و تحمل پریشانی با میانجی‌گری احساس تنهایی در زنان متقاضی طلاق». فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی. دوره یازدهم. شماره ۴۲. صص: ۱۲۱-۱۴۱.
۲۴. مسعودی، مرضیه و محمدعلی بشارت. (۱۳۹۴). «ناگوایی هیجانی و آسیب‌پذیری‌های روانی و بدنی». کنگره انجمن روان‌شناسی ایران.
25. Mazzarantani, J. (2011). The divorce survival guide: What you need to know to protect your emotional and financial security. Miami: Jules Mazzarantani PLLC.
26. Mutlu, B., Erkut, Z., Yildirim, Z. & Gündodu, N. (2018). A review on the relationship between marital adjustment and maternal attachment. Revista Da Associação Médica Brasileira, 64(3), 243-252. <https://doi.org/10.1590/1806-9282.64.03.243>.
27. Pines, A. M. (2004). Adult attachment styles and their relationship to burnout: A preliminary, cross-cultural investigation. Work & Stress, 18(1), 66-80.

