



پیش‌بینی دزدگی زناشویی براساس میزان تاب‌آوری در زنان متاهل شهر شیراز

زهرا پیرو

^۱ کارشناسی ارشد، روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شیراز، شیراز، ایران

Ramin3677s@yahoo.com

09178843677

شماره تماس

چکیده

هدف اصلی پژوهش حاضر پیش‌بینی دزدگی زناشویی براساس میزان تاب‌آوری در زنان متاهل شهر شیراز بود. روش این پژوهش بر اساس نحوه گردآوری اطلاعات، توصیفی از نوع پیش‌بین بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی مادران دانش‌آموزان کلاس اول دبستان شهر شیراز در سال ۱۴۰۰ بود که با توجه به مولفه‌های پیش‌بین (هر مولفه ۱۵ نفر) تعداد ۲۵۵ نفر به عنوان نمونه وارد پژوهش و پرسشنامه‌های دزدگی زناشویی پاینز (۱۹۹۶) و تاب‌آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) بین آن‌ها توزیع گشت. پس از جمع‌آوری اطلاعات، داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی و استنباطی و با کمک نرم افزار SPSS ویراست بیست و ششم مورد بررسی قرار گرفت. یافته‌ها حاکی از آن بود که میان مولفه‌های تاب‌آوری مولفه‌های تصور از شایستگی فردی، اعتماد به غرایز فردی تحمل عاطفه منفی، پذیرش مثبت تغییر و روابط ایمن و تأثیرات معنوی، میزان دزدگی زناشویی را به طور منفی و معنی‌داری پیش‌بینی کند.

واژگان کلیدی: دزدگی زناشویی، تاب‌آوری، زنان متاهل.

۱- مقدمه

ازدواج بخش مهمی از بافت زندگی اجتماعی افراد را تشکیل می‌دهد و یکی از اساسی‌ترین تجربه‌هایی است که بر زندگی آنان تأثیرگذار است. رابطه‌ی زناشویی که اساس روابط خانوادگی و تربیت نسل‌های آینده است، به عنوان مهم‌ترین رابطه‌ی انسانی تلقی می‌شود. به همی دلیل، بهبود و استحکام این رابطه از اهمیت بسیاری برخوردار است (بشارت، خضرآبادی و رضازاده، ۱۳۹۵). یکی از مؤلفه‌های مهمی که در روابط همسران مطرح می‌گردد و می‌تواند زندگی زناشویی و روابط زوجین را با خطراتی روبه‌رو کنید، دزدگی زناشویی است. افراد با انتظارات و توقعات از پیش تعیین شده‌ای که در ذهن دارند، وارد رابطه می‌شوند، اما هنگام مواجهه با چالش‌ها و عدم تناسب و هماهنگی بین واقعیت‌های موجود در زندگی زناشویی و توقعات خود، به تدریج سرخوردگی، دلخوری و دزدگی از رابطه خود را تجربه می‌کنند (خراطزاده، جواهری محمدی و غلامعلی لواسانی، ۱۴۰۱). عوامل زیادی در بروز دزدگی زناشویی نقش دارند و دزدگی نیز مانند سایر مسائل روان‌شناختی، معمولاً ماهیتی چند علیتی دارد. یکی از این عوامل را می‌توان طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه دانست (جان‌نثاری قمشه، ۱۳۹۲). یانگ^۱ و همکاران (۲۰۰۰) معتقدند برخی از طرح‌واره‌ها، به خصوص طرح‌واره‌هایی که در نتیجه تجارب بد کودکی ایجاد شده‌اند، ممکن است هسته اصلی اختلالات رفتاری مزمن و سایر مشکلات بین فردی باشند (رضایی و همکاران، ۲۰۱۳). همچنین یکی دیگر از عوامل مرتبط با دزدگی زناشویی تاب‌آوری است. تاب‌آوری روان‌شناختی در بهبود عملکرد فردی و اجتماعی و ارتقاء کیفیت زندگی نیز مؤثر است و این ظرفیت با گذشت زمان می‌تواند تغییر کند (ون‌در‌مر^۲ و همکاران، ۲۰۱۸). افرادی که دارای تاب‌آوری هستند، اغلب با ایجاد هیجانات مثبت پس از رویارویی‌های فشارزا به حالت طبیعی باز می‌گردند. افراد تاب‌آور بدون اینکه سلامت روانشان کاهش یابد و دچار بیماری روانی شوند، رویدادهای فشارزا را پشت‌سر می‌گذارند. تاب‌آوری می‌تواند سطوح استرس و ناتوانی را در شرایط استرس‌زا

¹ Young

² Van der Meer



تعدیل نموده و باعث افزایش رضایت از زندگی گردد (عمادی، میرهاشمی و شریفی، ۱۳۹۸). بنابراین هدف اصلی پژوهش حاضر تعیین پیش‌بینی دزدگی زناشویی براساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه و میزان تاب‌آوری در زنان متأهل شهر شیراز بود.

همچنین، پیوند زناشویی از کهنی‌ترین پیوندهای انسانی است که رشد دهنده شخصیت آدمی بوده و در جهت‌گیری زندگی انسان نقش برجسته‌ای دارد تا جایی که به خاطر اهمیت این موضوع، این پدیده در کنار زایش، مرگ و شغل، جزء یکی از چهار پدیده برجسته زندگی انسان قرار گرفته است. ازدواج موفق، باعث ارضاء بسیاری از نیازهای جسمانی و روانی افراد می‌شود. اگرچه روابط نزدیک عاشقانه، منبعی برای برخی از تجارب لذت‌بخش زندگی می‌باشند، ولی همچنین می‌تواند منبع برخی از تجارب دردناک در زندگی نیز باشند. دزدگی زناشویی به علت مجموعه‌ای از توقعات غیرواقع‌گرایانه و تفکرات غیر منطقی و فراز و نشیب‌های زندگی بروز می‌کند. برخلاف عقیده اغلب رویکردها بالینی که در زوج درمانی استفاده می‌شود، دزدگی زوج‌ها به علت وجود اشکال در یک یا هر دو نفر نیست. دزدگی از عشق یک روند تدریجی است، به ندرت به طور ناگهانی بروز می‌کند. در واقع صمیمت و عشق به تدریج رنگ می‌بازد و به همراه آن خستگی عمومی عارض می‌شود. که درشدیدترین نوع آن دزدگی با فروپاشی رابطه برابر است. سیر صعودی آمار طلاق و وجود خیانت‌ها و آشفته‌گی‌های روابط زوجین، انگیزه محققان برای یافتن عوامل مؤثر و راه کارهای مناسب جهت مقابله با این فروپاشی رابطه را افزایش داده است (زنده جانی، ۱۳۸۸). یکی از این آشفته‌گی‌ها و ناهنجاری‌های روان‌شناختی که به مرور زمان عشق و علاقه بین زوجین را کمرنگ‌تر کرده و گاهی به طور کامل محو می‌کند و موجبات مشکلات روحی و روانی، ادامه روابط سرد و بی‌تفاوتی و طلاق رسمی آن‌ها را فراهم می‌کند، دزدگی زناشویی است. بنابراین شناسایی عوامل مؤثر بر دزدگی زناشویی در زنان متأهل از اهمیت خاصی برخوردار است. در همین راستا، به نظر می‌رسد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه و میزان تاب‌آوری می‌توانند به عنوان یک عامل محافظتی در بهبود رابطه زوجی زنان عمل کنند. مطالعات قبلی اغلب به بررسی رابطه بین دزدگی زناشویی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه (خراط زاده و همکاران، ۱۴۰۱؛ گودینگ، تیلور و تاریخ، ۲۰۱۹) و دزدگی زناشویی با میزان تاب‌آوری (جوهری، فروزنده، ۱۳۹۹؛ عمادی و همکاران، ۱۳۹۸) پرداخته اند و کمتر به مجموع دو متغیر طرحواره‌های ناسازگار اولیه و میزان تاب‌آوری با دزدگی زناشویی آن‌ها در این رابطه پرداخته‌اند. بنابراین هدف این پژوهش تبیین پیش‌بینی دزدگی زناشویی براساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه و میزان تاب‌آوری در زنان متأهل می‌باشد. امید است نتایج منجر به افزایش آگاهی مراکز مشاوره در کاهش با دزدگی زناشویی و افزایش تاب‌آوری گردد که این به نوبه خود می‌تواند تأثیرات مثبتی بر عملکرد زندگی زوجین و همچنین زنان داشته باشد.

۲- روش شناسی

پژوهش حاضر از لحاظ اجرا پیمایشی و از لحاظ هدف، کاربردی بود. همچنین با توجه به مطالب بیان شده، ماهیت روش این پژوهش بر اساس نحوه گردآوری اطلاعات، توصیفی از نوع پیش‌بین بود. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی مادران دانش‌آموزان کلاس اول دبستان شهر شیراز در سال ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بود که با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای، به این صورت که از میان ناحیه‌های آموزش و پرورش شهر شیراز، ناحیه ۳ و ۴ به صورت تصادفی انتخاب و از هر ناحیه دو مدرسه دخترانه و سه مدرسه پسرانه به صورت تصادفی انتخاب و با توجه به مولفه‌های پیش‌بین (هر مولفه ۱۵ نفر) تعداد ۲۵۵ نفر به عنوان نمونه پژوهش انتخاب گردید.

ابزارها

پرسشنامه استاندارد دزدگی زناشویی پاینز ۱۹۹۶

پرسشنامه فردگرایی اقتصادی توسط پاینز در سال (۱۹۶۶) به منظور سنجش دزدگی زناشویی طراحی و تدوین شده است. این پرسشنامه دارای ۲۱ سوال و شامل ۳ مولفه اصلی خستگی جسمی، خستگی عاطفی و خستگی روانی می‌باشد و بر اساس طیف هفت گزینه‌ای لیکرت با سوالاتی مانند (بی چیز بودن و چیزی برای بخشش نداشتن) به سنجش فرسودگی زناشویی می‌پردازد.

دزدگی زناشویی: مقیاس دزدگی زناشویی یک ابزار خود سنجی است که برای اندازه‌گیری درجه دزدگی زناشویی در بین زوج‌ها طراحی گردیده است CBM. از یک ابزار خودسنجی دیگری که برای اندازه‌گیری دزدگی بکار می‌رود اقتباس شده است. CBM توسط پاینز (۱۹۹۶) ابداع گردید



(پانیز و نانز ۲۰۰۳، لائس و لائس، ۲۰۰۱). این پرسشنامه ۲۱ ماده دارد که شامل ۳ جزء اصلی خستگی جسمی (مثلاً احساس خستگی، سستی و داشتن اختلالات خواب) از پا افتادن عاطفی (احساس افسردگی، ناامیدی، در دام افتادن) و از پا افتادن روانی (مثل احساس بی ارزشی، سرخوردگی و خشم به همسر) می باشد تمام این موارد روی یک مقیاس هفت امتیازی پاسخ داده می شوند. سطح ۱ معرف عدم تجربه عبارت مورد نظر و سطح ۷ معرف تجربه زیاد عبارت مورد نظر است. تکمیل کردن ۵ CBM تا ۲۰ دقیقه طول می کشد (پانیز: ۱۹۹۶ ترجمه شاداب ۱۳۸۶ صفحه ۳۵۱). در ایران نیز نویدی (۱۳۸۴) الف کرونباخ این پرسشنامه را در مورد ۲۴۰ نمونه ۱۲۰ پرستار و ۱۲۰ معلم اندازه گیری کرد که عبارت است ۸۶/۰ از طریق ارزیابی این پرسشنامه به هریک از زیر مقیاس های خستگی جسمی، خستگی عاطفی و خستگی روانی نمرات جداگانه ای تعلق گرفت و از مجموع نمرات آن ها، نمره ی فرسودگی کلی محاسبه شد. نمره گذاری این مقیاس در یک طیف ۷ درجه ای لیکرت در دامنه ای بین ۱ (هرگز) تا ۷ (همیشه) می باشد که آزمودنی تعداد دفعات اتفاق افتاده موارد مطرح شده در رابطه ی زناشویی خود را مشخص می سازد. نمره گذاری ۴ ماده ی (۲۰، ۱۹، ۶، ۳)، به صورت معکوس انجام می شود. در این پرسشنامه نمرات بالاتر نشان دهنده ی فرسودگی بیشتر است و حد بالا نمره ی ۱۴۷ و حد پایین نمره ی ۲۱ است. برای تفسیر نمره ها باید آن ها را تبدیل به درجه کرد که این عمل از طریق تقسیم نمودن نمره های حاصل شده از پرسشنامه بر تعداد سوالات (۲۱ سوال) به دست می آید. در تفسیر نمره ها، درجه ی بیش از ۵ نشانگر لزوم کمک فوری، درجه ی ۵ نشان دهنده ی وجود بحران، درجه ی ۴ نمایانگر حالت فرسودگی و درجه ی ۳ و کمتر از آن نیز نشان دهنده ی وجود رابطه ی خوب است (محمدی، ۱۳۹۳).

اعتبار یا روایی با این مسئله سر و کار دارد که یک ابزار اندازه گیری تا چه حد چیزی را اندازه می گیرد که ما فکر می کنیم (سرمد و همکاران، ۱۳۹۰). در پژوهش محمدی (۱۳۹۳) روایی محتوایی و صوری و ملاکی این پرسشنامه مناسب ارزیابی شده است. قابلیت اعتماد یا پایایی یک ابزار عبارت است از درجه ثبات آن در اندازه گیری هر آنچه اندازه می گیرد یعنی اینکه ابزار اندازه گیری در شرایط یکسان تا چه اندازه نتایج یکسانی به دست می دهد (سرمد و همکاران، ۱۳۹۰). ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده در پژوهش محمدی (۱۳۹۳) برای این پرسشنامه بالای ۰/۷ برآورد شد.

مقیاس تاب آوری کونور و دیودسون (۲۰۰۳)

این پرسشنامه را کونور و دیودسون در سال ۲۰۰۳ با مرور منابع پژوهشی ۱۹۹۱-۱۹۷۹ حوزه تاب آوری تهیه کردند. بررسی ویژگی های روان سنجی این مقیاس در شش گروه، جمعیت عمومی، مراجعه کنندگان به بخش مراقبت های اولیه، بیماران سرپایی روان پزشکی، بیماران با مشکل اختلال اضطراب فراگیر و دو گروه از بیماران استرس پس از سانحه انجام شده است. تهیه کنندگان این مقیاس بر این باورند که این پرسشنامه به خوبی قادر به تفکیک افراد تاب آور از غیرتاب آور در گروه های بالینی و غیربالینی بوده و می تواند در موقعیت های پژوهشی و بالینی مورد استفاده قرار گیرد. پرسشنامه تاب آوری کونور و دیودسون ۲۵ عبارت دارد که در یک مقیاس لیکرتی بین یک (کاملاً نادرست) تا پنج (همیشه درست) نمره گذاری می شود. این آزمون دارای ۵ عامل: تصور شایستگی فردی، اعتماد به غرایز فردی، تحمل عاطفه منفی، پذیرش مثبت تغییر و روابط ایمن، کنترل و تأثیرات معنوی است (به نقل از صدیقی ارفعی، یزدخواستی و نادری، ۱۳۹۳). در پژوهش محمدی (۱۳۸۴) روایی پرسشنامه توسط متخصصان تأیید شده است و پایایی پرسشنامه از روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۳ به دست آمده است.



۳- یافته ها

میانگین و انحراف استاندارد شاخص های مورد بررسی

میانگین و انحراف استاندارد شاخص های مورد بررسی در جدول ۴-۱ ارائه شده است.

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد شاخص های مورد بررسی

شاخص	میانگین	انحراف استاندارد
دلزدگی زناشویی	۲۷/۳۱	۲/۸۷
	۲۷/۲۵	۲/۶۶
	۲۶/۹۰	۳/۳۸
تاب آوری	۲۱/۶۴	۳/۶۱
	۱۶/۳۸	۲/۱۸
	۱۱/۳۸	۱/۷۴
	۷/۷۷	۱/۵۶
	۴/۷۴	۱/۲۰

بررسی نرمال بودن توزیع داده ها

به منظور بررسی نرمال بودن توزیع داده ها از آزمون کلموگروف - اسمیرنوف و مقادیر چولگی و کشیدگی بهره گرفته شد. یافته ها در ادامه ارائه شده است.

جدول ۲. نتایج آزمون کلموگروف - اسمیرنوف و مقادیر چولگی و کشیدگی

شاخص	آماره	سطح معنی داری	چولگی	کشیدگی
خستگی جسمی	۰/۰۸۹	۰/۰۰۰	۰/۲۲۴	۰/۱۲۰
خستگی عاطفی	۰/۰۸۳	۰/۰۵۳	-۰/۱۹۰	۰/۰۸۹
خستگی روانی	۰/۰۶۵	۰/۰۶۰	۰/۴۴۵	۰/۱۴۰
تصور از شایستگی فردی	۰/۰۸۶	۰/۰۰۶	-۰/۱۴۳	۰/۰۶۸
اعتماد به غرایز فردی تحمل عاطفه منفی	۰/۰۹۳	۱/۰۶۱	-۰/۱۷۰	۰/۱۲۸
پذیرش مثبت تغییر و روابط ایمن	۰/۱۱۳	۰/۰۰۰	۰/۰۹۲	۰/۱۱۹
کنترل	۰/۱۰۳	۰/۰۰۱	-۰/۰۱۹	۰/۱۲۸
تأثیرات معنوی	۰/۱۷۹	۰/۰۰۱	۰/۰۷۷	۰/۱۶۹

یافته های آزمون کلموگروف - اسمیرنوف نشان داد آزمون کلموگروف - اسمیرنوف معنی دار است، اما با توجه به قضیه حد مرکزی و همچنین قرارگیری مقادیر چولگی و کشیدگی در بازه ۲- تا ۲ می توان توزیع داده های این شاخص ها را نیز نرمال فرض کرد.

همبستگی بین متغیرهای پژوهش

جدول ۳. ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

دلزدگی زناشویی کل	تاب آوری کل
۱	
۰/۵۴۷***	۱

*p<0/05, **p<0/01



فرضیه پژوهش: میزان تاب‌آوری قادر به پیش‌بینی دزدگی زناشویی در زنان متاهل می‌باشد.
 نتایج آزمون هم خطی چندگانه در جداول ۴ آورده شده است.

جدول ۴. بررسی پیش فرض همخطی چندگانه پیش‌بینی دزدگی زناشویی بر اساس تاب‌آوری

VIF	Tolerance	
۱/۲۱۷	۰/۸۲۲	تصور از شایستگی فردی
۱/۰۲۶	۰/۹۷۴	اعتماد به غرایز فردی تحمل عاطفه منفی
۱/۰۷۴	۰/۹۳۱	پذیرش مثبت تغییر و روابط ایمن
۱/۱۷۸	۰/۸۴۹	کنترل
۱/۰۴۱	۰/۹۶۰	تأثیرات معنوی

همانطور که در جدول ۴ ملاحظه می‌شود، شاخص تحمل متغیرهای پیش بین از ۰/۰۱ فاصله زیادی دارند و شاخص VIF نیز از ۱۰ فاصله‌ی زیادی دارند. بنابراین مشکل همخطی چندگانه وجود ندارد.

آزمون تحلیل رگرسیون

جدول ۵. خلاصه مدل رگرسیونی برای پیش‌بینی دزدگی زناشویی بر اساس تاب‌آوری

R	R ²	R ² تعدیل شده	انحراف خطای برآورد
۰/۳۷۳ ^a	۰/۱۳۸	۰/۱۴۰	۴/۵۶۷۰۹

جدول ۶. نتایج آزمون تجزیه واریانس برای پیش‌بینی دزدگی زناشویی بر اساس تاب‌آوری

Model	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	احتمال
رگرسیون	۴۲۶۹/۸۶۸	۵	۸۵۳/۹۷۴	۱۰/۹۴۲	۰/۰۰۱ ^b
باقیمانده	۵۱۹۳/۷۱۷	۲۴۹	۲۰/۸۵۸		
کل	۹۴۶۳/۵۸۴	۲۵۴			

جدول ۷. نتایج ضرایب برآورد شده برای پیش‌بینی دزدگی زناشویی بر اساس تاب‌آوری

احتمال	t	ضرایب استاندارد شده	B	Std. Error	Beta
			۱۲۷/۸۴۵	۳/۴۲۲	۳۷/۳۵۹
ضریب ثابت					
			-۰/۲۹۵	-۰/۰۸۷	-۰/۱۷۵
تصور از شایستگی فردی			-۱/۳۵۲	-۰/۱۳۳	-۰/۴۸۵
اعتماد به غرایز فردی تحمل عاطفه منفی			-۱/۰۷۴	-۰/۱۷۰	-۰/۳۰۷
پذیرش مثبت تغییر و روابط ایمن			-۰/۲۴۸	-۰/۱۹۸	-۰/۰۶۴
کنترل			-۰/۷۷۷	-۰/۲۴۲	-۰/۱۵۴
تأثیرات معنوی					



بر اساس یافته‌های جدول ۵، تاب‌آوری می‌تواند حدود ۱۴ درصد از واریانس متغیر وابسته (دلزدگی زناشویی) را به طور معنی‌داری تبیین نمایند. بر اساس یافته‌های جدول ۶، مدل رگرسیونی برآورد شده از نظر آماری معنی‌دار می‌باشد چرا که مقدار آماره F برابر $۱۰/۹۴۲$ و مقدار سطح معنی‌داری برابر $۰/۰۰۱$ می‌باشد که کوچکتر از $۰/۰۵$ می‌باشد.

همانطور که در جدول ۷ ملاحظه می‌شود، نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد از میان مولفه‌های تاب‌آوری مولفه‌های تصور از شایستگی فردی ($\beta = -۰/۱۷۵, t = -۳/۳۷۳$)، اعتماد به غرایز فردی تحمل عاطفه منفی ($\beta = -۰/۴۸۵, t = -۱۰/۲۰۱$)، پذیرش مثبت تغییر و روابط ایمن ($\beta = -۰/۳۰۷, t = -۶/۳۲۰$) و تأثیرات معنوی ($\beta = -۰/۱۵۴, t = -۳/۲۱۱$) می‌تواند میزان دلزدگی زناشویی را به طور منفی و معنی‌داری پیش‌بینی کند.

۴- نتیجه گیری

با توجه به یافته‌های به‌دست آمده از جدول ۷ که نشان داد از میان مولفه‌های تاب‌آوری مولفه‌های تصور از شایستگی فردی، اعتماد به غرایز فردی تحمل عاطفه منفی، پذیرش مثبت تغییر و روابط ایمن و تأثیرات معنوی، می‌تواند میزان دلزدگی زناشویی را به طور منفی و معنی‌داری پیش‌بینی کند. این بخش از یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های دانالدسون و همکاران (۲۰۱۵)، یندورک و سوملایا (۲۰۱۸)، برایان (۲۰۱۹)، کالایتزاک و همکاران (۲۰۲۰)، شاهی (۱۳۹۲)، عمادی و همکاران (۱۳۹۸)، جوهری، فروزنده (۱۳۹۹)، میرزایی و همکاران (۱۴۰۱) هم‌خوانی داشت. زندگی زناشویی یکی از جهانی‌ترین نیازهای بشری است که از دو نفر با توانایی‌ها و استعدادها متفاوت با نیازها و علایق مختلف و در یک کلام با شخصیت‌های گوناگون تشکیل شده است (گلدنبرگ و گلدنبرگ ۳، ۲۰۱۲). در تبیین این یافته‌ها می‌توان چنین ادعان داشت که داشتن تاب‌آوری باعث بهبود شرایط روانی افراد در شرایط تنش‌زا می‌شود. در واقع، تاب‌آوری به عنوان نوعی فرآیند یا توانایی به فرد امکان ترسیم و دسترسی به فهرستی از راهبردهای مقابله‌ای را می‌دهد که این مولفه خود نقش بسیار مهمی در مواجهه با تنش‌های ناشی از چالش‌های زناشویی ایفا می‌کند و به عنوان یک منبع مقاومت و سپر محافظ در برابر دلزدگی و بر رمقی زناشویی عمل می‌نماید. همچنین تاب‌آوری پدیده‌ای است که از پاسخ‌های انطباقی طبیعی انسان حاصل می‌شود و علی‌رغم رویارویی فرد با تهدیدهای جدی، وی را در دستیابی به موفقیت و غلبه بر تهدیدها توانمند می‌سازد. تاب‌آوری صرف مقاومت منفعل در برابر آسیب‌ها یا شرایط تهدید کننده نیست، بلکه فرد تاب‌آور مشارکت‌کننده فعال و سازنده محیط پیرامونی خود است. تاب‌آوری قابلیت فرد در برابر برقراری تعادل زیستی- روانی- معنوی در مقابل شرایط مخاطره‌آمیز می‌باشد (کانر و دایویدسون، ۲۰۰۳). کامپفر (۱۹۹۹) معتقد است تاب‌آوری یا بازگشت به تعادل پایه است یا رسیدن به تعادلی سطح بالاتر (در شرایط تهدید کننده) و قاعده‌تاً باید موجبات سازگاری موفق در زندگی را فراهم آورد. به علاوه تاب‌آوری به وسیله‌ای پاسخ فرد به حوادث استرس‌زای زندگی و مواجهه‌ی مستمر با آن مشخ می‌شود، که این امر احتمالاً اثر معکوس بر شدت دلزدگی داشته است. بنابراین می‌توان انتظار داشت که زنان متاهلی که از تاب‌آوری پایین‌تری در برابر مسایل و مشکلات زندگی برخوردار هستند، به احتمال بیشتری در رابطه زناشویی خود دچار دلزدگی زناشویی شوند.

دلزدگی زناشویی، وضعیت دردناک فرسودگی جسمی، عاطفی و روانی است که کسانی را که توقع دارند عشق رویارویی و ازدواج به زندگی‌شان معنا ببخشد را متاثر سازد. دلزدگی زناشویی را می‌توان عدم احساسات عینی از خشود، عدم رشایت و لذت تجربه شده توسط زن و شوهر موقعی که همه‌ی جنبه‌های ازدواج را در نظر گرفت. دلزدگی زناشویی از نوع جسمی زمانی بروز می‌کند که زوجین متوجه می‌شوند به‌رغم تلاش‌هایشان، رابطه‌شان جسمی و جنسی با همسرشان به زندگی معنا نداده و نخواهد داد، آن‌ها در جهان‌شان تفاوتی احساس نکرده‌اند و از این‌رو شروع به احساس بیچاره بودن، ناامید بودن و دلزدگی جسمی و جنسی می‌کنند. از بررسی نتایج این مطالعه در می‌یابیم که متغیر تاب‌آوری توانایی پیش‌بینی کنندگی دلزدگی زناشویی را دارد. به عبارتی، تاب‌آوری زیاد در زوجین، دلزدگی زوجین را کاهش می‌دهد؛ بنابراین منجر به کاهش تعارض و افزایش

³ Goldenberg, H & Goldenberg



سازگاری زوجین با همدیگر می‌شود. زوجین تاب آور جهت‌یابی پیش‌گستر دارند؛ یعنی مایل هستند رفتارهای استرس‌زا را به‌صورت زودگذر و موقتی ببینند و خودسنجی واقع‌بینانه‌ای درباره یکدیگر دارند؛ در نتیجه به حوادث آینده امیدوار هستند. زوجینی که تاب‌آوری جذب کردن اضطراب به‌آسانی تحت‌تأثیر دیگران قرار نمی‌گیرند و آن‌ها افزایش یافته است، دارای خودتنظیمی بیشتری هستند؛ از این‌رو قادر به تعدیل هیجانات و رفتار خود و نیز خودآرامی (آرام‌کردن خود) هستند و به احتمال بیشتری می‌توانند توجه مثبتی را از دیگران و همدیگر فرا خوانند. این زوجین با ویژگی تاب‌آوری زیاد ادراک مثبت فرد از خود، اعتماد به نفس، خودکارآمدی و عزت نفس قوی، مرکز کنترل درونی، هوش زیاد و خوگیری با دیگران را دارند؛ بنابراین با این اوصاف زوجین تاب‌آور از همدیگر کمتر دلزده می‌شوند و در طول زندگی زناشویی با همدیگر کمتر تعارض دارند و می‌توانند زندگی سازگار و پایداری داشته باشند.



منابع

- آقا یوسفی، علیرضا. (۱۳۸۱). بهداشت روانی و ازدواج، مجله پیوند، شماره ۳۶، ۱۰۸-۱۰۲.
- آقا محمدیان، حمیدرضا. (۱۳۸۷). بررسی رویکرد شناخت درمانی بر روی افزایش سطح سازگاری نوجوانان، پایان نامه دکتری، دانشگاه تربیت مدرس.
- اسدپور، اسماعیل. کریمی، اصغر. امینی، مریم. (۱۳۹۹). بررسی رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با تعارض و دلزدگی زناشویی در پرستاران زن، مجله علوم پزشکی خراسان شمالی، دوره ۱۲، شماره ۳، ۲۴-۳۰.
- برنشتاین، فیلیپ. ج. برنشتاین، ماری. (۱۹۹۶). روشهای درمان مشکلات زناشویی، ترجمه حسن توننده جانی ونسرين کمالپور (۱۳۸۹). مشهد: نشر مرنديز.
- بک، آ. تی. (۱۹۸۸). عشق هرگز کافی نیست، ترجمه مهدی قراچه داغی. (۱۳۹۰). تهران: انتشارات شابک.
- برواتی، طاهره. (۱۳۸۸). تأثیر تعارضات زناشویی بر روابط متقابل زن و شوهر، پایاننامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی رودهن.
- بشارت، محمدعلی؛ خلیلی خضرآباری، مهدیه و رضازاده، محمدرضا. (۱۳۹۵). نقش واسطه‌ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین روان سازه های ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی، نشریه روان شناسی خانواده، ۳(۲)، ۴۴-۲۷.
- پاینز، آیالا مالاچ. (۱۹۹۶). چه کنیم تا عشق رویایی به دلزدگی نیانجامد، ترجمه: شاداب، فاطمه. (۱۳۸۸). تهران، ققنوس.
- پورسردار، ف.، عباسپور، ذ.، عبدی زرین، س.، و سنگری، ع. (۱۳۹۱). تأثیر تاب‌آوری بر سلامت روانی و رضایت از زندگی، یک الگوی روان‌شناختی از بهزیستی، مجله علمی پژوهشی یافته. ۱۴ (۱): ۸۱-۸۹.
- جان نثاری قمشه، نیوشا. (۱۳۹۴). بررسی مقایسه ای رابطه ی طرح واره های ناسازگار اولیه و دلزدگی زناشویی زوجین متقاضی طلاق توافقی و زوجین عادی در شهر اصفهان. کنفرانس سراسری دانش و فناوری علوم تربیتی مطالعات اجتماعی و روان شناسی ایران.
- خرات زاده، مهتاب. جواهری محمدی، عباس. غلام علی لواسانی، مسعود. (۱۴۰۱). پیش بینی دلزدگی زناشویی، بر اساس طرح واره های ناسازگار اولیه و سرمایه روانشناختی، نشریه علمی و فرهنگی تربیت زنان و خانواده، سال هفدهم، ۸۳-۶۱.
- دهقانی، فرزاد. (۱۳۸۹). مقایسه تعارضات زناشویی زنان متقاضی طلاق با زنان مراجعه کننده برای مشاوره زناشویی (غیرمتقاضی طلاق)، پایاننامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم: دانشکده علوم تربیتی.
- شارف، ریچارد اس. (۱۹۸۳). نظریه‌های روان در مانی و مشاوره، ترجمه مهرداد فیروز بخت (۱۳۹۵). مؤسسه خدمات فرهنگی رسا.
- صفاری نیا، مجید. بازیاری میمند، مهتاب. (۱۳۹۰). مقایسه تاب‌آوری هیجانی و اجتماعی در دانش‌آموهان مناطق محروم با غیر محروم، اندیشه های نوین تربیتی، دوره ۸، شماره ۱، ۱۲۴-۱۰۷.
- عمادی، شایا. میرهاشمی، مالک. شریفی، حسن پاشا. (۱۳۹۸). پیش بینی دلزدگی زناشویی براساس تاب‌آوری و راهبردهای سازگاران و ناسازگاران تنظیم شناختی هیجان، فصلنامه روان‌شناسی تحلیلی-شناختی، سال دهم، شماره ۳۷، ۸۶-۷۳.
- قایدی، نازیلا. (۱۳۹۵). پیش بینی دلزدگی زناشویی براساس مهارت‌های حل مساله و کیفیت روابط جنسی، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیراز.
- لطف آبادی، حسین. (۱۳۸۵). روانشناسی رشد، نوجوانی، جوانی و بزرگسالی، چاپ هشتم، تهران: انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
- کرک، هاوتون؛ کلارک، سالکوس و کیس. (۱۹۹۶). رفتاردرمانی شناختی، ترجمه حبیب ا قاسم زاده. (۱۳۸۹). تهران: انتشارات ارجمند.
- میرزایی، فرشته. دلاور، علی. قائمی، فاطمه. باقری، فریبرز. (۱۴۰۱). مدل ساختاری دلزدگی زناشویی مبتنی بر سلامت روان و حمایت اجتماعی ادراک شده با میانجیگری تاب‌آوری فردی در زنان نابارور، ابن سینا، ۲۴ (۲): ۴۹-۴۰.
- هنر دوست، نرگس. (۱۳۹۳). طرح واره درمانی، انتشارات دانژه، شماره ۴، ص ۷۷-۹۲.
- یانگ، جفری. کلوسکو، ژان ت. ویشار، مارجوری. (۱۳۹۰). طرحواره درمانی (راهنمای عملی برای متخصصین). ترجمه حسن حمید پور و زهرا اندوز. تهران: انتشارات ارجمند.

Alizadeh H. (2012). *Psychological Resilience, Mental Welfare and Behavioral Disorders*. Tehran: Arasbaran Publisher. [Persian].



- Allenby, B., and J. Fink. (2005). "Toward inherently secure and resilient societies". *Science* 309 (12 August):1034–1036.
- Azadi S, and Azad H. (2011). The Correlation of Social Support, tolerance and Mental Health in Children of Martyrs and war-disabled in Universities of Ilam. *Iranian Journal of War and Public Health*. 2011; 3(4):48-58, [Persian].
- Bahadori Khosroshahi J, Babapour Kheyroddin J, Poursharifi H. (2016). Relationships of Resilience and Locus of Control with Happiness in Students. *Journal of Psychological Research*. 18(2):114-27. [Persian]
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B.F. & Emery, G. (1979). *Cognitive Therapy of Depression*. Guildford, New York, NY.
- Beck AT, Emery G. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. New York: Basic Books; 1985.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and emotional disorders*. International university press, New York.
- Bacuom, D. H. Sayers, S. L, and Sher, T.G. (1990). Supplementing behavior marital therapy with cognitive restructuring and emotional expressiveness training. *Journal of Consulting and Clinical psychology*. 58, 636-645.
- Cohn, M, A, Fredrickson, B, L, Brown, S, L, Meikles, J, A and Conway, A, M, (2009). Happiness Unpacked: Positive Emotions Increase Life Satisfaction by Building Resilience, *Emotion*, 9(3). 361-368.
- Conner, K. M., and Davidson, J. R. T. (2006). Development of a new resilience scale: The Conner-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76-82.