

◇ فصلنامه علمی پژوهشی زن و فرهنگ

سال دوم، شماره هفتم، بهار ۱۳۹۰

صفحات: ۲۰ - ۹

تاریخ وصول: ۱۳۹۰/۳/۱ - تاریخ پذیرش: ۱۳۹۰/۷/۳

## رابطه بین سبک های دل بستگی و دشواری در تنظیم هیجانی بارضایت زناشویی در معلمان زن جزیره کیش

دکتر مسعود محمدی\*

دکتر رابرت فرنام\*\*

پریسا محبوبی\*\*\*

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه بین سبک های دل بستگی و دشواری در تنظیم هیجانی با رضایت زناشویی در معلمان جزیره کیش می باشد. نمونه این پژوهش شامل ۱۰۰ نفر معلم زن متاهل بود که به روش نمونه گیری تصادفی ساده از بین تمامی معلمان انتخاب شدند. برای گردآوری داده ها از پرسشنامه سبک های دل بستگی سیمپسون، پرسشنامه دشواری در تنظیم هیجانی گراتز و رومر و پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ استفاده شد. پژوهش حاضر از نوع همبستگی بود و نتایج تحلیل داده ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه نشان داد که بین سبک دل بستگی ایمن و رضایت زناشویی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. اما بین سبک های دل بستگی ناایمن (دوسوگرا و اجتنابی) با رضایت زناشویی و همچنین دشواری در تنظیم هیجانی با رضایت زناشویی رابطه منفی معناداری وجود دارد. همین طور یافته ها نشان داد که بین سبک های دل بستگی و دشواری در تنظیم هیجانی با رضایت زناشویی رابطه ی چندگانه وجود دارد. همچنین تحلیل رگرسیون نشان داد که سبک دل بستگی دوسوگرا بهترین پیش بینی کننده ی رضایت زناشویی می باشد.

کلید واژگان: سبک های دل بستگی، دشواری در تنظیم هیجانی، رضایت زناشویی

\*گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات فارس، شیراز، ایران.

\*\*بورد تخصصی روانپزشکی سازمان بهزیستی استان فارس

\*\*\*گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات فارس، شیراز، ایران.

## مقدمه

خانواده را مؤسسه یا نهاد اجتماعی معرفی کرده اند که ناشی از پیوند زناشویی زن و مرد است. از جمله مظاهر زندگی اجتماعی انسان، وجود تعامل های سالم و سازنده میان انسان ها و برقرار بودن عشق به هم نوع و ابزار صمیمیت و همدلی به یکدیگر است. خانواده محل ارضای نیازهای مختلف جسمانی و عقلانی و عاطفی است و داشتن آگاهی از نیازهای زیستی و روانی و شناخت چگونگی ارضاء آنها و تجهیز شدن به تکنیک های شناخت تمایلات زیستی و روانی ضرورتی انکار ناپذیر می باشد. رضایت یک فرد از زندگی زناشویی به منزله رضایت وی از خانواده محسوب می شود و رضایت از خانواده به مفهوم رضایت از زندگی بوده و در نتیجه تسهیل در امر رشد و تعالی و پیشرفت مادی و معنوی جامعه خواهد شد (تابع جماعت، ۱۳۸۷).

«رضایت زناشویی»<sup>۱</sup> یک ارزیابی کلی از وضعیت رابطه زناشویی یا رابطه عاشقانه کنونی فرد است. رضایت زناشویی می تواند انعکاسی از میزان شادی افراد از روابط زناشویی و یا ترکیبی از خشنود بودن بواسطه بسیاری از عوامل مختص رابطه زناشویی باشد. می توان رضایت زناشویی را به عنوان یک موقعیت روان شناختی در نظر گرفت که خود به خود بوجود نمی آید بلکه مستلزم تلاش هر دو زوج است. بویژه در سال های اولیه، رضایت زناشویی بسیار بی ثبات است و روابط در معرض بیشترین خطر قرار دارند (برادبری<sup>۲</sup>، نقل از احمدی و همکاران، ۲۰۱۰).

محققان به هنگام مطالعه رضایت زناشویی در طول دوران ازدواج دریافتند که چنین رضایتی تمایل به پیروی از مسیر U شکل دارد. در طی مراحل اولیه ازدواج، رضایت زناشویی افزایش می یابد و در طی ۱۰ تا ۲۰ سال بعد کاهش می یابد و بعد از اینکه فرزندان خانه را ترک می کنند، زوجین مجال بیشتری برای رابطه زناشویی و صمیمیت بیشتر می یابد. تحقیقات انجام شده در زمینه کاهش اولیه در میزان رضایت زناشویی U شکل بودن این روند را ثابت کرده اند اما پاسخ هایی محکمی در زمینه این تغییر ارائه نداده اند. این کاهش میزان رضایت زناشویی غالباً به افزایش استرس در طول این دوران (اواسط دوران زناشویی) مرتبط است، استرس هایی چون کنار آمدن با رسیدن فرزندان به سن جوانی، مراقبت از والدین سالخورده، احساس پوچی، مسائل مالی و بازنشستگی (هابر<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۰).

در رابطه رضایت زناشویی، عوامل متعددی باعث رضایت همسران از یکدیگر می شود. یکی از عوامل موثر در رضایت همسران از یکدیگر سبک های دلبستگی است. دلبستگی پیوند عاطفی هیجانی نسبتاً پایداری است که بین کودک و مراقبت کننده اصلی (مادر) ایجاد می شود و به دیگر روابط نزدیک او مانند (روابط رمانتیک) تعمیم می یابد (بالی<sup>۴</sup>، نقل از لائورنت و پاورس<sup>۵</sup>، ۲۰۰۷).

۱. marital satisfaction

۲. Bradbury.

۳. Huber

۴. Bowlby

۵. Laurent & powers

تجربه هایی که نوزاد با مراقبت کننده اش دارد در الگوهای روابط وی با دیگران درونی می شوند و این الگوی عملی درونی شده، تعیین کننده چگونگی مفهوم نوزاد از خود و دیگران است مفهومی که بعدها در روابط او با دیگران گسترش می یابد (برامبوگ و فرلی، ۲۰۰۶).

بانس<sup>۲</sup> (۲۰۰۴) پژوهشی را با هدف بررسی رابطه بین سبک های دلبستگی و رضایت زناشویی انجام داد. نتایج نشان داد که سبک دلبسته ایمن با رضایت زناشویی بالاتر و سبک دلبسته ناایمن با رضایت زناشویی پایین تر رابطه داشت. دیستکی<sup>۳</sup> (۲۰۰۸) و هاسلی<sup>۴</sup> (۲۰۰۶) نیز به نتایج مشابهی دست یافتند.

تداوم دلبستگی تا بزرگسالی و تأثیر آن بر روابط بین فردی افراد در آینده به تحقیقات متعددی منجر شد که از آن میان می توان به پژوهش های هازن و شیور<sup>۵</sup> (به نقل از برامبوگ و فرلی، ۲۰۰۶) اشاره کرد که با الهام نظریه بالبی (۱۹۶۹) در مورد ماهیت پیوندهای عاطفی، نقش دلبستگی های متقابل<sup>۶</sup> بزرگسالان را در روابط زوجین بررسی کردند و سبک های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا، افکار، احساس ها و رفتار زوجین را در روابط زناشویی تحت تأثیر قرار می دهند. کان و همکاران<sup>۷</sup> (۲۰۰۷) نیز طی تحقیقاتی در همین راستا به یافته های مشابه دست یافتند.

سیمپسون<sup>۸</sup> و همکاران (۲۰۰۷) با هدف بررسی رابطه بین بیانگری هیجانی و سبک های دلبستگی در روابطی رمانتیک تحقیقی را انجام دادند نتایج تحقیق نشان داد، افرادی که در دوره نوزادی دلبسته ایمن شناخته شدند در اواسط کودکی از لیاقت و کفایت اجتماعی بیشتری در بین همسالان برخوردار بودند. همچنین در نوجوانی و اوایل بزرگسالی در روابط نزدیک خود با دوستان و شریکان زندگی در روابط رمانتیک، بیانگری هیجانی و عاطفی مناسب تری نشان دادند.

از جمله تحقیقات انجام شده در زمینه رابطه سبک های دلبستگی با رضایت زناشویی می توان به پژوهش های افرادی همچون؛ عیدی و خانجانی (۱۳۸۵)، رجایی و همکاران (۱۳۸۶)، جوین و همکاران (۲۰۰۹) و ساودرا<sup>۹</sup> و همکاران (۲۰۰۹) اشاره کرد که همگی بیانگر این مطلب هستند که آزمودنی های با سبک دلبستگی ایمن از رضایت زناشویی بالاتر، مشکلات بین شخصی کمتر و سطح شادمانی بیشتری نسبت به آزمونی های واجد سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا برخوردارند. کرولی<sup>۱۱</sup> (۲۰۰۶) و استیور<sup>۱۲</sup> (۲۰۰۵)، نیز طی تحقیقاتی جداگانه به نتایج مشابهی

۱. Bramburgh & fraley

۲. Banse

۳. Distky

۴. Hasely

۵. Hazen & shaver

۶. reciprocal attachment

۷. Kane & et al

۸. Simpson

۹. Gouin

۱۰. Saavedra

۱۱. Crowley

۱۲. Steuber

رسیدند و این یافته را تأیید کردند.

یکی از عوامل مؤثر دیگر در رضایت زناشویی «تنظیم هیجانی» است. تطبیق و سازگاری روان شناختی تا حد زیادی به تنظیم هیجان ها بستگی دارد. اکثر اختلالات روان شناختی به واسطه یک آشفتگی هیجانی مشخص می شوند، و این آشفتگی ها به طور زیربنایی با کارکرد معیوب در تنظیم هیجانی مرتبط می گردد. در زندگی انسان تجربه هیجان های منفی گریز ناپذیر است در همین ارتباط بدون تردید در زندگی روزمره پتانسیل قابل توجهی برای «دشواری در تنظیم هیجانی»<sup>۲</sup> وجود دارد و تنظیم هیجانی یکی از مهمترین تکالیف برای سلامت جسمی و روان شناختی بویژه در روابط زناشویی است (کرینگ و ورنر<sup>۳</sup>، ۲۰۰۴).

کوئینهو<sup>۴</sup> و همکاران (۲۰۱۰) براساس مطالعات پیشینه عنوان می کنند که تنظیم هیجانی، به مرحله ای اشاره دارد که افراد به واسطه آن بر هیجانان خود و اینکه آن ها چگونه هیجانانشان را بیان و تجربه می کنند، تأثیر می گذارد. دشواری در تنظیم هیجانی باید نتیجه کمبود توانایی ها و قابلیت های تنظیم هیجانی باشد.

طبق مدل تنظیم هیجانی، تنظیم هیجانی فرآیندی منحصر به فرد و یگانه برای تعدیل تجربه هیجانی به قصد دستیابی به مطلوبیت اجتماعی و قرار گرفتن در یک وضعیت جسمانی و روانی آماده، برای پاسخگویی مناسب به تقاضاهای درونی و بیرونی است. تنظیم هیجانی به «منظم کردن و تنظیم» فرایندهای احساسی در راستای عملکرد تطبیقی اطلاق می شود. بنابراین، بی نظمی احساسات، به فرایندهای تنظیمی اطلاق می شود که در نهایت عملکرد تطبیقی را مختل می کنند. (هوانگ<sup>۵</sup>، ۲۰۰۶).

گراتز و رومر<sup>۶</sup> (به نقل از کوئینهو و همکاران، ۲۰۱۰) یک مفهوم چند بعدی تنظیم هیجان را پیشنهاد می کنند که شامل: ۱- آگاهی و شناخت و فهم هیجانان ۲- پذیرفتن هیجانان ۳- توانایی برای کنترل رفتارهای تکانشی<sup>۷</sup> و عمل کردن برحسب اهداف مطلوب وقتی که هیجانان منفی تجربه می شوند. ۴- توانایی در استفاده از تنظیم هیجانی به وسیله اجرا کردن استراتژی هایی که پاسخ های هیجانی را در یک حالت انعطاف پذیر شکل می دهند، می باشد. غیبت نسبی یکی یا همه این توانایی ها، دشواری در تنظیم هیجانی یا عدم تنظیم هیجانی را نشان خواهد داد. این ابعاد به مقیاس دشواری در تنظیم هیجانی مربوط هستند.

دانهام<sup>۸</sup> (۲۰۰۸) در تحقیق خود به مطالعه مهارت های هیجانی و تأثیر آن بر رضایت زناشویی

۱. Emotion regulation

۲. Difficulties in emotion regulation

۳. Kring & Werner

۴. Cotinho

۵. Howang

۶. Grtz & Romer

۷. Impulsive behaviours

۸. Dunham

و فرآیند صمیمیت بر روی آمریکایی های آفریقایی تبار پرداخت. نمونه شامل ۱۳۲ زوج متأهل بود. نتایج نشان داد که هم در زنان و هم در مردان دشواری در تنظیم هیجانی با رضایت زناشویی و صمیمیت ایمن رابطه منفی داشت.

کربی<sup>۱</sup> (۲۰۰۷) پژوهشی را با هدف تأثیر درمان دشواری در تنظیم هیجانی بر رضایت زناشویی انجام دادند. نمونه مورد پژوهش دربرگیرنده ۱۰ زوج بود که حداقل یکی از زوجین با مشکلات مزمن تنظیم هیجانی مواجه بود. نتایج نشان داد که درمان دشواری در تنظیم هیجانی، تأثیرات قابل ملاحظه ای در عرصه های مختلف داشت که شامل: تنظیم هیجانی و افزایش رضایت زناشویی و افزایش اعتماد در توانایی تنظیم هیجانی زوجین بود.

آبت<sup>۲</sup> (۲۰۰۵) پژوهشی را با هدف بررسی رابطه دشواری در تنظیم هیجانی با رضایت زناشویی انجام داد. نمونه مورد پژوهش شامل ۱۰۸ زوج بود. نتایج نشان داد که بین دشواری در تنظیم هیجانی با رضایت زناشویی رابطه منفی وجود دارد.

یلسما و شرلین<sup>۳</sup> (۲۰۰۳) در پژوهشی دشواری در تنظیم هیجانی و رضایت زناشویی را مورد مطالعه قرار دادند. نتایج نشان داد که دشواری در تنظیم هیجانی تأثیر منفی بر رضایت زناشویی زوجین داشت.

با توجه به نقش بسیار مهم سبک های دلبستگی و دشواری در تنظیم هیجانی در روابط زناشویی و تأثیر آنها بر میزان رضایت زناشویی، پژوهش حاضر درصدد بررسی این متغیرها و پاسخ به این پرسش است که آیا بین سبک های دلبستگی و دشواری در تنظیم هیجانی با رضایت زناشویی در معلمان جزیره کیش رابطه وجود دارد؟

### روش پژوهش

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه معلمان زن شاغل در آموزش و پرورش جزیره کیش که در سال ۱۳۸۹ مورد بررسی قرار گرفتند. نمونه این تحقیق مشتمل بر ۱۰۰ نفر از جامعه مذکور می باشد که برای انتخاب آنها از روش نمونه گیری تصادفی ساده استفاده گردید و برای تعیین حجم نمونه از جدول مورگان<sup>۴</sup> استفاده شده است.

۱. Kirby

۲. Abbot

۳. Yelsma &sherlyn

۴. Mourgan

## ابزارهای تحقیق

### - پرسشنامه سبک های دلبستگی

این پرسشنامه توسط سیمپسون (۱۹۹۰)، ساخته شده است. این آزمون شامل ۱۳ جمله است که از این ۱۳ جمله، ۵ جمله برای ارزیابی سبک دلبستگی ایمن و ۸ جمله برای ارزیابی دو سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا است. عباسی سرچشمه (۱۳۸۴) اعتبار این آزمون را به این شکل بدست آورد که سوال هابانمره های سبک های دلبستگی مورد نظر همبسته شدند که ضریب همبستگی آن ۰/۵۹ بود که در سطح  $P < ۰/۰۱$  معنی دار بود. وپایایی این پرسشنامه بر حسب آلفای کرونباخ و تنصیف ۰/۷۰ و ۰/۶۲ بدست آمد. در تحقیق حاضر، ضرایب پایایی پرسشنامه سبک های دلبستگی با استفاده از روش آلفای کرونباخ و تنصیف محاسبه گردید که به ترتیب ۰/۷۲ و ۰/۷۰ می باشد که بیانگر ضرایب پایایی قابل قبول پرسشنامه مذکور است.

### - پرسشنامه دشواری در تنظیم هیجانی

این پرسشنامه توسط گراتز و رومر<sup>۱</sup> (۲۰۰۴) ساخته شده است. این مقیاس یک پرسشنامه ۳۶ آیتمی چند بعدی خود گزارشی است که علاوه بر اینکه تنظیم هیجانی را ارزیابی می کند، دشواری در تنظیم هیجانی را ارزیابی می کند. امینان (۱۳۸۸) برای تعیین اعتبار پرسشنامه دشواری در تنظیم هیجانی، نمره آن را با نمره پرسشنامه هیجان خواهی ذاکر من<sup>۲</sup> همبسته نمود که مشخص شد همبستگی مثبت معناداری بین آنها وجود دارد که بیانگر بر خورداری پرسشنامه دشواری در تنظیم هیجانی از اعتبار لازم بود. ( $r = ۰/۲۶$  و  $p = ۰/۰۴۳$  و  $n = ۵۹$ ). پایایی این پرسشنامه توسط امینان (۱۳۸۸) مورد محاسبه قرار گرفته است پایایی پرسشنامه دشواری در تنظیم هیجانی به دو روش آلفای کرونباخ و تنصیف محاسبه شد و به ترتیب ۰/۸۶ و ۰/۸۰ به دست آمده است که بیانگر ضرایب قابل قبول پرسشنامه دشواری در تنظیم هیجانی بود. در تحقیق حاضر برای تعیین پایایی پرسشنامه دشواری تنظیم هیجانی از دو روش آلفای کرونباخ و تنصیف استفاده شد که برای کل پرسشنامه به ترتیب برابر با ۰/۹۰ و ۰/۸۱ که بیانگر ضرایب پایایی مطلوب قبول پرسشنامه مذکور می باشد.

### پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ<sup>۳</sup>

پرسشنامه انریچ توسط اولسون، فورنیر و درانگمن<sup>۴</sup> (نقل از ثنایی، ۱۳۷۹) در آمریکا با هدف ارزیابی زمینه های بالقوه مشکل زناشویی زمینه های قوت و پرباری رابطه زناشویی ساخته شده است. پرسشنامه ی انریچ در ایران توسط سلیمانان (۱۳۷۳) به صورت فرم کوتاه ۴۷ سؤالی ساخته شده است اعتبار و پایایی این پرسشنامه توسط سلیمانان مورد محاسبه قرار گرفته است. اعتبار ملاک این پرسشنامه را با پرسشنامه سازگاری خانواده، به ترتیب ۰/۸۶ و ۰/۹۲ (همگی در سطح ۰/۰۵ معنا دار بودند) به دست آورده اند که نشانگر اعتبار قابل قبول آن می باشد و پایایی آن نیز ۰/۹۵ باروش آلفای کرونباخ محاسبه شده است. در تحقیق حاضر، ضرایب پایایی پرسشنامه رضایت زناشویی نیز با استفاده از روش آلفای کرونباخ و تنصیف محاسبه گردید که به ترتیب برابر با ۰/۹۰ و ۰/۹۰ می باشد که بیانگر ضرایب پایایی مطلوب پرسشنامه مذکور است.

۱. Gratz & Romer

۲. Zucherman

۳. Enrich

۴. Olson, Fournier & Druk man

یافته‌های پژوهش  
الف) یافته‌های توصیفی

**جدول ۱: میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمره در متغیرهای دشواری در تنظیم هیجانی و سبک های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در معلمان زن**

تعداد	حداکثر نمره	حداقل نمره	انحراف معیار	میانگین	شاخص های آماری متغیرها
۱۰۰	۲۱۷	۹۴	۲۴/۳۹	۱۷۱/۱۵	رضایت زناشویی
۱۰۰	۲۰	۵	۲/۸۶	۱۳/۴۹	دلبستگی ایمن
۱۰۰	۲۰	۴	۲/۹۷	۱۰/۹۵	دلبستگی اجتنابی
۱۰۰	۱۶	۴	۲/۹۸	۸/۵۶	دلبستگی دوسوگرا
۱۰۰	۱۵۱	۴۴	۲۰/۹۴	۸۷/۰۱	دشواری در تنظیم هیجانی

همانطوری که در جدول شماره ۱ مشاهده می شود میانگین و انحراف معیار در متغیر رضایت زناشویی ۱۷۱/۱۵ و ۲۴/۳۹ و در سبک های دلبستگی ایمن ۱۳/۴۹ و ۲/۸۶ و دلبستگی اجتنابی ۱۰/۹۵ و ۲/۹۷ و دلبستگی دوسوگرا ۸/۵۶ و ۲/۹۸ و در متغیر دشواری در تنظیم هیجانی ۸۷/۰۱ و ۲۰/۹۴ می باشد.

ب) یافته‌های مربوط به فرضیه‌های پژوهش

**جدول ۲: ضریب همبستگی ساده بین سبک دلبستگی ایمن و سبک دلبستگی دوسوگرا و سبک دلبستگی اجتنابی و دشواری در تنظیم هیجانی بارضایت زناشویی معلمان زن**

تعداد نمونه	سطح معناداری (P)	ضریب همبستگی R	متغیرهای پیش بین	متغیر ملاک
۱۰۰	۰/۰۰۳	۰/۳۰	سبک دلبستگی ایمن	رضایت زناشویی
۱۰۰	۰/۰۰۰۱	-۰/۵۳	سبک دلبستگی دوسوگرا	
۱۰۰	۰/۰۰۰۱	-۰/۴۰	سبک دلبستگی اجتنابی	
۱۰۰	۰/۰۰۰۱	-۰/۳۷	دشواری در تنظیم هیجانی	

**فرضیه اول:** بین سبک دلبستگی ایمن بارضایت زناشویی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. همانطوری که در جدول شماره ۲ مشاهده می شود بین سبک دلبستگی ایمن بارضایت زناشویی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. در نتیجه فرضیه اول تأیید می گردد. ( $p < ۰/۰۰۳$  و  $r = ۰/۳۰$ ).

فرضیه دوم: بین سبک دلبستگی دو سو گرا با رضایت زناشویی رابطه منفی معناداری وجود دارد. همانطوری که در جدول شماره ۲ مشاهده می شود بین سبک دلبستگی دو سو گرا با رضایت زناشویی رابطه منفی معناداری وجود دارد در نتیجه فرضیه دوم تأیید می گردد. ( $r = -0/53$  و  $p < 0/0001$ )

فرضیه سوم: بین سبک دلبستگی اجتنابی با رضایت زناشویی رابطه منفی معناداری وجود دارد. همانطوری که در جدول شماره ۲ مشاهده می شود بین سبک دلبستگی اجتنابی با رضایت زناشویی رابطه منفی معناداری وجود دارد. در نتیجه فرضیه سوم تأیید می گردد. ( $r = -0/40$  و  $p < 0/0001$ )

فرضیه چهارم: بین دشواری در تنظیم هیجانی با رضایت زناشویی رابطه منفی معناداری وجود دارد. همانطوری که در جدول شماره ۲ مشاهده می شود بین دشواری در تنظیم هیجانی با رضایت زناشویی رابطه منفی معناداری وجود دارد در نتیجه فرضیه چهارم تأیید می گردد. ( $r = -0/37$  و  $p < 0/0001$ )

فرضیه پنجم: بین سبک های دلبستگی و دشواری در تنظیم هیجانی با رضایت زناشویی رابطه چند گانه وجود دارد.

### جدول ۳. ضریب همبستگی چندگانه نمرات سبک های دلبستگی و دشواری در تنظیم هیجانی با رضایت زناشویی در معلمان زن با استفاده از روش های ورود (enter) و مرحله ای (stepwise)

الف	شاخص آماری	همبستگی چندگانه MR	ضریب تعیین RS	ضرایب رگرسیون ( $\beta$ )				نسبت F احتمال p	متغیرهای پیش بین	ملاک
				۱	۲	۳	۴			
رضایت زناشویی	۱- سبک دلبستگی ایمن	۰/۳۰	۰/۰۹	$\beta = 0/30$ $t = 3/09$ $p = 0/007$				$F = 9/53$ $p = 0/003$		
	۲- سبک دلبستگی دو سوگرا	۰/۵۵	۰/۳۱	$\beta = 0/16$ $t = 1/80$ $p = 0/074$	$\beta = -0/49$ $t = -5/57$ $p = 0/0001$			$F = 21/81$ $p = 0/0001$		
	۳- سبک دلبستگی اجتنابی	۰/۵۸	۰/۳۴	$\beta = 0/08$ $t = 0/877$ $p = 0/383$	$\beta = -0/43$ $t = -4/86$ $p = 0/0001$	$\beta = -0/21$ $t = -2/17$ $p = 0/032$		$F = 16/67$ $p = 0/0001$		
	۴- دشواری در تنظیم هیجانی	۰/۶۰	۰/۳۶	$\beta = 0/12$ $t = 1/27$ $p = 0/206$	$\beta = -0/37$ $t = -3/78$ $p = 0/0001$	$\beta = -0/16$ $t = -1/66$ $p = 0/098$	$\beta = -0/15$ $t = -1/62$ $p = 0/108$	$F = 13/37$ $p = 0/0001$		
ب	شاخص آماری	همبستگی چندگانه MR	ضریب تعیین RS	ضرایب رگرسیون ( $\beta$ )		نسبت F احتمال p	متغیرهای پیش بین			
				۱	۲					
رضایت زناشویی	۱- سبک دلبستگی دو سوگرا	۰/۵۳	۰/۲۸	$\beta = -0/53$ $t = -6/28$ $p = 0/0001$		$F = 39/46$ $p = 0/0001$				
	۲- سبک دلبستگی اجتنابی	۰/۵۸	۰/۳۳	$\beta = -0/45$ $t = -5/06$ $p = 0/0001$	$\beta = -0/24$ $t = -2/72$ $p = 0/008$	$F = 24/68$ $p = 0/0001$				



همانطور که در قسمت الف جدول شماره ۳ نشان داده شده است طبق نتایج حاصل از رگرسیون با روش ورود مکرر ضریب همبستگی چندگانه برای ترکیب خطی متغیرهای سبک های دل بستگی و دشواری در تنظیم هیجانی با رضایت زناشویی در سطح  $P = 0/0001$  برابر است با  $MR = 0/60$  و  $RS = 0/36$  می باشد بنابراین فرضیه پنجم تأیید می شود. با توجه به ضریب تعیین  $RS$  مشخص شد که  $0/36$  واریانس رضایت زناشویی توسط متغیرهای پیش بین قابل تبیین است. همچنین با توجه به قسمت ب جدول مذکور قابل مشاهده است از میان متغیرهای پژوهش، سطح دل بستگی دوسوگرا بهترین پیش بینی کننده رضایت زناشویی است.

### بحث و نتیجه گیری

بر اساس یافته های حاصل از این تحقیق بین سبک دل بستگی ایمن با رضایت زناشویی معلمان رابطه مثبت معنی داری وجود دارد. نتایج حاصل از این فرضیه ها با یافته پژوهش های دیستکی (۲۰۰۸)، سیمپسون و همکاران (۲۰۰۷)، هاسلی (۲۰۰۶)، بانس (۲۰۰۴) و رجایی و همکاران (۱۳۸۶) همخوانی دارد. در تبیین این فرضیه می توان گفت درک مثبت از همسران که از ویژگی های افراد با سبک دل بستگی ایمن است، رضایت زناشویی را در زوجین افزایش می دهد. درک مثبت همسران تعامل های حمایتی زوجین را تقویت می کند و این خود منجر به رضایتمندی زناشویی می شود (کوب<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۱). همچنین اطلاعات موجود در پژوهش بیانگر این مطلب است که سبک دل بستگی کیفیت روابط جنسی فرد را تحت تأثیر قرار می دهد. بدین صورت که افراد با سبک دل بستگی ایمن برخلاف افراد با سبک دل بستگی نایمن رضایت جنسی بالاتری از روابط خود دارند (بترز و کمپل<sup>۲</sup>، ۲۰۰۸). از آن جا که روابط جنسی از مولفه های مهم و موثر بر رضایت زناشویی است پس انتظار می رود افراد با سبک دل بستگی ایمن از رضایت مندی زناشویی بالاتری نسبت به افراد با سبک دل بستگی نایمن برخوردار باشند.

از سوی دیگر در تحقیق حاضر مشاهده شد که بین سبک دل بستگی دوسوگرا با رضایت زناشویی رابطه منفی معنی داری وجود دارد این یافته ها با نتایج پژوهش های بانس (۲۰۰۴)، کرولی (۲۰۰۶)، هاسلی (۲۰۰۶) و عیدی و خانجانی (۱۳۸۵) همسو و هماهنگ است. افراد دارای سبک دل بسته دوسوگرا کسانی هستند که احساس می کنند دیگران مایل نیستند آنقدر که آنها دوست دارند با آنان رابطه نزدیک داشته باشند و اغلب نگران هستند که همسرشان واقعاً آنها را دوست نداشته باشد. آنها مایلند که با بعضی افراد کاملاً یکی شوند ولی این خواسته بعضی اوقات باعث ناراحتی و دوری مردم از آنها می شود (تابع جماعت، ۱۳۸۷). بزرگسالان دوسوگرا در روابط عاطفی خود با دیگران انحصارگر و وابسته بوده، دائماً نگران طرد و رها شدن از سوی دیگران هستند (رابین و اولین<sup>۳</sup>، ۱۹۹۸). همچنین همسران با سبک دل بستگی مضطرب دوسوگرا، اندوه و پریشانی و اضطراب بیشتری را در طول تعارض نشان می دهند. بنابراین آنچه گفته شد انتظار می رود افراد با سبک دل بسته دوسوگرا رضایت زناشویی کمتری از روابط خود داشته باشند.

۱. cob

۲. Butzer & Campbell

۳. Robyn & Evelyn

همچنین بر اساس یافته های حاصل از این تحقیق روشن شد که بین دلبستگی اجتنابی و رضایت زناشویی رابطه منفی معناداری وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهش های استیوبر (۲۰۰۵)، کرولی (۲۰۰۶)، کان و همکاران (۲۰۰۷)، جوین و همکاران (۲۰۰۹)، ساودرا و همکاران (۲۰۰۹) همسو و هماهنگ است.

در تبیین این فرضیه می توان گفت افراد با سبک دلبسته اجتنابی به دیگران اعتماد ندارند و همیشه یک نوع فاصله هیجانی را از دیگران حفظ می کنند و اغلب تنها و متخاصم هستند. خصومت آنها، محصول نیاز دلبستگی ناکام شده، همراه با انتظار طرد از سوی دیگران است. بزرگسالان اجتنابی از ایجاد روابط صمیمانه با دیگران اجتناب کرده و در مقیاس هایی که روابط عاشقانه و رمانتیک را بررسی می کنند نمرات پایین تری به دست می آورند (فینی و نولر، ۱۹۹۰). همچنین این افراد از تعارضات خصومت آمیز بیشتری با همسرشان برخوردارند (استیوبر، ۲۰۰۵).

به علاوه بر اساس یافته های حاصل از این پژوهش مشخص شد که بین دشواری در تنظیم هیجانی با رضایت زناشویی معلمان رابطه منفی معناداری وجود دارد. این یافته ها با نتایج پژوهش های یلسماو شرلین (۲۰۰۳)، آبت (۲۰۰۵)، دانهام (۲۰۰۸) همسو و هماهنگ است.

از آنجا که توانایی تنظیم هیجانی می تواند کیفیت روابط فرد را تعیین کند. افرادی که قادر به تنظیم هیجانانشان هستند، هیجانان خود و دیگران را بهتر درک می کنند. در نتیجه درک بهتری از افراد در وضعیت های گوناگون به دست می آورند و از مهارت های بین فردی و درون فردی توسعه یافته تری برخوردارند. بنابراین چنین افرادی نسبت به افرادی که دشواری در تنظیم هیجانی دارند روابط بهتری دارند (لوپز و همکاران، ۲۰۰۴). افرادی که دشواری در تنظیم هیجانی دارند نمی توانند موقعیت هیجانی خود را مجدداً به دست آورد، کمتر قادرند رابطه خود را حفظ کرده و احساس می کنند که در الگوهای منفی ارتباط با دیگران قرار می گیرند، آنها خارج از کنترل بودن را احساس می کنند، بنابراین از رضایت زناشویی کمتری برخوردارند (آبت، ۲۰۰۵).

توصیه می شود با توجه به اینکه سبک دلبستگی دوسو گرا بهترین پیش بینی کننده رضایت زناشویی می باشد، پیشنهاد می شود طرح های آموزشی جهت ارتقای سطح آگاهی مادران در خصوص روشهای درست تعامل با فرزندان در سطح کشور اجرا شود.

پیشنهاد می شود با توجه به اهمیت متغیر دشواری در تنظیم هیجانی، مراکز خدمات روانشناسی و مشاوره ای در ارایه راهکارهای مناسب به مراجعان استفاده نمایند.

۱. Noller

۲. Lopes

## منابع

- امینیان، مریم. (۱۳۸۸). بررسی رابطه دشواری در تنظیم هیجانی، رخدادهای منفی زندگی و تصویر از بدن با اختلالات تغذیه در زنان و دختران شهر اهواز. پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.
- تابع جماعت، محمد رضا. (۱۳۸۷). رابطه شیوه های دلبستگی با رضایتمندی زناشویی، آفتاب. ص ۸. ثنایی، باقر. (۱۳۷۹). مقیاس های سنجش خانواده و ازدواج، تهران: انتشارات رشد.
- رجایی، علیرضا. نیری، مهدی. صداقتی، شیرین. (۱۳۸۶). سبکهای مختلف دلبستگی و رضایتمندی زناشویی، روانشناسان ایرانی، ۳(۱۲): ۳۴۷-۳۵۶.
- سلیمانیان، علی اکبر. (۱۳۷۳). بررسی تأثیر تفکرات غیر منطقی بر اساس رویکرد شناختی بر ناراضیاتی زناشویی. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه تربیت معلم تهران.
- عباسی سرچشمه، ابوالفضل. (۱۳۸۴). بررسی رابطه ساده و چند گانه نگرش مذهبی و خوشبینی و سبک های دلبستگی با رضایت زناشویی در دانشجویان مرد متأهل دانشگاه شهید چمران اهواز. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی. دانشگاه شهید چمران اهواز.
- عیدی، رقیه، خانجانی، زینب. (۱۳۸۵). بررسی رضایت زناشویی در سبک های مختلف دلبستگی، فصلنامه روانشناسی دانشگاه تبریز، ۱(۲-۳): ۱۷۵-۲۰۱.
- Abbot, B (2005). Emotion Dysregulation and Re- Regulation: predictors of Relationship intimacy and Distress, Doctoral Dissrtation, Texas A& M university.
- Ahmadi, K., Nabipoor, S. M., Kimiaee, S. A., & Afzali, M. H. (2010). Effect of family problem-solving on marital satisfaction. *Journal of Applied Science*, 10(8): 682-687.
- Banse, R. (2004). Adult attachment and marital satisfaction evidence for dyadic configuration effects. *Journal of social and personality Relationship* 21, 273-282.
- Bowlby, J. (1969). Attachment and loss: vol.1 attachment. New York: Hogarth.
- Braubaugh, C, fraley, R. (2006). Transference and attachment. How do Attachment partners get carried forward from one Relationship to the next. *Journal of society for personality and social psychology*, 32(4), 552-560.
- Butzer, B, Campbell, L. (2008) Adult attachment, sexuall satisfaction and relationship satisfaction: A study of married couples. *Journal of personal relationship*, 15 (2008), 141-154.
- Cob, R., Davila, J., Bradbury, T. (2001). Attachment security and marital satisfaction: The role of positive perception and social support. *Journal of personality and social psychology bulletin*, 27(9), 1131-1143
- Coutinho, J., Ribeiro, E., Ferreirinha, R., & Dias, P. (2010). The Portuguese version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale and its relationship with psychopathological symptoms. *Rev Psiq Clin Journal*, 37(4), 145-151
- Crowley, A.K (2006). The relationship of adult attachment styles and interactive conflict styles to marital satisfaction. Doctoral Dissertation Texas A& M university.
- Distky, M (2008) Attachment and satisfaction in midlife marriages. Doctoral Dissertation, North-

- central university.
- Dunham, S. M. (2008). Emotional skillfulness in African American marriage: intimate safety as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction. Dissertation of Doctor of Philosophy, University of Akron.
- Feeny, J. and Noller-p. (1990). Attachment style and verbal descriptions of romantic love parents. *Journal of social and personal Relationships*, 8, 187-215.
- Gouin, J.P., Glaser, R., Loving, T., Mararkey, W., stowell, J., Houts, c., Glaser, J. (2009). Attachment avoidance Predicts inflammatory response to marital conflict. *Journal of Brain, Behaviour and immunity*, 23 ,898-904.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of - Psychopathology Behavior Assessment* ,26, 41-54.
- Haseley, R.M. (2006). Marital satisfaction among newly married couples: Association with religiosity and romantic attachment style. *Journal of psychology and social*, 26,262-270
- Huber, C. H., Navarro, R. L., Womble, M. W., and Mumme, F. L. (2010). Family Resilience and Midlife Marital Satisfaction. *The Family Journal of Counseling and Therapy for Couples and Families*, 1-10.
- Hwang, J. (2006). A processing model of emotion regulation: insights from the attachment system. Doctoral dissertation, College of Arts and Sciences, Georgia State University.
- Kane, H. s., Jamerka, L., Guichards, A. C., Ford, M. B., Collins, N., Feeny, B. C. (2007). Feeling supported and How are Partner's attachment style predicts the other partners relationship experiences. *Journal of social and personal relationship*, 24 (4), 535-555.
- Kring, A. M., & Werner, K. H. (2004). Emotion Regulation and Psychopathology. In P. Philippot, & R. S. Feldman (Eds.). *The regulation of Emotion* (pp.359-385). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers. *Journal of Family communication*,3(1) ,48-62.
- Kirby, Js. (2007). Treating emotion Dysregulation in a couples context: a Pilot study of a couples skills Group intervention. *Journal of marital and family Therapy*, 33(3), 375-391.
- Laurent, H., Powers, S. (2007). Emotion Regulation in emerging adult couples: Temperament, attachment, and HPA response to conflict. *Journal of Biological Psychology*, 76 (2007), 61-71.
- Lopes, P. N., Brackett, M. A., Nezlek, J., Schultz, A., Sellin, I., & Salovey, P. (2004). Emotional intelligence and social interaction. *Journal of Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 1018-1034.
- Robyn, A.P., Evelyn, D.S. (1998). Attachment and marital adjustment changing families, challenging futures 6 Th Australian institute of family studies conference melborn 25-27 november 1998
- Saavedra, M., Champan, K., Rogge. (2009). Attachment and Relationship quality Hostile conflict and Mindfulness as Mediators. *Journal of family Psychology*, 24(4), 380-390.
- Simpson, J.A., Collins, A., Tran, s., Haydon, KC. (2007). Attachment and the experience and expression of emotion in Romantic Relationships: A development Perspective. *Journal of Personal and social Relationship*, 99(2), 355-367.
- Steuber, K. (2005). Adult attachment conflict style and relationship satisfaction a comprehensive model. Thesis for the degree master of Art in Communication: university of Delaware.
- Yelsma, P., & Sherilyn, M. (2003). An Examination of Couples' Difficulties With Emotional Expressiveness and Their Marital Satisfaction. *Journal of family communication*,3(1),41-62.