فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۲۵، شماره ۲۹، تابستان ۱۴۰۴

رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک‌های دلبستگی ناایمن با دلزدگی زناشویی در افراد متأهل: نقش میانجی تنظیم هیجان

سعید لسانی بهزادکلایی[۱] ، رقیه ستوده آلوکنده[۲]، غلامحسین عباسی*[۳]

۱. گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد نکا، نکا، ایران
۲. گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ساری، ساری، ایران
۳. گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ساری، ساری، ایران (نویسنده مسئول)

چکیده

دلزدگی زناشویی یکی از پدیده‌های آسیب‌زای زندگی زناشویی است که با فرسودگی عاطفی، جسمانی و روانی زوجین همراه بوده و کیفیت روابط را تهدید می‌کند. هدف این پژوهش بررسی رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک دلبستگی ناایمن با دلزدگی زناشویی و نقش میانجی تنظیم هیجان بود. این مطالعه توصیفی-همبستگی در سال‌های ۱۴۰۴-۱۴۰۳ انجام شد. جامعه آماری افراد متأهل مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهرستان نکا بود که از میان آن‌ها ۱۵۸ زن و مرد به صورت در دسترس انتخاب شدند. داده‌ها با پرسشنامه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه یانگ (۱۹۹۸) ، دلبستگی بزرگسالان کولینز و رید (۱۹۹۰)، تنظیم شناختی هیجان گارنفسکی (۲۰۰۱) و دلزدگی زناشویی پاینز (۱۹۹۶) جمع‌آوری و با نرم‌افزارهای SPSS-27 و SmartPLS-3 تحلیل شدند. نتایج نشان داد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه با دلزدگی زناشویی همبستگی مثبت قابل توجهی داشت (p < ۰/۰۱ ،r = ۰/۴۸) و سبک دلبستگی ناایمن نیز با دلزدگی مرتبط بود (p < ۰/۰۱ ،r = ۰/۳۷)؛ همچنین تنظیم هیجان انطباقی به صورت منفی (p < ۰/۰۱ ،r = ۰/۳۲) و تنظیم هیجان غیرانطباقی به صورت مثبت (p <۰/۰۱ ،r = ۰/۴۵) با دلزدگی زناشویی ارتباط داشتند. میانجی‌گری تنظیم هیجان در این رابطه معنادار بود به گونه‌ای که ضعف در تنظیم هیجان فرایند تأثیر طرحواره‌ها و دلبستگی ناایمن بر دلزدگی را تشدید می‌کند. میزان واریانس تبیین شده دلزدگی زناشویی توسط مدل ۳۶٪ بود (R^2=۰ /۳۶).این یافته‌ها اهمیت تنظیم هیجان را به عنوان سازوکاری روان‌شناختی در اصلاح مشکلات زناشویی برجسته کرده و پیشنهاد می‌کند مداخلات درمانی با تمرکز بر افزایش مهارت‌های تنظیم هیجان در زوجین طراحی و اجرا شود.

واژگان کلیدی: طرحواره‌های ناسازگار اولیه، سبک‌های دلبستگی ناایمن، دلزدگی زناشویی، تنظیم هیجان، مدل‌سازی معادلات ساختاری

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۲۵، شماره ۲۹، تابستان ۱۴۰۴

مقدمه

خانواده، سنگ بنای سلامت اجتماعی است و پایداری آن به تعاملات متقابل اعضایش وابسته است. این پیوندهای عمیق در طول زمان حفظ می‌شوند، هرچند ممکن است شدت آن‌ها دستخوش تغییر گردد (زانگ و ژائو[1]، ۲۰۲۱؛ دانگ و چن[2]، ۲۰۲۲). به شکل معمول در نخستین روزهای ازدواج، معمولاً زوجین نسبت به یکدیگر تعهد دائمی احساس می‌کنند، اما با گذشت زمان، برخی از آن‌ها به‌تدریج دچار تعارضات زناشویی می‌شوند که این تعارضات می‌توانند به کاهش رضایت و تضعیف رابطه منجر شوند (کسلر و همکاران[3]، ۲۰۲۳). در واقع، می‌توان تعارضات زناشویی را فرآیندی در نظر گرفت که طی آن یکی از طرفین پی می‌برد که طرف مقابل او، مسائل مورد علاقه‌اش را نادیده گرفته یا سرکوب می‌کند (چانگ و همکاران[4]، ۲۰۲۳). تعارض زناشویی ناشی از ناهماهنگی زن و شوهر در نوع نیازها و روش ارضای آن، خودمحوری، اختلاف در خواسته‌ها، طرحواره‌های رفتاری، و رفتار غیرمسالمت‌آمیز نسبت به ارتباط زناشویی و ازدواج است (چئوناگ، چیو و چوی[5]، ۲۰۲۲). با بروز تعارض زناشویی، زوجین به مرور زمان رضایت زناشویی خود را از دست داده و نسبت به زندگی مشترک، احساس رضایت کمتری پیدا می‌کنند (ره‌سپارمنفرد، آروند و شریعت‌زاده جنیدی، ۱۴۰۰). کاهش رضایت زناشویی می‌تواند به مرور زمان منجر به شکل‌گیری پدیده‌ی فرسودگی و دلزدگی زناشویی شود (پورحجازی و همکاران، ۱۳۹۹).

دلزدگی زناشویی از مؤلفه‌هایی است که می‌تواند کیفیت ارتباطی و تعاملی زندگی مشترک را با آسیب‌های جدی مواجه سازد. مجموعه‌ای از علائم خستگی عاطفی، جسمانی و روانی، «دلزدگی زناشویی» را به وجود می‌آورد که پیامدهای غیرقابل جبرانی برای زوجین به دنبال دارد (لیو و همکاران[6]، ۲۰۲۳). به‌عبارتی، دلزدگی زناشویی حالت دردناک فرسودگی جسمی، عاطفی و روانی است که زندگی زوج‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهد. این حالت زمانی پدید می‌آید که زوجین متوجه می‌شوند علیرغم تلاش‌هایشان، رابطه‌شان به زندگی صمیمانه و معناداری منتهی نخواهد شد (مصطفی، ۲۰۲۱؛ الساوالقا و همکاران[7]، ۲۰۲۱). دلزدگی زناشویی از انباشته شدن سرخوردگی‌ها و تنش‌های زندگی روزمره به وجود آمده

[1] Zhang
[2] Dong & Chen
[3] Kessler et al.
[4] Chung et al.
[5] Cheung, Chiu & Choi
[6] Liu &et al.
[7] Alsawalqa et al.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

و به فرسایش رابطه‌ی زوجین منجر می‌شود (کویگیت و آزان[1]، ۲۰۲۴). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که دلزدگی زناشویی تحت تأثیر متغیرهای متعددی ازجمله سن، مدت زمان ازدواج، تعداد فرزندان، جنسیت، سطح تحصیلات و شرایط شغلی قرار دارد (اهاری و همکاران[2]، ۲۰۱۸؛ الساوالقا، ۲۰۲۱؛ براون[3]، ۲۰۱۸). زوج‌هایی که با استرس‌های شغلی و مشکلات مالی مواجه هستند، بیش از دیگران در معرض دلزدگی زناشویی قرار دارند (توپکایا و همکاران[4]، ۲۰۲۴). به‌طوری‌که افراد با تحصیلات پایین‌تر یا ازدواج‌های سنتی، بیشتر با این چالش روبه‌رو می‌شوند (چاپری و گوکچاکان[5]، ۲۰۱۳). همچنین فشارهای ناشی از فرزندپروری نیز می‌تواند بر روابط زناشویی تأثیر منفی گذاشته و دلزدگی زناشویی را افزایش دهد (شن و همکاران[6]، ۲۰۲۳).

در بررسی علل تعارضات و فرسودگی در روابط زناشویی علاوه بر مشکلات اقتصادی و اجتماعی، علل فردی و روانشناختی از جمله طرحواره‌های ناسازگار نیز اهمیت ویژه‌ای دارند (کورک و اوزاباجی[7]، ۲۰۲۳). طرحواره‌های ناسازگار اولیه به‌عنوان الگوهای خودکار و نسبتاً پایدار خاطرات، هیجان‌ها، شناخت‌ها و احساسات بدنی تعریف می‌شوند که از نیازهای هیجانی برآورده‌نشده و روابط ناکارآمد در دوران کودکی شکل گرفته‌اند (محمودپور و همکاران، ۲۰۲۰). طرحواره‌ها یکی از عمیق‌ترین ساختارهای شناختی هستند که محتوای آن با یادگیری فرد در طول زمان شکل می‌گیرد. در فرایند پیدایش طرحواره‌ها، عواملی مانند بنیان‌های زیستی فرد و عوامل مرتبط با محیط وی همچون خانواده، فرهنگ و تجربیات وی بر وند رشد و رویدادهای مهم زندگی وی تاثیر می‌گذارد (لیمسرو و همکاران[8]، ۲۰۱۸). طرحواره‌های ناسازگار اولیه به پنج حوزه، گسیختگی و طرد، اختلال خودگردانی و عملکرد، اختلال محدویت، دیگر جهت‌مندی، گوش بزنگی افراطی و بازداری تقیم شده است (گانگ و چان[9]، ۲۰۱۸). طرحواره‌هایی که ریشه در تجربیات آسیب‌زای دوران کودکی دارند در موقعیت‌های دشوار زندگی فعال شده و می‌توانند بر روابط زناشویی تأثیر منفی بگذارند (گانگ

[1] Koçyiğit & Uzun
[2] Ahrari et al.
[3] Brown
[4] Topkaya et al.
[5] Çapri & Gökçakan
[6] Şen et al.
[7] Körük & Özabacı
[8] Lim et al.
[9] Gong & Chan

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

و چان[1]، ۲۰۱۸؛ پیکینگتون و همکاران[2]، ۲۰۲۱). برخی از این طرحواره‌ها، به‌ویژه آن‌هایی که به احساس طرد و جدایی مرتبط هستند، پیش‌بینی‌کننده دلزدگی زناشویی و مشکلات ارتباطی میان زوجین هستند (گرابووسکی[3]، ۲۰۲۳). همچنین طرحواره‌هایی مانند استانداردهای افراطی یا احساس ناتوانی در خودمختاری، می‌توانند تنظیم روابط زناشویی را دشوار سازند (کروک و اوزاباچی[4]، ۲۰۲۳). برخی از این طرحواره‌ها حتی می‌توانند گرایش به خیانت را افزایش داده و به تشدید دلزدگی زناشویی بیانجامند (کریمی و همکاران، ۲۰۲۳).

یکی دیگر از عوامل بنیادین در کیفیت روابط زوجین و پیش‌بین مهم برای دلزدگی زناشویی، سبک دلبستگی می‌باشد (رنزی و همکاران[5]، ۲۰۲۳؛ ویایا و ودیانگسی[6]، ۲۰۲۱؛ رئیسی و همکاران، ۱۳۹۸). مطابق با نظریه دلبستگی بالبی، هر فرد از بدو تولد با یک نظام روانی-زیستی به نام «سیستم دلبستگی» وارد تعاملات اجتماعی می‌شود. این سیستم، تمایل فرد به ایجاد نزدیکی با چهره‌های مهم زندگی را هدایت می‌کند و در شکل‌گیری سبک دلبستگی نقش اساسی دارد (الکساندرو[7]، ۲۰۲۲). سبک دلبستگی به‌منزله‌ی سازه‌ای بنیادین، نقش مهمی در تعیین کیفیت روابط بین‌فردی، تصویر ذهنی فرد از خود و دیگران، و شیوه‌های تنظیم هیجان ایفا می‌کند؛ که این سبک عمدتاً ریشه در تعاملات اولیه کودک با مراقبان اصلی دارد (گرودا و همکاران[8]، ۲۰۲۴). بر اساس نظریه‌های تکمیلی مانند نظریه هازن و شیور، سبک‌های دلبستگی در بزرگسالی به سه دسته اصلی تقسیم می‌شوند: دلبستگی ایمن (با احساس امنیت و صمیمیت سالم)، دلبستگی ناایمن (با نگرانی از طرد و وابستگی زیاد) و دلبستگی ناایمن اجتنابی (با فاصله‌گیری هیجانی و پرهیز از صمیمیت) توصیف می‌شود (صحاف و فضیلی، ۲۰۲۴). این سبک‌ها نقشی مهم در الگوهای هیجانی و شناختی زوجین ایفا می‌کنند. زوج‌هایی با دلبستگی ایمن معمولاً از روابطی رضایت‌بخش‌تر برخوردارند، زیرا توانایی بالایی در تنظیم هیجانات، درک متقابل و حل مسئله دارند. آن‌ها در مواجهه با تعارض، به جای واکنش‌های هیجانی شدید، پاسخ‌هایی منعطف و سازگارانه نشان می‌دهند (النواس و همکاران[9]، ۲۰۲۲). در مقابل، سبک‌های دلبستگی ناایمن اغلب با الگوهای ناپایدار در تعاملات زوجی

[1] Gong & Chan
[2] Pilkington et al.
[3] Grabowski
[4] Körük & Özabaci
[5] Renzi et al.
[6] Wijaya & Widyaningsih
[7] Alexandru
[8] Gruda et al.
[9] Alnawas et al.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

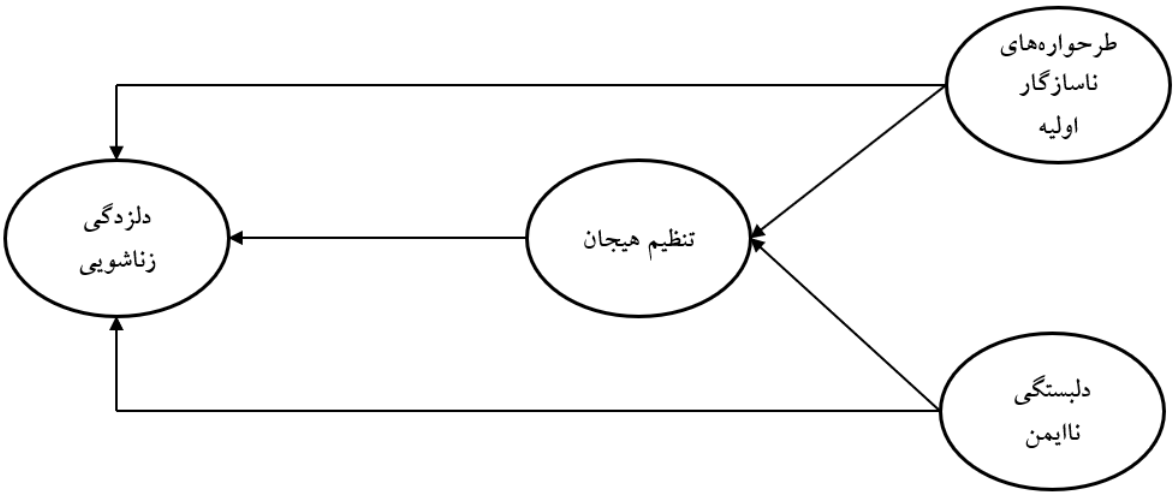
همراه‌اند. افراد با دلبستگی مضطرب، ممکن است به دنبال اطمینان بیش‌ازحد از طرف مقابل باشند و حساسیت زیادی به طرد یا بی‌توجهی داشته باشند، در حالی‌که افراد اجتنابی تمایل به فاصله‌گیری و اجتناب از صمیمیت دارند. در واقع، این الگوهای رفتاری، زمینه‌ساز افزایش سوءتفاهم، نارضایتی و دلزدگی در رابطه زناشویی هستند (میکولینسر و شاور[1]، ۲۰۱۹؛ اورال[2]، ۲۰۱۹). زوج‌هایی با سبک دلبستگی ایمن، از راهبردهای انطباقی‌تری برای تنظیم هیجان استفاده می‌کنند و در مواجهه با تعارضات زناشویی عملکرد مؤثرتری دارند؛ این امر منجر به کاهش مشکلات ارتباطی و دلزدگی می‌شود (اتفاق و همکاران ۲۰۲۴). همچنین، دسترسی عاطفی، پاسخ‌گویی و احساس امنیت متقابل، از ویژگی‌های بارز روابط زوجینی است که دلبستگی ایمن را تجربه کرده‌اند (صحاف و فضیلی۲۰۲۴). سبک دلبستگی ایمن با رضایت و ثبات زناشویی ارتباط مثبت دارد، در حالی که سبک‌های ناایمن با تعارض، کاهش صمیمیت و افزایش دلزدگی در روابط زوجین همراه است (پارک و هریس[3]، ۲۰۲۳).

تنظیم هیجان نیز نقش مهمی در پیشگیری از دلزدگی زناشویی ایفا می‌کند. هیجان‌ها، بخش جدایی‌ناپذیر از سلامت روان و رفاه فردی هستند و توانایی مدیریت آن‌ها می‌تواند کیفیت روابط را بهبود بخشد (لغت‌نامه روان‌شناسی انجمن روانپزشکان آمریکا[4]، ۲۰۲۱). افراد با مهارت‌های بالای تنظیم هیجان، قادرند احساسات خود را به‌طور مؤثری مدیریت کرده و در مواجهه با مشکلات زناشویی، واکنش‌های سازگارانه‌تری نشان دهند (فورد و همکاران[5]، ۲۰۱۹؛ یزدان و همکاران، ۱۴۰۱). در مقابل، ضعف در تنظیم هیجان، یکی از عوامل افزایش‌دهنده دلزدگی زناشویی است (فری و همکاران[6]، ۲۰۲۰). زوجینی که در تنظیم هیجان مهارت دارند، روابط پایدارتر و تعارضات کمتری دارند (شافر و همکاران[7]، ۲۰۱۶). همچنین با توجه به ارتباط منفی و معناداری که بین تنظیم هیجان با مؤلفه‌های درماندگی روانشناختی همچون افسردگی، اضطراب و استرس مزمن وجود دارد، می توان گفت که برخورداری افراد متأهل از مهارت‌های تنظیم هیجانی با بهبود عملکرد روان شناختی و به تبع آن بهبود رضایت زناشویی همراه است (ایسنبرگ[8]، ۲۰۲۰).

[1] Mikulincer & Shaver
[2] Overall
[3] Park & Harris
[4] American Psychiatric Association
[5] Ford & et al
[6] Frye & et al
[7] Shafer et al .
[8] Eisenberg

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۲۵، شماره ۲۹، تابستان ۱۴۰۴



نمودار ۱.مدل مفهومی پژوهش

با توجه به پیچیدگی‌ها و تأثیرات گسترده دلزدگی زناشویی بر کیفیت روابط زوجین، درک دقیق‌تر روابط میان عوامل مؤثر بر آن اهمیت ویژه‌ای دارد .دلزدگی زناشویی، پدیده‌ای چندبعدی است که می‌تواند به کاهش رضایت، کاهش صمیمیت عاطفی و افزایش تعارض میان زوجین منجر شود و علاوه بر تأثیر بر کیفیت زندگی مشترک، بستر بروز مشکلات روان‌شناختی مانند افسردگی و اضطراب را نیز فراهم کند. از این رو، شناسایی و فهم عواملی که در ایجاد یا کاهش دلزدگی زناشویی نقش دارند، برای ارتقای کیفیت روابط و سلامت روان زوجین ضروری است.

با وجود تحقیقات متعدد در این زمینه، خلأهای مهمی همچنان وجود دارد. بیشتر مطالعات بر اثر مستقیم طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک دلبستگی ناایمن بر دلزدگی تمرکز داشته‌اند، اما نقش میانجی تنظیم هیجان در این فرآیند کمتر بررسی شده است. طرحواره‌های ناسازگار اولیه به عنوان الگوهای پایدار شناختی و هیجانی بر سبک‌های ارتباطی و تعاملات زناشویی تأثیر می‌گذارند؛ همچنین سبک‌های دلبستگی، که نشان‌دهنده الگوهای رفتاری در روابط صمیمی هستند، و تنظیم هیجان، به عنوان توانایی مدیریت واکنش‌های هیجانی که در مواجهه با تنش‌های زناشویی نقش دارد، می‌توانند روابط زوجین را تحت تأثیر قرار دهند. این خلأ پژوهشی نیازمند مدل‌های جامع‌تری است که بتوانند ارتباط میان این عوامل را با دلزدگی زناشویی به‌طور کامل تبیین کنند. بنابراین، پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی تنظیم هیجان در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک دلبستگی ناایمن با دلزدگی زناشویی انجام شده است.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

یافته‌ها می‌توانند به فهم بهتر فرآیندهای شناختی و هیجانی موثر بر دلزدگی کمک کرده و پایه‌ای برای طراحی مداخلات درمانی به منظور کاهش دلزدگی و بهبود کیفیت زندگی زناشویی فراهم کنند.

روش

مطالعه حاضر توصیفی و از نوع همبستگی است که در آن روابط ساختاری بین متغیرهای پژوهش از طریق روش مدل‌سازی معادلات ساختاری بررسی شده است. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی زنان و مردان متأهلی بود که در سال‌های ۱۴۰۴-۱۴۰۳ به مراکز مشاوره در شهرستان نکا مراجعه کردند. نمونه‌گیری به صورت غیرتصادفی و هدفمند انجام شد و تعداد ۱۵۸ نفر واجد شرایط انتخاب شدند. هنگام مراجعه افراد به مراکز مشاوره، اطلاعات لازم درباره اهداف پژوهش و نحوه پاسخ‌دهی به پرسشنامه‌ها به آنان ارائه گردید. به شرکت‌کنندگان تأکید شد که اطلاعاتشان محرمانه باقی می‌ماند و داده‌ها صرفاً برای اهداف پژوهشی استفاده خواهد شد. همچنین به آن‌ها اطمینان داده شد که شرکت در پژوهش داوطلبانه بوده و هر زمان که تمایل داشته باشند می‌توانند از ادامه همکاری انصراف دهند. پس از توزیع پرسشنامه‌ها و تکمیل آن‌ها، پرسشنامه‌های ناقص یا نامعتبر حذف شدند و داده‌های معتبر وارد مرحله تحلیل گردیدند.

معیارهای ورود شامل سن بین ۱۸ تا ۵۰ سال، مدت ازدواج بین ۲ تا ۲۵ سال، عدم استفاده همزمان از داروهای روان‌پزشکی یا روان‌درمانی و عدم ابتلا به بیماری‌های جسمانی مزمن یا روانی که توانایی پاسخ‌دهی به پرسشنامه‌ها را مختل کنند، بود. معیارهای عدم ورود شامل داشتن سابقه بیماری جسمی یا روانی شدید و ناقص بودن پرسشنامه‌ها بود.

حجم نمونه ۱۵۸ نفر بر اساس توصیه‌های منابع معتبر در زمینه مدل‌سازی معادلات ساختاری تعیین شد، چرا که حداقل اندازه نمونه بین ۱۰۰ تا ۲۰۰ نفر برای تحلیل‌های ساختاری با روش حداقل مربعات جزئی مناسب و قابل اعتماد است (هیر[1] و همکاران، ۲۰۱۴). داده‌ها با استفاده از پرسشنامه‌های استاندارد جمع‌آوری و با نرم‌افزارهای SPSS-27 و SmartPLS-3 ، در دو بخش توصیفی و استنباطی تحلیل شدند. بخش توصیفی شامل محاسبه شاخص‌های آماری مانند میانگین، انحراف معیار و توزیع فراوانی جهت توصیف ویژگی‌های جمعیت‌شناختی و متغیرهای پژوهش بود و بخش استنباطی با استفاده از مدل‌سازی معادلات ساختاری برای آزمون مدل و بررسی روابط بین متغیرها انجام گرفت.

ابزارهای پژوهش

[1] Hair

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار یانگ: این پرسشنامه که توسط یانگ در سال ۱۹۹۸ ساخته شده است، شامل ۷۵ سوال می‌باشد که با طیف لیکرت ۶ درجه‌ای پاسخ داده می‌شود (کاملا درست = ۶، تقریباً درست = ۵، اندکی درست = ۴، بیشتر درست تا غلط = ۳، تقریباً غلط = ۲، کاملاً غلط = ۱). مولفه‌های آن شامل محرومیت هیجانی (سوالات ۱ تا ۵)، طرد و رهاشدگی (۶ تا ۱۰)، بی‌اعتمادی و بدرفتاری (۱۱ تا ۱۵)، بیگانگی یا انزوای اجتماعی (۱۶ تا ۲۰)، نقص و شرم (۲۱ تا ۲۵)، شکست یا ناکامی (۲۶ تا ۳۰)، وابستگی و بی‌کفایتی (۳۱ تا ۳۵)، آسیب‌پذیری نسبت به ضرر (۳۶ تا ۴۰)، خود تحول نایافته یا خود گرفتار (۴۱ تا ۴۵)، اطاعت (۴۶ تا ۵۰)، فداکاری و از خودگذشتگی (۵۱ تا ۵۵)، بازداری هیجانی (۵۶ تا ۶۰)، کمال‌گرایی و معیارهای سرسختانه (۶۱ تا ۶۵)، استحقاق و بزرگ‌منشی (۶۶ تا ۷۰) و خودانضباطی ضعیف یا خودکنترلی ضعیف (۷۱ تا ۷۵) است. نمرات بالاتر در هر خرده‌مقیاس نشان‌دهنده شدت بیشتر طرحواره ناسازگار در آن حوزه می‌باشد.

والر و همکاران [1] (۲۰۰۱) همسانی درونی مقیاس را ۰/۲۶ گزارش دادند. علاوه بر این، همسانی درونی برای تمامی خرده‌مقیاس‌ها بالاتر از ۰/۸۰ به‌دست آمد. پایایی بازآزمایی خرده‌مقیاس‌ها نیز بین ۰/۵۰تا ۰/۸۹گزارش شد. نسخه فارسی این پرسشنامه توسط دیواندری و همکاران (۱۳۸۸) ترجمه و رواسازی شده است. در بازخوانی‌های این پژوهش، ضریب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌ها به شرح زیر گزارش شده است: محرومیت هیجانی (۰/۸۶)، طرد و رهاشدگی (۰/۸۱)، بی‌اعتمادی و بدرفتاری (۰/۸۰)، انزوای اجتماعی (۰/۸۱)، نقص و شرم (۰/۷۲)، شکست (۰/۸۰)، وابستگی و بی‌کفایتی (۰/۷۳)، آسیب‌پذیری به ضرر (۰/۸۸)، خودِ گرفتار (۰/۸۹)، اطاعت (۰/۷۷)، ازخودگذشتگی (۰/۷۸)، بازداری هیجانی (۰/۷۲)، کمال‌گرایی (۰/۸۰)، استحقاق (۰/۷۳) و خودانضباطی ضعیف (۰/۷۶). در پژوهش حاضر ضرایب آلفای کرونباخ خرده‌مقباس‌ها به ترتیب ۰/۶۹، ۰/۶۸، ۰/۷۳، ۰/۷۰، ۰/۸۰، ۰/۷۵، ۰//۷۵، ۰/۷۴، ۰/۷۳، ۰/۷۵، ۰/۶۲، ۰/۷۲، ۰/۶۰، ۰/۶۹ و ۰/۶۴ و ضریب آلفای کرونباخ کل ۰/۹۵ بود.

پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان: پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گارنفسکی [2] یک ابزار خودگزارشی است که شامل ۳۶ سوال بوده و به ارزیابی نه مولفه مختلف در حوزه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان می‌پردازد. این مولفه‌ها در دو دسته کلی تقسیم می‌شوند: راهبردهای انطباقی و غیرانطباقی. راهبردهای انطباقی شامل پذیرش (سوالات ۲، ۱۱، ۲۰، ۲۹)،

[1] Waller et al.
[2] CERQ

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

تمرکز مجدد مثبت (۴، ۱۳، ۲۲، ۳۱)، ارزیابی مجدد مثبت (۶، ۱۵، ۲۴، ۳۳)، دیدگاه‌پذیری (۷، ۱۶، ۲۵، ۳۴) و برنامه‌ریزی (۵، ۱۴، ۲۳، ۳۲) هستند که به بهبود وضعیت هیجانی فرد کمک می‌کنند. در مقابل، راهبردهای غیرانطباقی شامل ملامت خود (۱، ۱۰، ۱۹، ۲۸)، ملامت دیگران (۹، ۱۸، ۲۷، ۳۶)، نشخوار فکری (۳، ۱۲، ۲۱، ۳۰) و فاجعه‌انگاری (۸، ۱۷، ۲۶، ۳۵) می‌باشند که می‌توانند مشکلات هیجانی را تشدید کنند.این پرسشنامه عمدتاً برای افراد بالای ۱۲ سال طراحی شده و در جمعیت‌های بالینی و غیر بالینی کاربرد دارد. شیوه نمره‌گذاری آن به صورت مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای است که پاسخ‌ها از «هرگز» (نمره ۱) تا «همیشه» (نمره ۵) متغیر است.

در بررسی روان‌سنجی توسط گارنفسکی و همکاران[1] (۲۰۰۱)، ضریب پایایی (آلفای کرونباخ) این ابزار به ترتیب برای خرده‌مقیاس‌ها بین ۰/۸۷ تا ۰/۹۳گزارش شده است. نسخه فارسی این پرسشنامه توسط سامانی و صادقی (۱۳۸۹) با ضریب آلفای کرونباخ بین ۰/۷۳ تا ۰/۹۲ اعتبارسنجی شده و هنجاریابی آن توسط حسنی (۱۳۸۹) انجام شده است که در این مطالعه، دامنه آلفا بین ۰/۷۶ تا ۰/۹۲ و ضریب بازآزمایی بین ۰/۵۱ تا ۰/۷۷ به دست آمده است. همچنین، در پژوهش محسن‌آبادی و فتحی‌آشتیانی (۱۴۰۰) نیز ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۳ گزارش شد. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ راهبردهای انطباقی ۰/۸۰ و راهبردهای غیرانطباقی ۰/۶۵ به دست آمد.

پرسشنامه دلزدگی زناشویی: پرسشنامه دلزدگی زناشویی[2] توسط پاینز[3] در سال ۱۹۹۶ طراحی شده است و به منظور سنجش میزان دلزدگی در روابط زناشویی بین زوجین کاربرد دارد. این پرسشنامه شامل ۲۰ سوال است که احساسات و تجربیات افراد را در سه ماه اخیر از زندگی زناشویی بررسی می‌کند و دارای سه مولفه اصلی می‌باشد: خستگی جسمی (سوالات ۱، ۴، ۱۰، ۱۶)، از پا افتادن عاطفی (سوالات ۲، ۵، ۶، ۹، ۱۱، ۱۳، ۱۴، ۱۷، ۲۰) و از پا افتادن روانی (سوالات ۳، ۸، ۱۲، ۱۵، ۱۸، ۱۹). نمره‌دهی پرسشنامه بر اساس یک مقیاس ۷ درجه‌ای است که در آن نمره ۱ نمایانگر پاسخ «هرگز» و نمره ۷ نشان‌دهنده «همیشه» می‌باشد. آیتم‌های شماره ۳، ۶، ۱۹ و ۲۰ معکوس نمره‌گذاری می‌شوند.

پایایی این پرسشنامه از طریق آزمون بازآزمون در دوره‌های یک ماهه، دو ماهه و چهار ماهه به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۷۶ و ۰/۶۶ گزارش شده است. همچنین، سازگاری درونی آن با ضریب‌آلفای کرونباخ بین ۰/۹۱ تا ۰/۹۳ در نمونه‌های مختلف اندازه‌گیری گردیده است. در ایران، پژوهش نعیم (۱۳۸۷) پایایی پرسشنامه را با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۶ و روایی

[1] Garnefski et al.
[2] CBM
[3] Pines

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

سازه ۰/۸۹ تأیید کرده است. در پژوهش حاضر ضرایب پایایی مولفه‌ها ۰/۵۷، ۰/۷۲ و ۰/۶۷ و ضریب آلفای کرونباخ کل ۰/۸۵ به دست آمد.

پرسشنامه دلبستگی بزرگسالان:

پرسشنامه دلبستگی بزرگسالان کولینز و رید[1] که در سال ۱۹۹۰ طراحی شده، ابزاری ۱۸ سوالی برای ارزیابی سبک‌های دلبستگی در بزرگسالان است. این پرسشنامه بر پایه مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود، به گونه‌ای که پاسخ‌ها از »کاملاً موافقم» با نمره ۵ تا «کاملاً مخالفم» با نمره ۱ متغیر هستند. نمرات این پرسشنامه در سه مولفه اصلی طبقه‌بندی می‌شوند: دلبستگی ایمن (سوالات ۱، ۶، ۸، ۱۲، ۱۳ و ۱۷)، دلبستگی اجتنابی (سوالات ۲، ۵، ۷، ۱۴، ۱۶ و ۱۸) و دلبستگی دوسوگرا (سوالات ۳، ۴، ۹، ۱۰، ۱۱ و ۱۵). در این پرسشنامه، سوالات ۵، ۸، ۱۳، ۱۴ و ۱۷ به صورت معکوس نمره گذاری می‌شوند. از منظر تفسیر نمرات، نمره‌های بالاتر در هر مولفه نشان‌دهنده شدت بیشتر آن سبک دلبستگی در فرد است. بررسی‌های روان‌سنجی این ابزار توسط کریمی، کلیمیان و مهدیان (۱۳۹۳) با انجام تحلیل عاملی اکتشافی و تاییدی نشان داده است که سوالات پرسشنامه از نظر محتوا و ابعاد زیربنایی همگن بوده و همچنین پایایی مطلوبی دارند. ضریب آلفای کرونباخ برای مولفه‌های اضطراب، وابستگی و نزدیکی به ترتیب ۰/۷۸، ۰/۷۶ و ۰/۷۰ و برای کل پرسشنامه ۰/۶۶ گزارش شده است که نشان‌دهنده پایایی مناسب این ابزار است. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ ۰/۶۷ به دست آمد.

یافته‌ها

در این پژوهش، از مجموع ۱۵۸ نفر شرکت‌کننده، ۵۳ نفر (۳۳/۵ ٪) مرد و ۱۰۵ نفر (۶۶/۵ ٪) زن بودند. در زمینه تحصیلات، ۱۹ نفر (۱۲٪) زیر دیپلم، ۴۵ نفر (۲۸/۵ ٪) دیپلم، ۴۷ نفر (۲۹/۷ ٪) لیسانس، ۳۱ نفر (۱۹/۶ ٪) فوق لیسانس و ۱۶ نفر (۱۰/۱ ٪) دکترا و بالاتر داشتند. همچنین، تحصیلات همسران نیز به همین ترتیب توزیع شده است. از نظر وضعیت اشتغال، ۱۹ نفر (۱۲٪) بیکار، ۶۳ نفر (۳۹/۹ ٪) شاغل، ۴۲ نفر (۲۶/۶٪) خانه‌دار و ۳۴ نفر (۲۱/۵ ٪) دانشجو بودند. در مورد وضعیت درآمد، ۲۰ نفر (۱۲/۷٪) کمتر از ۷ میلیون و پانصد، ۵۴ نفر (۳۴/۲٪) بین ۷/۵ تا ۱۵ میلیون، ۴۹ نفر (۳۱٪) بین ۱۵ تا ۳۰ میلیون و ۳۵ نفر (۲۲/۲ ٪) بیشتر از ۳۰ میلیون درآمد داشتند.

[1] Collins & Read

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۲۵، شماره ۲۹، تابستان ۱۴۰۴

در جدول ۱ شاخص‌های توصیفی متغیرها ارائه شده است. میانگین نمره کل طرحواره‌های ناسازگار اولیه ۲/۸۰ (انحراف معیار ۰/۷۶)، میانگین دلبستگی ناایمن ۲/۸۷ (انحراف معیار ۰/۶۴) و دلزدگی زناشویی میانگین ۳/۵۹ (انحراف معیار ۰/۹۶) ثبت شده است. این شاخص‌ها نمای کلی از ویژگی‌های توزیع متغیرها را فراهم می‌آورند. کجی[1] و کشیدگی[2] دو معیار مهم در تحلیل توزیع داده‌ها هستند. کجی نشان‌دهنده میزان عدم تقارن توزیع نسبت به میانگین است و کشیدگی نیز به تیزی یا ارتفاع توزیع اشاره دارد و برای توزیع نرمال مقادیر کجی و کشیدگی باید بین ۲- و ۲+ باشد. با توجه به مقادیر جدول، کجی و کشیدگی برای تمام متغیرها در محدوده‌ی قابل قبول قرار دارند. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که داده‌ها به طور کلی نرمال هستند و برای تحلیل‌های آماری مناسب می‌باشند.

در جدول ۲، همبستگی بین متغیرهای پیش‌بین (طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک‌های دلبستگی ناایمن)، متغیرهای میانجی (تنظیم هیجان انطباقی و غیر انطباقی) و متغیر ملاک (دلزدگی زناشویی) بررسی شده است. نتایج نشان می‌دهد نمره کل طرحواره‌های ناسازگار اولیه همبستگی منفی معنادار با تنظیم هیجان انطباقی ($p < ۰/۰۱$، $r = -۰/۲۷$) و همبستگی مثبت معنادار با تنظیم هیجان غیر انطباقی ($p < ۰/۰۱$، $r = ۰/۹۲$) و دلزدگی زناشویی ($p < ۰/۰۱$، $r = ۰/۴۸$) دارد. سبک دلبستگی ناایمن با تنظیم انطباقی همبستگی معنادار ندارد ($p = ۰/۱۲۱$، $r = ۰/۱۲$) اما با تنظیم هیجان غیرانطباقی ($p < ۰/۰۱$، $r = ۰/۳۱$) و دلزدگی زناشویی همبستگی مثبت معنادار دارد ($p < ۰/۰۱$، $r = ۰/۳۷$). همچنین تنظیم هیجان انطباقی با دلزدگی زناشویی همبستگی منفی معنادار ($p < ۰/۰۱$، $r = -۰/۳۲$) و تنظیم هیجان غیر انطباقی با دلزدگی زناشویی همبستگی مثبت معنادار دارد ($p < ۰/۰۱$، $r = ۰/۴۵$).

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
نمره کل طرحواره‌های ناسازگار اولیه	۲/۸۰	۰/۷۶	-۰/۴۶	-۱/۰۲
محرومیت هیجانی	۲/۹۰	۱/۱۲	۰/۰۶	-۰/۸۳
رهاشدگی/ بی‌ثباتی	۲/۷۷	۱/۰۶	۰/۱۷	-۰/۶۹
بی‌اعتمادی/ بدرفتاری	۲/۷۷	۱/۱۱	۰/۱۸	-۰/۷۳
بیگانگی اجتماعی / انزوای اجتماعی	۲/۴۸	۱/۰۷	۰/۲۷	-۰/۸۷

[1] Skewness
[2] Kurtosis

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۲۵، شماره ۲۹، تابستان ۱۴۰۴

متغیر	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
نقص/ شرم	۲/۳۵	۱/۲۵	۰/۴۲	-۱/۱۶
شکست یا ناکامی	۲/۴۷	۱/۱۶	۰/۳۴	-۰/۹۷
وابستگی/ بی‌کفایتی	۲/۳۸	۱/۱۷	۰/۳۲	-۱/۳۳
آسیب‌پذیری در برابر ضرر یا بیماری	۲/۶۳	۱/۱۷	۰/۰۵	-۱/۱۷
خود تحول نایافته / خود گرفتار	۲/۵۹	۱/۱۵	۰/۱۷	-۱/۰۶
اطاعت	۲/۵۲	۱/۲۱	۰/۲۸	-۱/۱۴
فداکاری / از خودگذشتگی	۳/۴۹	۱/۰۴	-۰/۲۱	-۰/۳۰
بازداری هیجانی	۲/۸۵	۱/۱۱	-۰/۱۳	-۱/۰۵
کمالگرایی / معیارهای سرسختانه	۳/۵۶	۱/۰۲	-۰/۱۳	۰/۰۱
استحقاق / بزرگ‌منشی	۳/۲۹	۱/۱۳	-۰/۲۰	-۰/۴۸
خودانضباطی ضعیف / خودکنترلی ضعیف	۳/۰۱	۱/۰۵	-۰/۱۲	-۰/۸۶
دلبستگی ناایمن	۲/۸۷	۰/۶۴	-۰/۲۹	-۰/۰۷
راهبردهای انطباقی	۳/۲۷	۰/۶۱	-۰/۰۲	۰/۱۹
راهبردهای غیر انطباقی	۲/۷۰	۰/۹۱	-۰/۱۰	-۱/۱۷
دلزدگی زناشویی	۳/۵۹	۰/۹۶	۰/۰۱	۰/۳۹

جدول ۲. همبستگی بین متغیرهای پیش‌بین با میانجی و ملاک

متغیر	تنظیم هیجان انطباقی	تنظیم هیجان غیرانطباقی	دلزدگی زناشویی
نمره کل طرحواره‌های ناسازگار اولیه	-۰/۲۷**	۰/۹۲**	۰/۴۸**
محرومیت هیجانی	-۰/۱۰	۰/۶۵**	۰/۴۲**
رهاشدگی/ بی‌ثباتی	-۰/۱۰	۰/۷۰**	۰/۲۸**
بی‌اعتمادی/ بدرفتاری	۰/۲۰*	۰/۷۳**	۰/۳۸**
بیگانگی اجتماعی / انزوای اجتماعی	-۰/۳۲**	۰/۸۴**	۰/۳۵**
نقص/ شرم	-۰/۴۰**	۰/۸۰**	۰/۳۴**
شکست یا ناکامی	-۰/۴۲**	۰/۸۵**	۰/۳۹**

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۲۵، شماره ۲۹، تابستان ۱۴۰۴

متغیر	تنظیم هیجان انطباقی	تنظیم هیجان غیرانطباقی	دلزدگی زناشویی
وابستگی / بی‌کفایتی	-۰/۴۱**	۰/۷۸**	۰/۳۸**
آسیب‌پذیری در برابر ضرر یا بیماری	-۰/۲۸**	۰/۷۵**	۰/۴۳**
خود تحول نایافته / خود گرفتار	-۰/۳۲**	۰/۷۱**	۰/۳۳**
اطاعت	-۰/۳۲**	۰/۷۲**	۰/۳۵**
فداکاری / از خودگذشتگی	-۰/۱۸*	۰/۲۵**	۰/۱۷*
بازداری هیجانی	-۰/۱۹*	۰/۶۱**	۰/۳۳**
کمالگرایی / معیارهای سرسختانه	۰/۳۲**	۰/۱۰	۰/۰۲**
استحقاق / بزرگ‌منشی	۰/۰۹	۰/۲۹**	۰/۲۱**
خودانضباطی ضعیف / خودکنترلی ضعیف	۰/۱۱	۰/۴۴**	۰/۴۱**
دلبستگی ناایمن	۰/۱۲	۰/۳۱**	۰/۳۷**
تنظیم هیجان انطباقی	-	-۰/۳۲**	-۰/۲۳**
تنظیم هیجان غیرانطباقی	-۰/۳۲**	-	۰/۴۵**

در این پژوهش پایایی پرسشنامه‌ها با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ محاسبه گردید که مقادیر آن در دامنه قابل قبول ۰/۵۷ تا ۰.۹۵ قرار داشت. همچنین برای بررسی چندهم‌خطی، شاخص‌های Tolerance و VIF محاسبه شدند که مقادیر آن‌ها نشان‌دهنده عدم وجود چندهم‌خطی بوده است. تست دوربین واتسون نیز با مقدار نزدیک به ۲ انجام شد که تأییدکننده استقلال خطاها در مدل است. نتایج آزمون مدل پژوهش در نمودار ۱ با ضرایب استاندارد قابل مشاهده است.

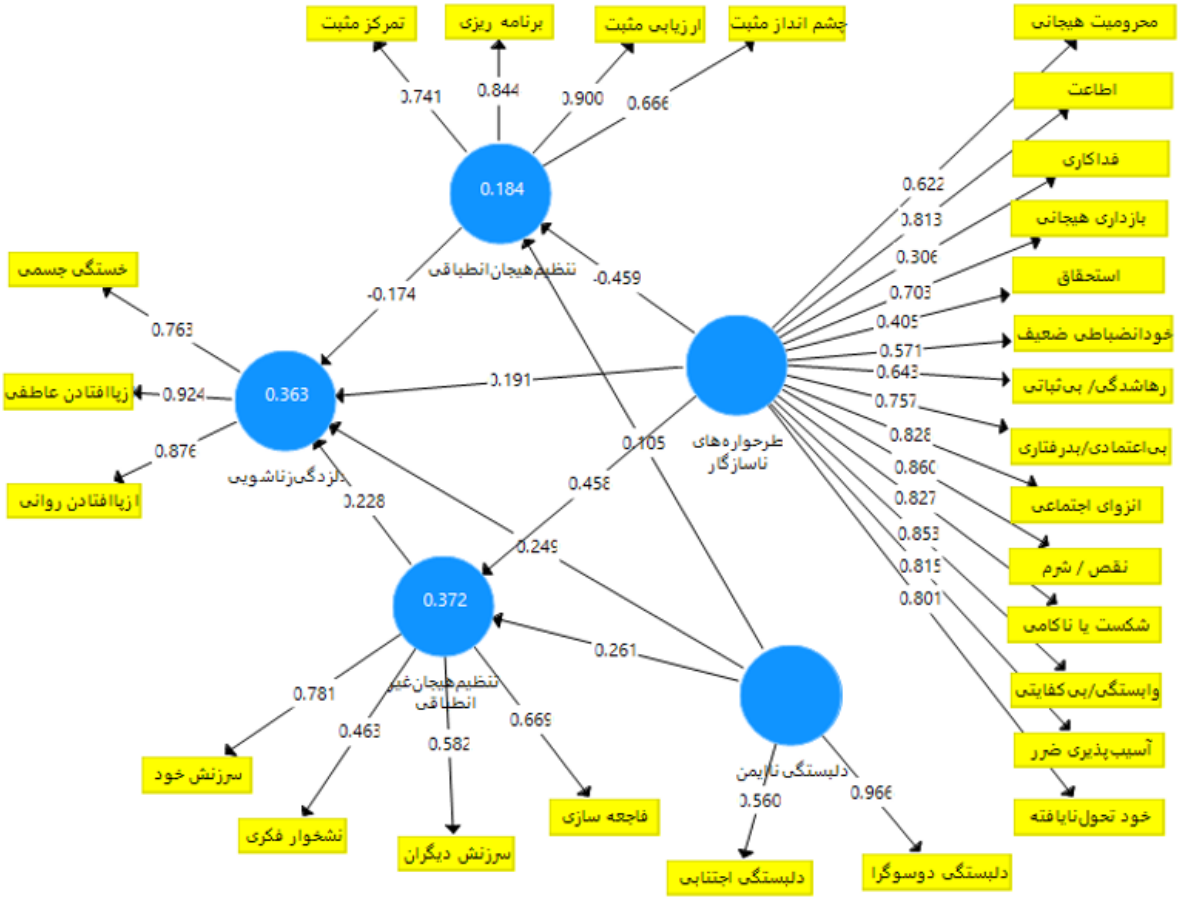
جدول ۳. ارزیابی پایایی ترکیبی، روایی همگرا و واگرا برای متغیرهای مورد مطالعه

متغیر	آلفا	پایایی ترکیبی	AVE	روایی واگرا (معیار فورنر لارکر)					HTMT				
				۱	۲	۳	۴	۵	۱	۲	۳	۴	۵
۱- طرحواره های ناسازگار	۰/۹۵	۰/۹۳	۰/۵۲	۰/۷۲									
۲- دالبستگی ناایمن	۰/۶۸	۰/۷۶	۰/۶۲	۰/۴۰	۰/۷۹				۰/۵۴				
۳- تنظیم هیجان انطباقی	۰/۸۰	۰/۸۷	۰/۶۳	-۰/۴۲	-۰/۰۸	۰/۷۹			۰/۴۸	۰/۴۲			
۴- تنظیم هیجان غیر انطباقی	۰/۶۹	۰/۷۲	۰/۴۰	۰/۵۶	۰/۴۴	-۰/۱۵	۰/۶۳		۰/۷۷	۰/۷۶	۰/۴۲		

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۲۵، شماره ۲۹، تابستان ۱۴۰۴

متغیر	آلفا	پایایی ترکیبی	AVE	روایی واگرا (معیار فورنر لارکر)					HTMT				
				۱	۲	۳	۴	۵	۱	۲	۳	۴	۵
۵- دلزدگی زناشویی	۰/۸۵	۰/۸۹	۰/۷۴	۰/۴۹	۰/۴۴	-۰/۳۱	۰/۴۷	۰/۸۶	۰/۵۴	۰/۵۸	۰/۳۳	۰/۶۹	



نمودار۱. نتایج آزمون مدل به همراه ضرایب استاندارد

شاخص‌های مدل اندازه‌گیری یا مدل بیرونی شامل پایایی، پایایی ترکیبی و میانگین واریانس استخراج شده (AVE) برای ارزیابی روایی همگرا و همچنین معیار فورنر لارکر برای سنجش روایی واگرا در جدول ۳ ارائه شده است. آلفای کرونباخ برای متغیرهای مختلف در این پژوهش به شرح زیر است: طرحواره‌های ناسازگار ۰/۹۵، دلبستگی ناایمن ۰/۶۸،

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

تنظیم هیجان انطباقی ۰/۸۰، تنظیم هیجان غیرانطباقی ۰/۶۹، و دلزدگی زناشویی ۰/۸۵. این مقادیر نشان‌دهنده پایایی مناسب ابزارهای اندازه‌گیری در پژوهش هستند و به طور کلی در محدوده قابل قبول قرار دارند. پایایی ترکیبی برای "طرحواره‌های ناسازگار" ۰/۹۳، برای "دلبستگی ناایمن" ۰/۷۶، برای "تنظیم هیجان انطباقی" ۰/۸۷، برای "تنظیم هیجان غیر انطباقی" ۰/۷۲ و برای "دلزدگی زناشویی" ۰/۸۹ گزارش شده است. همچنین، میانگین واریانس استخراج شده برای این متغیرها به ترتیب ۰/۵۲، ۰/۶۲، ۰/۶۳، ۰/۴۰ و ۰/۷۴ است. این نتایج نشان می‌دهد که پایایی ترکیبی در تمامی موارد بالاتر از ۰/۷۵ و واریانس استخراج شده برای تمامی متغیرها بالاتر از ۰/۴۰ است که این امر نشان‌دهنده روایی همگرای قابل قبول می‌باشد. علاوه بر این، بر اساس معیار فورنر لارکر، اگر همبستگی نشانگرهای هر سازه با سازه مرتبط بیشتر از سایر سازه‌ها باشد (اعداد قرار گرفته در قطر بزرگتر از اعداد هر ستون باشد)، روایی واگرای متغیرها نیز تأیید می‌شود. همان‌طور که در جدول مشاهده می‌شود، روایی واگرای سازه‌های مدل به خوبی تأیید شده است. همچنین نتایج ارزیابی مدل بر اساس شاخص HTMT نشان دهنده روایی واگرای مناسبی بین سازه‌ها است. مقادیر HTMT برای تمامی جفت‌متغیرها کمتر از حد آستانه ۰/۹ (عمول‌ترین معیار پذیرش روایی واگرا) می‌باشند که حاکی از افتراق کافی بین سازه‌ها است و از وجود همپوشانی زیاد جلوگیری می‌کند. این نتایج نشان‌دهنده اعتبار و قابلیت اعتماد بالای ابزارهای اندازه‌گیری در این مطالعه است.

نتایج نشان می‌دهد که طرحواره‌های ناسازگار تأثیر قوی‌تری بر تنظیم هیجان انطباقی (β =۰/۴۶) و غیرانطباقی (β =۰/۴۶) دارد (p < ۰/۰۱). در مقابل، دلبستگی ناایمن تأثیر معناداری بر تنظیم هیجان انطباقی ندارد (β =۰/۱۱) اما بر تنظیم هیجان غیرانطباقی (β = ۰/۲۶) تاثیر معنادار دارد (p < ۰/۰۱).

بررسی روابط غیرمستقیم (اثرات میانجی) با استفاده از روش بوت‌استرپینگ و ۵۰۰۰ نمونه‌گیری مجدد نشان داد اثر غیرمستقیم طرحواره‌های ناسازگار بر دلزدگی زناشویی از طریق تنظیم هیجان انطباقی (β = ۰/۰۸) با فاصله اطمینان ۹۵ %برابر با [۰/۰۱۱ ، ۰/۱۶۴] و تنظیم هیجان غیرانطباقی (β =۰/۱۰) با فاصله اطمینان [۰/۰۱۳، ۰/۲۰۳] معنادار است (p < ۰/۰۵). این میانجی‌گری به صورت ناقص است، زیرا مسیر مستقیم نیز همچنان معنادار باقی مانده است. همچنین اثر غیرمستقیم دلبستگی ناایمن به دلزدگی زناشویی تنها از طریق تنظیم هیجان غیرانطباقی (β = ۰/۰۶) با فاصله اطمینان [۰/۰۰۷، ۰/۱۳۳] معنادار است، اگرچه این میانجی‌گری نیز ناقص است، چراکه اثر مستقیم آن معنادار است. میزان R^2 یا

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

واریانس تبیین شده برای تنظیم هیجان انطباقی (۰/۱۸) و غیرانطباقی (۰/۳۷) و دلزدگی زناشویی (۰/۳۶) نشان‌دهنده اهمیت متغیرهای بررسی شده در مدل در تبیین دلزدگی زناشویی است. این امر بیانگر این است که مدل به خوبی می‌تواند روابط پیچیده بین متغیرها را شناسایی کند و به درک بهتری از عوامل مؤثر بر دلزدگی زناشویی کمک کند.

جدول ۴. تحلیل اثرات مستقیم و غیرمستقیم و واریانس تبیین شده در مدل معادلات ساختاری

اثر	اثر مستقیم	اثر غیر مستقیم	اثر کل	واریانس تبیین شده
طرحواره‌های ناسازگار > تنظیم هیجان انطباقی	۰/۴۶ **	-	۰/۴۶ **	تنظیم هیجان انطباقی ۰/۱۸
دلبستگی ناایمن > تنظیم هیجان انطباقی	۰/۱۱	-	۰/۱۱	
طرحواره‌های ناسازگار > تنظیم هیجان غیرانطباقی	۰/۴۶ **	-	۰/۴۶ **	تنظیم هیجان غیرانطباقی ۰/۳۷
دلبستگی ناایمن > تنظیم هیجان غیرانطباقی	۰/۲۶ **	-	۰/۲۶ **	
طرحواره‌های ناسازگار > دلزدگی زناشویی	۰/۱۹	–	۰/۳۸ **	دلزدگی زناشویی ۰/۳۶
دلبستگی ناایمن > دلزدگی زناشویی	۰/۲۵ **	–	۰/۳۰ **	
تنظیم هیجان انطباقی > دلزدگی زناشویی	−۰/۱۷ *	–	−۰/۱۷ *	
تنظیم هیجان غیرانطباقی > دلزدگی زناشویی	۰/۲۳ *	–	۰/۲۳ *	
طرحواره‌های ناسازگار> تنظیم هیجان انطباقی > دلزدگی زناشویی	-	۰/۰۸ *	-	
طرحواره‌های ناسازگار> تنظیم هیجان غیر انطباقی > دلزدگی زناشویی	-	۰/۱۰ *	-	
دلبستگی ناایمن > تنظیم هیجان انطباقی > دلزدگی زناشویی	-	−۰/۰۲	-	
دلبستگی ناایمن > تنظیم هیجان غیر انطباقی > دلزدگی زناشویی	-	−۰/۰۶ *	-	

**: p<0.01, *: p< 0/05

بحث و نتیجه‌گیری

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۲۵، شماره ۲۹، تابستان ۱۴۰۴

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه ساختاری بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک‌های دلبستگی ناایمن با دلزدگی زناشویی، با تأکید بر نقش میانجی تنظیم هیجان (راهبردهای انطباقی و غیرانطباقی) در افراد متأهل بود. این مطالعه بر اساس مدل مفهومی ترکیبی از نظریه طرحواره یانگ، نظریه دلبستگی بالبی و تنظیم هیجان طراحی شد، که در آن طرحواره‌های ناسازگار و دلبستگی ناایمن به عنوان عوامل پیش‌بین، تنظیم هیجان به عنوان متغیر میانجی، و دلزدگی زناشویی به عنوان متغیر وابسته در نظر گرفته شدند. یافته‌ها نشان داد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه با دلزدگی زناشویی رابطه مثبت و معناداری دارند. این نتیجه با پژوهش‌های همسو مانند تیمم و همکاران (۲۰۲۱)؛ جانوفسکی و همکاران (۲۰۲۰)؛ قلیچ خانی و همکاران (۲۰۲۴)؛ خادمی و همکاران (۲۰۲۳) که نشان دادند طرحواره‌های ناسازگار اولیه با کاهش رضایت زناشویی و افزایش تعارضات زوجی مرتبط هستند، همخوانی دارد. همسویی این مطالعات از آن جهت است که هر دو بر تأثیر طرحواره‌های ریشه‌دار در کودکی بر الگوهای ناکارآمد روابط زوجی تأکید دارند، به‌ویژه طرحواره‌هایی مانند محرومیت هیجانی و نقص/شرم که ادراکات منفی از خود و دیگران را تقویت می‌کنند. در مقابل، مطالعه اتفاق و همکاران (۲۰۲۴) تا حدی ناهمسو است، زیرا نشان داد که طرحواره‌های ناسازگار در برخی موارد (مانند روابط غیرزناشویی) ممکن است تحت تأثیر عوامل اجتماعی مانند احساس خیانت به برند باشد و نه صرفاً الگوهای کودکی؛ این ناهمسویی می‌تواند به دلیل تفاوت در متغیرهای زمینه‌ای یا تمرکز بر بافت‌های غیرزناشویی باشد. این نتیجه را می‌توان بر اساس نظریه طرحواره یانگ (یانگ، ۲۰۰۳) تبیین کرد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه به‌عنوان فیلترهای شناختی–هیجانی، با ایجاد انتظارات منفی از روابط (مانند احساس طرد یا ناکافی بودن)، هیجانات منفی مانند ناامیدی و سرخوردگی را در زندگی زناشویی تشدید کرده و به دلزدگی منجر می‌شوند. همچنین، بر اساس یافته‌های رن و همکاران (۲۰۲۳) که نشان دادند طرحواره‌های ناسازگار با کاهش کیفیت زندگی و روابط در زوج‌های تحت درمان باروری مرتبط هستند، می‌توان گفت این طرحواره‌ها با مختل کردن تعاملات عاطفی زوجین، زمینه‌ساز فرسودگی زناشویی می‌شوند. همچنین نتایج نشان داد که سبک‌های دلبستگی ناایمن (مضطرب و اجتنابی) با دلزدگی زناشویی رابطه مثبت و معناداری دارند. این یافته با مطالعات همسو مانند صحاف و فاضلی (۲۰۲۴) که نشان دادند دلبستگی ناایمن با کاهش توانایی

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

بخشش و افزایش تعارضات در روابط مرتبط است، و یانگ و منگ (۲۰۲۴) که ارتباط دلبستگی ناایمن با افزایش فرسودگی در روابط را تأیید کردند، همخوانی دارد. همسویی این پژوهش‌ها از آن جهت است که هر دو بر تأثیر الگوهای دلبستگی ناایمن بر کاهش صمیمیت و افزایش سوءتفاهم‌های زوجی تأکید دارند. در مقابل، مطالعه چانگ و همکاران (۲۰۲۳) تا حدی ناهمسو است، زیرا نشان داد که دلبستگی ایمن در برخی بافت‌ها (مانند دوران همه‌گیری کووید-۱۹) تأثیر قوی‌تری بر کاهش تعارضات دارد تا دلبستگی ناایمن بر افزایش دلزدگی؛ این ناهمسویی ممکن است به دلیل تمرکز بر عوامل استرس‌زای موقتی باشد. این نتیجه را می‌توان بر اساس نظریه دلبستگی بالبی مانند (میکولینسر و شیور، ۲۰۱۹) تبیین کرد که سبک‌های دلبستگی ناایمن، با ایجاد الگوهای ناپایدار مانند ترس از طرد یا اجتناب از صمیمیت، توانایی زوجین برای حل تعارض و حفظ صمیمیت را کاهش داده و به دلزدگی زناشویی منجر می‌شوند. همچنین، بر اساس یافته‌های گرودا (۲۰۲۴) که نشان دادند دلبستگی ناایمن با کاهش اعتماد و تعاملات مثبت مرتبط است، می‌توان گفت این سبک‌ها با ایجاد حس انزوای عاطفی، دلزدگی را تشدید می‌کنند یکی دیگر از نتایج این پژوهش بیانگر این بود که تنظیم هیجان (راهبردهای انطباقی و غیرانطباقی) نقش میانجی معناداری در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک‌های دلبستگی ناایمن با دلزدگی زناشویی ایفا می‌کند. این نتیجه با پژوهش‌های همسو مانند کوچیگیت و اوزون (۲۰۲۴) که نقش میانجی تنظیم هیجان و ذهن‌آگاهی را در کاهش فرسودگی زوجی تأیید کردند، و لیو و همکاران (۲۰۲۳) که نشان دادند تنظیم هیجان در رابطه بین نوروتیزم و تمایل به طلاق نقش میانجی دارد، همخوانی دارد. همسویی این مطالعات از آن جهت است که هر دو بر نقش تنظیم هیجان به‌عنوان سازوکار کاهش‌دهنده تنش‌های عاطفی در روابط زوجی تأکید دارند. در مقابل، مطالعه شن و همکاران (۲۰۲۳) تا حدی ناهمسو است، زیرا نشان داد که تنظیم هیجان به‌تنهایی تأثیر محدودی بر دلزدگی دارد و عوامل روان‌شناختی دیگر (مانند سلامت روان) نقش قوی‌تری ایفا می‌کنند؛ این ناهمسویی ممکن است به دلیل تمرکز بر متغیرهای گسترده‌تر باشد. این نتیجه را می‌توان بر اساس مدل تنظیم هیجان گروس مانند (فورد و همکاران، ۲۰۱۹) تبیین کرد که راهبردهای غیرانطباقی مانند نشخوارگری و فاجعه‌انگاری، هیجانات منفی را تشدید کرده و دلزدگی را افزایش می‌دهند، در حالی که راهبردهای انطباقی مانند ارزیابی مجدد مثبت، با کاهش

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

تنش‌های هیجانی، دلزدگی را کاهش می‌دهند. همچنین، بر اساس یافته‌های کسلر و همکاران (۲۰۲۳) که نشان دادند تنظیم هیجان با کاهش اثرات استرس‌های خارجی (مانند بیکاری) به حفظ روابط کمک می‌کند، می‌توان گفت ضعف در تنظیم هیجان، اثرات منفی طرحواره‌ها و دلبستگی ناایمن را بر دلزدگی تشدید می‌کند.

با توجه به یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که مدل نهایی از برازندگی مطلوبی برخوردار است. نتایج نشان داد که تنظیم هیجان نقش میانجی معناداری در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک‌های دلبستگی ناایمن با دلزدگی زناشویی ایفا می‌کند. به‌عبارتی، افرادی که طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک‌های دلبستگی ناایمن‌تری دارند، در صورت ضعف در مهارت‌های تنظیم هیجان، بیشتر در معرض تجربه دلزدگی زناشویی قرار می‌گیرند. این یافته‌ها بر اهمیت متغیر تنظیم هیجان به‌عنوان سازوکاری روان‌شناختی در تبیین روابط زوجی تأکید دارد و اطلاعات ارزشمندی را در اختیار پژوهشگران و درمانگران حوزه خانواده و ازدواج قرار می‌دهد. از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به استفاده صرف از پرسش‌نامه‌های خودگزارشی برای جمع‌آوری داده‌ها اشاره کرد که ممکن است با سوگیری پاسخ‌دهی همراه باشد و عمق اطلاعات کیفی را کاهش دهد. همچنین، کنترل‌نکردن برخی از متغیرهای زمینه‌ای مانند طبقه اجتماعی_اقتصادی، تفاوت‌های فرهنگی، و شرایط محیطی، ممکن است بر تعمیم‌پذیری یافته‌ها تأثیر گذاشته باشد. محدود بودن نمونه به افراد متأهل در دامنه سنی خاص نیز دامنه‌ی کاربرد نتایج را محدود می‌سازد. بر اساس این محدودیت‌ها، پیشنهاد می‌شود طراحی پروتکل‌های درمانی طرحواره‌محور برای اصلاح طرحواره‌های ناسازگار اولیه مانند محرومیت هیجانی با استفاده از تکنیک‌های بازسازی شناختی و صندلی خالی، اجرای کارگاه‌های زوج‌محور برای آموزش تنظیم هیجان مبتنی بر مدل گروس با تمرکز بر راهبردهای انطباقی مانند ذهن‌آگاهی و حل مسئله، مداخلات دلبستگی‌محور برای بازسازی الگوهای ناایمن به سمت دلبستگی ایمن از طریق تمرین‌های گفت‌وگوی امن، برگزاری کارگاه‌های گروهی زوج‌درمانی با رویکرد تلفیقی برای تقویت مهارت‌های ارتباطی و مدیریت تعارض، و توسعه اپلیکیشن‌های دیجیتال برای آموزش تنظیم هیجان و خود–ارزیابی طرحواره‌ها و دلبستگی به‌منظور پیشگیری از دلزدگی زناشویی پیشنهاد می‌شود.

منابع

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

Barthel, A. L., Hay, A., Doan, S. N., & Hofmann, S. G. (2018). Interpersonal emotion regulation: A review of social and developmental components. Behavior Change, 35 (4) , 203-216.

Bernuzzi, C., Setti, I., Maffoni, M., & Sommovigo, V. (2021). From moral distress to burnout through work-family conflict: the protective role of resilience and positive refocusing. Ethics & behavior, 1-23.

Bloch, L., Haase, C. M., & Levenson, R. W. (2014). Emotion regulation predicts marital satisfaction: More than a wives' tale. *Emotion*, *14*(1), 130-144.

Bonache, H., Gonzalez-Mendez, R., & Krahé, B. (2019). Adult attachment styles, destructive conflict resolution, and the experience of intimate partner

Choi, Y. E., Cho, E., Jung, H. J., & Sohn, Y. W. (2018). Calling as a predictor of life satisfaction: the roles of psychological capital, work–family enrichment, and boundary management strategy. Journal of Career Assessment, 26(4), 567-582. https://doi.org/10.1177/1069072717723092

Chung, G. S. K., Chan, X. W., Lanier, P., & Wong, P. Y. J. (2023). Associations between work–family balance, parenting stress, and marital conflicts during COVID-19 pandemic in Singapore. *Journal of Child and Family Studies*, *32*(1), 132-144. https://doi.org/10.1007/s10826-022-02490-z

Chung, M. S., Kim, S., & Kang, J. (2023). The role of attachment security in reducing marital conflict during the COVID-19 pandemic. *Journal of Family Psychology*, 37(4), 512-520. doi:10.1037/fam0000987

Collins, N. L., & Read, S. J. (1990) Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology, 58(4), 644–663. https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.4.644*

Dacey, L. (2019). Work-Family Conflict, Job Burnout, and Couple Burnout in High-Stress Occupations (Doctoral dissertation, Walden University).

Divandari, H., Ahi, G., Akbari, H., & Mahdian, H. (2009). The Young Schema Questionnaire – Short Form (SQ-SF): Investigation psychometric properties and factor structure between students in Islamic Azad University, Kashmar Branch. *Pazhuhesh-Nameye Tarbiati*, 5(20), 103-133. https://sid.ir/paper/175203/en

Dong, S., Dong, Q., Chen, H. (2022). Mothers' parenting stress, depression, marital conflict, and marital satisfaction: The moderating effect of fathers' empathy tendency. Journal of Affective Disorders, 299, 682-690. https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.12.136

Eisenberg N. (2020). Findings, issues, and new directions for research on emotion socialization. Dev Psychol;56(3):664-70. https://doi.org/10.1037/dev0000906

Ford, B. Q., Feinberg, M., Lam, P., Mauss, I. B., & John, O. P. (2019). Using reappraisal to regulate negative emotion after the 2016 US Presidential election: Does emotion regulation trump political action? Journal of personality and social psychology, 117(5), 998 -1015. https://doi.org/10.1037/pspp0000200

Ford, B. Q., Gross, J. J., & Gruber, J. (2019). An integrated model of emotional regulation and its implications for mental health. *Clinical Psychology Review*, 72, 101751. doi:10.1016/j.cpr.2019.101751

Frye, N., Ganong, L., Jensen, T., & Coleman, M. (2020). A dyadic analysis of emotion regulation as a moderator of associations between marital conflict and marital satisfaction among first-married

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

and remarried couples. *Journal of Family Issues, 41*(12), 2328–2355. https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.04.017

Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual differences,* 30(8), 1311-1327. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00113-6

Ghelichkhani, M., & Shahbeik, S. (2024). Predicting marital quality based on emotion regulation, self-esteem, and early maladaptive schemas in women with cervical intraepithelial neoplasia. *Psychology of Women Journal*, 5(3), 33–41. https://doi.org/10.61838/kman.pwj.5.3.5

Gong, J., & Chan, R. C. K. (2018). Early maladaptive schemas as mediators between childhood maltreatment and later psychological distress among Chinese college students. *Psychiatry research*, *259*, 493–500. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.11.019

Grabowski, A. (2023). Early maladaptive schemas and the quality of marital bond and communication. *Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio*, *53*(1), 9-17. https://doi.org/10.34766/fetr.v53i1.1160

Ittefaq, H., Akhtar, N., Siddiqi, U. I., Islam, T., & Kuzior, A. (2024). The betrayal puzzle: Unraveling the connection between inauthenticity, corporate wrongdoing and brand betrayal with avoidance and reparation. *Journal of Retailing and Consumer Services*, *76*, 103597. https://doi.org/10.1016/j.jretconser.2023.103597

Ittefaq, M., Abwao, M., & Ahmad, K. (2024). Brand betrayal and its impact on relational schemas in non-marital contexts. *Journal of Social and Personal Relationships*, 41(2), 189-207. doi:10.1177/02654075231234567

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

Karimi, P., Karami, J., & Dehghan, F. (2015). Relationship between attachment styles and conflict resolution styles and married employee's marital burnout. *Sociology of Women,* 5(4 (20)), 53–70. https://sid.ir/paper/169096/en

Karimi, S., Doostdari, F., Lotfabadi, N. B., Yosefi, R., Soleymani, M., Kianimoghadam, A. S., & Safari, F. (2023). The Role of Early Maladaptive Schemas in Predicting Legitimacy, Seduction, Normalization, Sexuality, Social Background, and Sensation Seeking in Marital Infidelity. *Practice in Clinical Psychology*, *11*(3), 249–258. https://doi.org/10.32598/jpcp.11.3.848.2

Kessler, D., Hevenstone, D., Vandecasteele, L., & Sepahniya, S. (2023). Weathering the storm together: Does unemployment insurance help couples avoid divorce?. Journal of European Social Policy, 33(2), 248-263.

Kessler, R. C., McLaughlin, K. A., & Koenen, K. C. (2023). Emotion regulation as a buffer against external stressors in marital relationships. *Journal of Marriage and Family*, 85(5), 678-692. doi:10.1111/jomf.12912

Khademi, A., Rostami, M., & Ghasemi, A. (2023). The role of maladaptive schemas in marital satisfaction and psychological distress among Iranian couples. *Journal of Family Psychology*, 37(6), 789-801. doi:10.1037/fam0001023

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

Kharratzadeh, M., Javaheri, A., & Gholamali Lavasani, M. (1401). Predicting marital burnout based on early maladaptive schemas and psychological capital. *Women & Family Cult Educational Quarterly, 17(59), 61–83*.

Koçyiğit, M., & Uzun, M. (2024). Couple burnout and marital satisfaction: Serial mediation by mindfulness and emotion regulation. *The American Journal of Family Therapy*, *52*(5), 575-593. https://doi.org/10.1080/01926187.2024.2322461

Koçyiğit, Ö., & Uzun, B. (2024). The mediating role of emotion regulation and mindfulness in couple burnout. *Family Process*, 63(1), 234-249. doi:10.1111/famp.12845

Körük, S., & Özabacı, N. (2023). How do early maladaptive schemas and family functions predict dyadic marital adjustment? A test on Turkish married individuals. *Journal of sex & marital therapy*, *49*(7), 772-782. https://doi.org/10.1080/0092623X.2023.2195857

Körük, S., & Özabacı, N. (2023). How do early maladaptive schemas and family functions predict dyadic marital adjustment? A test on Turkish married individuals. *Journal of Sex & Marital Therapy, 49*(7), 772–782. https://doi.org/10.1080/0092623X.2023.2205092

Lim, C. R., Barlas, J., & Ho, R. C. M. (2018). The effects of temperament on depression according to the schema model: a scoping review. *International journal of environmental research and public health*, *15*(6), 1231. https://www.mdpi.com/1660-4601/15/6/1231#

Liu, M., Li, L., Xiao, Y., Wang, X., Ye, B., Wang, X., & Geng, F. (2023). The psychological mechanism underlying neuroticism on divorce proneness: The chain mediating roles of negative partner support and couple burnout and the moderating role of economic level. *Journal of Affective Disorders*, *327*, 279-284. https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.01.092

Liu, Y., Zhang, L., & Chen, X. (2023). Emotion regulation as a mediator between neuroticism and divorce proneness. *Journal of Family Issues*, 44(6), 1456-1472. doi:10.1177/0192513X221134567

Mahmoudpour A, darba M, kamandloo Z, madani Y.(2020) The relationship between early maladaptive schemas with marital satisfaction and psychological distress in infertile women in tehran. Journal of Psychological Science. 19(94), 1231 1242. URL:http://psychologicalscience.ir/articl e-1-771-fa.html.

Mahmoudpour, A., Shiri, T., Ahmadbokani, S. and Naeimi, E. (2021). Prediction of Marital Burnout Based on Differentiation of self and Communication Beliefs with mediation Role of Emotional Regulation in Female Applicants for Divorce. *Family Counseling and Psychotherapy*, *10*(2), 361-390. doi: 10.22034/fcp.2021.61957

Meng, X., & Yang, D. (2024). Marital status differences in the association of work motivation with burnout: a network perspective. *Current Psychology*, *43*(1), 531-540. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00113-6

Meng, Y., & Yang, L. (2024). Insecure attachment and relational exhaustion: A longitudinal study. *Journal of Social and Personal Relationships*, 41(4), 567-583. doi:10.1177/02654075231245678

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2019). Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change (2nd ed.). *Guilford Press*. doi:10.1037/0000138-000

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2019). Attachment orientations and emotion regulation. Current opinion in psychology, 25, 6- 10. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.006

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۲۵، شماره ۲۹، تابستان ۱۴۰۴

The Relationship Between Early Maladaptive Schemas and Insecure Attachment Styles with Couple Burnout in Married Individuals: The Mediating Role of Emotion Regulation

Saeed Lesani Behzadkalai[1], Roghayeh Sotoudeh Alokandeh[2], Gholamhossein Abbasi[*3]
1. Department of Psychology, NeK.C., Islamic Azad University, Neka, Iran
2. Department of Psychology, Sar.C., Islamic Azad University, Sari, Iran
3. Department of Psychology, Sar.C., Islamic Azad University, Sari, Iran (Correspondig Author)
Correspondig Author Email: gh_abbasi@iausari.ac.ir

Abstract

Couple burnout is a detrimental phenomenon in marital life characterized by emotional, physical, and psychological exhaustion of spouses, which threatens the quality of relationships. The present study aimed to investigate the relationship between early maladaptive schemas and insecure attachment styles with couple burnout, as well as the mediating role of emotion regulation. This descriptive-correlational study was conducted during 2024-2025. The statistical population consisted of married individuals visiting the Ghoghnous Clinic in Neka city, from whom 158 men and women were selected by convenience sampling. Data were collected using the Young Early Maladaptive Schemas Questionnaire (1998), Collins and Read Adult Attachment Scale (1990), Garnefski Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (2001), and Pines Couple Burnout Scale (1996), and analyzed using SPSS-27 and SmartPLS-3 software. The results indicated a significant positive correlation between early maladaptive schemas and couple burnout ($p < 0.01$, $r = 0.48$), and insecure attachment style was also significantly associated with couple burnout ($p < 0.01$, $r = 0.37$). Adaptive emotion regulation was negatively correlated with couple burnout ($p < 0.01$, $r = -0.32$), while maladaptive emotion regulation showed a positive correlation ($p < 0.01$, $r = 0.45$). Emotion regulation significantly mediated this relationship, whereby deficits in emotion regulation intensified the impact of maladaptive schemas and insecure attachment on couple burnout. The model explained 36% of the variance in couple burnout ($R^2=0.36$). These findings highlight the critical role of emotion regulation as a psychological mechanism in addressing marital problems and suggest the design and implementation of therapeutic interventions focused on enhancing emotion regulation skills among couples.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۲۵، شماره ۲۹، تابستان ۱۴۰۴

Keywords: Early Maladaptive Schemas, Insecure Attachment Styles, Couple Burnout, Emotion Regulation, Structural Equation Modeling (SEM)

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-19]