

نقش واسطه‌ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی

The mediating role of difficulty of emotion regulation in the relationship between early maladaptive schemas and marital problems

Mohammad Ali Besharat

University of Tehran

Mahdieh Khalili Khezrabadi

Clinical Psychology

Seyed Mohammad Reza Rezazadeh

University of Tehran

محمد علی بشارت*

دانشگاه تهران

مهديه خليلی خضرآبادی

روانشناسی بالینی

سید محمد رضا رضازاده

دانشگاه تهران

چکیده: مشکلات زناشویی باعث بروز بحران‌های بسیاری در زندگی روزمره تعداد زیادی از خانواده‌ها می‌شوند. نقش روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه در بروز و تداوم این مشکلات چیست؟ دشواری تنظیم هیجان، چه نقشی در رابطه احتمالی بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی ایفا می‌کند؟ به منظور یافتن پاسخ چنین پرسش‌هایی، هدف این پژوهش بررسی نقش واسطه‌ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی بود. تعداد ۲۸۷ نفر (۱۵۸ زن، ۱۲۹ مرد) از دانشجویان متاهل ساکن شهرستان ارومیه در این پژوهش شرکت کردند. شرکت‌کنندگان مقیاس وضعیت زناشویی گلوبوک - راست (GRIMS)، فرم کوتاه پرسشنامه روان‌سازه یانگ (YSQ-SF) و مقیاس دشواری تنظیم هیجان گرتز و رومر (DERS) را تکمیل نمودند. نتایج پژوهش نشان داد که بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه، مشکلات زناشویی و دشواری تنظیم هیجان همبستگی مثبت معنادار وجود دارد. نتایج حاصل از تحلیل مسیر نشان داد که دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی نقش واسطه‌ای دارد. بر اساس یافته‌های این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که رابطه روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی یک رابطه خطی و ساده نیست و دشواری تنظیم هیجان در این رابطه نقش واسطه‌ای دارد. *واژه‌های کلیدی:* روان‌سازه، تنظیم هیجان، رابطه زناشویی

Abstract: Marital problems cause many crises in daily lives of a large number of families. What is the role of early maladaptive schemas in development and maintaining of these problems? What is the possible role of difficulty in emotion regulation in early maladaptive schemas and marital problems? The present study aimed to investigate the mediating role of difficulty in emotion regulation in the relationship between early maladaptive schemas and marital problems. Two hundred and eighty seven married volunteer students (158 females, 129 males), living in Urmia, participated in this study. Participants completed the Golombok Rust Inventory of Marital State Questionnaire (GRIMS), the Young Schema Questionnaire-Short Form (YSQ-SF), and the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS). The results showed a significantly positive correlation between early maladaptive schemas and marital problems, and difficulty in emotion regulation. The results of path analysis showed that the relationship between early maladaptive schemas and marital problems was mediated by difficulty in emotion regulation. According to the results of the present study, it can be concluded that the relationship between early maladaptive schemas and marital problems is not linear and the difficulty in emotion regulation can play a mediational role between the two.

Keywords: schema, emotion regulation, marital relationship

مقدمه

ازدواج^۱ یکی از مهم‌ترین تجربی است که بر زندگی افراد تأثیر می‌گذارد و بخش مهمی از بافت زندگی اجتماعی را تشکیل می‌دهد. رابطه زناشویی، از این رو که زیربنای روابط خانوادگی و تربیت نسل‌های آینده است، به‌عنوان اساسی‌ترین رابطه انسانی تلقی می‌شود. به همین دلیل، استحکام و بهبود این رابطه از اهمیت فوق‌العاده برخوردار است. در عین حال، روابط زناشویی معمولاً با مشکلات و نارضایتی‌هایی همراه است که گاه زوجین را دچار تعارض می‌کنند. ارزیابی کلی فرد از رابطه زناشویی و وضعیت برآورده شدن نیازها، خواسته‌ها و آرزوهای شخصی و زوجی، تعیین‌کننده رضایت و یا نارضایتی از رابطه زناشویی است (متسون، روژ، جانسون، دیویدسون و فینچام، ۲۰۱۳) و تعارض، ناسازگاری، اختلاف و نارضایتی در رابطه میان زوجین تحت عنوان مشکلات زناشویی^۲ تعریف می‌شود (والدینگر، شولز، هاور و آلن، ۲۰۰۴). عوامل متعدد ممکن است باعث بروز مشکلاتی در روابط زناشویی زوجین شوند. به‌عنوان مثال، در بررسی علل طلاق و مشکلات زناشویی علاوه بر عوامل مختلف اجتماعی، اقتصادی و حقوقی، علل فردی و روان‌شناختی از جمله روان‌سازه‌ها^۳ نیز از اهمیت برخوردارند (کوپر، ۲۰۰۱). نقش شناخت‌ها^۴ در روابط رمانتیک از اواخر دهه ۱۹۸۰؛ زمانی که درمانگران شروع به بحث در این مورد کردند که چگونه عقاید و باورهای منفی بیماران آنها در مورد صمیمیت با عملکرد ناسازگارانه آنها در روابط نزدیکشان مرتبط می‌شود، مورد توجه قرار گرفت (فینچام و بیچ، ۲۰۰۶). از جمله این عوامل شناختی می‌توان به روان‌سازه‌ها و به‌طور خاص روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه^۵ اشاره کرد.

یانگ (۱۹۹۹) آن دسته از روان‌سازه‌هایی را که به شکل‌گیری و تداوم مشکلات روان‌شناختی می‌انجامند، روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه می‌نامد. این روان‌سازه‌ها از

مؤلفه‌های شناختی، عاطفی و رفتاری تشکیل می‌شوند. روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه درونمایه‌های عمیق و فراگیری هستند که از خاطرات، شناخت‌ها و احساسات بدنی تشکیل شده‌اند، درباره خود و رابطه با دیگران‌اند و دربرگیرنده موانع هیجانی و شناختی اولیه برای رضایت از روابط هستند. طبق نظر یانگ، کلسکو و ویشار (۲۰۰۳)، روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه در پاسخ به تعاملات منفی والدین و ارضا نشدن نیازهای روان‌شناختی فرد، به وجود می‌آیند (به نقل از بشارت، دهقانی و تولاتیان، ۱۳۹۳). این روان‌سازه‌ها در عمیق‌ترین سطوح شناختی فرد فعال می‌شوند، خارج از حیطه هشیاری عمل می‌کنند و فرد را از لحاظ روانی در برابر افسردگی، اضطراب، روابط ناکارآمد، اعتیاد و اختلالات روانی آسیب‌پذیر می‌سازند (وانگ، هالوورسن، آیسمن و واترلو، ۲۰۱۰). یانگ و همکاران (۲۰۰۳)، پانزده روان‌سازه ناسازگار اولیه را مطرح می‌کنند که در پنج حیطه سازماندهی می‌شوند: گروه اول رهاشدگی و طرد^۶ را شامل می‌شود که دربرگیرنده زیرمجموعه‌های محرومیت هیجانی^۷، رهاشدگی و بی‌ثباتی^۸، بی‌اعتمادی/ بدرفتاری^۹، انزوای اجتماعی/ بیگانگی^{۱۰} و نقص/ شرم^{۱۱} است. گروه دوم خود پیروی و عملکرد مختل^{۱۲} را دربر می‌گیرد که شامل شکست^{۱۳}، وابستگی/ بی‌کفایتی^{۱۴}، آسیب‌پذیری نسبت به زیان یا بیماری^{۱۵} و خود تحول نیافته و گرفتار^{۱۶} می‌شود. گروه سوم گروه حد نارسایی^{۱۷} است که دربرگیرنده موارد استحقاق/ بزرگ‌منشی^{۱۸} و خویش‌ن‌داری/ خودانضباطی ناکافی^{۱۹} است. گروه چهارم، روان‌سازه‌های دیگرمحوری^{۲۰} هستند و عبارتند از اطاعت^{۲۱}، ایثار و از خودگذشتگی^{۲۲}. گروه پنجم روان‌سازه‌ها نیز گروه بیش‌گوش‌به‌زنگی و بازداری^{۲۳}

6. disconnection and rejection
7. emotional deprivation
8. abandonment/ instability
9. mistrust/ abuse
10. social isolation/ alienation
11. defectiveness/ shame
12. impaired autonomy and performance
13. failure
14. dependence/ incompetence
15. vulnerability to harm and illness
16. enmeshment/ undeveloped self
17. impaired limits
18. entitlement/ grandiosity
19. insufficient self-control/ self-discipline
20. other-directedness
21. subjugation
22. self-sacrifice
23. over vigilance and inhibition

1. marriage
2. marital problems
3. schema
4. cognitions
5. early maladaptive schemas

را فعال می‌کنند (تیم، ۲۰۱۰). در ایران نیز، درزمینه رابطه روان‌سازهای ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی دیده شده است که بین روان‌سازهای ناسازگار اولیه و رضایت زناشویی^۳ (فلاح چای، زارعی و نورمندی پور، ۲۰۱۴؛ یوسفی، عابدین، تیرگری و فتح‌آبادی، ۱۳۸۹) و صمیمیت زناشویی^۴ (ذوالفقاری، فاتحی‌زاده و عابدی، ۱۳۸۷) رابطه معکوس وجود دارد. یافته‌های فلاح دوست و همکاران (۲۰۱۴) و مطیعی، برجعلی و تقوایی (۱۳۹۳) نیز در همین راستا قرار داشت. امانی، عیسی‌نژاد و عزیزی (۱۳۹۳) نیز به نتیجه‌ای مشابه دست یافتند که بیان می‌داشت بین تمامی زیرمقیاس‌های روان‌سازهای ناسازگار اولیه با سازگاری زناشویی^۵ رابطه منفی برقرار است. بشارت، کشاورز و غلامعلی لواسانی (۱۳۹۴) نشان دادند که روان‌سازها که ریشه در باورهای ناکارآمد کودکی دارند، با برانگیختن خطاهای شناختی^۶ در بزرگسالی منجر به ایجاد مشکلات متفاوت در ارتباط فرد با دیگران می‌شوند و همین امر را تبیینی بر پژوهش خود قرار دادند که بیان می‌کرد بین روان‌سازهای ناسازگار اولیه و کیفیت زندگی^۷ افراد رابطه منفی برقرار است. رفیعی، حاتمی و فروغی (۱۳۹۰) نشان دادند که در زنانی که همسرانشان روابط فراخانوادگی^۸ داشتند، روان‌سازهای حوزه رهاشدگی/ طرد، خودپیروی و عملکرد مختل، حد نارسایی و بیش‌گوش‌بزرگی و بازداری دیده می‌شود. بر اساس این یافته‌ها و موارد بسیار مشابه، می‌توان پیش‌بینی کرد که مشکلات زناشویی تحت تأثیر روان‌سازهای ناسازگار اولیه قرار دارند؛ اما نکته مهمتر می‌تواند این باشد که روان‌سازهای ناسازگار اولیه از چه طریقی و با چه مکانیسم‌هایی مشکلات زناشویی زوجین را تحت تأثیر قرار می‌دهند؟ بررسی روابط بین این متغیرها و متغیرهایی که احتمالاً بتوانند در رابطه بین روان‌سازهای ناسازگار اولیه با مشکلات زناشویی نقش واسطه‌ای ایفا کنند به روشن شدن این مطلب کمک خواهد کرد. به‌منظور دستیابی به چنین متغیرهایی، باید عواملی که از یک‌سو تحت تأثیر روان‌سازها هستند و از سوی دیگر بر مشکلات زناشویی تأثیر می‌گذارند مورد بررسی قرار گیرند.

است که بازداری هیجانی^۱ و معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی^۲، در زیرگروه این روان‌سازها قرار می‌گیرند.

فعال شدن روان‌سازها زمینه را برای بروز مشکلات اجتماعی فراهم می‌آورد (جانوسک، تل، آلبوکرک و متیوز، ۲۰۱۳). یکی از مهم‌ترین بافت‌های اجتماعی فرد، زندگی زناشویی و خانوادگی است. ناپه‌نجاری‌های خانواده و زندگی زناشویی از عوامل خطر ساز آسیب‌های روان‌شناختی در کودکان و بزرگسالان است و نظام خانواده را که در واقع زیربنای جامعه سالم است مورد تهدید قرار می‌دهد (هولتمن-ویسل و آلان، ۲۰۱۴). انتخاب شریک زندگی ناسازگار یکی از متداول‌ترین مکانیسم‌های عمل روان‌سازها است. زمانی که روان‌سازها فعال می‌شوند، ممکن است باعث سوگیری در تفسیر رویدادها شوند که این سوگیری در آسیب‌شناسی روانی بین‌فردی (زن و شوهر) به شکل سوءتفاهم و نگرش‌های تحریف‌شده، پیش‌فرض‌های نادرست و اهداف و انتظارات غیرمعقول متجلی می‌شوند. زندگی زناشویی زوجینی که روان‌سازهای ناسازگار اولیه‌ای چون رهاشدگی، بی‌اعتمادی/بدرفتاری و محرومیت هیجانی دارند، با درصد بالاتری از خطر بروز جدایی و ازهم‌پاشیدگی زندگی خانوادگی روبه‌رو است (استیلز، ۲۰۰۴؛ کلیفتون، ۱۹۹۵). اپستن و همکاران (۱۹۹۲) معتقدند که عناصر شناختی و مخصوصاً روان‌سازهای اولیه «معیارهای سرسختانه» و «ایثار» از مهم‌ترین عوامل شناختی هستند که سازگاری و ناسازگاری در همسران را پیش‌بینی می‌کنند. یافته‌های برادبوری فینچام و بیچ (۲۰۰۰) و حمامچی (۲۰۰۴) نیز در همین راستا قرار دارند. همچنین، یانگ و همکاران (۲۰۰۳) معتقدند که علاوه بر روان‌سازهای اولیه در مورد روابط زناشویی، در روابط کنونی زوجین نیز روان‌سازهایی شکل می‌گیرند و چنانچه در رابطه این دو نفر نیازهای روان‌سازهای اولیه برطرف نشود و یا روان‌سازهای اولیه با روان‌سازهای کنونی ناهماهنگ باشند، بین همسران نارضایتی، ناسازگاری و نهایتاً به احتمال زیاد جدایی و طلاق رخ خواهد داد.

یافته‌های پژوهشی نشان داده‌اند که بزرگسالان دارای مشکلات زناشویی، بیشتر روان‌سازهای ناسازگار و مهارکننده

3. marital satisfaction
4. marital intimacy
5. marital adjustment
6. cognitive mistakes
7. quality of life
8. extra family relationships

1. emotional inhibition
2. unrelenting standard/ hypocriticalness

هیجان‌های شخصی خود و همسر خود را کاهش دهند و به نوعی از هم‌تنظیمی^۶ دست پیدا کنند (دیاموند و آسپینوال، ۲۰۰۳؛ کاپاس، ۲۰۱۱؛ کوآن، ۲۰۰۸).

تنظیم هیجان با توجه به پیامدهای اجتماعی خاصی که فراهم می‌کند، به‌عنوان تعیین‌کننده‌ای از یک ازدواج موفق مورد توجه قرار می‌گیرد (آیزنبرگ، هوفر و واگان، ۲۰۰۷؛ انگلیش، جان و گراس، ۲۰۱۳). روابط صمیمی زمینه بروز تجارب هیجانی زوجین را فراهم می‌آورد و این تجارب هیجانی، ماهیت رابطه آنها را شکل می‌دهد. این روابط صمیمی متقابل، ارزیابی زوجین از شریک زندگی خود و تجارب آنها از روابطشان را تحت تأثیر قرار می‌دهند (شویی و رندال، ۲۰۱۵). چنان‌که مرگین و کوردوا (۲۰۰۷) به این نتیجه دست یافتند که مهارت‌های هیجانی^۷ می‌توانند به شکل پایدار در روابط میان زوجین و رضایت زناشویی آنان مؤثر باشند. کوردوا، گی و وارن (۲۰۰۵) نیز توانایی تشخیص و ابراز هیجان‌ها، صمیمیت و رضایت زناشویی را مورد بررسی قرار دادند. اگر تلاش‌های فرد برای تنظیم هیجان با موفقیت همراه باشد، زوجین حالت ملایم‌تری از انگیزتگی هیجانی را تجربه می‌کنند که به ارتباط مؤثرتر آنها یاری می‌رساند (ایسن، ۱۹۹۹؛ وایل، ۲۰۰۲) تا منجر به ترمیم آسیب‌های وارده بر رابطه شود و به احتمال قوی به حل‌وفصل اساسی اختلافات خود دست پیدا کنند. در مطالعات انجام‌شده در مورد تعاملات زناشویی، کاهش عواطف و هیجان‌های منفی زوجین هنگام بروز استرس^۸ می‌تواند پیش‌بینی‌کننده ثبات و تداوم زندگی زناشویی طی زمان شود. (گاتمن، کوآن، کارر و اشوانسون، ۱۹۹۸). گاتمن و لوینسون (۱۹۹۲) نیز نشان دادند که ابراز نسبتاً زیاد عواطف و هیجان‌های مثبت در مقابل هیجان‌های منفی، موقع استرس‌ها و درگیری‌های زناشویی، باعث رضایت زناشویی بیشتری در زوجین می‌شود. متقابلاً، سکون هیجانی (یعنی تمایل فرد به این‌که بر یک حالت عاطفی منفی باقی بماند) با بروز پریشانی‌ها و دشواری‌هایی در زندگی زناشویی افراد همراه خواهد بود (گرین و اندرسون، ۱۹۹۹). خجسته‌مهر، پارسی و شیرالی‌نیا (۱۳۹۴) مشخص ساختند که هیجان‌های منفی با تبادلات زناشویی مخرب رابطه مثبت دارد.

توانایی تنظیم هیجان^۱ یکی از عواملی به شمار می‌رود که با شاخص‌های بسیاری از عملکردهای اجتماعی مثبت از جمله سبک دلبستگی ایمن^۲، سطوح بالاتری از تعاملات و ابراز عواطف و هیجان‌ها (جان و گراس، ۲۰۰۴)، حمایت اجتماعی گسترده‌تر، صمیمیت با دیگران و رضایت اجتماعی (سالواتور، کو، استیل، سیمپسون و کالینز، ۲۰۱۱؛ سیواستوا، تمیر، مک گونیگال، جان و گراس، ۲۰۰۹)، حساسیت بین فردی بیشتر، گرایش‌های اجتماعی و دوستی‌های متقابل (لوپز، سالوی، کوت و بیرز، ۲۰۰۵)، اصالت^۳ و نجابت بیشتر در روابط اجتماعی (گراس و جان، ۲۰۰۳) و کیفیت بهتر همراهی‌های بین فردی و احساس رابطه و تفاهم با افراد غریبه (باتلر، ایگلوف، ویلهلم، اشمیت، اریکسون و همکاران، ۲۰۰۳) رابطه دارد. بر اساس همین شواهد پژوهشی، بررسی نقش واسطه‌ای تنظیم هیجان در رابطه بین روان‌سازهای ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی اهمیت پیدا می‌کند. تنظیم هیجان، شکل خاصی از خودتنظیم‌گری^۴ و فرایندی است که افراد از طریق آن هیجان‌هایشان را به‌منظور پاسخ‌دهی مناسب به درخواست‌های محیطی خود به شکلی هشیار یا ناهشیار تنظیم می‌کنند (برگ و ویلیامز، ۲۰۰۷). افراد به‌هنگام تنظیم هیجان سعی دارند بر نحوه تجربه و ابراز هیجان‌های خود تأثیر بگذارند (گراس و تامسون، ۲۰۰۷). دشواری تنظیم هیجان از طریق بروز مشکلاتی در آگاهی، درک و پذیرش هیجان‌ها، فقدان دسترسی به راهبردهای انطباقی^۵ در مواجهه با هیجان‌های مختلف و یا ناتوانی در کنترل رفتار به‌هنگام مواجهه با انگیزتگی‌های شدید هیجانی تعریف می‌شود (گرتز و رومر، ۲۰۰۴). زمانی که زوجین با رویدادهای عاطفی به شدت منفی (به‌عنوان مثال، خشم ناشی از اختلافات، ناامیدی و ناکامی) روبه‌رو می‌شوند، اغلب به حالتی بدوی و بقاگرایانه از تعاملات روی می‌آورند. در این نحوه تعامل، زوجین بارها و بارها تلاش می‌کنند تا رفتارشان را از راه‌هایی همچون تحقیر همسر و یا انتقاد از او (گاتمن، ۱۹۹۴) و یا با بیان خصوصیات منفی همسر (برادبوری و فینچام، ۱۹۹۰) توجیه کنند. تنظیم هیجان به زوجین اجازه می‌دهد تا از این حالات منفی دوری کنند. تنظیم هیجان در هر یک از زوجین می‌تواند کمک کند تا برانگیزتگی

6. coregulation
7. emotional skills
8. stress

1. emotion regulation
2. secure attachment estyle
3. authenticity
4. self-regulation
5. adaptive strategies

مشکلات زناشویی مورد بررسی قرار گیرد. بر این اساس، هدف اصلی پژوهش حاضر بررسی نقش واسطه‌ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی بود. با توجه به هدف اصلی پژوهش و ملاحظات نظری و یافته‌های پژوهشی موجود، فرضیه‌های پژوهش بدین شرح آزمون شدند: فرضیه اول) بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی رابطه مثبت وجود دارد. فرضیه دوم) بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه و دشواری تنظیم هیجان رابطه مثبت وجود دارد. فرضیه سوم) بین دشواری تنظیم هیجان و مشکلات زناشویی رابطه مثبت وجود دارد. فرضیه چهارم) دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی نقش واسطه‌ای دارد.

روش

جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش

این پژوهش، یک مطالعه اکتشافی^۵ از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش، دانشجویان متاهل ساکن شهرستان ارومیه در سال تحصیلی ۹۵-۱۳۹۴ بودند. تعداد ۲۸۷ دانشجوی متاهل (۱۵۸ زن، ۱۲۹ مرد) به صورت داوطلب و به روش نمونه‌گیری هدفمند^۶ انتخاب شدند و در پژوهش شرکت کردند. پیش از انجام پژوهش و تکمیل پرسشنامه‌ها، موضوع و هدف پژوهش برای شرکت‌کنندگان تشریح شد. به شرکت‌کنندگان اطمینان داده شد که نتایج تحقیق محرمانه خواهد ماند و از آن صرفاً برای اهداف پژوهشی استفاده می‌شود. ملاک‌های ورود شرکت‌کنندگان در این پژوهش، نداشتن سابقه بیماری‌های جدی پزشکی و روانپزشکی مستلزم مصرف دارو و نداشتن سابقه طلاق بود. میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۳۰/۷۸ سال، انحراف استاندارد ۸/۶۷، دامنه سن زنان از ۲۰ تا ۵۶ سال و مردان از ۲۲ تا ۵۴ سال بود. تحلیل داده‌های پژوهش بر اساس شاخص‌ها و روش‌های آماری شامل درصد، فراوانی، میانگین، انحراف استاندارد، ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر^۷ انجام شد. پرسشنامه‌های پژوهش به شرح زیر در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفت.

در تایید این مشاهدات، ابراز متقابل عواطف منفی (یعنی زنجیره‌ای که پاسخ هیجانی منفی یک فرد در پاسخ به عواطف منفی همسر او قرار می‌گیرد)، به‌عنوان یکی از تأثیرگذارترین عوامل مرتبط با ظهور ناراضی‌تی در روابط زناشویی شناخته شده است (کاتمن، ۱۹۹۴). می‌توان در تایید این امر به مطالعات بسیاری اشاره کرد که نشان داده‌اند دشواری‌های بیشتر در تنظیم هیجان با مشکلات زناشویی بیشتر نیز همراه هستند (آشر، استورم، سیدر، هالی، میلر بوریس و همکاران، ۲۰۱۰؛ دانهم، ۲۰۰۸). به‌علاوه، پردازش هیجانی^۱ فرد در معرض تأثیرات شناختی است، به‌طوری که رفتارهای پیچیده فرد مشمول تعاملات متقابل پردازش شناختی^۲ و هیجانی او قرار می‌گیرد و نظریه‌های عصبی بیولوژیکی^۳ در مورد تعاملات متقابل شناخت و هیجان بدون در نظر گرفتن مکانیسم‌های زیربنایی که تأثیر پردازش‌های شناختی بر پردازش‌های هیجانی را نشان می‌دهند، کامل نخواهد بود (دالکوس، لوردن و دالکوس، ۲۰۱۱). از سوی دیگر، بنابر نظر یانگ (۱۹۹۹)، روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه با استفاده از فرایندهای خودتداوم بخش^۴، از فرد در برابر هیجان‌های شدید و درمانده‌سازی که عمدتاً در پی برانگیختگی و راه‌اندازی یک روان‌سازه پدید می‌آیند، محافظت می‌کنند. به این ترتیب افراد خود را در برابر تغییر مقاوم نموده و محتوای منفی روان‌سازه‌های خود را حفظ می‌کنند و در نتیجه طیف گسترده‌ای از مشکلات و ناکارآمدی‌های فردی، بین‌فردی و اجتماعی ایجاد می‌شوند (یانگ و همکاران، ۲۰۰۳).

در حقیقت راهبردهای تنظیم هیجان با توجه به تأثیر قابل‌توجهی که بر تجربه هیجانی فرد دارند و منجر به پیامدهای مختلف رفتاری و شناختی و عصبی می‌شوند (گراس، ۲۰۰۸)، بخش مهمی از تعامل هیجان و شناخت را تشکیل می‌دهند. لذا با توجه به تأثیری که روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه در تحریفات شناختی ذهن افراد ایفا می‌کنند و تأثیری که در شکل برخورد فرد با محیط اطرافش دارند و نیز تأثیر نسبتاً مشابه دشواری‌های تنظیم هیجان در همین تعاملات، به لحاظ نظری دشواری تنظیم هیجان می‌تواند به‌عنوان واسطه‌ای در رابطه بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه با

5. exploratory study
6. purposfull sampling
7. path analysis

1. emotional processing
2. cognitive processing
3. neurobiological theories
4. self-perpetuating processes

ابزار سنجش

فرم کوتاه پرسشنامه روان‌سازه یانگ (YSQ-SF).

فرم کوتاه پرسشنامه روان‌سازه یانگ^۱ (یانگ و براون، ۱۹۹۹) یک پرسشنامه ۷۵ سؤالی است که ۱۵ روان‌سازه ناسازگار اولیه را می‌سنجد. هر یک از ۷۵ عبارت این پرسشنامه در مقیاس لیکرت ۶ درجه‌ای از کاملاً نادرست (نمره ۱) تا کاملاً درست (نمره ۶) نمره‌گذاری می‌شود. نمره هر فرد در هر روان‌سازه با جمع نمرات ۵ سؤال مربوط به آن روان‌سازه حاصل می‌شود که دامنه آن در هر روان‌سازه از ۵ تا ۳۰ است. نمرات بالاتر نشان‌دهنده وجود روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه بیشتر در فرد است. اولین پژوهش جامع برای سنجش ویژگی‌های روان‌سنجی این پرسشنامه توسط اشمیت و همکاران (۱۹۹۵) انجام شد. نتایج این پژوهش نشان داد که برای هر روان‌سازه ناسازگار اولیه ضریب آلفا از ۰/۸۳ (برای روان‌سازه خود تحول نیافته/گرفتار) تا ۰/۹۶ (برای روان‌سازه نقص/ شرم) به دست آمد و ضریب پایایی بازآزمایی^۲ در جمعیت غیربالینی بین ۰/۵۰ تا ۰/۸۲ محاسبه شد. همچنین این پرسشنامه با مقیاس‌های ناراحتی روان‌شناختی، احساس ارزشمندی، آسیب‌پذیری شناختی نسبت به افسردگی و نشانه‌های اختلالات شخصیت، روایی همگرا^۳ و افتراقی^۴ خوبی نشان داده است (اشمیت و همکاران، ۱۹۹۵). در بررسی مقدماتی ویژگی‌های روان‌سنجی فرم فارسی این مقیاس در نمونه‌ای از جمعیت دانشجویی ($n = 387$ ، ۲۵۲ دختر و ۱۳۵ پسر)، ضریب آلفای کرونباخ برای همسانی درونی^۵ هر یک از روان‌سازه‌ها در دامنه‌ای بین ۰/۶۹ (برای ایثار) تا ۰/۸۳ (برای وابستگی/ بی‌کفایتی) به دست آمد. برای نپذیرفتن و اجتناب از بلا تکلیفی ۰/۸۷، برای بلا تکلیفی بازدارنده از عمل ۰/۸۷ و برای نمره کل تحمل ناپذیری بلا تکلیفی ۰/۸۹ محاسبه شد (آهی، محمدی‌فر و بشارت، ۱۳۸۶). روایی سازه^۶ همگرا و تشخیصی (افتراقی) پرسشنامه روان‌سازه یانگ از طریق اجرای همزمان مقیاس اضطراب، افسردگی و اضطراب پارانویا (SCL-

25، بک و اپستین، ۱۹۹۳) محاسبه شد. نتایج ضرایب همبستگی پیرسون نشان داد که بین نمره آزمودنی‌ها در هریک از زیرمقیاس‌های پرسشنامه روان‌سازه یانگ با مقیاس اضطراب، افسردگی و اضطراب پارانویا همبستگی مثبت معنادار ($p < 0.001$) وجود دارد. نتایج مقدماتی تحلیل عاملی با استفاده از روش مؤلفه‌های اصلی نشان داد که ۱۱ عامل از پرسشنامه روان‌سازه یانگ استخراج می‌شوند که مجموعاً ۶۵/۸۵ درصد از کل واریانس آن را تبیین می‌کنند (آهی و همکاران، ۱۳۸۶).

مقیاس دشواری تنظیم هیجان (DERS). مقیاس

دشواری تنظیم هیجان^۷ (گرتز و رومر، ۲۰۰۴) یک ابزار ۳۶ گویه‌ای است که سطوح نقص و نارسایی تنظیم هیجانی فرد را در اندازه‌های پنج‌درجه‌ای از ۱ (تقریباً هرگز) تا ۵ (تقریباً همیشه) در شش زمینه به شرح زیر می‌سنجد: عدم پذیرش هیجان‌های منفی^۸، دشواری در انجام رفتارهای هدفمند^۹ مواقع درماندگی، دشواری در مهار رفتارهای تکانشی^{۱۰} مواقع درماندگی، دستیابی محدود به راهبردهای اثربخش تنظیم هیجان^{۱۱}، فقدان آگاهی هیجانی^{۱۲} و فقدان شفافیت هیجانی^{۱۳}. از مجموع نمره شش زیرمقیاس آزمون، نمره کل فرد برای دشواری تنظیم هیجان محاسبه می‌شود. نمره بیشتر در هر یک از زیرمقیاس‌ها و کل مقیاس، نشانه دشواری بیشتر در تنظیم هیجان است. ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس دشواری تنظیم هیجان شامل همسانی درونی، پایایی بازآزمایی و روایی سازه و پیش‌بین^{۱۴} در نمونه‌های بالینی و غیربالینی در پژوهش‌های خارجی تایید شده است (گرتز و تول، ۲۰۱۰؛ گرتز، روزنتال، تول، لجوز و گوندلسان، ۲۰۰۶؛ گرتز و رومر، ۲۰۰۴). ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی مقیاس دشواری تنظیم هیجان در نمونه‌های بالینی ($n = 187$) و غیربالینی ($n = 763$)، مورد بررسی و تایید قرار گرفته‌اند (بشارت و بزازیان، ۱۳۹۳). در این پژوهش‌ها، ضرایب آلفای کرونباخ برای پرسش‌های عدم پذیرش هیجان‌های منفی از ۰/۷۳ تا ۰/۸۸،

7. Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS)
8. nonacceptance of negative emotions
9. difficulties engaging in goal-directed behaviors
10. difficulties controlling impulsive behaviors
11. limited access to effective emotion regulation strategies
12. lack of emotional awareness
13. lack of emotional clarity
14. predictive

1. Young Schema Questionnaire-Short Form (YSQ-SF)
2. test-retest reliability
3. convergent validity
4. discriminant
5. internal consistency
6. construct

راهبردهای رشدیافته تنظیم شناختی هیجان $0/45-$ ، با راهبردهای رشدنیافته تنظیم شناختی هیجان $0/50+$ ، با عاطفه مثبت $0/46-$ و با عاطفه منفی $0/49+$ به دست آمد. ضرایب همبستگی دشواری در مهار رفتارهای تکانشی با بهزیستی روانشناختی $0/48-$ ، با درماندگی روانشناختی $0/45+$ ، با راهبردهای رشدیافته تنظیم شناختی هیجان $0/44-$ ، با راهبردهای رشدنیافته تنظیم شناختی هیجان $0/51+$ ، با عاطفه مثبت $0/47-$ و با عاطفه منفی $0/44+$ به دست آمد. ضرایب همبستگی دستیابی محدود به راهبردهای اثربخش تنظیم هیجان با بهزیستی روانشناختی $0/45-$ ، با درماندگی روانشناختی $0/43+$ ، با راهبردهای رشدیافته تنظیم شناختی هیجان $0/44-$ ، با راهبردهای رشدنیافته تنظیم شناختی هیجان $0/53+$ ، با عاطفه مثبت $0/49-$ و با عاطفه منفی $0/43+$ به دست آمد. ضرایب همبستگی فقدان آگاهی هیجانی با بهزیستی روانشناختی $0/44-$ ، با درماندگی روانشناختی $0/43+$ ، با راهبردهای رشدیافته تنظیم شناختی هیجان $0/49-$ ، با راهبردهای رشدنیافته تنظیم شناختی هیجان $0/52+$ ، با عاطفه مثبت $0/47-$ و با عاطفه منفی $0/48+$ به دست آمد. ضرایب همبستگی فقدان شفافیت هیجانی با بهزیستی روانشناختی $0/44-$ ، با درماندگی روانشناختی $0/46+$ ، با راهبردهای رشدیافته تنظیم شناختی هیجان $0/43-$ ، با راهبردهای رشدنیافته تنظیم شناختی هیجان $0/48+$ ، با عاطفه مثبت $0/55-$ و با عاطفه منفی $0/48+$ به دست آمد. این ضرایب در سطح $p < 0/001$ معنادار بودند (بشارت و بزازیان، ۱۳۹۳).

پرسشنامه وضعیت زناشویی گلوبوک - راست

(GRIMS). پرسشنامه وضعیت زناشویی گلوبوک - راست^۴ (راست، بنون، کرو و گلوبوک، ۱۹۸۶) یک مقیاس ۲۸ سوالی است. پرسش‌ها در مقیاس چهار درجه‌ای لیکرت (کاملاً موافق = ۰، کاملاً مخالف = ۳)، مشکلات موجود در روابط زناشویی زوجین را از نمره صفر تا سه در زمینه میزان حساسیت^۵ و توجه زوجین نسبت به نیازهای یکدیگر، تعهد^۶، وفاداری^۷، مشارکت^۸،

برای دشواری در انجام رفتارهای هدفمند از $0/72$ تا $0/89$ ، برای دشواری در مهار رفتارهای تکانشی از $0/75$ تا $0/90$ ، برای دستیابی محدود به راهبردهای اثربخش تنظیم هیجان از $0/76$ تا $0/85$ ، برای فقدان آگاهی هیجانی از $0/72$ تا $0/86$ ، برای فقدان شفافیت هیجانی از $0/77$ تا $0/90$ و برای نمره کل مقیاس از $0/79$ تا $0/92$ به دست آمد. این ضرایب همسانی درونی نسخه فارسی مقیاس دشواری تنظیم هیجان را تایید می‌کنند. پایایی بازآزمایی مقیاس دشواری تنظیم هیجان برای نمونه‌های بالینی ($n = 85$) و غیربالینی ($n = 156$) در دو نوبت با فاصله‌های ۴ تا ۶ هفته برای پرسش‌های عدم پذیرش هیجان‌های منفی از $0/70$ تا $0/83$ ، برای دشواری در انجام رفتارهای هدفمند از $0/70$ تا $0/85$ ، برای دشواری در مهار رفتارهای تکانشی از $0/72$ تا $0/86$ ، برای دستیابی محدود به راهبردهای اثربخش تنظیم هیجان از $0/69$ تا $0/78$ ، برای فقدان آگاهی هیجانی از $0/68$ تا $0/80$ ، برای فقدان شفافیت هیجانی از $0/73$ تا $0/85$ و برای نمره کل مقیاس از $0/71$ تا $0/87$ به دست آمد. این ضرایب که همه در سطح $p < 0/001$ معنادار هستند، پایایی بازآزمایی مقیاس دشواری تنظیم هیجان را تایید می‌کنند. روایی همگرا و تشخیصی (افتراقی) مقیاس دشواری تنظیم هیجان از طریق اجرای همزمان مقیاس سلامت روانی^۱ (MHI؛ بشارت، ۱۳۸۵؛ ویت و ویر، ۱۹۸۳)، پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان^۲ (CERQ؛ بشارت و بزازیان، ۱۳۹۳؛ گارنفسکی و کرایچ، ۲۰۰۶) و فهرست عواطف مثبت و منفی^۳ (PANAS؛ بشارت، ۱۳۸۷؛ واتسون، کلارک و تلگن، ۱۹۸۸) در مورد نمونه‌های مختلف از دو گروه بالینی و غیربالینی محاسبه شد و مورد تایید قرار گرفت. ضرایب همبستگی عدم پذیرش هیجان‌های منفی با بهزیستی روانشناختی $0/53-$ ، با درماندگی روانشناختی $0/44+$ ، با راهبردهای رشدیافته تنظیم شناختی هیجان $0/47-$ ، با راهبردهای رشدنیافته تنظیم شناختی هیجان $0/51+$ ، با عاطفه مثبت $0/45-$ و با عاطفه منفی $0/46-$ به دست آمد. ضرایب همبستگی دشواری در انجام رفتارهای هدفمند با بهزیستی روانشناختی $0/51-$ ، با درماندگی روانشناختی $0/47+$ ،

4. Golombok Rust Inventory of Marital State Questionnaire (GRIMS)
5. sensitivity
6. commitment
7. loyalty
8. cooperation

1. Mental Health Inventory (MHI)
2. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ)
3. Positive and Negative Affect Schedule (PANAS)

همدردی^۱، ابراز محبت، اعتماد^۲، صمیمیت^۳ و همدلی^۴ زوجین می‌سند. حداقل نمره آزمودنی در این مقیاس صفر و حداکثر نمره ۸۴ است. نمره تراز شده آزمودنی‌ها در ۹ درجه برحسب شدت و ضعف مشکلات زناشویی محاسبه می‌شود. در فرم فارسی این پرسشنامه نمره کل مقیاس با آلفای کرونباخ ۰/۹۲ برای نمونه‌ای از زن‌ها و ۰/۹۴ برای شوهرها محاسبه شد که نشانه همسانی درونی بالای پرسشنامه است. ضرایب همبستگی بین نمره‌های آزمودنی‌ها در دو نوبت با فاصله دو هفته برای کل آزمودنی‌ها $r = 0/77$ ، $r = 0/73$ برای آزمودنی‌های زن و $r = 0/75$ نشانه پایایی باز آزمایی خوب پرسشنامه است (بشارت، ۱۳۸۰).

یافته‌ها

جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد پنج حوزه روان‌سازه‌ای، دشواری تنظیم هیجان و مشکلات زناشویی را به تفکیک برای مردان و زنان نشان می‌دهد.

جدول ۱

میانگین و انحراف استاندارد روان‌سازه‌ها، دشواری تنظیم هیجان و مشکلات زناشویی

متغیر	مرد		زن		کل	
	SD	M	SD	M	SD	M
رهاشدگی و طرد	۴/۴۷	۱۱/۰۵	۳/۳۲	۹/۹۸	۴/۴۲	۱۰/۴۶
خودپیروی و عملکرد مختل	۴/۸۹	۹/۹۶	۴/۷۹	۹/۱۸	۴/۸۴	۹/۵۳
حد نارسایی	۴/۶۷	۱۴/۰۸	۴/۸۴	۱۳/۲۰	۴/۷۸	۱۳/۵۹
دیگر محوری	۴/۴۱	۱۴/۲۲	۴/۲۲	۱۳/۸۵	۴/۳۰	۱۴/۰۱
بیش گوش‌به‌زنگی و بازداری	۴/۵۳	۱۴/۵۱	۴/۴۲	۱۳/۷۸	۴/۴۸	۱۴/۱۱
دشواری تنظیم هیجان	۲۰/۱۸	۸۸/۷۳	۲۱/۶۷	۹۱/۳۹	۲۱/۰۲	۹۰/۱۹
مشکلات زناشویی	۱۲/۱۶	۲۴/۳۲	۱۴/۶۱	۲۲/۴۹	۱۳/۵۷	۲۳/۳۱

نتایج ضرایب همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش در جدول ۲ گزارش شده است. بر اساس این نتایج، بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه با مشکلات زناشویی و دشواری تنظیم هیجان و بین دشواری تنظیم هیجان و مشکلات زناشویی همبستگی مثبت معنادار در سطح $p < 0/01$ وجود دارد: رهاشدگی و طرد با مشکلات زناشویی ($r = 0/39, p < 0/01$)؛ خودپیروی و عملکرد مختل با مشکلات زناشویی ($r = 0/29, p < 0/01$)؛ حد نارسایی با مشکلات زناشویی ($r = 0/23, p < 0/01$)؛ دیگرمحوری با مشکلات زناشویی ($r = 0/15, p < 0/05$)؛ بیش گوش‌به‌زنگی و بازداری با مشکلات زناشویی ($r = 0/16, p < 0/01$). این نتایج فرضیه‌های اول تا سوم پژوهش را تایید می‌کنند.

1. sympathy
2. trust
3. intimacy
4. empathy

جدول ۲

ماتریس همبستگی روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵
۱- مشکلات زناشویی					
۲- رهاشدگی و طرد	۰/۳۹**				
۳- خودپیروی و عملکرد مختل	۰/۲۹**	۰/۸۳**			
۴- حد نارسایی	۰/۲۳**	۰/۶۳**	۰/۵۹**		
۵- دیگرمحوری	۰/۱۵**	۰/۶۱**	۰/۵۹**	۰/۵۳**	
۶- بیش‌گوش‌به‌زنگی و بازداری	۰/۱۶**	۰/۶۳**	۰/۵۸**	۰/۶۹**	۰/۶۸**

** $p < 0.01$

برای آزمون نقش واسطه‌ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی از روش تحلیل مسیر استفاده شد. نتایج تحلیل مسیر نشان داد که مدل فرضی پژوهش تایید می‌شود. جدول ۳ شاخص‌های برازش مدل را نشان می‌دهد. مربع کای (χ^2)، نسبت مربع کای

به درجه آزادی (χ^2/df)، شاخص برازش تطبیقی^۱ (CFI)، شاخص برازش^۲ (GFI)، شاخص تعدیل‌یافته برازش^۳ (AGFI) و ریشه دوم برآورد پراکندگی خطای تقریب^۴ (RMSEA) در حد مطلوب است. بر اساس این شاخص‌ها می‌توان نتیجه گرفت که مدل مفروض برازش بسیار خوبی با داده‌ها دارد.

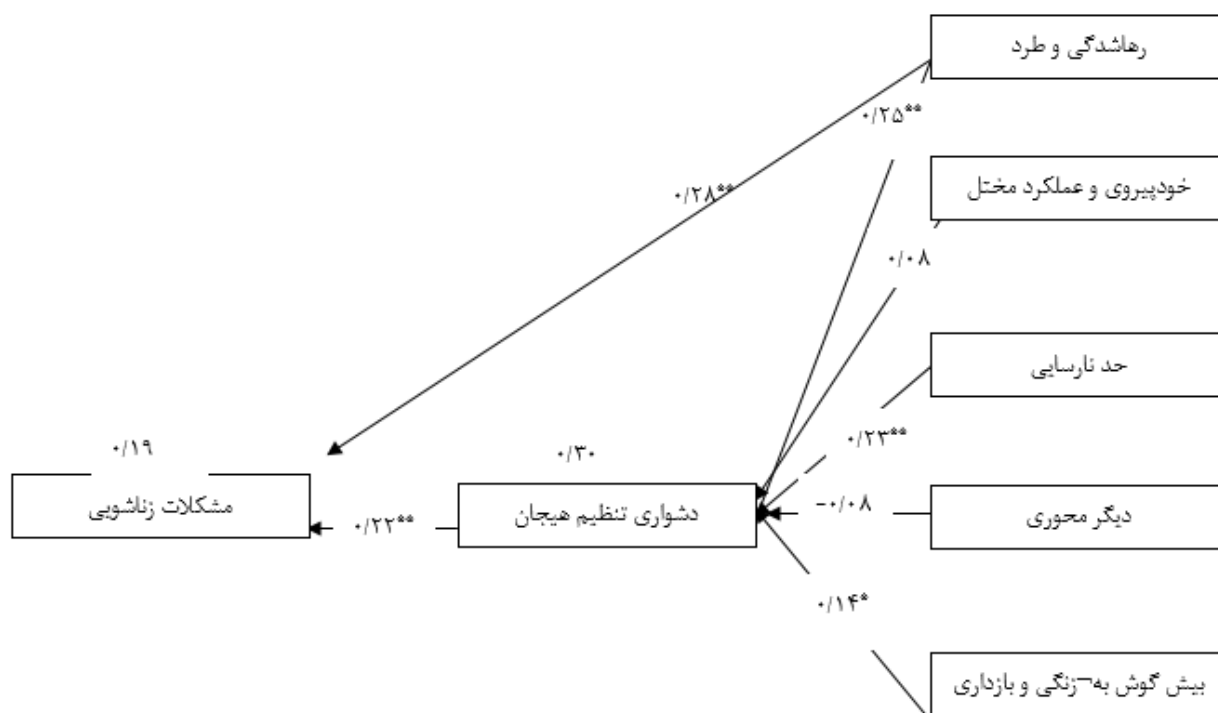
جدول ۳

شاخص‌های برازش مدل نقش واسطه‌ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی

RMSEA	AGFI	GFI	CFI	χ^2/df	df	P	χ^2
۰/۰۸	۰/۹۲	۰/۹۹	۰/۹۹	۳/۰۱	۴	$p > 0.05$	۱۲/۰۵

شکل ۱ ضرایب استاندارد مسیره‌های مستقیم برای مدل برازش‌یافته نقش واسطه‌ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی را نشان می‌دهد.

1. Comparative Fit Index (CFI)
2. Goodness of Fit Index (GFI)
3. Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI)
4. Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)



شکل ۱. نمودار مسیرهای مدل برازش یافته با ضرایب استاندارد

توجه: اعداد روی خطوط مسیر و روی مستطیل‌ها به ترتیب، ضریب بتا و ضریب تبیین هستند.

مثبت و معنادار تحت تأثیر مستقیم رهاشده‌گی و طرد ($p < 0.01$) و $\beta = 0.25$ ، $p < 0.01$) و دشواری تنظیم هیجان ($\beta = 0.23$ ، $p < 0.01$) قرار داشت. مشکلات زناشویی تحت تأثیر غیرمستقیم بیش گوش به زنگی و بازداری ($\beta = 0.14$ ، $p < 0.05$)، حد نارسایی ($\beta = 0.08$ ، $p < 0.05$) و رهاشده‌گی و طرد ($\beta = 0.08$ ، $p < 0.05$) قرار داشت. دیگر محوری ($\beta = -0.08$ ، $p > 0.05$) و خودپیروی و عملکرد مختل ($\beta = 0.23$ ، $p > 0.05$) نتوانستند به‌طور غیرمستقیم بر مشکلات زناشویی نیز اثر معنادار داشته باشند.

جدول ۴ ضرایب استاندارد شده مستقیم، غیرمستقیم و کل مدل به همراه ضریب تبیین مربوط به هر متغیر را نشان می‌دهد. بر پایه ضرایب اثر مستقیم معلوم می‌شود که دشواری تنظیم هیجان از بیش گوش به زنگی و بازداری ($p < 0.05$)، حد نارسایی ($\beta = 0.23$ ، $p < 0.01$) و رهاشده‌گی و طرد ($\beta = 0.25$ ، $p < 0.01$) اثر مثبت معنادار می‌پذیرد. اثر مستقیم دیگر محوری ($\beta = -0.08$ ، $p > 0.05$) و خودپیروی و عملکرد مختل ($\beta = 0.08$ ، $p > 0.05$) بر دشواری تنظیم هیجان به لحاظ آماری معنادار نبود. مشکلات زناشویی به‌طور

جدول ۴

ضرایب استاندارد مستقیم، غیرمستقیم و کل مدل و ضرایب تبیین

مسیر	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم	اثر کل	ضریب تبیین
بر روی دشواری تنظیم هیجان از:				۰/۳۰
بیش گوش به زنگی و بازداری	۰/۱۴*	-	۰/۱۴*	
دیگر محوری	-۰/۰۸	-	-۰/۰۸	
حد نارسایی	۰/۲۳**	-	۰/۲۳**	
خودپیروی و عملکرد مختل	۰/۰۸	-	۰/۰۸	
رهاشده‌گی و طرد	۰/۲۵**	-	۰/۲۵**	

ادامه جدول ۴

۰/۱۹				بر روی مشکلات زناشویی از:
	۰/۰۳*	۰/۰۳*	-	بیش گوش‌به‌زنگی و بازداری
	-۰/۰۲	-۰/۰۲	-	دیگرمحوری
	۰/۰۵**	۰/۰۵**	-	حد نارسایی
	۰/۰۲	۰/۰۲	-	خودپیروی و عملکرد مختل
	۰/۳۴**	۰/۰۵**	۰/۲۸**	رهاشدگی و طرد
	۰/۲۲**	-	۰/۲۲**	دشواری تنظیم هیجان

*P < ۰/۰۵, **P < ۰/۰۱

واریانس نمرات دشواری تنظیم هیجان ($R^2 = ۰/۳۰$) و مشکلات زناشویی ($R^2 = ۰/۱۹$) به میزان قابل توجهی تبیین شد.

برقراری روابط بین شخصی نزدیک با دیگران اجتناب می‌کنند (کوس، ۲۰۰۹). در حوزه روان‌سازه حد نارسایی، نقص و نارسایی در محدودیت‌های درونی، احساس مسئولیت در قبال دیگران یا جهت‌گیری نسبت به اهداف بلندمدت که منجر به بروز مشکل در رابطه یا همکاری با دیگران می‌شود، مشخصه اصلی است. در این گروه از افراد، محدودیت‌های درونی در خصوص احترام متقابل و خودمهارگری به اندازه کافی رشد نکرده است. آنها ممکن است در مورد احترام به حقوق دیگران، همکاری کردن، متعهد بودن و در دستیابی به اهداف طولانی مدت با مشکل مواجه شوند. چنین افرادی را اغلب خودخواه، لوس و بی‌مسئولیت یا خودشیفته توصیف می‌کنند که در دوران کودکی نیازی به پیروی از قوانین نداشته و ملاحظه دیگران را نمی‌کرده‌اند؛ در نتیجه در بزرگسالی نیز توان مهار تکانه‌های خود را ندارند و نمی‌توانند نیازهای آنی خود را با هدف دستیابی به منافع درازمدت‌تر به تأخیر اندازند (یانگ و همکاران، ۲۰۰۳). روان‌سازه بیش گوش‌به‌زنگی و بازداری نیز با تأکید افراطی بر واپس‌زنی احساسات و تکانه‌های خودانگیخته، انتخاب‌ها و یا برآورده ساختن انتظارات غیرواقعیانه در عملکرد اخلاقی، اغلب خوشحالی، خودآشکارسازی و آرامش را از بین می‌برد. این افراد اغلب احساسات و تکانه‌های خودانگیخته‌شان را واپس‌زنی می‌کنند و سعی دارند حتی به قیمت از دست دادن خوشحالی، توان ابراز عقیده شخصی، آرامش خاطر، روابط صمیمی و یا سلامت خود، طبق قوانین

بر اساس یافته‌های این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که مدل فرضی پژوهش برای نقش واسطه‌ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی توسط شواهد تجربی تایید می‌شود. در این مدل

بحث

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش واسطه‌ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی انجام شد. نتایج پژوهش نشان داد که بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی رابطه مثبت وجود دارد و روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه می‌توانند تغییرات مربوط به مشکلات زناشویی را پیش‌بینی کنند. این نتایج که فرضیه‌های پژوهش را تایید می‌کنند و با یافته‌های پژوهش‌های قبلی (امانی و همکاران، ۱۳۹۳؛ برادبوری و همکاران، ۲۰۰۰؛ تیم، ۲۰۱۰؛ حمامچی، ۲۰۰۴؛ ذوالفقاری و همکاران، ۱۳۸۷؛ رفیعی و همکاران، ۱۳۹۰؛ فلاح‌چای و همکاران، ۲۰۱۴؛ فلاح دوست و همکاران، ۲۰۱۴؛ یانگ، ۱۹۹۹؛ یوسفی و همکاران، ۱۳۸۹) همسو هستند، بر اساس چندین احتمال به شرح زیر تبیین می‌شوند:

وجود روان‌سازه رهاشدگی و طرد در هر یک از زوجین باعث می‌شود که همواره نگران این باشد که همسرش وی را ترک و طرد کند. افرادی که روان‌سازه‌هایشان در این حوزه قرار می‌گیرد، اغلب بیشترین میزان آسیب را از زمان کودکی خود داشته‌اند و کمترین میزان ثبات را در برقراری ارتباط با دیگران تجربه کرده‌اند. اغلب بیمارانی که روان‌سازه‌های آنها در این حوزه جای می‌گیرند، دوران کودکی بسیار تکان‌دهنده‌ای داشته و در بزرگسالی یا به گونه‌ای شتابزده و سنجدیده از رابطه‌ای خود آسیب‌رسان به رابطه‌ای دیگر پناه می‌برند یا از

اجتماعی ایجاد می‌شوند (یانگ و همکاران، ۲۰۰۳). ناکارآمدی در زندگی زناشویی می‌تواند محصول چنین روان‌سازه‌هایی باشد؛ رابطه‌ای که در پژوهش حاضر تایید شد.

نتایج پژوهش نشان داد که بین دشواری تنظیم هیجان و مشکلات زناشویی نیز رابطه مثبت وجود دارد. این نتایج با یافته‌های پژوهش‌های قبلی (بشارت و همکاران، ۱۳۹۲؛ خجسته‌مهر و همکاران، ۱۳۹۴؛ سوارت، کورتکاس و آلمن، ۲۰۰۹؛ شیپر و پترمن، ۲۰۱۳؛ لاکوود، سیرا-کاردوسو و ویدینگ، ۲۰۱۴) مطابقت می‌کند و برحسب چند احتمال به این شرح تبیین می‌شود: مدیریت و تنظیم هیجان‌ها، از طریق به‌کارگیری راهبردهای مقابله شناختی تنظیم می‌شوند (رایدر و شررس، ۲۰۰۱؛ فولکمن و مسکویتز، ۲۰۰۴). این راهبردها ممکن است انطباقی باشند یا غیرانطباقی^۱ مثل خود سرزنشگری، دیگر سرزنشگری، تمرکز بر فکرنشخوارگری، فاجعه‌نمایی (گارنفسکی و همکاران، ۲۰۰۱). راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان، قدرت مهار و مدیریت هیجان‌ها را تضعیف می‌کنند. این ضعف در مهار و مدیریت هیجان‌ها در حوزه روابط بین شخصی، مخصوصاً روابط زوجین، می‌تواند مشکلات زناشویی را در پی داشته باشد. ناتوانی در تنظیم هیجان‌ها همچنین، فرد را از نظر عاطفی و شناختی دچار آشفتگی و درماندگی می‌کند و سازمان عواطف و شناخت‌های فرد را مختل می‌سازد. این اختلال در سطح تعامل‌های اجتماعی، مشکلات بین شخصی را به وجود می‌آورد (بشارت و همکاران، ۱۳۹۲). رابطه بین دشواری تنظیم هیجان و مشکلات زناشویی بر این اساس توجیه می‌شود.

نتایج پژوهش نشان داد که دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه و مشکلات زناشویی نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند. هرچند پژوهشی که به بررسی این نقش واسطه‌ای پرداخته باشد یافت نشد، شاید بتوان نتایج گزارش‌شده در باب رابطه روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه با مشکلات زناشویی (امانی و همکاران، ۱۳۹۳؛ تیم، ۲۰۱۰؛ حمامچی، ۲۰۰۴؛ رفیعی و همکاران، ۱۳۹۰؛ فلاح‌چای و همکاران، ۲۰۱۴؛ فلاحت دوست و همکاران، ۲۰۱۴؛ یوسفی و همکاران، ۱۳۸۹) را از یک‌سو و مطالعات مربوط به رابطه دشواری تنظیم هیجان با این مشکلات (بشارت و همکاران، ۱۳۹۲؛ سوارت و همکاران، ۲۰۰۹؛ شیپر و پترمن، ۲۰۱۳؛

انعطاف‌ناپذیر و درونی‌شده‌شان عمل کنند. شواهد نشان می‌دهد که این افراد در دوران کودکی خود تا حد زیادی خشونت و واپس‌زدگی و سخت‌گیری را تجربه کرده‌اند و در نتیجه خویشتن‌داری و فداکاری بیش از اندازه در این افراد بر خودانگیختگی و احساس لذت غلبه دارد. این افراد در کودکی به‌جای تشویق به بازی و تفریح، یاد گرفته‌اند که گوش‌به‌زنگ حوادث منفی باشند. آنها اغلب غوطه‌ور در نگرانی و بدبینی و ترس هستند و معتقدند اگر لحظه‌ای هشیاری و مراقبت خود را از دست بدهند، زندگیشان از هم خواهد پاشید (کوس، ۲۰۰۹). وجود چنین روان‌سازه‌هایی می‌تواند پیش‌بینی‌کننده بروز مشکلات زناشویی در زندگی زوجین شود.

نتایج پژوهش نشان داد که بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه، مخصوصاً در حوزه‌های بیش‌گوش‌به‌زنگی و بازداری، ره‌اشدگی/طرد و حد نارسایی با دشواری تنظیم هیجان رابطه مثبت وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهش سیمارد، موس و پاسکوزو (۲۰۱۱)، به‌عنوان تنها پژوهش منتشر شده در این زمینه، مطابقت می‌کند و برحسب چند احتمال به این شرح تبیین می‌شود: پردازش هیجانی فرد در معرض تأثیرات شناختی است، به‌طوری‌که رفتارهای پیچیده فرد مشمول تعاملات متقابل پردازش‌های شناختی و هیجانی او قرار می‌گیرد و نظریه‌های عصبی بیولوژیکی در مورد تعاملات متقابل شناخت و هیجان بدون در نظر گرفتن مکانیسم‌های زیربنایی که تأثیر پردازش‌های شناختی بر پردازش‌های هیجانی را نشان می‌دهند، کامل نخواهد بود (دالکوس و همکاران، ۲۰۱۱). از سوی دیگر، بنابر نظر یانگ (۱۹۹۹)، روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه باعث تحریف اطلاعات مربوط به روابط بین فرد و محیط می‌شوند و افکار خودآیند منفی را در وی فعال می‌سازند و نهایتاً نگرش‌ها و پردازش‌های نابهنجار شناختی را موجب می‌شوند. این ساختارها، با استفاده از فرایندهای خودتداوم بخش، از فرد در برابر هیجان‌های شدید و درمانده‌کننده‌ای که عمدتاً در پی برانگیختگی و راه‌اندازی یک روان‌سازه پدید می‌آیند، محافظت می‌کنند. به‌این‌ترتیب، افراد خود را در برابر تغییر مقاوم نموده و محتوای منفی روان‌سازه‌های خود را حفظ می‌کنند و در نتیجه طیف گسترده‌ای از مشکلات و ناکارآمدی‌های فردی، بین‌فردی و

تأثیرگذار بر مشکلات زناشویی کمک کنند و با تبیین نحوه تأثیرپذیری مشکلات زناشویی از عواملی که ریشه در دوران کودکی فرد دارند، مانند روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه و دشواری تنظیم هیجان، به گسترش دانش، مفاهیم و مدل‌های موجود در این زمینه کمک کنند و راهگشای پژوهش‌های جدیدتر به‌منظور گسترش دانش روان‌شناختی باشند. چنین نتایجی می‌تواند پرسش‌ها و فرضیه‌های جدیدی را مطرح سازد. نمونه‌ای از این پرسش‌ها عبارت‌اند از: چه متغیرهای دیگری می‌تواند در بروز مشکلات زناشویی دخیل باشند؟ و یا این‌که چه متغیر یا متغیرهای دیگری می‌تواند در رابطه بین روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه با مشکلات زناشویی نقش واسطه‌ای یا تعدیل‌کننده داشته باشند؟ پاسخ به هر یک از این پرسش‌ها ضرورت انجام پژوهش‌های آتی را در این رابطه مطرح می‌سازد. در سطح عملی، یافته‌های پژوهش حاضر می‌تواند دیدگاهی امیدبخش و پیشگیرانه نسبت به کاهش بروز مشکلات زناشویی را در جامعه نوید دهند و مبنای تجربی مناسبی برای تدوین برنامه‌های آموزشی و بهداشتی در چارچوب روابط مادر-کودک، آموزش‌های مدرسه‌ای به کودکان و برنامه‌های مداخله و مدیریت هیجان‌ها باشند. بیشترین استفاده را در سطح بالینی شاید زوج‌درمانگران، خانواده‌درمانگران و یا درمانگران روان‌سازه محور از این یافته‌ها داشته باشند.

محدودیت‌های جامعه آماری و نوع پژوهش حاضر، محدودیت‌هایی را در زمینه تعمیم یافته‌ها، تفسیرها و استنادهای علت‌شناختی متغیرهای موردبررسی مطرح می‌کند که باید در نظر گرفته شوند. نمونه موردبررسی در این پژوهش نمونه‌ای از دانشجویان متأهل ساکن شهرستان ارومیه بود که به‌طور داوطلبانه در پژوهش شرکت کردند؛ لذا باید در تعمیم یافته‌ها به سایر جمعیت‌ها جانب احتیاط رعایت شود. به‌علاوه، استفاده از شیوه خودگزارش‌دهی و شرکت داوطلبانه افراد در پژوهش نیز می‌تواند منجر به بروز سوگیری‌هایی در پاسخ‌های شرکت‌کنندگان شود. همچنین به دلیل حجم محدود نمونه و عدم کنترل متغیرهایی از جمله عوامل اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی باید در تعمیم یافته‌های حاصل از آن جانب احتیاط را رعایت نمود.

کیلیپاتریک، بیسسونت و روسبولت، ۲۰۰۲؛ لاکوود و همکاران، ۲۰۱۴) و یافته‌های بیانگر رابطه روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه با دشواری تنظیم هیجان (سیمارد و همکاران، ۲۰۱۱) را از سوی دیگر، مصداقی بر تایید یافته‌های حاضر قلمداد نمود. این نتایج برحسب چند احتمال به این شرح تبیین می‌شوند: روان‌سازه‌ها الگوهای شناختی و هیجانی خودآسیب‌رسانی هستند که در مراحل اولیه رشد فرد شکل می‌گیرند، در طول زندگی تداوم می‌یابند (یانگ و همکاران، ۲۰۰۳) و به‌عنوان چارچوبی به کار می‌روند که افراد در آن مفهوم زندگی خود را می‌سازند (لیپی، بک و بک، ۲۰۰۵). برخی افراد به‌منظور رویارویی با مشکلات و حوادث منفی و آسیب‌زای دوران کودکی اقدام به ایجاد برخی روان‌سازه‌های ناسازگار می‌کنند که اگرچه این روان‌سازه‌ها و راهبردهای مقابله‌ای در دوران کودکی کارکرد خوبی برای آنها دارند، ولی استفاده از آنها در بزرگسالی منجر به مقابله ناسازگارانه با مشکلات می‌شود و فعال گشتن آنها موجب می‌شود فرد رویدادها و محرک‌های محیطی را به شکلی منفی ارزیابی و تفسیر کند و آنها را تهدیدآمیز قلمداد نماید (پنلی و توماکا، ۲۰۰۲) و حجم وسیعی از هیجان‌های منفی و آزاردهنده را تجربه کند (یانگ و همکاران، ۲۰۰۳). این الگوهای شناختی و هیجانی ناکارآمد (روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه)، فرایند مهار و مدیریت هیجان‌ها را با مشکل مواجه می‌سازد (دشواری تنظیم هیجان) و زمینه را برای شکل‌گیری یا تداوم مشکلات بین شخصی در رابطه زوجین، مخصوصاً در زمینه روابط عاطفی، فراهم می‌سازند. به‌طور کلی، عوامل مختلف شناختی و هیجانی می‌توانند بر بروز و تداوم مشکلات زناشویی مؤثر باشند. این عوامل که گاه ریشه در تجارب دوران کودکی و حوادث و رویدادهای سال‌های اولیه زندگی دارند، قادرند تأثیری درازمدت و قابل‌توجه بر زندگی خانواده‌ها داشته باشند. دشواری تنظیم هیجان و راهبردهای غیرانطباقی این سازه می‌تواند واسطه‌ای در اعمال و تأثیر شناخت‌ها، تحریف‌ها و روان‌سازه‌های دیرین فرد بر بروز مشکلات زناشویی او باشند.

دستاوردها و پیامدهای این پژوهش را می‌توان در دو سطح نظری و عملی به این شرح مطرح کرد: در سطح نظری، یافته‌های این پژوهش می‌توانند به شناخت بهتر عوامل

منابع

- امانی، ا.، عیسی‌نژاد، ا.، و عزیزی، آ. (۱۳۹۳). بررسی روابط ساختاری طرحواره‌های ناسازگار اولیه و عامل‌های شخصیتی با سازگاری زناشویی. *فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی*، ۳۶، ۴۵-۷۰.
- آهی، ق.، محمدی‌فر، م.، و بشارت، م. ع. (۱۳۸۶). پایایی و اعتبار فرم کوتاه پرسشنامه طرحواره‌های یانگ. *مجله روانشناسی و علوم تربیتی*، ۳، ۲۵-۵.
- بشارت، م. ع. (۱۳۸۰). بررسی مقدماتی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسش‌نامه وضعیت زناشویی گلوبک - راست. گزارش پژوهشی، دانشگاه تهران.
- بشارت، م. ع. (۱۳۸۵). پایایی و اعتبار مقیاس سلامت روانی (MHI). *فصلنامه دانشور رفتار*، ۱۶، ۱۱-۱۶.
- بشارت، م. ع. (۱۳۸۷). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی فهرست عواطف مثبت و منفی. گزارش پژوهشی، دانشگاه تهران.
- بشارت، م. ع.، افقی، ز.، آقایی ثابت، س. س.، حبیب‌نژاد، م.، پورنقدعلی، ع.، و گرانمایه پور، ش. (۱۳۹۲). نقش تعدیل‌کننده راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین ناگویی هیجانی و مشکلات بین شخصی. *فصلنامه تازه‌های علوم شناختی*، ۴، ۴۳-۵۲.
- بشارت، م. ع.، دهقانی، س. س.، و تولائی، ف. س. (۱۳۹۳). نقش واسطه‌ای روانسازه‌های ناسازگار اولیه در رابطه بین سبک‌های والدگری و مشکلات زناشویی. *روانشناسی خانواده*، ۱، ۱۸-۳.
- بشارت، م. ع.، کشاورز، س.، و غلامعلی لواسانی، م. (۱۳۹۴). نقش واسطه‌ای خودشفقت‌ورزی و خود‌مهارگری در رابطه بین روان‌سازه‌های سازش‌نیافته اولیه و کیفیت زندگی. *روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی*، ۴۴، ۳۵۵-۳۴۱.
- بشارت، م. ع.، و بزازیان، س. (۱۳۹۳). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان در نمونه‌ای از جامعه ایرانی. *مجله دانشکده پرستاری و مامایی*، ۱۴، ۷۰-۶۱.
- خجسته‌مهر، ر.، پارسی، ا.، و شیرالی‌نیا، خ. (۱۳۹۴). نقش تعدیل‌کننده هیجان مثبت در رابطه بین هیجان منفی و تبادلات زناشویی مخرب در زنان. *دو فصلنامه روانشناسی خانواده*، ۲، ۴۹-۵۸.
- ذوالفقاری، م.، فاتحی‌زاده، م.، و عابدی، م. ر. (۱۳۸۷). تعیین رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه با ابعاد صمیمیت زناشویی. *مجله خانواده پژوهی*، ۱۵، ۲۶۱-۲۴۷.
- رفیعی، س.، حاتمی، ا.، و فروغی، ع. ا. (۱۳۹۰). رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک دلبستگی در زنان دارای خیانت زناشویی. *جامعه‌شناسی زنان (زن و جامعه)*، ۵، ۳۶-۲۱.
- مطیعی، ز.، برجعی، ا.، و تقوایی، د. (۱۳۹۳). نقش واسطه‌ای قصه عشق در رابطه با طرحواره‌های ناسازگار اولیه و رضایت زناشویی. *مجله علوم رفتاری*، ۱، ۲۲۶-۲۱۹.
- یوسفی، ر.، عابدین، ع.، ر.، تیرگری، ع. ح.، و فتح‌آبادی، ج. (۱۳۸۹). اثربخشی مداخله آموزشی مبتنی بر مدل طرحواره‌ها در ارتقا رضایت زناشویی. *مجله روانشناسی بالینی*، ۳، ۲۵-۳۷.

References

- Ascher, E. A., Sturm, V. E., Seider, B. H., Holley, S. R., Miller Bruce, L., & Levenson, R. W. (2010). Relationship satisfaction and emotional language in prodementia and alzheimer disease patients d spusal cregiers. *Alzheimer Disease & Associated Disorders*, 24, 49-55.
- Bargh, J. A., & Williams, L. E. (2007). The nonconscious regulation of emotion. *Handbook of Emotion Regulation*, 1, 429-445.
- Beck, A. T., & Epstein, N. (1993). An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric Properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 893-897.
- Bradbury, T. N., & Fincham, F. D. (1990). Attributions in marriage: Review and critique. *Psychological Bulletin*, 107, 3-33.
- Bradbury, T., Fincham, F., & Beach, S. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 62, 964-980.
- Butler, E. A., Egloff, B., Wilhelm, F. H., Smith, N. C., Erickson, E. A., & Gross, J. J. (2003). The social consequences of expressive suppression. *Emotion*, 3, 48-67.
- Coan, J. A. (2008). Toward a neuroscience of attachment. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory,*

- research, and clinical applications* (pp: 241-265). New York, NY: Guilford Press.
- Cooper, C. (2001). Men and divorce. In G. R. Books & G. E. good (Eds.), *The new handbook of psychotherapy and counseling with comprehensive guide to setting, problems and treatment approaches* (pp: 335-352). California: Jossey-Francisco.
- Cordova, J. V., Gee, C. B., & Warren, L. Z. (2005). Emotional skillfulness and marital satisfaction. *Journal of Social Clinical Psychology, 24*, 218-235.
- Diamond, L. M., & Aspinwall, L. G. (2003). Emotion regulation across the life span: An integrative perspective emphasizing self-regulation, positive affect, and dyadic processes. *Motivation and Emotion, 27*, 125-156.
- Dolcos, F., Lordan, A. D., & Dolcos, S. (2011). Neural correlation of emotion-cognition interactions: A review of evidence from brain imaging investigations. *Journal of Cognitive Psychology, 23*, 669-694.
- Dunham, S. M. (2008). *Emotional skillfulness in african american marriage: Intimate safety as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction*. Unpublished doctoral dissertation, The University of Akron: Ohio.
- Eisenberg, N., Hofer, C., & Vaughan, J. (2007). Effortful control and its socioemotional consequences. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp: 287-306). New York, NY: Guilford Press.
- English, T., John, O. P., & Gross, J. J. (2013). Emotion regulation in relationships. In J. A. Simpson & L. Campbell (Eds.), *Handbook of close relationships* (pp. 500-513). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Epsten, S., Lipson, A., Holstein, C., & Huh, E. (1992). Irrational reactions to negative outcomes: Evidence for two conceptual systems. *Journal of Personality and Social Psychology, 62*, 328-339.
- Falah Chay, S. R., Zarei, E., & Normandi Pour, F. (2014). Investigating the relationship between maladaptive schemas and marital satisfaction in mothers of primary school children. *Journal of Life Science and Biomedicine, 4*, 119-124.
- Falahatdoost, M., Dolatshahi, B., Mohammadkhani, P., & Nouri, M. (2014). Identifying the role of early maladaptive schemas in variety of domestic violence against women the experience of violence. *Iranian Journal of Clinical Psychology, 2*, 20-25.
- Fincham, F. D., & Beach, S. R. (2006). Relationship satisfaction. In A. L. Vangelisti & P. Perlman (Eds.), *The Cambridge handbook of personal relationships* (pp. 579-594). New York: Cambridge University Press.
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology, 55*, 745-774.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). Cognitive emotion regulation questionnaire-development of a short 18-item version (CERQ-short). *Personality and Individual Differences, 41*, 1045-1053.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences, 30*, 1311-1327.
- Gottman, J. M. (1994). *What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes*. Hillsdale, NJ: Erlbaum, Inc.
- Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (1992). Marital processes predictive of later dissolution: Behavior, physiology, and health. *Journal of Personality and Social Psychology, 63*, 221-233.
- Gottman, J. M., Coan, J., Carrere, S., & Swanson, C. (1998). Predicting marital happiness and stability from newlywed interactions. *Journal of Marriage and the Family, 60*, 5-22.

- 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 and Behavioral Assessment*, 26, 41-54.
- Gratz, K. L., & Tull, M. T. (2010). Emotion regulation as a mechanism of change in acceptance- and mindfulness-based treatments. In R. Baer (Ed.), *Assessing mindfulness and acceptance processes in clients: Illuminating the theory and process of change* (pp: 107-133). Oakland, CA: New Harbinger Publications.
- Gratz, K. L., Rosenthal, M. Z., Tull, M. T., Lejuez, C. W., & Gunderson, J. G. (2006). An experimental investigation of emotion dysregulation in borderline personality disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 115, 850-855.
- Greene, S. M., & Anderson, E. R. (1999). Observed negativity in large family systems: Incidents and reactions. *Journal of Family Psychology*, 13, 372-392.
- Gross, J. J. (2008). Emotion Regulation. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L. F. Barrett (Eds.), *Hand Book of emotions* (pp: 497-512). New York, NY: Guilford Press.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and wellbeing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-362.
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion Regulation: Conceptual Foundations. In J. J. Gross (Ed), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-24). New York: Guilford Press.
- Hamamci, Z. (2004). Dysfunctional relationship beliefs in marital conflict. *Journal of Rational-Emotive, Cognitive- Behavior Therapy*, 23, 245-261.
- Holtom-Viesel, A., & Allan, S. (2014). A systematic review of the literature on family functioning across all eating disorder diagnoses in comparison to control families. *Clinical Psychology Review*, 34, 29-43.
- Isen, A. M. (1999). On the relationship between affect and creative problem solving. In S. R. Russ (Ed.), *Affect, creative experience and psychological adjustment* (pp: 3-13). Philadelphia, PA: Taylor & Francis.
- Janusek, L. W., Tell, D., Albuquerque, K., & Mathews, H. L. (2013). Childhood adversity increases vulnerability for behavioral symptoms and immune dysregulation in women with breast cancer. *Brain, Behavior, and Immunity*, 30, 149-162.
- John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and lifespan development. *Journal of Personality*, 72, 1301-1334.
- Kappas, A. (2011). Emotion and regulation are one!. *Emotion Review*, 3, 17-25.
- Kilpatrick, S. D., Bissonnette, V. L., & Rusbult, C. R. (2002). Empathic accuracy and accommodative behavior among newly married couples. *Personal Relationship*, 9, 369-393.
- Kose, B. (2009). *Associations of psychological well-being with early maladaptive schemas and self-construals*. Doctoral dissertation, Middle East Technical University.
- Leahy, R. L., Beck, J. & Beck, A. T. (2005). *Cognitive Therapy for the personality disorders*. Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Inc.
- Lockwood, P. L., Seara-Cardoso, A., & Viding, E. (2014). Emotion Regulation Moderates the Association between Empathy and Prosocial Behavior. DOI: 10.1371/journal.pone.0096555.
- Lopes, P. N., Salovey, P., Cote, S., & Beers, M. (2005). Emotion regulation abilities and the

- quality of social interaction. *Emotion*, 5, 113-118.
- Matson, R. E., Rogge, R. D., Johnson, M. D., Davidson, E. K. B., & Fincham, F. D. (2013). The positive and negative semantic dimensions of relationship satisfaction. *Personal Relationships*, 20, 328-355.
- Mirgain, S. A., & Cordova, J. V. (2007). Emotion skills and marital health: The association between observed and self-reported emotion skills, intimacy, and marital satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26, 983-1009.
- Penley, J. A., Tomaka, J. (2002). Associations among the big five, emotional responses, and coping with acute stress. *Personality and Individual Differences*, 32, 215-228.
- Ridder, D., & Schreurs, K. (2001). Developing interventions for chronically ill patients: Is coping a helpful concept? *Clinical Psychology Review*, 21, 205-240.
- Rust, J., Bennun, I., Crow, M., & Golombok, S. (1986). Golombok-Rust Inventory of Marital State Questionnaire. *Sexual and Marital Therapy*, 1, 55-60.
- Salvatore, J. E., Kuo, S. I., Steele, R. D., Simpson, J. A., & Collins, W. A. (2011). Recovering from conflict in romantic relationships: A developmental perspective. *Psychological Science*, 22, 376-383.
- Schipper, M., & Petermann, F. (2013). Relating empathy and emotion regulation: Do deficits in empathy trigger emotion dysregulation? *Social Neuroscience*, 8, 101-107.
- Schmidt, N. B., Joiner Jr, T. E., Young, J. E., & Telch, M. J. (1995). The schema questionnaire: Investigation of psychometric properties and the hierarchical structure of a measure of maladaptive schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 19, 295-321.
- Schoebi, D., & Randall, A. K. (2015). Emotional dynamics in intimate relationships. *Emotion Review*, 5, 202-210.
- Simard, V., Moss, E., & Pascuzzo, K. (2011). Early maladaptive schemas and child adult attachment: A 15-years longitudinal study. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 84, 349-360.
- Srivastava, S., Tamir, M., McGonigal, K. M., John, O. P., & Gross, J. J. (2009). The social costs of emotional suppression: A prospective study of the transition to college. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96, 883-897.
- Stiles, O. E. (2004). *Early maladaptive schemas and intimacy in young adult's romantic relationships*. Unpublished doctoral dissertation, Alliant International University.
- Swart, M., Kortekaas, R., & Aleman, A. (2009). Dealing with feelings: Characterization of trait alexithymia on emotion regulation strategies and cognitive-emotional processing. *PLoS ONE*, 4(6): e5751. doi:10.1371/journal.pone.0005751.
- Thimm, J. C. (2010). Mediation of early maladaptive schemas between perceptions of parental rearing style and personality disorder symptoms. *Journal of Behaviour Therapy and Experimental Psychiatry*, 41, 52-59.
- Veit, C. T., & Ware, J. E. (1983). The structure of psychological distress and well-being in general population. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51, 730-742.
- Waldinger, R.J., Schulz, M. S., Hauer, S. T., & Allen, J. P. (2004). Reading others emotions: The role of intuitive judgments in predicting marital satisfaction, quality, and stability. *Journal of Family Psychology*, 18, 58-71.
- Wang, C., Halvorsen, M., Eisemann, M., Waterloo, K. (2010). Stability of dysfunctional attitudes and early maladaptive schemas: A 9-year follow-up study of clinically depressed subjects. *Journal of Behaviour Therapy and Experimental Psychiatry*, 41, 389-396.
- Watson, D., Clarke, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS

- Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.
- Wile, D. B. (2002). Collaborative couple therapy. In A. S. Gurman & N. S. Jacobson (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy* (pp: 281-307). New York, NY: Guilford Press.
- Young, J. E. (1999). *Cognitive therapy for personality disorder: A schema-focused approach*. Florida: Professional Resource Press.
- Young, J. E., & Brown, G. (1999). *Young Schema Questionnaire-L3a. Cognitive Therapy*. New York: Authors.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: Guilford Publication.