

## مقایسه نوع باورهای غیرمنطقی، تعارضات زناشویی و سبک‌های مقابله‌ای در زوجین متقاضی طلاق و عادی

داود اکبرزاده<sup>1\*</sup>؛ حسن اکبرزاده<sup>2</sup>؛ صالح قنبری<sup>3</sup>؛ علی محمدزاده<sup>4</sup>

### چکیده

زمینه: خانواده از جمله نهادهای اساسی جامعه است که ساختار و روابط درون آن بر جامعه تأثیر می‌گذارد. بدیهی است که شناخت عوامل و راهکارهای مقابله با آن و کمک به حفظ و دوام خانواده از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. هدف پژوهش حاضر مقایسه باورهای غیرمنطقی، تعارضات زناشویی و سبک‌های مقابله‌ای در زنان متقاضی طلاق و عادی شهر تبریز بود. روش‌ها: پژوهش حاضر از نوع علی - مقایسه‌ای است. جامعه آماری این پژوهش کلیه زنان متأهل 18-30 سال متقاضی طلاق و همچنین کلیه زنان متأهل 18-30 سال عادی شهر تبریز بودند. برای این منظور تعداد 200 نفر (2 گروه 100 نفری زنان متقاضی طلاق و زنان عادی) به صورت در دسترس در گروه اول و به صورت تصادفی ساده در گروه دوم انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها، از پرسشنامه‌های باورهای غیرمنطقی جونز، تعارضات زناشویی ثنایی و راهبردهای مقابله‌ای اندلر و پارکر استفاده شد. داده‌ها به کمک روش‌های آماری توصیفی و آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره تحلیل شدند. یافته‌ها: نتایج پژوهش نشان داد که بین زوجین متقاضی طلاق و افراد عادی در متغیرهای نوع باورهای غیرمنطقی، تعارضات زناشویی و سبک‌های مقابله‌ای، تفاوت معناداری وجود دارد ( $P < 0/001$ ). به این معنی که زوجین متقاضی طلاق از باورهای غیرمنطقی، تعارضات زناشویی و سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار برخوردارند. نتیجه‌گیری: توجه به باورهای غیرمنطقی، تعارضات زناشویی و راهبردهای مقابله‌ای زوجین در موارد ارجاعی برای طلاق می‌تواند حایز اهمیت باشد.

کلیدواژه‌ها: باورهای غیرمنطقی، تعارضات زناشویی، راهبردهای مقابله‌ای، طلاق

«دریافت: 1393/5/13 پذیرش: 1393/9/11»

1. گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تبریز

2. گروه الهیات، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تبریز

3. گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم تحقیقات تبریز

4. گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه پیام نور

\* عهده‌دار مکاتبات: تبریز، بالاتر از هتل مرمر، مجتمع دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز، تلفن: 09145865004

Email: zakeri.ba65@gmail.com

### مقدمه

همه انسان‌ها از نافذترین جاذبه‌های حیات بهره‌مند هستند. تنها بستر مشروع متبادر این جاذبه‌ها، از طریق ارتباط با همسر است. ارتباط مؤثر و سازنده، سنگ زیربنایی خانواده سالم و موفق است (1). اما گاه تحولات زندگی، سیستم زناشویی را چنان بی‌ثبات می‌کنند که زن و شوهر از یکدیگر قطع امید کرده، قادر به گذشت و بخشودن اعمال، افکار و احساسات یکدیگر نیستند و در باور خود

ازدواج پیچیده‌ترین شکل رابطه انسانی است. انسان بدون ارتباط سازنده و سالم نمی‌تواند شکوفا شود. در واقع ازدواج اصلی‌ترین زمینه‌ای است که در آن اثر صمیمیت و روابط اجتماعی رشد می‌یابد و متجلی می‌گردد. زوجین در زندگی مشترک و تعامل با یکدیگر می‌توانند مهارت‌های زناشویی خود را فعلیت بخشند.

تعارضات زناشویی است. از نظر گلاسر (8) تعارض زناشویی ناشی از ناهماهنگی زن و شوهر در نوع نیازها و روش ارضای آن، خودمحوری، اختلاف در خواسته‌ها، طرح‌واره‌های رفتاری و رفتار غیرمسئولانه نسبت به ارتباط زناشویی و ازدواج است. درمانگران سیستمی تعارض را ناشی از هر نوع تنازع بر سر تصاحب پایگاه و منابع قدرت در بین زوج‌ها می‌دانند (9). عدم توافق در هر رابطه زناشویی طبیعی است. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که اگر زوج‌ها بتوانند به شیوه مثبتی تعارضات را مدیریت کنند و توانایی حل آن‌ها را داشته باشند، وجود تعارض فراوان آسیب‌زا نیست (10). پژوهش‌ها در زمینه تأثیرات مخرب تعارضات زناشویی نشان می‌دهند که تعارضات زناشویی، تأثیرات زیان‌آوری بر سلامت جسم، روان و خانواده دارد (11). همچنین پژوهش‌ها نشان داده‌اند که کیفیت روابط خانوادگی در خانواده‌های طلاق و غیرطلاق متفاوت است، به طوری که در خانواده‌های طلاق تعارضات زناشویی بیشتر مشاهده می‌شود. بنابراین طلاق، شایع‌ترین اثر مخرب تعارض است و آمار بالای طلاق در کشورهای غربی گواه آن است، به طوری که شیوع آن به بیش از 50 درصد می‌رسد (13).

علاوه بر این، مطالعات نشان می‌دهند که بیشتر زوج‌ها مهارت‌های ارتباطی‌شان را در موقعیت‌های استرس‌زا از دست می‌دهند. استرس می‌تواند زمان با هم بودن، فرصت کسب تجارب مشترک، خودافشایی هیجانی متقابل، مهربانی و روابط جنسی رضایت‌مندانه و احساس ما بودن زوج‌ها را کاهش دهد و از طریق کاهش در کیفیت ارتباط زناشویی بر روابط زوج‌ها تأثیر بگذارد (14). در شرایط استرس‌زا، رفتارهای مثبت از جمله گوش دادن فعال و ابراز علاقه و همدلی در زوج‌ها کاهش می‌یابد و در مقابل رفتارهای منفی مانند انتقاد کردن، تحقیر و بی‌احترامی و خصومت و کناره‌گیری به طور قابل ملاحظه‌ای افزایش می‌یابد (15).

بدون توانایی و مهارت‌های مقابله مناسب با استرس، بسیاری از روابط زناشویی آسیب می‌بیند، به گونه‌ای که

چاره‌ای جز وارد شدن به تعارضات زناشویی و گاه طلاق نمی‌بینند. طلاق شایع‌ترین جلوه تعارض شدید است به طوری که سرانجام بالغ بر نیمی از زوج‌هایی که در صدد مشاوره هستند، طلاق می‌گیرند (2).

تحقیقات مختلف نشان داده‌اند که یکی از مهم‌ترین عوامل مشکل‌ساز که باعث افزایش طلاق می‌شود، ادراک تحریف‌شده و تفکر غیرمنطقی زوجین است. یعنی آنچه در روابط زناشویی بیشتر زمینه مشکل و اختلال را موجب می‌شود، نه محرک‌ها و نه رویدادهای بیرونی است، بلکه نحوه تفکر و باورهای غیرمنطقی آنان نسبت به رویدادهاست (3). باورهای غیرمنطقی خواست‌ها و اهدافی هستند که به صورت ترجیحات ضروری و الزامی در می‌آیند و تبدیل به اهداف اجباری و الزامی و قطعی می‌گردند، به طوری که اگر برآورده نشوند، به آشفتگی و اضطراب منجر می‌شوند (4).

الیس معتقد است مشکلات نوروپیک از یک یا چند باور غلط ناشی می‌شود. در مورد اختلالات زناشویی و خانوادگی نیز این اعتقاد وجود دارد که ریشه مشکلات زناشویی و خانوادگی از تفکرات غیرمنطقی یک یا دو شریک نشأت می‌گیرد. الگوهای اسنادی منفی یا استنباط منفی از رفتارهای همسر و غفلت از رفتارهای مثبت در ایجاد و رشد اختلافات زناشویی مؤثر است (5). در پژوهشی که توسط سلیمانیان (6) درباره تأثیر تفکرات غیرمنطقی بر نارضایتی زناشویی انجام شد، افراد واجد تفکرات غیرمنطقی به طور معناداری از نظر رضایت زناشویی در سطوح پایین‌تری قرار داشتند. همچنین در پژوهش دیگری نشان داده شد که باورهای غیرمنطقی، اضطراب بیش از حد، آمادگی برای سرزنش و ناامیدی برای تغییر در زوج‌های متقاضی طلاق در سطح بالایی قرار دارد (3).

از سویی دیگر بسیاری از درمانگران و زوج‌ها عقیده دارند که شایع‌ترین و مخرب‌ترین مشکلات ازدواج‌های شکست‌خورده، مشکلات تعارضی است (7). ماهیت ارتباط زناشویی سرچشمه عمده ناخوشنودی و

غیرمنطقی، تعارضات زناشویی و راهبردهای مقابله‌ای ناکارآمد که از مقدمات جدایی و طلاق است، پرداخته شود. علاوه بر آن طلاق و جدایی تنش‌زا است و ممکن است به افزایش استرس و کاهش بهزیستی روانی زوجین منجر شود. از سویی با مشخص کردن متغیرهایی که باعث پیش‌بینی طلاق می‌شوند، می‌توان زمینه را برای پژوهش‌های بعدی فراهم نمود و از رخداد طلاق که در کشور رو به افزایش است، پیشگیری کرد. با توجه مطالب ذکرشده، هدف این پژوهش مقایسه باورهای غیرمنطقی، تعارضات زناشویی و راهبردهای مقابله‌ای در زنان متقاضی طلاق و عادی شهر تبریز است.

### مواد و روش‌ها

این پژوهش تحلیلی از نوع علی-مقایسه‌ای بود. جامعه آماری پژوهش را کلیه زوجین متقاضی طلاق و زوج‌های عادی تشکیل می‌دادند که در فاصله زمانی اسفند 1390 تا بهمن 1391 در شهر تبریز زندگی می‌کردند و دست‌کم سواد خواندن و نوشتن داشتند. گروه اول افرادی بودند که برای تقاضای طلاق به دادگستری تبریز مراجعه نموده بودند. همسران عادی هم در تاریخ یادشده در شهر تبریز زندگی می‌کردند و سابقه مراجعه به دادگستری برای طلاق گرفتن را نداشتند. نمونه شامل 100 زوج متقاضی طلاق و 100 زوج عادی (جمعاً 200 زوج) بود. انتخاب زوج‌های طلاق به روش نمونه‌گیری در دسترس انجام شد. در فاصله 11 ماه، 180 زوج به دادگاه خانواده تبریز مراجعه کرده بودند که از این تعداد 23 زوج بی‌سواد بودند، 19 زوج حاضر به همکاری نشدند و 38 زوج نیز پرسشنامه را به صورت ناقص پاسخ دادند. به این صورت حجم نمونه به 100 نفر کاهش یافت. برای انتخاب زوج‌های عادی از روش تصادفی چندمرحله‌ای استفاده شد. با توجه به پیچیدگی روش نمونه‌گیری و دسترسی مشکل به زوج‌های عادی برای همکاری و پژوهش، پژوهشگر برای کسب اطلاعات دقیق‌تر از معاونت آمار سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی کمک گرفت.

ناتوانی در مقابله مناسب با استرس در زوجها یکی از دلایل اساسی میزان بالای طلاق است (16). دو نوع راهبرد مقابله‌ای مسأله‌مدار و هیجان‌مدار در برابر فشار روانی وجود دارد. در راهبرد مقابله‌ای مسأله‌مدار، فرد بر مسأله متمرکز می‌گردد و سعی در حل آن دارد. در واقع فرد به جمع‌آوری اطلاعات مربوط به حادثه فشارزا می‌پردازد و با استفاده از منابع، طرح و نقشه‌ای برای حل مسأله به کار می‌برد. برعکس، راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار شیوه‌ای را توصیف می‌کنند که بر اساس آن فرد بر خود متمرکز شده و تمام تلاش او متوجه کاهش احساسات خویش است (17). یافته‌ها نشان می‌دهند که زیان‌بخش‌ترین متغیرها برای روابط صمیمانه، عوامل فشارزایی خفیف و مزمن بیرونی هستند که به روابط صمیمانه سرایت می‌کند. این عوامل استرس‌زا دلیل تنش و تعارض در بین زوجها و بیگانگی میان آنهاست که احتمال طلاق را افزایش می‌دهد (18).

نتایج مطالعات مختلف نشان داده است که تجربه استرس روزانه می‌تواند توسط سطوح مناسب مقابله فردی و مقابله زوجی تعدیل شود و متعاقباً به‌عنوان یک پیامد، از تأثیر منفی استرس بر روابط صمیمانه و بهزیستی کلی و خطر تعامل دو نفره منفی جلوگیری کند (19). در مطالعه‌ای نشان داده شد که زوج‌های شرکت‌کننده در آموزش تقویت مقابله زوجها، افزایش قابل‌ملاحظه‌ای در کیفیت زناشویی نشان داده‌اند (20). در پژوهش دیگری مشخص شد که غنی‌سازی مهارت‌های مقابله زوجها، باعث افزایش رضایت زناشویی در روابط زناشویی زوج‌های ناسازگار شده است (21). همچنین گزارش شده است که آموزش برنامه مهارت‌های مقابله زوجها می‌تواند بر کاهش ناسازگاری و افزایش کیفیت ارتباط زناشویی مؤثر باشد (18).

با توجه به این‌که خانواده و منظومه زن و شوهری به‌عنوان یک کل و نظام در نظر گرفته می‌شود، روابط همه اعضای آن بر یکدیگر تأثیر گذاشته و از هم تأثیر می‌پذیرد. بنابراین ضروری است که به بررسی باورهای

پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای اندلر و پارکر: این پرسشنامه شامل 48 سؤال پنج گزینه‌ای لیکرت (از هرگز تا خیلی زیاد) است. هر 16 سؤال به یکی از ابعاد مقابله مربوط است و در نهایت سبک غالب هر فرد با توجه به نمره‌ای که در آزمون کسب می‌کند، مشخص می‌شود (24). به عبارت دیگر هر یک از رفتارها که نمره بالاتری در مقیاس کسب کند به‌عنوان سبک مقابله‌ای ترجیحی فرد در نظر گرفته می‌شود؛ بنابراین کل سؤالات آزمون بر مبنای سه نوع رفتار مقابله‌ای به سه نوع راهبرد مقابله‌ای مسأله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی تقسیم می‌شوند. پایایی این آزمون از طریق محاسبه ضریب آلفای کرونباخ در مطالعه اندلر و پارکر (24) در راهبرد مسأله‌مدار برای دختران 0/90 و برای پسران 0/92؛ در راهبرد هیجان‌مدار برای دختران 0/85 و برای پسران 0/82 و در راهبرد اجتنابی برای دختران 0/82 و برای پسران 0/85 به‌دست آمد. همچنین در پژوهشی جعفرنژاد (25) پایایی این پرسشنامه را به‌روش آلفای کرونباخ برای سبک مقابله مسأله‌مدار 0/83، سبک مقابله هیجان‌مدار 0/82 و سبک مقابله اجتنابی 0/72 به‌دست آورد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با اجرای آزمون تحلیل واریانس در محیط نرم‌افزاری SPSS 16 انجام گرفت.

### یافته‌ها

نتایج نشان می‌دهد که در متغیرهای باورهای غیرمنطقی، تعارضات زناشویی و سبک‌های مقابله‌ای هیجان‌مدار و اجتنابی، زوجین متقاضی طلاق از میانگین بالاتری برخوردارند. همچنین در متغیر سبک مقابله‌ای اجتنابی، زوجین عادی از میانگین بالاتری برخوردارند (جدول 1).

قبل از استفاده از آزمون پارامتریک تحلیل واریانس چندمتغیری، جهت رعایت پیش‌فرض‌های آن از آزمون باکس و لوین استفاده شد. بر اساس آزمون باکس که برای هیچ‌یک از متغیرها معنادار نبوده است، شرط همگنی ماتریس‌های واریانس و کواریانس به درستی رعایت شده

این سازمان پس از آشنایی با هدف‌های پژوهش، فهرست تصادفی خانوارهای 10 منطقه تبریز را که در سال 1390 تهیه شده بود، در اختیار پژوهشگر قرار داد. با استفاده از این فهرست تصادفی تعداد زوج‌های عادی را که واجد شرایط تحقیق بودند انتخاب شدند. این افراد تا آن زمان برای حل اختلافات زناشویی خود به دادگاه مراجعه نکرده بودند. با توجه به نسبت نمونه‌برداری، تعداد 100 زوج عادی که از نظر سن، دامنه تحصیلی و منطقه زندگی با گروه طلاق هم‌تا شده بودند، انتخاب شدند. ابزارهای مورد استفاده شامل موارد زیر بود: الف - پرسشنامه باورهای غیرمنطقی جونز: این پرسشنامه بر اساس نظریه آلبرت ایس تهیه شده است و انواع باورهای غیرمنطقی را با استفاده از 100 سؤال بررسی می‌کند. این پرسشنامه در کل از ده مقیاس و هر مقیاس از 10 سؤال تشکیل یافته است. در این پژوهش از نمره کل استفاده شد. سؤال‌های آزمون به روش لیکرت و به‌صورت 5 درجه‌ای از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم نمره‌گذاری می‌شود. نمره بالا در این پرسشنامه نشان‌دهنده باور غیرمنطقی بالا و نمره پایین نشان‌دهنده باور منطقی کم‌تر است. حداقل نمره در این مقیاس 100 و حداکثر 500 است. پایایی هر یک از مقیاس‌های ده‌گانه از 0/66-0/80 و میانگین پایایی همه خرده‌مقیاس‌ها 0/74 گزارش شده است. همچنین روایی این آزمون با آزمون افسردگی بک بررسی و ضریب به‌دست‌آمده 0/82 گزارش شده است (22). ب: پرسشنامه تعارض زناشویی: این پرسشنامه نیز یک ابزار 42 سؤالی است که برای سنجیدن تعارضات زن و شوهری و بر مبنای تجربیات بالینی توسط ثنائی (23) ساخته شده است. این پرسشنامه دارای 7 خرده‌مقیاس است و برای هر سؤال پنج گزینه در نظر گرفته شده است و به تناسب، 1-5 نمره به آن‌ها اختصاص داده می‌شود. حداکثر نمره کل پرسشنامه 210 و حداقل آن 42 است. در این پرسشنامه نمره بیشتر به معنی تعارض بیشتر و نمره کم‌تر به معنی رابطه بهتر است. پایایی این پرسشنامه از طریق آلفای کرونباخ 0/94 به‌دست آمده است (23). ج -

ویلکز). آزمون فوق قابلیت استفاده از تحلیل واریانس چندمتغیره (مانوا) را مجاز شمرد. نتایج نشان داد که حداقل بین یکی از متغیرهای مورد بررسی در بین دو گروه تفاوت معناداری وجود دارد (جدول 3). نتایج تحلیل واریانس چندمتغیره نشان داد که میانگین نمرات باورهای غیرمنطقی  $F=35/52$ ، تعارضات زناشویی  $F=12/32$ ، راهبردهای مقابله‌ای مسأله‌مدار  $F=10/77$ ، راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار  $F=9/01$  و راهبردهای مقابله‌ای اجتنابی  $F=14/84$  می‌باشد. یعنی

است ( $P=0/59$ ،  $F=0/87$ ،  $BOX=13/85$ ). بر اساس آزمون لوین و عدم معناداری آن برای همه متغیرها شرط همسانی واریانس‌های بین گروهی رعایت شده است (جدول 2). بنابراین آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره قابل اجرا است. نتایج مشخصه آماری لامبدای ویلکز نشان داد که اثر گروه بر ترکیب باورهای غیرمنطقی، تعارضات زناشویی و راهبردهای مقابله‌ای مسأله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی معنادار می‌باشد ( $P < 0/001$ ،  $F=12/88$ ،  $P=0/593$  = لامبدای

جدول 1- مقایسه میانگین (انحراف معیار) متغیرهای مورد بررسی در زنان متقاضی طلاق و زنان عادی

متغیرها	زنان متقاضی طلاق		زنان عادی	
	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین
باورهای غیرمنطقی	18/34	138/84	16/22	159/48
تعارضات زناشویی	17/89	52/70	20/31	66/14
راهبردهای مقابله‌ای مسأله‌مدار	23/01	59/84	20/36	45/58
راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار	17/32	47/76	17/54	58/22
راهبردهای مقابله‌ای اجتنابی	16/91	44/36	15/21	56/76

جدول 2- نتایج آزمون لوین در مورد پیش‌فرض تساوی واریانس‌های دو گروه در متغیرهای مورد بررسی

متغیرها	F	درجه آزادی اول	درجه آزادی دوم	P value
باورهای غیرمنطقی	1/30	1	98	0/256
تعارضات زناشویی	3/12	1	98	0/080
راهبردهای مقابله‌ای مسأله‌مدار	0/07	1	98	0/787
راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار	0/02	1	98	0/883
راهبردهای مقابله‌ای اجتنابی	0/93	1	98	0/336

جدول 3- نتایج آزمون‌های معناداری مانووا بر اثر اصلی متغیر گروه بر متغیرهای وابسته

متغیرها	آزمون	ارزش	F	P value
گروه	پیلایی-بارتلت	0/407	12//88	<0/001
	لامبدای ویلکز	0/593	12//88	<0/001
	اثر هتلینگ	0/686	12//88	<0/001
	بزرگ‌ترین ریشه خطا	0/686	12//88	<0/001

( $P < 0/001$ )

جدول 4- نتایج تحلیل واریانس چندمتغیری روی میانگین متغیرهای مورد بررسی زنان متقاضی طلاق و زنان عادی

متغیرها	SS	df	MS	F	P value
باورهای غیرمنطقی	10650/24	1	10650/24	35/52	<0/001
تعارضات زناشویی	4515/84	1	4515/84	12/32	0/001
راهبردهای مقابله‌ای مسأله‌مدار	5083/69	1	5083/69	10/77	0/001
راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار	2735/29	1	2735/29	9/01	0/003
راهبردهای مقابله‌ای اجتنابی	3844/01	1	3844/01	14/84	<0/001

(P &lt; 0/001)

همراه هستند و برای فرد غیرقابل تحمل به نظر می‌رسند؛ در مقابل، باورهای منطقی با واقعیت همراه هستند و برای فرد با واژه‌های مناسب و بهتری ارزیابی می‌شوند؛ بنابراین باورهای غیرمنطقی نقش مهمی در میزان طلاق بین زن و شوهر دارد.

بر اساس نظریه الیس، نارضایتی زوجها ناشی از دلایل متعددی است که به آسیب‌شناسی روانی، کشمکش‌های جدی و عقاید غیرمنطقی همسر برمی‌گردد. وی اذعان کرد که باورهای غیرمنطقی اساس بیولوژیکی قوی دارند و معتقد است که باورهای غیرمنطقی به مشکلات روانی بیشتری در زوجین می‌انجامد. در حالی که باورهای منطقی نقش ویژه‌ای در موفقیت افراد دارند (26). همچنین در تبیین این یافته می‌توان گفت که زوجینی که باورهای منطقی بیشتری دارند، در زندگی زناشویی خود سعی می‌کنند در مورد مشکل ارتباطی، روش مناسب‌تر بحث و گفتگو را به کار برده و پیشنهاد راه‌حل و مذاکره دهند، احساساتشان را نسبت به هم ابراز کنند و در این شرایط رضایت و خشنودی بیشتری از زندگی زناشویی خود احساس می‌کنند و بر عکس چنانچه زوجین با مسأله‌ای در روابط زناشویی خود مواجه شوند و نتوانند به نحو مؤثر در مورد پیدا کردن راه‌حل از طریق گفتگو با یکدیگر به توافق برسند. این عدم توانایی در حل تعارض و مسأله باعث می‌شود که زوجین از یکدیگر اجتناب و کناره‌گیری کرده که این می‌تواند خود با باورهای غیرمنطقی همراه باشد که به

به‌طور معناداری باورهای غیرمنطقی، تعارضات زناشویی و راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار و اجتنابی در زنان متقاضی طلاق بیشتر از زنان عادی است. همچنین راهبردهای مقابله‌ای مسأله‌مدار به‌طور معناداری در زنان عادی بیشتر از زنان متقاضی طلاق است (جدول 4).

#### بحث

هدف پژوهش حاضر مقایسه باورهای غیرمنطقی، تعارضات زناشویی و راهبردهای مقابله‌ای در زنان متقاضی طلاق و عادی شهر تبریز بود. نتایج پژوهش نشان داد که بین دو گروه از زنان متقاضی طلاق و زنان عادی در باورهای غیرمنطقی تفاوت معناداری وجود دارد. بدین معنا که زنان متقاضی طلاق در مقایسه با زنان عادی از باورهای غیرمنطقی بالاتری برخوردارند. این یافته با نتایج پژوهشی سلیمانیان (6)، سالیوان و سویل (26) و استاکرت و بورسینگ (27) همسو است. نتایج آن‌ها نشان داد که بین باورهای غیرمنطقی و عدم رضایت از زندگی زناشویی ارتباط وجود دارد. الیس (5) معتقد است که نگرش‌ها و تصورات غیرمنطقی افراد می‌توانند در ایجاد رابطه عاطفی ناکارآمد نقش به‌سزایی ایفا نماید. از دیدگاه روانشناسی شناختی ریشه بسیاری از سوء تفاهات زندگی زناشویی، در اندیشه‌های تعصب‌آمیز و غیرمنطقی زوج‌هاست. در واقع بسیاری از مشکلات روان‌شناختی زوجها ناشی از ادراک تحریف‌شده و تفکر غیرمنطقی آنان است. باورهای غیرمنطقی با اجبار و الزام

خود، کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی و افزایش جلب حمایت فرزندان کاسته می‌شود؛ بنابراین در این وضعیت از قدرت تعارض‌ساز خانواده کاسته می‌شود و زوجها به جای تعارض به سمت تعاملات مثبت‌تر و کارسازتر حرکت می‌کنند.

یافته دیگر پژوهش نشان داد که بین دو گروه از زنان متقاضی طلاق و زنان عادی در راهبردهای مقابله‌ای تفاوت معناداری وجود دارد. بدین معنا که زنان متقاضی طلاق در مقایسه با زنان عادی از راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار و اجتنابی بالاتری استفاده کرده و از راهبرد مقابله‌ای مسأله‌مدار پایین‌تری برخوردارند. این یافته با نتایج پژوهش‌های بودنمن و همکاران (20) و لدرمن و همکاران (21) همسو است. انسجام زناشویی نزدیکی و همسانی عملکرد زوج در امور روزمره زندگی را نشان می‌دهد. درگیر شدن در راهبردهای مقابله‌ای مسأله‌مدار مثل جستجو و گردآوری اطلاعات به صورت مشترک برای حل مسأله، کمک به همدیگر برای انجام کارها، محبت فیزیکی، کمک به همسر برای آرام شدن، قاب‌بندی مجدد موقعیت و توجه نشان دادن به همسر می‌تواند زمان با هم بودن زوجها را افزایش دهد. افزایش زمان با هم بودن، منجر به افزایش تجارب مشترک، تقویت احساس ما بودن، خود افساسازی، ارتباط عاطفی صمیمانه و مقابله مثبت می‌شود (30).

همچنین در تبیین این یافته می‌توان گفت افرادی که در موقعیت‌های تنیدگی‌زا، از راهبرد مقابله‌ای مسأله‌مدار سود می‌جویند؛ در واقع فعالیت‌هایی منظم و دسته‌بندی‌شده را برای بازسازی دوباره مسأله از نظر شناختی (ذهنی) به کار می‌گیرند که در نتیجه آن به نوعی راهبرد و راهکار جهت حل مسأله خود دست می‌یابند. همین امر موجب کاهش فشار روانی و افزایش سلامت روان شده و باعث می‌شود زوجین کم‌تر به سمت طلاق و جدایی بروند.

بر این اساس راه‌های مقابله با مشکل مستقیماً بررسی می‌شوند و معمولاً با یافتن راه‌حل‌های مناسب برای مشکلات رضایت روان‌شناختی حاصل می‌شود. از سوی

نوبه خود باعث می‌شود زوجین طلاق را در پیش گیرند (27).

یافته دیگر پژوهش نشان داد که بین دو گروه از زنان متقاضی طلاق و زنان عادی در تعارضات زناشویی تفاوت معناداری وجود دارد. بدین معنا که زنان متقاضی طلاق در مقایسه با زنان عادی از تعارضات زناشویی بالاتری برخوردارند. به نظر می‌رسد ترکیبی از میزان متغیرهای عملکرد کلی، حل مشکل، ارتباط، نقش‌ها، همراهی و آمیزش عاطفی و کنترل رفتار بالا در زوجها موجب می‌شود که آن‌ها همکاری و رابطه جنسی بهتری داشته باشند و در جلب حمایت فرزندان و رابطه فردی با خویشاوندان خود تجدیدنظر کرده و واکنش‌های هیجانی خود را تعدیل کنند. این یافته پژوهشی با نتایج پژوهش‌های لیندسی و همکاران (12)، کلیر و همکاران (28) و یانگ و لانگ (29) همسو است. در تبیین احتمالی یافته‌های این پژوهش می‌توان گفت عملکرد کارساز خانواده با توانایی اعضا در هماهنگی با تغییرات، حل تضادها و تعارض‌ها، همبستگی بین اعضا و موفقیت در اعمال الگوهای انضباطی، رعایت حد و مرز بین افراد، اجرای مقررات و اصول حاکم بر این نهاد با هدف حفاظت از کل نظام خانواده همراه است. از این رو می‌توان گفت که هر قدر زوجها کارآمدتر عمل کنند، رابطه بهتر و منسجم‌تری را تجربه خواهند کرد که این امر خود تعارض‌های زناشویی را کم می‌کند (28). همچنین بنا به گفته یانگ و لانگ (29) تعارض، زمانی به وجود می‌آید که زوجها به دلیل همکاری و تصمیمات مشترکی که می‌گیرند درجات مختلفی از استقلال و همبستگی را نشان می‌دهند. به میزانی که زوجها در هر یک از ابعاد عملکرد خانواده شامل حل مشکل، ارتباط، نقش‌ها، همراهی عاطفی، آمیزش عاطفی و کنترل رفتار موفق عمل کنند، از همبستگی بیشتری در نظام زن و شوهری برخوردار می‌شوند و به تبع آن از تعارضات زناشویی آن‌ها به‌طور کلی و در هر یک از سازه‌های تعارضات زناشویی یعنی جدا کردن امور مالی، افزایش رابطه با خویشاوندان

به عمل آید. در واقع می توان برنامه های آموزشی و درمانی در مراکز مشاوره و روان شناسی برای زوج ها اجرا کرد و ضمن تقویت ابعاد عملکرد خانواده از بسیاری تعارضات زناشویی که به آسیب هایی مانند اختلافات زناشویی، خیانت و طلاق در روابط زناشویی منجر می شود پیشگیری کرد و از این طریق برای استحکام روابط زناشویی و همبستگی خانواده اقدام نمود.

### نتیجه گیری

با توجه به نتایج پژوهش، لزوم توجه به اصلاح باورهای غیرمنطقی پیشنهاد می شود. آموزش شیوه تفکر منطقی و مهارت های مقابله ای در قالب کلاس های آموزش قبل از ازدواج به منظور پیشگیری از بروز مشکلات و افزایش آمادگی افراد در برخورد با تعارضات زناشویی ضروری به نظر می رسد.

### تشکر و قدردانی

از زوج هایی که به عنوان آزمودنی در این پژوهش شرکت کردند و با همکاری صمیمانه آن ها اجرای پژوهش امکان پذیر گردید، تشکر و قدردانی می شود.

دیگر این وضعیت باعث نظم و انسجام فکری می شود و آشفته گی هیجانی را کاهش می دهد. در سایه انسجام فکری و آرامش هیجانی به دست آمده، منبع استرس نیز بهتر شناسایی گردیده و قابل کنترل می باشد. بنابراین قابل کنترل بودن منابع استرس باعث می شود فرد از سلامت روانی بهتری برخوردار باشد و بتواند مشکلات را با آرامش بهتری حل کند (21). تجارب مثبت انباشته شده زوج ها در مقابله با شرایط استرس زا یا مشکلات، ادراک زوج ها از کیفیت رابطه شان را تغییر می دهد و به احتمال زیاد منجر به تعامل ها و رفتارهای مثبت می شود.

با توجه به محدود بودن تعداد نمونه مراجعه کننده به دادگاه خانواده باید در تعمیم نتایج به زوجین مستعد طلاق احتیاط کرد. کارگاه های آموزش باورهای منطقی برای زوجین دارای مشکلات ارتباطی، با هدف بالا بردن سطح تفاهم و رضایت زناشویی و ارتقاء بهداشت روانی اعضای خانواده مفید به نظر می رسد. از سویی به دلیل عدم دسترسی همگان به خدمات مشاوره ای پیشنهاد می شود از افراد متخصص در امر خانواده درمانی و مشاوره، برای آگاهانیدن مردم در مورد اهمیت اصلاح باورها و نقش آن در بهبود روابط زناشویی از رسانه های گروهی استفاده

### References

- Giddens A, Duneier M, Appelbaum R, Carr D. Introduction to sociology. 8<sup>th</sup> ed. New York: Norton Co. 2012;253-5.
- Worthington EL. Hope-focused marriage: recommendations for researchers, clinicians, and church workers. J Psychol Theol. 2003;31(3):231-9.
- Salimi SH, Karamina R, Mirzamani SM, Khaganizadeh M, Karami G, Ramzani A. [Relationship between irrational beliefs with life cycles in divorced couples (Persian)]. Journal of Family Research. 2005;1(3):209-20.
- Yagob S. [The relationship between irrational beliefs with mental health and academic performance of high school students Meshkinshar (Persian)]. Msc thesis in psychology. Tehran: Faculty of Science and Research, Islamic Azad Tehran University. 2004;4-6.
- Ellis A. The RET theory of irrational beliefs and inappropriate feelings. Br J Cognit Psychother. 1985;3(2):84-6.
- Solimanian AA. [Effect of irrational thoughts (cognitive approach) on marital satisfaction (Persian)]. MSc thesis in psychology. Tehran: Tarbiat Moallem University. 2004;6-9.
- Jackman-Cram S, Dobson KS, Martin R. Marital problem-solving behavior in depression and marital distress, J Abnorm Psychol. 2006;115(2):380-4.
- Glasser W. Counseling with Choice Theory. The New Reality Therapy. 1st ed. New York: Harper Collins Publishers. 2001;23-4.
- Yong EM, Long L. Counseling and Therapy for Couples. 2<sup>nd</sup> ed. New York. International Thomson Publishing Co. 1998;34-5.
- Siffert A, Schwarz B. Spouses' demand and withdrawal during marital conflict in relation to their subjective well-being. J Soc Pers Relat. 2011;28(2):262-77.



11. Fincham FD. Marital conflict: correlates, structure, and context. *Curr Dir Psychol Sci.* 2003;(12)1:23-6.
12. Lindsey EW, Colwell, MG, Frabutt GM, MacKinnon- Lewis C. Family conflict in divorced and no divorced families: Potential consequences for boys' friendship status and friendship quality. *J Soc Pers Relat.* 2006;23(1):45-63.
13. Day R. Introduction to family processes. 1<sup>st</sup> ed. London: Lawerne Erlbaum Association. 2003;23-4.
14. Revenson TA, Kayser K, Bodenmann G. *Couples Coping With Stress: Emerging Perspectives on Dyadic Coping.* 1st ed. Washington DC: American Psychological Association. 2005;67-8.
15. Bodenmann G. *Verhaltenstherapie mit Paaren.* 1<sup>st</sup> ed. Göttingen Germany: Hogrefe. 2004;80-1.
16. Karney BR, Story LB, Bradbury TN. *Marriages in context: Interactions between chronic and acute stress among newlyweds.* Washington DC: American Psychological Association Press. 2005;56-7.
17. Haren EG, Mitchell CW. Relationships between the five-factor personality model and coping styles. *Psych Edu Interdis J.* 2003;40(1):38-47.
18. Ozouni-Davaji R, Dadkhah A, Khodabakhshi-Kolae A, Dolatshahi B. [Effectiveness of group training of couple's coping skills enhancement on marital relationship quality in distressed couples (Persian)]. *Journal of Behavioral Sciences.* 2012;6(1):25-30.
19. Badr H. Coping in marital dyads: A contextual perspective on the role of gender and health. *Personal Relationships.* 2004;11(2):197-211.
20. Bodenmann G, Charvoz L, Cina A, Widmer K. Prevention of marital distress by enhancing the coping skills of couples: 1-year follow-up-study. *Swiss J Psychol.* 2001;60(1):3-10.
21. Ledermann T, Bodenmann G, Cina A. The efficacy of the couples coping enhancement training (CCET) in improving relationship quality. *J Soc Clin Psychol.* 2007;26(8): 940-59.
22. Gardi F. [Related to the type and extent of irrational Thoughts with mental health graduate students in different academic groups (Persian)]. MSc thesis in psychology. Tehran: Faculty of Education and Psychology, Shahid Beheshti University. 2003;76-8.
23. Sanaei B. [Marriage and family assessment scales (Persian)]. 1<sup>st</sup> ed. Besat Press. 2000;56-7.
24. Endler NS, Parker JD. Multidimensional assessment of coping: a critical evaluation. *J Pers Soc Psychol.* 1990;58(5):844-54.
25. Jafar Nejad P, Morady A. [Relationship of personality traits, coping strategies and psychological health in M.A students (Persian)]. *Journal of Psychology & Education.* 2005;35(1):51-74
26. Sullivan BF, Schwebel AI. Relationship beliefs and expectations of satisfaction in marital relationships: Implications for family practitioners. *TFJ.* 1995;3(4):298-305.
27. Stackert RA, Bursik K. Why am I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Pers Individ Dif.* 2003;34(8):1419-29.
28. Kamp Dush CM, Taylor MG. Trajectories of marital conflict across the Life course: predictors and interactions with marital happiness trajectories. *J Fam Issues.* 2012;33(3):341-68.
29. Yong EM, Long L. *Counseling and therapy for couples.* 1<sup>st</sup> ed New York: International Thomson Publishing. 1998;56-8.
30. Isanejad O, Ahmadi SA, Etemadi O. [Effectiveness of relationship enhancement on marital quality of couples (Persian)]. *Journal of Behavioral Sciences.* 2010;4(1):9-16.