

بررسی رابطه بین سبک های تنظیم هیجان و سبکهای دلبستگی

با طلاق عاطفی در زوج های شاغل

فاطمه سادات نیاخسروی^۱

^۱کارشناس ارشد روانشناسی شخصیت، دانشکده روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران شمال، تهران، ایران

نویسنده مسئول:

فاطمه سادات نیاخسروی

چکیده

این پژوهش درصدد است تا به بررسی رابطه بین سبک های تنظیم هیجان و سبک های دلبستگی با طلاق عاطفی در زوج های شاغل بپردازد. نوع تحقیق حاضر از نظر هدف، کاربردی و از لحاظ استراتژی، همبستگی است و روش میدانی و کتابخانه‌ای انجام شده است. جامعه آماری شامل کلیه زوج های شاغل در مدارس متعلق به آموزش و پرورش شهر تهران تشکیل می دهد. نمونه‌گیری به صورت تصادفی ساده و با استفاده از فرمول تاباچنیک و فیدل ۱۲۲ نفر انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گرانفسکی (۲۰۰۱)، پرسشنامه دلبستگی بزرگسالان کولینز و رید و پرسشنامه طلاق عاطفی جان گاتمن (۲۰۰۸) بود. به منظور توصیف داده‌ها از جدول توزیع فراوانی، نمودار میله‌ای، شاخص مرکزی میانگین و شاخص پراکندگی انحراف استاندارد استفاده شد. همچنین جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها ابتدا از آزمون کلموگروف- اسمیرنوف جهت تعیین توزیع طبیعی داده‌ها و از آزمون همبستگی استفاده شد. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزارهای (SPSS22) استفاده شد. در بررسی آزمون فرضیه‌ها نیز سطح معنی‌داری برابر با $(P \leq 0.05)$ در نظر گرفته شد. نتایج نشان داد که بین وابستگی و تنظیم هیجان و تمام مؤلفه های آن با طلاق عاطفی $(P = 0.001 \leq 0.05)$ از نظر آماری رابطه معنی‌داری وجود دارد. بنا بر یافته های پژوهش حاضر پیشنهاد می شود تا سبک های وابستگی و تنظیم هیجان مناسب به زوج های شاغل آموزش داده شود تا کیفیت زندگی آنها افزایش یابد.

کلمات کلیدی: سبک های تنظیم هیجان، سبک های دلبستگی، طلاق عاطفی، زوج های شاغل

مقدمه

خانواده قدیمی ترین و عمومی ترین نهاد اجتماعی است که براساس ازدواج و پیوند بین یک مرد و یک زن براساس نوعی قرارداد شکل می گیرد و دارای کارکرد های متنوع فردی، اجتماعی، تربیتی، اقتصادی، فرهنگی و روانی و نهادی موثر بر جامعه و سلامت آن می باشد. روابط مناسب در جامعه بر اساس روابط مناسب در خانواده شکل می گیرد و هر اندازه روابط درون خانواده مناسب تر باشد، خانواده و به تبع آن جامعه از ثبات و استحکام بیشتری برخوردار است (حافظی و همکاران، ۱۳۸۹).

هیچ جامعه ای بدون داشتن خانواده سالم نمی تواند ادعای سلامت کند و هیچ یک از آسیب های اجتماعی بی تاثیر از خانواده پدید نیامده اند. یکی از مهمترین آسیب های خانوادگی طلاق است. براساس آمار ثبت احوال تعداد ازدواج های صورت گرفته از ابتدا تا پایان شهریور سال 1395، 368205 نفر بوده و تعداد طلاق رسمی از آغاز سال تا پایان شهریور سال 1395، 83277 نفر می باشد (بازیار، ۱۳۹۵). با این وجود آمار رسمی طلاق به طور کامل حاکی از میزان ناکامی همسران در زندگی زناشویی نیست زیرا در کنار آن آمار بزرگتری به طلاق های عاطفی اختصاص دارد، یعنی به زندگی های خاموش و خانواده های تو خالی که زن و مرد در کنار هم به سردی زندگی می کنند ولی تقاضای طلاق قانونی نمی کنند (خسروی، ۱۳۹۰). در واقع برخی ازدواج ها که با طلاق پایان نمی یابند، به ازدواج های تو خالی تبدیل می شوند که فاقد عشق، مصاحبت و دوستی هستند و همسران فقط با جریان زندگی خانوادگی پیش می روند و زمان را سپری می کنند (صلاحیان، ۱۳۸۹).

عوامل مختلفی در طلاق عاطفی تاثیر گذار هستند که شامل عوامل اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و روانشناختی می باشند. عوامل موثر بر طلاق عاطفی بر اساس نظرات ریاحی و همکاران (۱۳۸۶) میزان برآورده نشدن انتظارات همسران از یکدیگر، میزان تصور مثبت از پیامد های طلاق و دخالت دیگران در زندگی زوجین، تفاوت سنی، تفاوت تحصیلی و تفاوت عقاید همسران گزارش شده است. یکی دیگر از مشکلات در ازدواج های شکست خورده مشکلات ارتباطی است (عبداللهی، ۱۳۹۰).

تعارضات زناشویی یکی از مشکلات شایع زوج ها در دنیای امروز است. از نظر گلاسر (۲۰۰۰) تعارض زناشویی ناشی از ناهماهنگی زن و شوهر در نوع نیاز ها و روش ارضای آن، خود محوری، اختلاف در خواسته ها، طرحواره های رفتاری و رفتار غیر مسئولانه نسبت به ارتباط زناشویی و ازدواج است (به نقل از قباری^۱، ۲۰۱۱). از عوامل موثر دیگر عملکرد ضعیف زوج های دچار طلاق عاطفی می باشد، در چنین شرایطی کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش های هیجانی، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش ارتباط موثر، جدا کردن امور مالی از یکدیگر و کاهش رابطه فردی با خویشاوندان همسر روی می دهد. علاوه بر این، عدم تامین نیازهای عاطفی، بی توجهی مرد، مشکلات ارتباطی، انتخاب نادرست همسر، عدم همدلی و همراهی، رفتار های خشونت آمیز، عدم گذران وقت با یکدیگر، نارضایتی جنسی، بی اعتمادی، عدم احساس مسئولیت مرد و عدم تعادل روحی مرد از جمله شرایط علی تاثیر گذار در طلاق عاطفی است (مامی، ۱۳۹۳).

از سوی دیگر، عاملی که منجر به افزایش رضایت زناشویی و یا در طرف مقابل طلاق عاطفی می شود، دلبستگی^۲ و پیوند عاطفی بین زوج ها است. بررسی لوپز^۳ (۲۰۱۱) نشان داد که بین سبک های دلبستگی اجتنابی و اضطرابی با رضایت زناشویی رابطه منفی معنادار وجود دارد. پژوهش کمپبل^۴ (۲۰۰۸) حاکی از این بود که بین سبک دلبستگی ایمن و رضایت زناشویی رابطه مثبت معنی دار و بین سبک های دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی با رضایت زناشویی رابطه منفی معنی دار وجود دارد. مطالعات بلو^۵ (۲۰۰۸) و لمنز^۶ (۲۰۰۷) نشان دهنده ی این امر است که بین سبک

¹ Ghobari

² attachment

³ Lopez

⁴ Campbell

⁵ Bello

⁶ Lemmens

دل بستگی ایمن و رضایت زناشویی رابطه مثبت معنی دار وجود دارد. کریستینا^۷ (۲۰۰۶) دریافتند که بین سبک دل بستگی ایمن و رضایت زناشویی رابطه مثبت معنی دار و بین سبک های دل بستگی دوسوگرا و اجتنابی و رضایت زناشویی رابطه منفی معنی دار وجود دارد. نتایج تحقیقات حافظی و جامعی نژاد (۱۳۸۹) و مردانی (۱۳۸۹) مبین این امر است که بین سبک دل بستگی ایمن و رضایت زناشویی رابطه مثبت و معنادار و سبک های دل بستگی نالایمن اجتنابی و دوسوگرا و رضایت زناشویی رابطه منفی و معناداری وجود دارد. کوباک و هزن (۱۹۹۱) و بارت (۲۰۰۶) در بررسی های خود دریافتند که سبک دل بستگی ایمن با سازگاری زناشویی بهتر و تعارض کمتر، ارتباط صمیمانه میان همسران و تنظیم هیجانی بهینه همراه است. پژوهش بشارت (۲۰۰۳) نیز نشان داد که زوج هایی که دارای دل بستگی ایمن همسو وابستگی، اعتماد، تعهد و رضایت زناشویی بیشتری دارند و زوج های دارای دل بستگی اجتنابی و دوسوگرا مشکلات بیشتری در روابط زناشویی دارند. بررسی فیلی (۲۰۰۲) مبین این امر است که نزدیک جویی شدید افراد دارای سبک دل بستگی دوسوگرا آشکارا با خصیصه فاصله گزینی از سوی افراد دارای سبک دل بستگی اجتنابی در تعارض است. و افراد دوسوگرا در هنگام تعارض، افراد مقابل را مورد توهین و تحقیر قرار می دهند، در حالی که افراد دارای سبک دل بستگی ایمن در هنگام بروز تعارض، حمایت کننده و کمتر طرد کننده هستند و به شنودگانی قابل، تبدیل خواهند شد. کمپل، سیمپسون، بلدیری و کشی (۲۰۰۵) و کرامر (۲۰۰۲) دریافتند که افراد دارای سبک دل بستگی اضطرابی تعارض زناشویی بیشتری نسبت به افراد دل بسته ایمن دارند.

در طرف مقابل از مؤلفه های مؤثر بر کیفیت رابطه جنسی سبک های تنظیم شناختی هیجان می باشد. چرا که توانایی ایجاد و حفظ یک رابطه رضایت بخش نیاز به توانایی شناسایی هیجان ها و نیز ابراز هیجانها نسبت به همسر و توانایی فهم و پذیرش هیجانهای شریک مقابل دارد. تنظیم شناختی هیجان فرایندی است که از طریق آن افراد هیجانهای خود را به صورت هشیار یا ناهشیار تعدیل می کنند تا به طور مناسب به تقاضاهای محیطی متنوع پاسخ دهند (عبداللهی و همکاران، ۱۳۹۰). تنظیم شناختی هیجان در واقع به شیوه شناختی مدیریت و دستکاری ورود اطلاعات فراخواننده هیجان اشاره دارد که می تواند کیفیت زندگی زوجین را ارتقا دهد. به عبارت دیگر، راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، به نحوه تفکر افراد پس از بروز یک تجربه منفی یا واقعه آسیب زا برای آنها اطلاق می شود. بنابر این تنظیم سبک های تنظیم شناختی هیجان می تواند بر کیفیت روابط زندگی زناشویی اثرگذار باشد و روابط زناشویی را بهبود ببخشد (کامل عباسی، ۱۳۹۰).

با این حال و به طور کلی رفتارهای مثبت روزانه فرصت مناسبی برای زوج ها است که صمیمیت و هیجانات خود را بیشتر به هم نشان دهند و پیوندهای خانوادگی خود را مستحکم تر کنند. زوجین هر دو شاغل به دلیل مشغله های زیاد کاری، کمتر فرصت پرداختن به چنین کارهایی را دارند. از سوی دیگر عوامل زیادی در به وجود آمدن طلاق عاطفی موثر است که از جمله این عوامل استرس ها و فشارهای شغلی است. امروزه فشارهای شغلی امری انکارناپذیر است و همه مشاغل سطوح مختلفی از آن را تجربه می کنند. اگر همسران نیازها و هیجانات خود را مطرح نکنند، منجر به انباشته شدن فشارهای روانی تضعیف کننده عشق، افزایش تدریجی خستگی و یکنواختی و جمع شدن رنجش های کوچک به مرور منتهی به دلزدگی و فرسودگی می شود. با عنایت به این مسئله که هیچ یک از پژوهش های انجام گرفته در زمینه ارتباط متغیرهای مذکور، در میان زوجین هر دو شاغل صورت نگرفته و با توجه به تأثیر شغل بر روابط زناشویی و نیز با افزایش آمار زنان شاغل و همچنین پیامد آن یعنی افزایش مشکلات خانوادگی و طلاق به دلیل مشغول بودن زوج های هر دو شاغل این پژوهش درصدد است تا به بررسی رابطه بین سبک های تنظیم هیجان و سبک های دل بستگی با طلاق عاطفی در زوج های شاغل بپردازد.

روش پژوهش

نوع تحقیق حاضر از لحاظ هدف کاربردی از نظر روش توصیفی-پیمایشی از نوع همبستگی است جامعه آماری شامل کلیه زوج های شاغل در مدارس متعلق به آموزش و پرورش شهر تهران تشکیل می دهد. نمونه گیری به صورت تصادفی ساده و با استفاده از فرمول تاباچنیک و فیدل می باشد. $50 + (N)8$ که در این فرمول N عبارت است از تعداد متغیرهای پیش بین شما یعنی ۹ عدد که در ۸ ضرب می شود و بعد بعلاوه ۵۰

⁷ Kristiina

می شود یعنی تعداد نمونه شما ۱۲۲ نفر می شود که با احتمال ریزش آزمون ها بهتر است ۲۰۰ نفر انتخاب شوند. که در نهایت ۱۲۴ پرسشنامه به صورت صحیح عودت داده شد که مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفت.

ابزار پژوهش

پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گرانفسکی

پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان توسط گرانفسکی و همکاران (۲۰۰۱) تدوین شده است، این پرسشنامه، پرسشنامه‌ای چند بعدی و یک ابزار خود گزارشی است که دارای ۳۶ ماده است و دارای فرم ویژه بزرگسالان و کودکان می باشد. مقیاس تنظیم شناختی هیجان نه (۹) راهبرد شناختی ملامت خویش، پذیرش، نشخوارگری، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، دیدگاه پذیری، فاجعه انگاری و ملامت دیگران را ارزیابی می کند. گرانفسکی و همکاران اعتبار و روایی مطلوبی را برای این پرسشنامه گزارش کرده اند. این پرسشنامه شامل ۳۶ پرسش مدرج پنج نمره ای (از همیشه یا هرگز) می باشد که هر چهار پرسش یک عامل را مورد ارزیابی قرار می دهد قرار می دهد و در مجموع نه عامل به قرار، سرزنش خود، سرزنش دیگران، فاجعه آمیز کردن، نشخوار فکری، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی پذیرش، تمرکز مثبت و ارزیابی مثبت را مورد ارزیابی قرار می دهد. فرم فارسی این مقیاس به وسیله ی سامانی و جوکار (۱۳۸۶) مورد اعتباریابی قرار گرفته است. در پژوهش حاضر پایایی این پرسشنامه بوسیله آزمون آلفای کرونباخ ۰.۷۱ بدست آمد.

مقیاس دلبستگی بزرگسالان

پرسشنامه بازنگری شده مقیاس دلبستگی بزرگسالان کولینز و رید^۸ که شامل خود - ارزیابی از مهارت های ایجاد ارتباط و خود - توصیفی شیوه شکل دهی روابط دلبستگی نسبت به چهره های دلبستگی نزدیک است. این مقیاس مشتمل بر ۱۸ ماده است که با علامت گذاری روی این مقیاس ۵ درجه ای لیکرت (در هر ماده سنجیده می شود. تحلیل عوامل سه زیر مقیاس را مشخص می سازد که به هر یک از زیرمقیاس ها شش عبارت اختصاص یافته است این زیر مقیاس ها عبارتند از: وابستگی (D) : Dependence، نزدیک بودن (C) : Closeness، اضطراب (A) : Anxiety، کولینز، برای بررسی قابلیت اعتماد پرسشنامه، میزان آلفای کرونباخ را برای هر زیرمقیاس آن، در دو نمونه ی ۱۷۳ و ۱۰۰ نفری از دانشجویان به ترتیب برای زیرمقیاس C، ۰/۸۱، ۰/۸۲، زیر مقیاس D، ۰/۷۸، ۰/۸۰، و زیر مقیاس A، ۰/۸۳/۸۵، گزارش کرده است. از سوی دیگر در ایران، پاکدامن (۱۳۸۰)، با استفاده از آزمون - آزمون مجدد به صورت همبستگی بین این دو اجرا را مشخص کرد. نتایج حاصل از ۱۰۰ نفر دختر و پسر در دوبار اجرا به فاصله زمانی یک ماه بیانگر آن بود که تفاوت بین دو اجرای مقیاسهای a, d, c در RAAS معنادار نبوده است و این آزمون در سطح معناداری ۰/۰۵ قابل اعتماد است. پاکدامن (۱۳۸۰)، روایی سازه برای این پرسشنامه را بررسی کرده است. روایی سازه با استفاده از روایی واگر (تشخیصی) سنجیده شد. نتایج نشان داد ضریب همبستگی بین زیرمقیاس های A, C و D در سطح معناداری ۰/۰۱ به ترتیب ۰/۳۱۳ -، ۰/۳۳۶ - می باشد و ضریب همبستگی بین زیر مقیاس های C و D در سطح معناداری ۰/۱۴ مقدار ۰/۲۴۶ به دست آمد. (نوابی نژاد و همکاران ۱۳۸۸). در پژوهش حاضر پایایی این پرسشنامه بوسیله آزمون آلفای کرونباخ ۰.۷۸ بدست آمد.

پرسشنامه طلاق عاطفی

پرسشنامه طلاق عاطفی از کتاب موفقیت یا شکست در ازدواج نوشته جان گاتمن گرفته شده است. این پرسشنامه در سال ۲۰۰۸ نوشته شده و شامل جملاتی درباره جنبه های مختلف زندگی است که ممکن است فرد با آن موافق یا مخالف است. این مقیاس ۲۴ سوال دارد و به شیوه

⁸ Collins and Read

بله یا خیر باید به آن جواب داد. روایی این پرسشنامه بوسیله اساتید روانشناسی مورد بررسی و تأیید قرار گرفت در و پایایی این پرسشنامه بوسیله آزمون آلفای کرونباخ ۰.۷۴ بدست آمد.

به منظور توصیف داده‌ها از جدول توزیع فراوانی، نمودار میله‌ای، شاخص مرکزی میانگین و شاخص پراکندگی انحراف استاندارد استفاده شد. همچنین جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها ابتدا از آزمون کلموگروف- اسمیرنوف جهت تعیین توزیع طبیعی داده‌ها و از آزمون همبستگی پیرسون استفاده شد. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزارهای (SPSS22) استفاده شد. در بررسی آزمون فرضیه‌ها نیز سطح معنی‌داری برابر با $(P \leq 0.05)$ در نظر گرفته شد.

یافته‌ها

جدول ۱: اطلاعات جمعیت شناختی نمونه‌های پژوهش

سن	گروه نمونه	زیر ۳۰ سال	۳۱ تا ۴۰ سال	۴۱ تا ۵۰ سال	بالای ۵۱ سال
	تعداد	۲۵	۳۳	۴۳	۲۳
	درصد	۲۰/۶	۲۶/۲	۳۵	۱۸/۲
سابقه	گروه نمونه	زیر ۵ سال	۶ تا ۱۰ سال	۱۱ تا ۲۰ سال	۲۰ سال به بالا
	تعداد	۱۰	۳۳	۴۷	۲۸
	درصد	۸/۶	۳۰/۲	۳۷/۹	۲۳/۳
تحصیلات	گروه نمونه		پایین‌تر از لیسانس	لیسانس	فوق لیسانس و بالاتر
	تعداد		۳۳	۶۹	۲۲
	درصد		۲۷	۵۵/۷	۱۷/۳

نتایج جدول نشان می‌دهد، ۲۰/۶ درصد از افراد شرکت کننده در تحقیق زیر ۳۰ سال، ۲۶/۲ درصد بین ۳۱ تا ۴۰ سال، ۳۵ درصد بین ۴۱ تا ۵۰ سال و ۱۸/۲ درصد بالای ۵۱ سال سن دارند. نتایج جدول نشان می‌دهد، ۸/۶ درصد از افراد شرکت کننده در تحقیق زیر ۵ سال، ۳۰/۲ درصد بین ۶ تا ۱۰ سال، ۳۷/۹ درصد بین ۱۱ تا ۲۰ سال و ۲۳/۳ درصد بالای ۲۰ سال سابقه دارند. نتایج جدول نشان می‌دهد، ۲۷ درصد پایین‌تر از لیسانس، ۵۵/۷ درصد لیسانس و ۱۷/۳ درصد فوق لیسانس و بالاتر می‌باشند. نتایج جدول نشان می‌دهد، ۴۸/۳ درصد از افراد شرکت کننده در تحقیق مرد و ۵۱/۷ درصد زن می‌باشند.

جدول ۲: آماره‌های توصیفی متغیرهای تحقیق

نوع پرسشنامه‌ها	میانگین و انحراف معیار	تعداد سوالات	حداقل نمره	حداکثر نمره
پرسشنامه سبک دلبستگی	$37/68 \pm 5/88$	۱۸	۰	۹۰
مولفه دلبستگی	وابستگی	۶	۰	۳۰
	نزدیک بودن	۶	۰	۳۰
	اضطراب	۶	۰	۳۰
پرسشنامه تنظیم هیجان	$94/18 \pm 8/47$	۳۶	۰	۱۸۰
مولفه های تنظیم هیجان	ملاطت خویش	۴	۰	۲۰
	پذیرش	۴	۰	۲۰
	نشخوارگری	۴	۰	۲۰
	تمرکز مجدد مثبت	۴	۰	۲۰
	تمرکز مجدد بر برنامه ریزی	۴	۰	۲۰
	ارزیابی مجدد مثبت	۴	۰	۲۰
	دیدگاه پذیری	۴	۰	۲۰
	فاجعه انگاری	۴	۰	۲۰
	ملاطت دیگران	۴	۰	۲۰
پرسشنامه طلاق عاطفی	$11/85$	۲۴	۰	۲۴

جدول ۳: نتایج آزمون کلموگروف اسمیرنوف

نوع پرسشنامه‌ها	Z	Sig	توزیع داده ها
پرسشنامه سبک دلبستگی	۰/۸۰۱	۰/۵۴۲	طبیعی
مولفه دلبستگی	۱/۵۳۶	۰/۸۵	طبیعی
	۰/۴۲۱	۰/۲۶۸	طبیعی
	۱/۱۰۱	۰/۹۷	طبیعی
پرسشنامه تنظیم هیجان	۰/۸۹۷	۰/۱۲۵	طبیعی
مولفه های تنظیم هیجان	۰/۳۶۲	۰/۲۰۵	طبیعی
	۰/۸۴۵	۰/۴۷۳	طبیعی
	۰/۷۸۶	۰/۵۶۸	طبیعی
	۱/۱۰۵	۰/۱۷۴	طبیعی
	۱/۲۱	۰/۰۶۸	طبیعی
	۱/۶۳	۰/۰۸۷	طبیعی
	۰/۷۸	۰/۴۰۴	طبیعی
	۱/۰۱	۰/۰۶۵	طبیعی
	۰/۹۸	۰/۱۲۲	طبیعی
پرسشنامه طلاق عاطفی	۰/۷۵۴	۰/۰۵۸	طبیعی

برای بررسی طبیعی بودن توزیع داده‌ها از آزمون کلموگروف اسمیرنوف استفاده شد. بر اساس این آزمون، وقتی توزیع داده‌ها نرمال می‌باشد که مقدار یا سطح معناداری بیشتر از عدد بحرانی در سطح ۰/۰۵ باشد. با توجه به جدول فوق، نتایج آزمون نشان می‌دهد که توزیع داده‌های متغیرها طبیعی می‌باشد. در نتیجه امکان استفاده از آزمون‌های پارامتریک دارد و از آزمون‌های پارامتریک جهت بررسی معناداری فرضیه‌ها استفاده شد.

جدول ۴. نتایج ضریب همبستگی پیرسون

طلاق عاطفی			متغیرها
تعداد نمونه (N)	سطح معناداری (sig)	ضریب همبستگی (r)	
۱۲۴	۰/۰۰۱	-۰/۷۴۲	وابستگی
۱۲۴	۰/۰۰۱	-۰/۴۲۵	نزدیک بودن
۱۲۴	۰/۰۰۱	۰/۶۵۱	اضطراب
۱۲۴	۰/۰۰۱	-۰/۵۰۱	ملاکت خویش
۱۲۴	۰/۰۰۱	-۰/۴۷۴	تمرکز مجدد مثبت
۱۲۴	۰/۰۰۱	-۰/۴۱۸	پذیرش
۱۲۴	۰/۰۰۱	۰/۵۰۹	نشخوارگری
۱۲۴	۰/۰۰۱	-۰/۴۸۹	تمرکز مجدد بر برنامه ریزی
۱۲۴	۰/۰۰۱	-۰/۵۶۳	ارزیابی مجدد مثبت
۱۲۴	۰/۰۰۱	-۰/۳۷۴	دیدگاه پذیری
۱۲۴	۰/۰۰۱	۰/۴۲۱	فاجعه انگاری
۱۲۴	۰/۰۰۱	۰/۷۱۱	ملاکت دیگران

با توجه به آزمون ضریب همبستگی پیرسون به عمل آمده و نتایج ارائه شده در جدول فوق مشاهده می‌شود که در بین وابستگی با طلاق عاطفی ($P = ۰/۰۰۱ \leq ۰/۰۵$ و $r = -۰/۷۴۲$) از نظر آماری رابطه غیرمستقیم و معنی‌داری وجود دارد. همچنین با توجه به آزمون ضریب همبستگی پیرسون به عمل آمده و نتایج ارائه شده در جدول فوق، مشاهده می‌شود که در بین نزدیک بودن با طلاق عاطفی ($P = ۰/۰۰۱ \leq ۰/۰۵$ و $r = -۰/۴۲۵$) از نظر آماری رابطه غیرمستقیم و معنی‌داری وجود دارد، همچنین مشاهده می‌شود که در بین اضطراب با طلاق عاطفی ($P = ۰/۰۰۱ \leq ۰/۰۵$ و $r = ۰/۶۵۱$) از نظر آماری رابطه مستقیم و معنی‌داری وجود دارد.

بحث

با توجه به آزمون ضریب همبستگی پیرسون به عمل آمده، مشاهده شد که در بین وابستگی با طلاق عاطفی ($P = 0/001 \leq 0/05$) و $r = 0/742$ - از نظر آماری رابطه غیرمستقیم و معنی داری وجود دارد. به این صورت که هر چه وابستگی در زوجین افزایش پیدا کند طلاق عاطفی در آن ها کاهش پیدا می کند. بنابراین فرضیه صفر رد و فرضیه تحقیق پذیرفته شد. این نتیجه با نتایج فلاح زاده و همکاران (۱۳۹۶)، هدایتی و همکاران (۱۳۹۶)، سلیمانیان (۱۳۹۵) و بازیار (۱۳۹۵) همسو است. فلاح زاده و همکاران (۱۳۹۶) پژوهشی با عنوان رابطه بین سبکهای دلبستگی با رضایت زناشویی به انجام رساندند. نتایج در این پژوهش نشان داد که بین سبک دلبستگی ایمن ارتباط موافق و معناداری با رضایت زناشویی دارند.

هدایتی و همکاران (۱۳۹۶) پژوهشی با عنوان نقش ویژگی های شخصیتی و سبک های دلبستگی در ثبات زندگی زناشویی به انجام رساندند. نتایج این پژوهش نیز نشان داده است که ویژگی های شخصیتی و سبک دلبستگی به طور معناداری ۹۷ درصد در تبیین طلاق نقش دارند. سلیمانیان و همکاران (۱۳۹۵) پژوهشی با عنوان بررسی سبک های دلبستگی بر طلاق عاطفی بین دانشجویان آزاد شهرستان آبادان به انجام رساندند. نتایج بدین قرار بودند که بین دلبستگی و طلاق عاطفی زوجین دانشگاه آزاد شهرستان آبادان در سال ۹۵ رابطه معنا داری وجود دارد. بازیار (۱۳۹۵) پژوهشی با عنوان بررسی رابطه سازگاری زناشویی و طلاق عاطفی در بین زوجین ۴۰ - ۲۵ سال شهر نورآباد به انجام رساندند. یافته های پژوهش نشان داد که بین میزان علاقه زوجین به همدیگر و طلاق عاطفی رابطه معنادار وجود دارد به عبارت دیگر هر چه میزان علاقه زوجین به همدیگر بیشتر باشد گرایش به طلاق عاطفی بین آن ها کمتر خواهد بود. با عنایت به مبانی نظری پژوهش، می توان گفت که دلبستگی زوجین، از طریق پردازش های شناختی-هیجانی مثبت و برایجاد معاشرت اجتماعی، روابط بین فردی لذتبخش و موفق تری را ایجاد می نمایند که این امر منجر به کاهش طلاق عاطفی می گردد. همچنین دلبستگی به علت ایجاد احساس امنیت و آرامش برای افراد و تأثیری که بر سایر مسایل در دوران بزرگسالی دارد، ارزش حیاتی داشته و به عنوان یک تکیه گاه برای زوجین طلقی می شود و این امر می تواند باعث سازگاری زناشویی را افزایش دهد و افراد را از طلاق عاطفی دور سازد.

با توجه به آزمون ضریب همبستگی پیرسون به عمل آمده و نتایج ارائه شده، مشاهده شد که در بین نزدیک بودن با طلاق عاطفی ($P = 0/001 \leq 0/05$) و $r = -0/425$ از نظر آماری رابطه غیرمستقیم و معنی داری وجود دارد. به این صورت که هر چه نزدیک بودن در زوجین افزایش پیدا کند طلاق عاطفی در آن ها کاهش پیدا می کند. بنابراین فرضیه صفر رد و فرضیه تحقیق پذیرفته شد. این نتیجه با نتایج بازیار (۱۳۹۵) و شفیع و همکاران (۱۳۹۳) همسو است. بازیار (۱۳۹۵) پژوهشی با عنوان بررسی رابطه سازگاری زناشویی و طلاق عاطفی در بین زوجین ۴۰ - ۲۵ سال شهر نورآباد به انجام رساندند. یافته های پژوهش نشان داد که بین میزان علاقه زوجین به همدیگر و طلاق عاطفی رابطه معنادار وجود دارد به عبارت دیگر هر چه میزان علاقه زوجین به همدیگر باشد گرایش به طلاق عاطفی بین آن ها کمتر خواهد بود و همچنین بین میزان مهارت های ارتباطی و طلاق عاطفی رابطه معنادار وجود دارد به عبارتی هر چه سطح مهارت های ارتباطی قویتر باشد طلاق عاطفی کمتری رخ خواهد داد و بین تفاهم اخلاقی زوجین و طلاق عاطفی رابطه معنادار وجود دارد. شفیع و همکاران (۱۳۹۳) پژوهشی با عنوان رابطه بین نوع نگرش به عشق با طلاق عاطفی در زنان شاغل به انجام رساندند. نتایج به دست آمده حاکی از این بود. نتایج نشان داد که بین عشق با طلاق عاطفی در زنان شاغل ارتباط معنی داری در جهت منفی وجود دارد. نزدیک بودن می تواند در بیان عواطف و احساسات به فرد یا زوجین کمک کند و این عامل می تواند زوج را از طلاق عاطفی دور سازد. بیان عواطف یکی از عوامل مهم در ایجاد رضایت در رابطه است و ابراز متقابل عواطف منجر به فراهم آمدن فضای امن و خودآشکارسازی بیشتر در رابطه می شود. افرادی که احساس نزدیکی از روابط خود ندارند معمولاً در روابط بین شخصی، افرادی سرد هستند و توانایی شان در ایجاد صمیمیت محدود است و این عامل می تواند باعث احساس دوری یا طلاق عاطفی شود. بنابراین یکی از عوامل مهمی که موجب ایجاد صمیمیت در رابطه می شود خودآشکارسازی یعنی بیان عواطف و افکار برای دیگری است که هم احساس نزدیک بودن را القاء می کند و هم رضایت زناشویی را تحت تأثیر قرار دهد و آنها را از طلاق عاطفی دور می سازد.

با توجه به آزمون ضریب همبستگی پیرسون به عمل آمده و نتایج ارائه شده، مشاهده می‌شود که در بین اضطراب با طلاق عاطفی ($r = 0.5$) و $P = 0.001$ از نظر آماری رابطه مستقیم و معنی‌داری وجود دارد. به این صورت که هر چه اضطراب در زوجین افزایش پیدا کند طلاق عاطفی در آن‌ها افزایش پیدا می‌کند. بنابراین فرضیه صفر رد و فرضیه تحقیق پذیرفته شد. این نتیجه با نتایج پژوهش فلاح زاده و همکاران (۱۳۹۶)، مامی و همکاران (۱۳۹۳) و محمدی و همکاران (۲۰۱۶) همسو است. فلاح زاده و همکاران (۱۳۹۶) پژوهشی با عنوان رابطه بین سبک‌های دلبستگی با رضایت زناشویی به انجام رساندند. جامعه نتایج در این پژوهش نشان داد که بین سبک دلبستگی ایمن و سبک دلبستگی اجتنابی ارتباط موافق و معناداری با رضایت زناشویی دارند اما سبک دلبستگی اضطرابی ارتباط مخالف و معناداری با رضایت زناشویی افراد دارد. مامی و همکاران (۱۳۹۳) پژوهشی با عنوان نقش تمایز یافتگی خود و سبک‌های دلبستگی در پیش‌بینی طلاق عاطفی به انجام رساندند. تحلیل داده‌ها نشان داد که از میان مولفه‌های تمایز یافتگی، گرایش عاطفی، جایگاه من و واکنش عاطفی و از بین سبک‌های دلبستگی، سبک ایمن و سبک آشفته - (اضطرابی) قادرند به شکل معناداری طلاق عاطفی را پیش‌بینی کنند. محمدی و همکاران (۲۰۱۶) پژوهشی با عنوان رابطه سبک‌های دلبستگی و شیوه زندگی با رضایت زناشویی به انجام رساندند. نتایج نشان می‌دهد که سبک دلبستگی و عوامل سبک زندگی می‌توانند رضایت زناشویی را پیش‌بینی کنند. همچنین رابطه منفی معناداری بین سبک‌های مضطرب و اضطرابی و دلبستگی ناخواسته دلبستگی ناامن و رضایت زناشویی وجود داشت.

افرادى که که سبک دلبستگی با اضطراب دارند، به دلیل آشفتگی در روابط صمیمانه و فقدان احساس امنیت، توانایی کمتری برای بیان و ابراز هیجانات از خود به شیوه مثبت و کنترل شده نشان می‌دهند و همچنین توانایی رشد مستقل در روابط صمیمانه را ندارند. افراد با سبک دلبستگی اضطرابی در به اشتراک گذاشتن افکار و احساسات با دیگران ناتوان هستند، در واقع می‌توان گفت روابط فرد اضطرابی با دیگران دارای ثبات نمی‌باشد و این مسئله به نوبه خود باعث نارضایتی در روابط زناشویی و طلاق عاطفی می‌گردد.

نتایج همچنین نشان داد که بین سبک‌های تنظیم هیجان با طلاق عاطفی در زوج‌های شاغل ارتباط معنی وجود دارد. این نتیجه با نتایج پژوهش سعیدی و همکاران (۱۳۹۶)، اکبری (۱۳۹۵)، نعمت‌اللهی و همکاران (۱۳۹۳)، پادیا (۲۰۱۴) و عرب نژاد و همکاران (۲۰۱۴) همسو است. سعیدی و همکاران (۱۳۹۶) پژوهشی با عنوان بررسی ناگویی هیجانی و تعارضات زناشویی در زنان در آستانه طلاق و متاهل به انجام رساندند. نتایج نشان دادند که تفاوت معناداری در ناگویی هیجانی و تعارضات زناشویی در زنان در آستانه طلاق و زنان متاهل وجود دارد. همچنین نتایج پژوهش حاضر نشان داد که میان ناگویی هیجانی و تعارضات زناشویی رابطه معناداری وجود دارد. بر اساس یافته‌های این پژوهش، می‌توان نتیجه گرفت که ناگویی هیجانی به راهبردهای نامناسب در نظم‌جویی هیجان منجر شده و از طرفی هم بحث از هوش هیجانی هم در نظم‌بخشی به هیجانات فرد و هم هیجانات افراد دیگر از قبیل روابط زناشویی موثر است. نعمت‌اللهی و همکاران (۱۳۹۳) پژوهشی با عنوان پیش‌بینی الگو طلاق در بین زنان عادی و مطلقه بر اساس مقایسه سبک تعارض زناشویی، تنظیم حالات هیجانی و طرحواره‌های ناسازگاری اولیه به انجام رساندند. نتایج نشان داد که بین زنان مطلقه و عادی در دشواری تنظیم حالات هیجانی از لحاظ عدم پذیرش پاسخ هیجانی، فقدان آگاهی هیجانی، راهبردهای تنظیم هیجانی محدود و فقدان شفافیت تفاوت معنادار وجود دارد و راهبردهای تنظیم هیجانی محدود بیشترین قدرت پیش‌بینی‌کنندگی را در این زنان داشت و در سبک حال تعارض به شیوه جلب حمایت فرزندان و کاهش ارتباطات در بین زنان مطلقه و عادی تفاوت وجود داشت. همچنین طرحواره شکست در زنان مطلقه دارای بیشترین قدرت پیش‌بینی‌کنندگی ناسازگاری زناشویی شناخته شد. پادیا (۲۰۱۴) دریافتند که سبک حل تعارض (حل مسئله مثبت، تعامل جنگ، خروج و انطباق) نقش واسطه در رابطه بین دلبستگی و کیفیت زناشویی دارد. همچنین نتایج نشان می‌دهد که مجموعه‌ای از استراتژی‌های مثبت حل تعارض از زوج برای ارتقاء کیفیت زناشویی مؤثر می‌باشد. عرب نژاد و همکاران (۲۰۱۴) در پژوهشی تأثیر درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد را در افزایش صمیمیت زناشویی و کاهش تعارضات زناشویی زوج‌های شهر تهران بررسی نمودند و بیان کردند که این رویکرد درمانی باعث کاهش تعارضات زناشویی و افزایش صمیمیت زوجین شده است.

تنظیم هیجان در روابط زناشویی و عاشقانه یک ضرورت می باشد. در تعارضات زناشویی، انتقام گرفتن و کینه جای خود را به سازگاری داده است؛ آنها هیجانات منفی خود را تنظیم و پاسخ مثبت می دهند. افراد دارای بی ثباتی هیجان و تکانشگری، همسران نامطلوبی در نظر گرفته می شوند، درحالیکه افراد دارای ثبات و هیجان باز و بیانگر، دارای روابط شادتری هستند. به این ترتیب روشن است که تنظیم هیجان یک اصل مهم در تعیین کیفیت رابطه است. در زندگی اغلب زوج ها اختلافاتی پیش می آید اما نحوه مدیریت این تکانه های هیجانی مهم است. بسیاری از زوجین با مهار بیان هیجانات خود از طریق صورت و تن صدا به طوریکه همسرشان نمی داند که در حال تجربه چه هیجانی هستند، به رابطه ادامه می دهند. در حقیقت هیجان خود را سرکوب می کنند. سرکوب هیجان زوجین منجر به تجربه ذهنی منفی و رفتار منفی و غلط و همچنین منجر به برانگیختگی زیاد و اظهارات منفی می شود. بل و کالکینس (۲۰۰۰) اشاره می کنند که روابط هم ورودی و هم خروجی هایی برای تنظیم هیجان هستند. روابط به عنوان بافت رشدی اولیه برای اکتساب موفق مهارت های تنظیم هیجان عمل می کنند. بالعکس، مهارت های تنظیم هیجان پیش نیازی برای درگیری کامل در روابط اجتماعی می باشند. افرادی که بدون داشتن این مهارت ها وارد بزرگسالی و زندگی زناشویی می شوند دچار مشکل می گردند. روابط دوسویه بین تنظیم نامناسب هیجان و پریشانی روابط زوجین اغلب کم ارزش تلقی می شود. درست همانگونه که تنظیم نامناسب هیجان فشار منفی روشنی روی تعاملات زوجین می گذارند، اختلاف رابطه ای نیز می تواند افرادی را که ثبات عاطفی بالایی دارند دچار مشکل کند. تنظیم نامناسب هیجان درون فردی موجب به وجود آمدن تنظیم نامناسب بین فردی و بالعکس می شود.

با این حال، با توجه به یافته های پژوهش مبنی بر ارتباط بین وابستگی با طلاق عاطفی پیشنهاد می شود تا به زوج های در آستانه ازدواج از طریق مشاوره گروهی، سبک های دلبستگی مناسب آموزش داده شود. با توجه به یافته های پژوهش مبنی بر ارتباط بین وابستگی با طلاق عاطفی پیشنهاد می شود تا به زوج هایی که سازگاری کمی دارند و در آستانه طلاق عاطفی قرار دارند، سبک دلبستگی مناسب از طریق برنامه های آموزشی، آموزش داده شود. با توجه به یافته های پژوهش مبنی بر ارتباط بین تنظیم هیجان با طلاق عاطفی پیشنهاد می شود تا به سازمان هایی که از کارمندان زن استفاده می کنند، سبک های تنظیم هیجان به آنها آموزش دهند تا کیفیت زندگی آنها افزایش پیدا کند.

منابع

- اخوی ثمرین، زهرا، نوایی نژاد، شکوه، ثنایی ذاکر، باقر و اکبری، مهدی (۱۳۹۲). سبک‌های دلبستگی و میزان بخشودگی میان زنان متقاضی طلاق و زنان عادی. مجله مطالعات اجتماعی - روان‌شناختی زنان. سال ۱۱، شماره ۲، صص ۵۵-۸۲.
- افقهی، ع. (۱۳۸۵). بررسی رابطه رگه‌های شخصیتی و کیفیت دلبستگی با میزان وابستگی به اینترنت در دانش‌آموزان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی؛ دانشگاه تهران.
- اکبری، ا.، پورشریفی، ح.، عظیمی، ز.، فهیمی، ز. (۱۳۹۱). اثربخشی گروه درمانی تحلیل رفتار متقابل بر افزایش رضایتمندی، سازگاری، احساسات مثبت و صمیمیت زوج‌های دارای تجربه طلاق عاطفی. فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده. سال دوم، شماره چهارم.
- اکبری، زهرا، وفایی، طیبه و خسروی، صدراله (۱۳۸۹). بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و میزان تاب‌آوری همسران جانبازان، مجله علمی - پژوهشی طب جانباز، سال سوم - شماره ۱۰، صص ۱۲-۱۷.
- بازیار، صادق، (۱۳۹۵)، بررسی رابطه سازگاری زناشویی و طلاق عاطفی در بین زوجین ۴۰ - ۲۵ سال شهر نورآباد، کنفرانس بین‌المللی آینده پژوهی، علوم انسانی و توسعه، مالزی، مرکز توسعه آموزشهای نوین ایران (متانا).
- باستانی، س.، گلزاری، م.، گلشنی، ش. (۱۳۸۹). طلاق عاطفی: علل و شرایط میانجی. مجله‌ی بررسی مسائل اجتماعی ایران. سال اول، شماره سوم.
- بشارت، محمدعلی،، فرهادی، مهران و گیلانی، بیژن (۱۳۸۵). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و احساس غربت. فصلنامه علمی پژوهشی روان‌شناسی دانشگاه تبریز، سال اول - شماره ۲ و ۳، صص ۲۳-۴۷.
- بشرپور سجاد، مولوی پرویز، شیخی سیامک، خانجانی سجاد، رجبی مسلم، موسوی سید امین. بررسی ارتباط شیوه‌های تنظیم و ابراز هیجان با رفتارهای قلدری در دانش‌آموزان نوجوان. مجله دانشگاه علوم پزشکی اردبیل. ۱۳۹۲؛ ۱۳ (۳): ۲۶۴-۲۷۵
- بنی شفیع، ساناز و خلیل اسماعیل پور، (۱۳۹۳)، رابطه بین نوع نگرش به عشق با طلاق عاطفی در زنان شاغل، کنفرانس بین‌المللی علوم رفتاری و مطالعات اجتماعی، موسسه مدیران ایده پرداز پایتخت ویرا،
- بیگلری، راحله و جعفر پویامنش، (۱۳۹۵)، تعیین رابطه بین راهبردهای شناختی تنظیم هیجان با اضطراب امتحان دانش‌آموزان دختر مقطع سوم دبیرستان سیرجان، اولین کنفرانس بین‌المللی پژوهش‌های نوین در حوزه علوم تربیتی و روانشناسی و مطالعات اجتماعی ایران، قم، دبیرخانه دائمی کنفرانس، موسسه بین‌المللی مطالعات و توسعه علم خاورمیانه ۱۳۹۵.
- تیموری، سعید (۱۳۸۷). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و تعارضات زناشویی، سومین کنگره ملی آسیب‌شناسی خانواده. تهران، ایران، دانشگاه شهید بهشتی.
- جلالی تبار، سمیه. (۱۳۸۵). پیش‌بینی سبک‌های عشق ورزی بر اساس سبک‌های دلبستگی در کارمندان زن متاهل سازمان بهزیستی شهر تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه علوم بهزیستی و توان بخشی.
- حافظی، فریبا؛ جامعی‌نژاد، فرحناز. (۱۳۸۹). رابطه بین عشق، عاطفه مثبت، عاطفه منفی و سبک‌های دلبستگی با رضایت زناشویی در کارکنان شرکت ملی حفاری خوزستان. یافته‌های نو در روان‌شناسی، سال چهارم، شماره دهم، صص. ۵۲-۴۱.
- خسروی، زهرا، بلیاد، محمدرضا؛ ناهیدپور، فرزانه؛ آزادی، شهدخت (۱۳۹۰). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی، بخشش و تعارضات زناشویی در زوج‌های مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر کرج. فصلنامه علمی-پژوهشی جامعه‌شناسی زنان، سال دوم، شماره سوم، صص. ۸۰-۶۱.
- دوکانه‌ای فرد، فریده؛ بهبودی، معصومه؛ خیاط‌خامنه، مریم (۱۳۸۹). بررسی سهم هر یک از مؤلفه‌های هوش هیجانی در پیش‌بینی میزان رضامندی زناشویی دبیران زن متاهل مقطع متوسطه در شهر ایلام. فصلنامه تحقیقات مدیریت آموزشی، دوره دوم، شماره اول، صص. ۸۹-۶۱.
- رجبی، غلامرضا (۱۳۸۸). ساختار عاملی مقیاس رضایت زناشویی در کارکنان متاهل دانشگاه شهید چمران اهواز. مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، سال پانزدهم، شماره چهارم، صص. ۳۵۸-۳۵۱.

- رضوی نعمت اللهی، ویدا و مرجان مهرابی گوهری، (۱۳۹۳)، پیش بینی الگور طلاق در بین زنان عادی و مطلقه بر اساس مقایسه سبک تعارض زناشویی، تنظیم حالات هیجانی و طرحواره های ناسازگاری اولیه، اولین کنفرانس بین المللی روان شناسی و علوم رفتاری، تهران، موسسه همایشگران مهر اشراق، مرکز همایشهای دانشگاه تهران.
- رمضان زاده فاطمه، مرادی علیرضا، محمدخانی شهرام. اثربخشی آموزش مهارت های تنظیم هیجانی در کارکردهای اجرایی و راهبردهای تنظیم هیجانی در نوجوانان در معرض خطر. مجله روان شناسی شناختی. ۱۳۹۳؛ ۲ (۲): ۳۷-۴۵
- زاهد عادل، اله قلیلو کثوم، ابوالقاسمی عباس، نیمانی محمد. ارتباط بین راهبردهای تنظیم هیجان و رفتار بین فردی در سوء مصرف کنندگان مواد. فصلنامه علمی-پژوهشی اعتیادپژوهی. ۱۳۸۸؛ ۳ (۱۱): ۹۹-۱۱۴
- سپهریان آذر فیروزه، اسدی مجره، سامره، اسدینا، سعید، فرنودی لیدا. رابطه سبک های دل بستگی و راهبردهای مقابله ای با دشواری های تنظیم هیجان در دوران نوجوانی. مجله پزشکی ارومیه. ۱۳۹۳؛ ۲۵ (۱۰): ۹۲۲-۹۳۰
- سعیدی، مهری و میثم قاسمی، (۱۳۹۶)، بررسی ناگویی هیجانی و تعارضات زناشویی در زنان در آستانه طلاق ومتاهل، دومین کنگره بین المللی علوم انسانی، مطالعات فرهنگی، تهران، مرکز توانمندسازی مهارت های فرهنگی و اجتماعی جامعه.
- سلمانیان، کفایت و زینب عامری، (۱۳۹۵)، بررسی سبک های دلبستگی بر طلاق عاطفی بین دانشجویان آزاد شهرستان آبادان، اولین کنفرانس ملی پژوهش های نوین در روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی، اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی واحد شادگان،
- صبحی قراملکی ناصر، پرزور پرویز، آقاجانی سیف الله، نیمانی محمد. (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش متمرکز بر تنظیم هیجان بر کاهش نشانه های استرس، اضطراب و افسردگی دانشجویان. آموزش بهداشت و ارتقای سلامت. ۱۳۹۴؛ ۳ (۱): ۵-۱۳
- فلاح زاده ابرقویی، مریم و نوشین تقی نژاد، ۱۳۹۶، رابطه بین سبک های دلبستگی با رضایت زناشویی، سومین همایش تازه های روان شناسی مثبت نگر، بندرعباس، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرعباس.
- قنبری، نیکزاد، آزاد فلاح، پرویز، رسول زاده طباطبایی، کاظم و فرهادی، مهران (۱۳۸۵). رابطه هوش هیجانی و سبک های دلبستگی با احساس غربت. فصلنامه تازه های علوم شناختی، سال هشتم، شماره ۱ (پیاپی ۲۹)، صص ۲۳-۳۰.
- کامل عباسی، امیررضا. (۱۳۹۰). بررسی رابطه سبک های دلبستگی و هوش هیجانی با رضامندی زناشویی در زنان و مردان شهرستان مشهد. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه فردوسی مشهد.
- کیوان کار، م. فرازی، (۱۳۹۲). دلبستگی ادراک شده دوران کودکی و ویژگی های شخصیتی در الگوی استفاده از اینترنت. پایان نامه دکتری روانشناسی تربیتی دانشکده روانشناسی دانشگاه بیرجند.
- مامی، شهرام و میترا عسکری، (۱۳۹۳)، نقش تمایز یافتگی خود و سبک های دلبستگی در پیش بینی طلاق عاطفی، همایش منطقه ای آسیب شناسی پدیده طلاق، سقز، دانشگاه آزاد اسلامی واحد سقز،
- محمدی، محمد؛ جواد اژه ای و مسعود غلامعلی لواسانی، ۱۳۹۶، رویکرد اثربخشی آموزش هیجان مدار بر دلزدگی زناشویی و میل به طلاق در زوج ها، چهارمین کنفرانس بین المللی نوآوری های اخیر در روانشناسی، مشاوره و علوم رفتاری، تهران، دانشگاه نیکان.
- مردانی حموله، مرجان؛ حیدری، هاید. (۱۳۸۹). ارتباط خوشبینی و سبک های دلبستگی با رضایت زناشویی در کارکنان بیمارستان. فصلنامه دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه، دوره هشتم، شماره اول، صص. ۴۶-۵۲.
- نجفی محمد، فرهودیان علی، علیوندی وفا مرضیه، اختیاری حامد، مساح امید. میزان تنظیم هیجان در مصرف کنندگان مت آمفتامین با سابقه رفتارهای مخاطره آمیز و مصرف کنندگان بدون سابقه رفتارهای مخاطره آمیز. فصلنامه علمی پژوهشی توانبخشی. ۱۳۹۲؛ ۱۴ (۱۵): ۹-۱۴
- هدایتی، فاطمه؛ زینب اطهری و فاروق محمدی، ۱۳۹۶، نقش ویژگی های شخصیتی و سبک های دلبستگی در ثبات زندگی زناشویی، سومین همایش تازه های روان شناسی مثبت نگر، بندرعباس، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرعباس.
- وزیری تبار، هدیه و طیبه المامیر، ۱۳۹۴، مقایسه سبک های دلبستگی زوجین متقاضی طلاق و زوجین با زندگی عادی، کنفرانس سالانه رویکردهای نوین پژوهشی در علوم انسانی، تهران، موسسه ایده پرداز پایتخت ویرا.
- Amir Reza Kamel Abbasi , Seyed Mahmoud Tabatabaei, Hamidreza Aghamohammadiyan Sharbaf, and Hossein Karshki.(2016). Relationship of Attachment Styles and Emotional Intelligence With Marital Satisfaction. Iran J Psychiatry Behav Sci . v.10(3); 2016 Sep PMC5106763

- Atwool, Nicola. (2006). Attachment and Resilience: Implication for children in care. child care in practice. 2006: vol 12 , issue 4 , pages: 315-330
- Bell, K. L., & Calkins, S. D. (2000). Relationships as inputs and outputs of emotion regulation. *Psychological Inquiry* 11, 160-163.
- Bello, R., Brandau, A., Brown, F., & Ragsdale, J. D. (2008). Attachment style, marital satisfaction, commitment, and communal strength effects on relational repair message interpretation among remarried. *Journal of Communication Quarterly*, 56 (1), 1-16.
- Besharat, M. A. (2003). Relation of attachment style with marital conflict. *Journal of Psychology Republic*, 92(3), 13-40.
- Burnette, J. L., Taylor, K. W., Worthington, E. L., & Forsyth, R. (2006). Attachment and trait forgiveness: The mediating role of angry rumination. *Journal of Counseling & Development*, 8, 312-320.
- Campbell, L., Simpson, J. A., Boldry, J., & Kashy, D. A. (2005). Perceptions of conflict and support in romantic relationships: The role of attachment anxiety. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88 (3), 510-531.
- Carter, R. Williams, S. Silverman, W. (2008), Cognitive and emotional Facets of Test anxiety in African American School Children, *Cognition and Emotion*, 22 (3), 539-551.
- Dehghan Harati, Mahdi. Shirvani, Ebrahim. Shanbedi, Farzad. (2017). Compare Emotional Intelligence, Extramarital Relations (treason) and Unstable Marriage in Women Want a Divorce and Normal Women. *South journal of Educational Psychology and Counseling*. Vol 4, No 1 (2017)
- Ghobari Bonab, B., & Haddadi Koohsar, A. A. (2011). Relation between emotional intelligence and attachment styles in delinquent adolescents. *Procedia -Social and Behavioral Sciences*, 30, 963 – 967.
- Grunert, Susan L. (2008). The relationship between adult attachment style and resilience factors of hope and positive affect. CAPELLA UNIVERSITY. dissertation.
- Lemmens, G. M. D., Buysse, A. N., Heene, R., Eisler, I. V., & Demyttenaere, K. (2007). Marital satisfaction, conflict communication, attachment style and psychological distress in couples with a hospitalized depressed patient. *Acta Neuropsychiatrica*, 19, 2, 109-117.
- Lin, C., Hua Wang, C., & Huei Wu, C. (2005). The influence of attachment style and Internet inter personal interactions on Internet addiction. *Chinese Psychological Association*, 47 (3), 309-324
- Lopez, J. L., Riggs, S. A., Pollard, S. E., & Hook, J. N. (2011). Religious commitment, adult attachment, and marital adjustment in newly married couples. *Journal of Family Psychology*, 25(2), 301-309.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment related strategies. *Motivation and Emotion*, 27, 77-102.
- Nurminen, Mikko Ilari, (2016), Effects of emotional design and goal orientation on students' emotions and learning outcomes in university programming education. Tampereen teknillinen yliopisto - Tampere University of Technology doi:12.1077/s00787-017-0942-x
- Paidéia, P (2014). Marital Quality and attachment: The mediator role of conflict resolution styles. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre-RS, Brazil.
- Soltanian F. Evaluation of Psycho-Social Factors Influential on Emotional Divorce among Attendants to Social Emergency Services. *World Family Medicine*. 2017; 15(8):201-204 DOI: 10.5742/MEWFM.2017.93077
- Syed Toaseen Rehmat. (2018). a study of self perception and emotional intelligence -comparing divorced and non divorced women. *AGU International Journal of Research in Social Sciences & Humanities*. Vol. No. 6, Jan-June
- Yáñez-Yaben, S. (2010). Attachment style and adjustment to divorce. *The Spanish Journal of Psychology*, 13, 210-219.