

بررسی و تحلیل نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی

در پیش‌بینی طلاق عاطفی بین زوجین

سید اصغر موسوی^۲

خالد بازدار^۱

پذیرش نهایی: ۱۳۹۶/۱۱/۱۸

دریافت مقاله: ۱۳۹۶/۰۸/۳۰

چکیده

هدف این مطالعه بررسی رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی در پیش‌بینی طلاق عاطفی است. تحقیق توصیفی، و غیر آزمایشی و مطالعات همبستگی از نوع پیش‌بینی بوده است. در این پژوهش ۸۰ نفر از تمام زوجین ساکن در شهر بوشهر به شیوه نمونه‌گیری تصادفی ساده به‌عنوان نمونه‌های این پژوهش انتخاب شدند. ابزار پژوهش پرسشنامه کمال‌گرایی هیل و همکارانش (۲۰۰۴)، پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه یانگ - فرم کوتاه و پرسشنامه طلاق عاطفی گاتمن (۱۹۹۵) بوده است. یافته‌های پژوهش نشان داد الگوی تأثیر کمال‌گرایی منفی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر طلاق عاطفی معنی‌دار بود ($F(2,77) = 30.75, P < 0.001$). این الگو ۴۴ درصد واریانس طلاق عاطفی زوجین را توجیه می‌کند. هم‌چنین نتایج این تحقیق نشان داد الگوی تأثیر مؤلفه‌های کمال‌گرایی منفی بر طلاق عاطفی معنی‌دار بود ($F(4,75) = 10.94, P < 0.001$). این الگو ۳۳/۵ درصد واریانس طلاق عاطفی زوجین را توجیه می‌کند. رابطه خطی متغیر کمال‌گرایی منفی با میزان تمایلات و قدرت پیش‌بینی طلاق عاطفی، تأیید، و مشخص شد که این رابطه از نوع مستقیم است؛ یعنی با افزایش ابعاد کمال‌گرایی منفی، طلاق عاطفی بین زوجین افزایش می‌یابد ($P < 0.001$).

کلیدواژه‌ها: کمال‌گرایی منفی، طرحواره‌های ناسازگار اولیه، طلاق عاطفی، خانواده سالم.

۱ - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی. واحد بوشهر دانشگاه آزاد اسلامی. بوشهر. ایران

mohamad.bazdar7614@gmail.com

mousavi_psychologist@yahoo.com

۲ - استادیار گروه روانشناسی عمومی. واحد جم دانشگاه آزاد اسلامی

مقدمه

خانواده به لحاظ قدمت، ابتدایی‌ترین و از لحاظ گستردگی جهانشمول‌ترین نهاد اجتماعی است. روابط مناسب در جامعه بر اساس روابط مناسب در خانواده شکل می‌گیرد و در پی آن، جامعه از ثبات بیشتری برخوردار است. خانواده، واحدی با ابعاد گوناگون است که به دلیل اهمیت و جایگاه ویژه‌اش از دیرباز مورد توجه اندیشمندان اجتماعی بوده است. واکنش متقابل خانواده، چگونگی کیفیت زندگی و تأثیر آن بر اجزا و نهادهای دیگر جامعه، اندیشمندان را بر آن داشته است که با رویکردهای مختلف به مطالعه این واحد اجتماعی بپردازند. طلاق عاطفی^۱، نوعی نابهنجاری در نظام خانواده است که اگرچه به جدایی زوجین منجر نمی‌شود و بنا به دلایلی زن و شوهر همچنان در یک محیط و در زیر یک سقف در کنار هم به زندگی مشغولند، زندگی آنها به ازدواجی پوچ تبدیل شده که فاقد عشق، مصاحبت و دوستی است. از آنجا که قبل از ازدواج، قدرت و اختیار در تصمیم‌گیری بیشتر است، می‌توان در آن زمان از تشکیل ساختارهای مشکل‌زا دوری کرد (صادقی، ۱۳۸۴).

یکی از حوزه‌های پژوهشی جالبی که طی سالیان گذشته توجه پژوهشگران حوزه آسیب‌شناسی روانی را به خود مبذول داشته، توصیف طیف گسترده‌ای از اختلال‌های روانی بر اساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه^۲ و کمال‌گرایی منفی بین زوجین است. از نظر مزلو^۳ و برخی دیگر از روانشناسان برجسته مانند راجرز^۴، آلپورت^۵ و اریک فروم^۶ آدمی قربانی درمان‌ناپذیر تجربه‌های گذشته، می‌تواند دگرگون شود؛ کمال یابد و به سطوح عالی سلامت روان برسد. در این نگرش استعداد‌های بالقوه انسانها بیشتر از آن است که خود می‌پندارند و در همه انسانها تلاش یا گرایش فطری برای تحقق خود و کامل شدن وجود دارد؛ اما اینکه این استعداد بالقوه برای کمال تحقق و فعلیت می‌یابد یا نه به نیروهای فردی و اجتماعی بستگی دارد که «تحقق خود» می‌پرورد یا باز می‌دارد. از نظر مزلو کمتر از یک درصد افراد جامعه به تحقق خود دست می‌یابند ولی او در این باره که افراد بیشتری می‌توانند به وضع مطلوب انسان کامل برسند، خوش‌بین است (خوش‌دل، ۱۳۸۰).

-
- 1 - Early maladaptive Rejection
 - 2 - Early Maladaptive Schemas
 - 3 - Maslow, A
 - 4 - Rogers, K
 - 5 - Allport, G
 - 6 - Fromm, E

کمال‌گرایی^۱ به معنای داشتن مجموعه‌ای از اهداف و معیارهای سطح بالا برای زندگی است (هماچک^۲، ۱۹۷۸) و به‌طورکلی به دو نوع کمال‌گرایی مثبت (بهنجار، انطباقی، عادی) و کمال‌گرایی منفی (نابهنجار، غیر انطباقی، نوروٹیک، افراطی) تقسیم‌بندی می‌شود (تری شرت^۳ و همکاران، ۱۹۹۵). در کمال‌گرایی مثبت استانداردهای فرد برای عملکرد در سطح بالایی قرار دارد، این اهداف منطقی و قابل دسترس وضع می‌شود. افراد از تلاش برای رسیدن به هدف، بیشتر از خود هدف لذت می‌برند؛ در راه رسیدن به موفقیت و پیشرفت انعطاف‌پذیر هستند و محدودیتهای شخصیتی و موقعیتی خود را می‌پذیرند (فلت هویت^۴، ۲۰۱۲)؛ این دیدگاه باعث احساس رضایت و شکوفایی استعدادها می‌شود.

مفهوم کمال‌گرایی منفی به افکار و رفتارهای خود تخریب‌گرانه اشاره می‌کند که هدف آنها رسیدن به اهداف بشدت افراطی و غیر واقع‌گرایانه است. کمال‌گرایی در واقع باوری غیر منطقی است که اشخاص نسبت به خود و محیط اطراف خود دارند. افرادی که کمال‌گرا هستند، معتقدند که خود و محیط اطرافشان باید کامل باشد و هرگونه تلاشی در زندگی باید بدون اشتباه و خطا باشد. افراد کمال‌گرا معمولاً عدم پذیرش و طرد شدن از سوی دیگران را پیش‌بینی می‌کنند و از آن می‌ترسند (خلعتری و همکاران، ۱۳۹۰). با این ترس، آنها در مقابل انتقاد دیگران حالت دفاعی به خود می‌گیرند و از این طریق دیگران را ناکام و از خود دور می‌سازند. کمال‌گراها بدون اینکه متوجه این موضوع باشند، معیارهای بشدت غیر واقع‌گرای خود را نیز از دیگران انتظار دارند و در نتیجه نسبت به دیگران متوقع و منتقد می‌شوند. در نهایت، ممکن است افراد کمال‌گرا به دیگران اجازه ندهند که شاهد اشتباهات خود باشند. آنها این نکته را در نظر نمی‌گیرند که خود افشایی، این فرصت را به آنها می‌دهد که دیگران به چشم انسان به آنها نگاه کنند و دوستشان بدارند. به دلیل وجود این دور معیوب، افراد کمال‌گرا، غالباً در داشتن روابط نزدیک با افراد دیگر دچار مشکل هستند و به همین دلیل رضایت کمتری از روابط بین فردی خود دارند. یکی از جنبه‌های مهم رشد انسان، فرایند اجتماعی^۵ شدن اوست. ذاتی بودن زندگی جمعی در انسانها، ضرورت تماس با دیگران را گریزناپذیر جلوه می‌دهد. تری شورت^۶، اوئنز^۷،

1 - Perfectionism
2 - Hamachek
3 - Terry_short
4 - Feltt_Hewitt
5 - Socialization Process
6 - Terry-Short
7 - Owens

اسلید^۱ و دیویی^۲ بر اساس تقسیم‌بندی بهنجار - نوروتیک کمال‌گرایی در چارچوب یک الگوی نظری، دو نوع کمال‌گرایی مثبت و منفی را متمایز کرده‌اند.

کمال‌گرایی مثبت^۳ به آن دسته از شناختها و رفتارها گفته می‌شود که هدفشان کسب موفقیت‌ها و پیشرفت‌های سطح بالا به‌منظور دستیابی به پیامدهای مثبت است. کمال‌گرایی منفی^۴ به شناخت‌ها و رفتارهایی گفته می‌شود که هدفشان کسب موفقیت‌ها و پیشرفت‌های سطح بالا به‌منظور پرهیز یا فرار از پیامدهای منفی است (اسلید و اوئنز، ۱۹۹۸). با مرور در ادبیات پژوهش می‌توان فهرستی از ویژگی‌های افراد کمال‌گرا را به این ترتیب ارائه کرد: داشتن اهداف بلندپروازانه، جاه‌طلبانه^۵، مبهم، دست‌نیافتنی و تلاش افراطی برای به دست آوردن این اهداف، گرایش به اندیشه همه یا هیچ، ارزیابی سختگیرانه از خود و دیگران، نیاز شدید به موفقیت، پرهیز از انتقاد دیگران و دوری جستن از آشکار شدن عیبه‌ها و نقصها، فراگیر کردن معیارهای شخصی غیرواقعی در سراسر حوزه‌های رفتاری، چشم‌داشت‌های زیاد از خود و دیگران، احساس ستیزه و خواری نسبت به خود و دیگران به دلیل برآورده نشدن انتظارات و توقعات، فراگیر کردن افراطی شکست‌ها، چشم‌داشت احترام از دیگران در همه حال به دلیل منصف، درستکار و وظیفه‌شناس دانستن خود، ناتوان بودن از درخواست کمک از دیگران حتی نزدیکترین دوستان، وانمود کردن به استقلال فکری و عاطفی، اشتباه را گناه نابخشودنی پنداشتن و مضطربانه انتظار پیامد شوم آن بودن (شولتز و خوش‌دل، ۱۳۸۵). افراد کمال‌گرا به پیامد رفتار خود می‌اندیشند و همواره به بهترین روش تمرکز می‌کنند. آنها همیشه انتظار دارند کارهای خود را به بهترین نحو انجام دهند؛ اما هرگز نمی‌توانند بخوبی کار خود را به پایان برسانند. چنین افرادی توقعات بسیار زیادی از عملکرد واقعی خود دارند و در نتیجه نمی‌توانند احساس خوبی از خود داشته باشند. دلیل چنین معیارهای شخصی و افراطی، ترس از شکست است.

ترس به رفتارهای اجتنابی منجر می‌شود. رفتار اجتنابی به این معنی است که فرد باید پیوسته به موضوعات ترسناک آگاه باشد. ترس از شکست ممکن است مؤلفه‌های کمال‌گرایی از قبیل جستجوی ایمنی، اصلاح دیگران و بررسی افراطی را برانگیزد تا فرد به معیارهای غیر منطقی خود برسد. افراد کمال‌گرا به دلیل ترس از عدم تحقق معیارهای کمال‌گرایانه از موقعیت‌ها پرهیز

1 - Slade

2 - Dewey

3 - Positive perfectionism

4 - Negative perfectionism

5 - Ambitious goals

می‌کنند و ممکن است دچار اهمال‌کاری شوند. هلندر (۱۹۶۵) به فرایندهای شناختی توجه کرد که کمال‌گرایی را در فرد پایدار می‌کند؛ مانند توجه انتخابی؛ یعنی افراد کمال‌گرا اغلب به اشتباهات و کمبود خود تمرکز دارند. هلندر کمال‌گرایی را صفتی منفی تلقی می‌کند. افراد کمال‌گرا دارای خود تحقیری هستند (شفران و منسل، ۲۰۰۱).

برنز (۱۹۸۰) ارزیابی مداوم افراد کمال‌گرا را در موفقیت‌ها مورد بررسی قرار داد. وی مشاهده کرد که افراد کمال‌گرا معیارهای غیر واقع‌بینانه افراطی و انعطاف‌ناپذیری دارند و تعبیر آنها از وقایع به سبک زیانبار است و خود را بر اساس توانایی در رسیدن به اهداف تعریف می‌کنند. بر اساس شواهد، تفاوت‌های زیاد در کمال‌گرایی وجود دارد؛ لکن مهمترین ویژگی کمال‌گرایی داشتن اهداف بلندپروازانه، جاه‌طلبانه، غیر قابل دستیابی و تلاش افراطی برای رسیدن به این اهداف است. افراد کمال‌گرا بر این باورند که توانایی کامل برای هر عملکردی دارند و باید عملکرد کاملی داشته باشند و چنانچه عملکردشان کمتر از حد کامل باشد، باعث ناراحتی آنها می‌شود. کمال‌گرایان بیش از اینکه به پیشرفت نیاز داشته باشند از شکست می‌ترسند. افراد کمال‌گرا در اولویت‌بندی کارها مشکل دارند و غالباً بر تکالیف، صرف نظر از اهمیتشان به‌طور یکسان وقت صرف می‌کنند؛ بنابراین افراد کمال‌گرا از عملکرد خود ناراضی هستند و چنین باور دارند که نمی‌توانند به آنچه می‌خواهند برسند. کمال‌گرایی معمولاً با خطاکاری همراه است. کسی که همیشه به کامل و بی‌نقص بودن کارها فکر می‌کند، هیچ چیزی او را خوشنود نمی‌سازد. افراد کمال‌گرا، زمانی که با کمبودی در عملکرد روبه‌رو می‌شوند، شکست را تجربه می‌کنند و در نتیجه عزت نفس آنها کاهش می‌یابد (هویت، ۱۹۸۹).

از مؤلفه‌های اثرگذار مهمی که هر زوج در زندگی متقابل باید به آنها توجه کند، بیش‌تر احساسی و صادقانه به روابطشان با یکدیگر است. امروزه از جمله پیامدهای جامعه متمدن و صنعتی، تزلزل و سستی بنیاد خانواده و کاهش مهر و محبت در آن است. پدیده طلاق عاطفی به عنوان مسئله‌ای اجتماعی، از گرفتاری خصوصی به مسئله‌ای عام در ساخت اجتماعی تبدیل شده است. یکی از راهکارهای مؤثر در کاهش طلاق عاطفی، انتخاب آگاهانه است. کمال‌گرایی به تفکرات، نگرشها و ویژگی بین فردی وابسته است که کمک شایانی به استحکام و ثبات خانواده، کاهش طلاق عاطفی و ارتقای کیفیت را فراهم می‌کند. خانواده به لحاظ قدمت، ابتدایی‌ترین و از لحاظ گستردگی جهانشمول‌ترین نهاد اجتماعی است. خانواده واحدی با ابعاد گوناگون است که به دلیل اهمیت و جایگاه ویژه‌اش از دیرباز مورد توجه اندیشمندان اجتماعی بوده است.

واکنش متقابل خانواده، چگونگی کیفیت زندگی و تأثیر آن بر اجزا و نهادهای دیگر جامعه، اندیشمندان را بر آن داشته است که با رویکردهای مختلف به مطالعه این واحد اجتماعی پردازند (خدایاری فرد، شهابی و اکبری، ۲۰۰۶). یکی از مشکلات رایج در خانواده‌های امروزی، که مورد توجه زوج درمانگران واقع شده، تعارضهای زناشویی است. اشتغالات ذهنی زیاد و منابع بیرونی تنش‌زا بشدت زوجین را تحت فشار قرار می‌دهد و در طی زمان هر دو با توجه به اهداف ویژه خود، احتمالاً از یکدیگر دور می‌شوند؛ این دوری به افزایش فاصله‌های عاطفی و جسمانی بین آن دو منجر می‌شود (نوابی نژاد، ۱۳۹۱). اگرچه تعارض و اختلاف در زندگی زناشویی طبیعی است در صورت تشدید شدن می‌تواند اثر بسیار بدی بر سلامت روانی اعضای خانواده بگذارد. کودکان خانواده‌هایی که دچار تعارض و طلاق هستند در معرض خطر انواع مشکلات رفتاری و عاطفی هستند و نشانه‌هایی همچون رفتار عنادورزی، پرخاشگری و نشانه‌های افسردگی از خود نشان می‌دهند. این عوامل و عوامل دیگری چون وجود فرزندان، نیاز مادی، نگرش منفی به طلاق، نداشتن پشتوانه مادی و روانی، مخالفت خانواده‌ها، ترس از دست دادن موقعیت خانوادگی و اجتماعی، ترس از تنهایی، ترس از مخدوش شدن حیثیت اجتماعی، شخصیت وسواسی، نداشتن قدرت تصمیم‌گیری، ترس از آینده مبهم، ترس از طرد شدن توسط اطرافیان و یا حتی عادت کردن به زندگی مشترک، باعث می‌شود زوجین بدون داشتن ارتباط عاطفی و جنسی به زندگی زناشویی خود ادامه دهند و طلاق عاطفی را تجربه کنند ولی حرفی از طلاق به میان نیاورند (ستوده و بهاری، ۱۳۸۶).

بوهانن^۱ طلاق عاطفی را اولین مرحله در فرایند طلاق و بیانگر رابطه زناشویی رو به زوالی می‌داند که احساس بیگانگی جایگزین آن می‌شود. زن و شوهر اگرچه ممکن است باهم بودن را مانند گروه اجتماعی ادامه دهند، جاذبه و اعتماد آنها نسبت به یکدیگر از بین رفته است. در این حالت زوجین به جای حمایت از یکدیگر در جهت آزار، ناکامی و تنزل عزت نفس یکدیگر عمل می‌کنند و هر یک دنبال یافتن دلیل برای اثبات عیب و کوتاهی و طرد یکدیگر هستند. طلاق عاطفی انتخابی نفرت‌انگیز بین تسلیم و نفرت از خود و تسلط بر خود تجربه می‌شود و زن و شوهر به دلیل احساس غمگینی و ناامیدی، دیگری را آزار می‌دهد (اولسن و دفراین^۲، ۲۰۰۶؛ لاور^۳، ۲۰۰۷ به نقل از ابراهیمی و بنی فاطمه، ۱۳۹۱). در واقع عدم تنظیم هیجانات منفی در

1 - Bohannan
2 - Olson, D. H., & Defrain, J.
3 - Laur, H., & Laur, C.

روابط بین همسران، ممکن است باعث شود که افراد چنان سطح بالایی از برانگیختگی هیجانی منفی و آزاردهنده‌ای را تجربه کنند که برای رهایی از این تجربه دردناک، رفتارهای مشکل‌آفرینی مانند کناره‌گیری یا خشونت کلامی یا جسمی را انجام دهند. فراوانی بروز هیجاناتی مانند اضطراب، ناراحتی و عصبانیت می‌تواند رضایت زوجین را کم کند و موجب افزایش بروز تعارض شود. از طرفی بعضی افراد هیجانات را آشفته‌ساز تعبیر می‌کنند و پرخاشگرایی یا اجتنابی پاسخ می‌دهند (فروزی و ایورسون^۱، ۲۰۰۷؛ گاتمن و درایور^۲، ۲۰۰۴؛ گاتمن، ۲۰۰۸ به نقل از خجسته مهر، پارسی و شیرالی نیا، ۱۳۹۴).

طرحواره‌های ناسازگار اولیه، الگوهای هیجانی و شناختی خود آسیب‌رسانی است که در ابتدای رشد و تحول در ذهن شکل گرفته است و در سیر زندگی تکرار می‌شود. آنها عمدتاً در نتیجه تجربه ناگوار دوران کودکی شکل می‌گیرد. اگرچه تمام طرحواره‌ها ریشه تحولی وقایع آسیب‌زا ندارد، همه آنها محل زندگی سالم است و اغلب طرحواره‌ها در نتیجه تجربه زیانبخش محقق می‌شود که فرد در سیر دوران کودکی و نوجوانی دائماً با آنها روبه‌رو بوده است.

محتوای طرحواره‌ها، نوع اختلال را مشخص می‌سازد؛ چنانکه طرحواره‌های اضطراب، مرکب از باورها و مفروضاتی در مورد خطر و ناتوانی در مقابله با آن است (بک و همکاران^۳، ۱۹۷۹). چنانکه پژوهش‌ها نشان می‌دهد طرحواره‌های ناسازگار اولیه گوناگون، آسیب‌پذیری خاصی را برای انواع آشفتگی‌های روانشناختی و آسیب‌شناسی شخصیتی ایجاد می‌کند (لوپستیل، وان ورسویج و آرنتر، ۲۰۰۸؛ نوردال، هولت و هیوگام، ۲۰۰۵). هم‌چنین مطالعات نشان می‌دهد که بین خوش‌بینی و عزت نفس، که از پیامدهای طرحواره ناکارآمد اولیه است با اضطراب امتحان ارتباط معکوسی وجود دارد (باگانا و همکاران^۴، ۲۰۱۱).

یکی از پدیده‌های شناختی که در روابط زناشویی بسیار مهم است، طرحواره‌های ناسازگار اولیه است (یوسفی و همکاران، ۱۳۸۶) طرحواره مفهومی در روانشناسی شناختی است که به بررسی این نکته می‌پردازد که افراد چگونه می‌اندیشند؛ چگونه ادراک و پردازش می‌کنند و چگونه اطلاعات را به یاد می‌آورند (برگین، ویلیام^۵، ۱۹۹۱).

طرحواره‌های ناسازگار موجب سوگیری در تفسیر رویدادها می‌شود. این سوگیریها در

1 - Fruzzetti, A. E., & Iverson, K. M.
 2 - Gottman, J., & Driver, J.L.
 3 - Beck, Rush, Shaw & Emery
 4 - Bagana, Raciub & Lupu
 5 - Bergen, D, J. Williams,

آسیب‌شناسی روانی به صورت سوء تفاهم، نگرشهای تحریف‌شده، فرضهای نادرست، هدفها و انتظارات غیرواقع‌بینانه در همسران پدید می‌آید و این سوء برداشتها بر ادراک و ارزیابیهای بعدی تأثیر می‌گذارد؛ زیرا طرحواره‌ها در مسیر زندگی تداوم دارد و بر چگونگی رابطه فرد با خود و دیگران بویژه شریک زندگی تأثیر دارد. از آنجا که طرحواره‌های ناسازگار ناکارآمد است، ناخشنودی در روابط زناشویی را در پی دارد و زمینه جدایی را فراهم می‌کند (یانگ، ۲۰۰۶). یانگ معتقد است که طرحواره‌ها به دلیل ارضا نشدن نیازهای هیجانی اساسی دوران کودکی به وجود می‌آید که این نیازها عبارت است از: دلبستگی ایمن به دیگران، خودگردانی، کفایت و هویت، آزادی در بیان نیازها و هیجانهای سالم، خودانگیختگی و تفریح، محدودیتهای واقع‌بینانه و خویشنداری. طرحواره‌ها مطابق با پنج نیاز تحولی کودک به پنج حوزه ۱- بریدگی و طرد^۱ ۲- خودگردانی و عملکرد مختل^۲ ۳- محدودیتهای مختل^۳ ۴- دیگر جهتمندی^۴ ۵- گوش‌به‌زنگی بیش‌ازحد و بازداری^۵ تقسیم شده است که هرکدام شامل چند طرحواره می‌شود.

حوزه بریدگی و طرد شامل طرحواره‌های رهاشدگی/ بی‌ثباتی، بی‌اعتمادی/ بدرفتاری، محرومیت هیجانی، نقص/ شرم و انزوای اجتماعی/ بیگانگی است. حوزه خودگردانی و عملکرد مختل شامل طرحواره‌های وابستگی/ بی‌کفایتی، آسیب‌پذیری نسبت به ضرر یا بیماری، خود تحول نیافته/ گرفتار و شکست است. حوزه محدودیتهای مختل شامل استحقاق/ بزرگ‌منشی، خویشنداری و خود انطباقی ناکافی است. حوزه دیگر جهتمندی شامل طرحواره‌های اطاعت، ایثار و پذیرش‌جویی است و حوزه گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری شامل طرحواره‌های منفی‌گرایی/ بدبینی، بازداری هیجانی، معیارهای سرسختانه/ عیب‌جویی افراطی و تنبیه است (یانگ، ۲۰۰۴).

اثر این تجربه ناگوار در سیر تحول با یکدیگر جمع، و به شکل‌گیری طرحواره‌ای کاملاً ناسازگار و تمام‌عیار منجر می‌شود (یانگ و همکاران، ۲۰۰۳). حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار در ذیل بیان شده است:

-
- 1 - Disconnection and Rejection
 - 2 - Impaired Autonomy and Performance
 - 3 - Impaired Limits
 - 4 - Other-Directedness
 - 5 - Over vigilance/Inhibition

حوزه بریدگی و طرد: تصور می‌شود افراد با این طرحواره‌ها نیازهایشان برای امنیت، ثبات، محبت، همدلی، شرکت در احساسات و پذیرش احترام به شیوه‌ای قابل پیش‌بینی ارضا نشده است (جلالی و همکاران، ۱۳۸۴).

حوزه خودگردانی و عملکرد مختل: انتظاراتی که فرد از خود و محیط دارد با تواناییهای محسوس او برای جدایی، بقا و عملکرد مستقل یا اجرای موفقیت‌آمیز کارها تداخل می‌یابد. طرحواره‌های این حوزه به‌طور معمول در خانواده‌هایی به وجود می‌آید که اعتماد به نفس کودک را کاهش می‌دهند؛ گرفتارند؛ بیش‌ازحد از کودک خود محافظت می‌کنند یا نتوانسته‌اند کودک را به کارهای بیرون از خانواده تشویق کنند (یانگ و همکاران، ۲۰۰۳).

دیگر جهتمندی: تمرکز بیش‌ازحد بر خواسته‌ها، احساسات و واکنشهای دیگران به‌جای نیازهای خود فرد. از سوی دیگران به دست آوردن تأیید، حفظ حس پیوند یا پرهیز از عمل متقابل (راینر^۱، ۲۰۰۸).

حوزه گوش‌به‌زنگی بیش‌ازحد و بازداری: تأکید بیش‌ازحد بر فرونشاندن احساسات خودانگیخته، برانگیزنده‌ها و انتخابها یا درونی کردن قوانین و انتظارات در مورد عملکرد یا رفتار اخلاقی اغلب به‌جای شادکامی، خود بیانگری، آرمیدگی، روابط نزدیک یا سلامت (موریس^۲، ۲۰۰۶).

حوزه محدودیت مختل: محدودیتهای مختل به معنای نقص در محدودیتهای درونی، احساس مسئولیت در برابر دیگران یا جهتگیری نسبت به اهداف بلندمدت است. فردی که این طرحواره‌ها را دارد معتقد است نسبت به دیگران بالاتر، و حقوق ویژه‌ای برای خود قائل است. این افراد درک نمی‌کنند که چرا دیگران از دست آنها ناراحت هستند.

نمره زیاد در این طرحواره پیش‌بینی کننده فاصله بیشتر است؛ زیرا فردی که مجذوب خویشن است، فقط به خود توجه دارد و به اصل احترام متقابل، که زیربنای روابط سالم انسانی است، پایبند نیست. این طرحواره بر پرهیز از ناراحتی تأکید، و سعی می‌کند در روابط بین فردی تعارضی ایجاد نکند (یانگ و همکاران، ۲۰۰۳). طرحواره‌ها را می‌توان ساختارهایی برای بازیابی مفاهیم کلی ذخیره‌شده در حافظه یا مجموعه سازمان‌یافته‌ای از اطلاعات، باورها و فرضها دانست. محتوای هر طرحواره از طریق تجربه‌های زندگی فردی ساخته و پرداخته می‌شود؛ سازمان

می‌یابد و در ادراک و ارزیابی اطلاعات جدید مورد استفاده قرار می‌گیرد. طرحواره‌ها از طریق پردازش اطلاعات بر رفتار تأثیر می‌گذارد و در جریان تفکر به تصمیم‌گیری کمک می‌کند و قابل‌انتظارترین پیش‌بینی را فراهم می‌آورد؛ اما در برخی فرایندهای ذهنی ممکن است در نقش عاملی مقاوم در برابر تغییر عمل کند و موجب کندی در فرایند تغییر الگوهای رفتاری شود (یانگ، ۱۹۹۰؛ ریسو، دوتویت، آستین و یانگ، ۲۰۰۷؛ یوسفی و همکاران، ۱۳۹۰). این تحقیق بر آن است تا چرایی و ضرورت طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی را در پیش‌بینی طلاق عاطفی مورد توجه قرار دهد؛ چرا که امروزه در کشور ایران فرایند طلاق عاطفی گسترش فراوانتری نسبت به گذشته پیدا کرده است. مردم اطلاعات بیشتری در زمینه انواع مشکلات پیدا کرده‌اند و به لزوم مشاوره تمایل بیشتری نشان می‌دهند.

پیش‌بینی می‌شود که شناسایی کمال‌گرایی منفی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه در زوجین بر کاهش طلاق عاطفی در آنان تأثیر خواهد داشت و ضرورتی است که می‌تواند نتایج سودمندی برای جوانان، خانواده‌ها و کارشناسان مشاوره در برداشته باشد و بدین‌وسیله درصد ازدواجهای معقولانه و با بینش را زیاد کند و رضایت زناشویی و در پی آن رضایت زندگی را افزایش دهد؛ با این توصیف، ضروری به نظر می‌رسد که ملاکهای همسرگزینی مناسب در جهت کاهش طلاق عاطفی و ارتباط آن با کمال‌گرایی منفی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه در جوانان مورد بررسی قرار گیرد؛ لذا این مطالعه با بررسی تفکر کمال‌گرایی منفی زوجین و اثر آن بر عملکرد طلاق عاطفی زوجین، گامی نوین در حوزه خدمات روانشناختی برای این دسته از متأهلان بر می‌دارد. هدف اصلی این مطالعه بررسی تعیین تأثیر ارتباط طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی در پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین شهر بوشهر است که در سایه این بررسی، ضمن مقایسه میزان رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی، سعی در قدرت پیش‌بینی طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی خواهد شد.

روش

این پژوهش، توصیفی، و غیر آزمایشی و از نوع مطالعات همبستگی از نوع پیش‌بینی است. پژوهش در پی بررسی ارتباط طرحواره‌های اولیه و کمال‌گرایی منفی در پیش‌بینی طلاق عاطفی

زوجین شهر بوشهر است. داده‌های مربوط به مقیاس طرحواره‌های ناسازگار اولیه یانگ - فرم کوتاه و مقیاس کمال‌گرایی منفی و مقیاس طلاق عاطفی است که داده‌های لازم برای این تحقیق با مصاحبه جداگانه با هر یک از زوجین استخراج شده است. بعد از آن به تعیین متغیرها و شاخصها پرداخته شد. پس از استخراج داده‌ها متغیرهای لازم در هر ستون جداگانه نوشته، و هر ردیف به یک زوج اختصاص داده و اطلاعات جمع‌آوری شد و سپس به شناسه‌گذاری آن اطلاعات و ورود آنها به رایانه برای تجزیه و تحلیل مبادرت گردید. همان‌گونه که اشاره شد، تحقیق توصیفی و غیر آزمایشی است که به صورت مصاحبه با ۸۰ زوج شهر بوشهر اجرا شد.

جامعه آماری این پژوهش شامل تمام افراد زیر ۲۵ تا بالای ۳۵ ساله‌ای بودند که در سال ۱۳۹۵ تشکیل خانواده داده‌اند. علت انتخاب این جامعه آماری زیاد بودن آمار طلاق در شهر بوشهر است. با توجه به اینکه طلاق عاطفی در به خطر انداختن سلامت خانواده نقش مهمی دارد، مورد توجه قرار گرفته است. حجم نمونه پژوهش شامل ۸۰ نفر (۴۰ زن و ۴۰ نفر مرد) است. در پژوهش از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده استفاده شد.

پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه یانگ - فرم کوتاه: این آزمون شامل ۷۵ سؤال است که پنج حوزه را می‌سنجد. طرحواره‌های ناسازگار اولیه نتیجه تجربه بین فردی منفی در طول نخستین سالهای زندگی در درون و بیرون خانواده است که برای اولین بار توسط یانگ و در سال ۱۹۹۶ بر پایه یافته‌های اشمیت و همکاران برای ارزیابی ۱۵ طرحواره ناسازگار اولیه مطرح شد. این پرسشنامه در حال حاضر یکی از پر استفاده‌ترین پرسشنامه‌ها در تشخیص روانپزشکی در کشورهای مختلف است. در این تحقیق از پنج مقیاس آزمون بریدگی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، دیگر جهتمندی، گوش‌به‌زنگی بیش‌ازحد و بازداری و محدودیتهای مختل مطابق با حوزه‌های تحولی اولیه استفاده می‌شود.

در این پژوهش مقدار آلفای کرونباخ محاسبه شده برابر ۰/۸۹ به دست آمد که بر اساس اصول روش تحقیق، مقدار مطلوبی تلقی می‌شود. رفیعی و همکاران (۱۳۹۰) تحقیق قیاسی به‌منظور سنجش اعتبار پرسشنامه، پس از اجرای مقدماتی بر روی ۸۲ نفر از نمونه‌های تحقیق با استفاده از روشهای آلفای کرونباخ، ضریب ۰/۹۶ به‌عنوان ضریب اعتبار، محاسبه شد. اشمیت و همکاران (۱۹۹۵) برای هر طرحواره ناسازگار اولیه ضریب آلفایی از ۰/۸۳ تا ۰/۹۶ به دست آوردند و ضریب باز آزمایی در جمعیت غیر بالینی را بین ۰/۵۰ تا ۰/۸۲ گزارش کردند.

پرسشنامه کمال‌گرایی: این آزمون توسط هیل^۱ و همکارانش (۲۰۰۴) ساخته شد. این پرسشنامه برای ارزیابی زمینه‌های بالقوه مشکل‌زا یا شناسایی زمینه قوت و پربارسازی رابطه زناشویی به کار می‌رود. هر یک از موضوعات این پرسشنامه در ارتباط با یکی از زمینه‌های مهم است. ارزیابی زمینه‌ها در درون خانواده می‌تواند مشکلات بالقوه زوجها را مشخص سازد. این ابزار می‌تواند به عنوان ابزار تشخیص برای زوجهایی که در جستجوی مشاوره زناشویی و تضعیف کردن احتمال طلاق عاطفی هستند، استفاده شود؛ به علاوه این پرسشنامه ابزاری معتبر در تحقیقات متعددی برای بررسی رابطه زناشویی مورد استفاده قرار گرفته است. این پرسشنامه در ۵۹ گویه و هشت خرده مقیاس طبقه‌بندی می‌شود. در این مقیاس از ترکیب ابعاد نظم و سازماندهی، هدفمندی، تلاش برای عالی بودن و معیارهای فوق برای دیگران، جنبه سازگار و از ترکیب نمره‌های ۱ - تمرکز بر اشتباهات^۲ - نیاز به تأیید^۳ - فکر نشخوار^۴ - ادراک فشار از سوی والدین^۵ - سازماندهی و نظم^۶ - هدفمندی^۷ - معیارهای بالا برای دیگران^۸ - تلاش برای عالی بودن^۹ به دست می‌آید. از دیدگاه هیل و همکاران ابعاد یک تا چهار جنبه منفی و ابعاد پنج تا هشت جزو جنبه‌های مثبت کمال‌گرایی به شمار می‌رود.

خلعتری (۱۳۹۰) در تحقیقی با عنوان بررسی رابطه کمال‌گرایی و احساس تنهایی با کیفیت زندگی دانشجویان پزشکی استان گیلان روی گروه ۳۰۰ نفری اجرا کرد. پایایی کل مقیاس در بررسی مقدماتی با استفاده از روش آلفای کرونباخ (همسازی درونی) به دست آمد. در بررسی اصلی (با ۳۱۳ آزمودنی) نیز پس از تحلیل عاملی، این ضریب برای کل مقیاس ۰/۹۰ به دست آمد. در این تحقیق نیز ضریب پایایی با استفاده از آزمون آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمده است. برای روایی این مطالعه ابتدا همبستگی هر یک از سؤالات با نمره کل پرسشنامه محاسبه شد؛ سپس ۵۱ سؤال که همبستگی نسبتاً زیادی داشت، انتخاب شد. این انتخاب به‌طور مساوی از مقیاسهای مختلف پرسشنامه صورت گرفت و بدین ترتیب در مجموع ۵۱ سؤال انتخاب شد. پس

-
- 1 - Hill
 - 2 - Concern over mistakes
 - 3 - Need for approval
 - 4 - Rumination
 - 5 - Perceived parental pressure
 - 6 - Organization
 - 7 - Planfulness
 - 8 - High standards for others
 - 9 - Striving for excellence

از بررسی و مطالعه اصل پرسشنامه و طریق محاسبه اعتبار و روایی آن مورد تأیید قرار گرفت و از پرسشنامه کمال‌گرایی هیل و همکاران به منظور برآورد میزان کمال‌گرایی در زوجین مورد مطالعه استفاده شد. در پرسشنامه از آنجا که سؤالات از مقیاسهای نسبی بهره‌مند بود از ۵۸ ماده استفاده شد؛ سپس به استفاده از طیف لیکرت اقدام، و به ترتیب برای گزینه‌های بسیار زیاد، زیاد، تا حدودی، کم و بسیار کم ضرایب ۵، ۴، ۳، ۲ و ۱ در نظر گرفته شد. نمره کلی کمال‌گرایی نیز از مجموع نمره‌های عوامل هشتگانه کمال‌گرایی به دست می‌آید. چهار خرده‌مقیاس تمرکز بر اشتباهات، نیاز به تأیید دیگران، ادراک فشار از والدین، نشخوار فکری در این مطالعه به ترتیب ۰/۶۹، ۰/۶۷، ۰/۷۰ و ۰/۷۲ گزارش شده است.

پرسشنامه طلاق عاطفی: پرسشنامه طلاق عاطفی شامل ۲۴ سؤال است که مقیاس طلاق عاطفی را می‌سنجد و برای اولین بار توسط گاتمن و در سال (۱۹۹۵) در کتاب موفقیت یا شکست در ازدواج تحت عنوان تنهایی مطرح شد (زایری، ۱۳۸۸). پایایی پرسشنامه از تاریخ تدوین تاکنون بارها مورد بررسی قرار گرفته است و تمام نتایج همواره در حد مطلوب گزارش شده است. در لعل زاده و همکاران (۱۳۹۴) تحقیق قیاسی به منظور سنجش اعتبار پرسشنامه، پس از اجرای مقدماتی بر روی ۲۰۰ نفر از نمونه‌های تحقیق با استفاده از روشهای آلفای کرونباخ، ضریب ۰/۹۱ به‌عنوان ضریب اعتبار، محاسبه شد. پاسخهای هر یک از سؤالات پرسشنامه با زدن ضربدر توسط آزمودنیها در یک مقیاس دوگزینه‌ای بلی (۱) و خیر (۰) ثبت می‌گردد و سپس مورد بررسی و تفسیر قرار می‌گیرد. پس از جمع کردن پاسخهای مثبت، چنانچه تعداد آن هشت برابر باشد، بدین معناست که زندگی زوجین در معرض جدایی قرار دارد و نشانه‌هایی از طلاق روانی و عاطفی کاملاً در آن مشهود است.

یافته‌ها

مطالعه به منظور بررسی رابطه معنادار مقایسه طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی بین ۸۰ نفر از زوجین که ۴۲/۵ درصد از آنها کمتر از ۲۵ سال، ۳۸/۸ درصد ۲۹ - ۲۵ سال، ۱۲/۵ درصد ۳۴ - ۳۰ سال و ۶/۳ درصد ۳۵ سال و بیشتر هستند، انجام شده است.

به منظور پاسخگویی به این فرضیه که بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی با طلاق عاطفی زوجین شهر بوشهر رابطه معنادار وجود دارد از ضریب همبستگی پیرسون استفاده

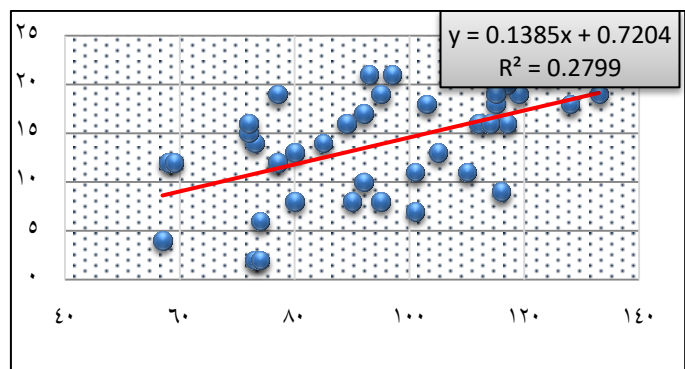
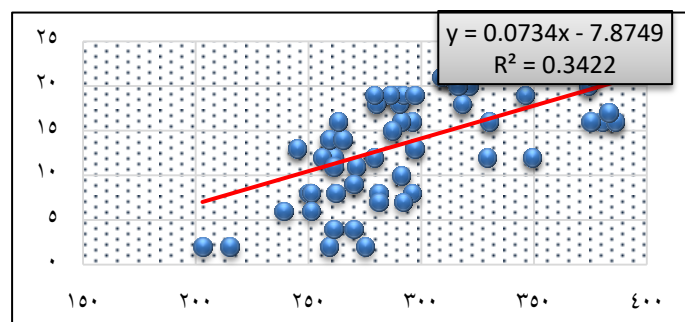
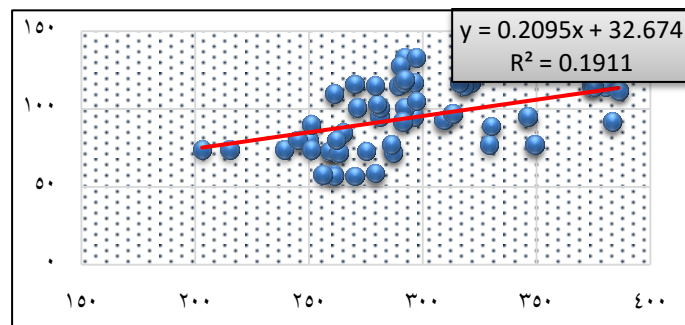
شد که نتایج آن در جدول ۱ نشان داده شده است. نتایج نشان می‌دهد که بین کمال‌گرایی منفی و طلاق عاطفی در سطح $P < 0/001$ رابطه مثبت و معنی‌دار وجود دارد. ضریب تعیین رگرسیون نشان می‌دهد حدود ۲۸ درصد واریانس طلاق عاطفی زوجین توسط کمال‌گرایی منفی قابل تبیین است. بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و طلاق عاطفی زوجین در سطح $P < 0/001$ رابطه معنی‌دار وجود دارد و ضریب تعیین رگرسیون نشان می‌دهد حدود ۳۴ درصد واریانس طلاق عاطفی توسط طرحواره‌های ناسازگار اولیه قابل تبیین است.

ضریب تعیین رگرسیون نشان می‌دهد حدود ۱۹ درصد واریانس کمال‌گرایی منفی با طرحواره‌های ناسازگار اولیه قابل تبیین است (نمودار ۱).

جدول ۱: ماتریس همبستگی طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی با طلاق عاطفی

متغیر	۱	۲	۳
طلاق عاطفی	۱		
کمال‌گرایی منفی	۰/۵۴*	۱	
طرحواره‌های ناسازگار اولیه	۰/۵۹*	۰/۴۴*	۱

* $P < 0/001$



نمودار ۱: توزیع پراکنندگی نمره‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی با طلاق عاطفی

جدول ۲: ضرایب و تحلیل واریانس الگوی تأثیر کمال‌گرایی منفی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر طلاق عاطفی

ضریب همبستگی تفکیکی	F	سطح معنی‌داری	t	ضریب استاندارد شده	ضریب استاندارد نشده		آماره
					خطای استاندارد	B	
	۳۰/۷۵۴	۰/۰۰۱	۳/۳۱۱	β	خطای استاندارد	۱۰/۷۷۷	مقدار ثابت
۰/۳۷۵		۰/۰۰۱	۳/۵۴۹	۰/۳۳۷	۰/۰۲۵	۰/۰۸۸	کمال‌گرایی منفی
۰/۴۶۹		۰/۰۰۱	۴/۶۶۲	۰/۴۴۳	۰/۰۱۲	۰/۰۵۵	طرحواره‌های ناسازگار اولیه

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که الگوی تأثیر کمال‌گرایی منفی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر طلاق عاطفی معنی‌دار است ($F(۲,۷۷) = ۳۰/۷۵, P < ۰/۰۰۱$) و سطح معنی‌داری $P < ۰/۰۰۱$ تأیید می‌شود. این الگو ۴۴ درصد واریانس طلاق عاطفی زوجین را توجیه می‌کند. ضرایب نشان می‌دهد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی پیش‌بینی‌کننده معنی‌داری برای طلاق عاطفی زوجین بود. ضرایب همبستگی تفکیکی نیز نشان می‌دهد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه سهم بیشتری از واریانس طلاق عاطفی زوجین را توجیه می‌کند.

جدول ۳: خلاصه الگوی تأثیر کمال‌گرایی منفی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر طلاق عاطفی

خطای استاندارد	مجدور ضریب همبستگی تعدیل شده	مجدور ضریب همبستگی	ضریب همبستگی	آماره
۴/۰۳	۰/۴۳۰	۰/۴۴۴	۰/۶۶۶	عوامل مؤثر بر طلاق عاطفی
۳/۷۷	۰/۵۰۱	۰/۵۹۶	۰/۷۷۲	تأثیر طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر طلاق عاطفی
۴/۳۵	۰/۳۳۵	۰/۳۶۸	۰/۶۰۷	تأثیر کمال‌گرایی منفی بر طلاق عاطفی

نتایج جدول نشان می‌دهد که الگوی تأثیر طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر طلاق عاطفی معنی‌دار بود ($F(۱۵,۶۴) = ۶/۲۹, P < ۰/۰۰۱$) و این الگو ۵۰ درصد واریانس طلاق عاطفی

زوجین را توجیه می‌کند. بنابراین رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر طلاق عاطفی معنی‌دار است ($P < 0/001$).

جدول ۴: تحلیل واریانس الگوی تأثیر طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی بر طلاق عاطفی

متغیر	آماره	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	سطح معنی‌داری
طرحواره‌های ناسازگار اولیه	رگرسیون	۱۳۳۸/۷۷۱	۱۵	۸۹/۲۵۱	۶/۲۸۸	۰/۰۰۱
	باقیمانده	۹۰۸/۴۲۹	۶۴	۱۴/۱۹۴		
کمال‌گرایی منفی	رگرسیون	۸۲۷/۷۹۶	۴	۲۰۶/۹۴۹	۱۰/۹۳۵	۰/۰۰۱
	باقیمانده	۱۴۱۹/۴۰۴	۷۵	۱۸/۹۲۵		
	کل	۲۲۴۷/۲۰۰	۷۹			

به منظور پاسخگویی به این فرضیه که کمال‌گرایی منفی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه قدرت پیش‌بینی طلاق عاطفی را دارد از رگرسیون چندگانه به روش همزمان استفاده شده است. نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که الگوی تأثیر کمال‌گرایی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه منفی بر طلاق عاطفی معنی‌دار است ($P < 0/001$ ، $F(4,75) = 10/94$) و سطح معنی‌داری $P < 0/001$ تأیید می‌شود. این الگو ۳۳/۵ درصد واریانس طلاق عاطفی زوجین را توجیه می‌کند. نتایج آن در جدول ۴ نشان داده شده است:

بحث و نتیجه‌گیری

این مطالعه با هدف تعیین ارتباط طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی در پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین شهر بوشهر انجام شده است. در تبیین این یافته می‌توان گفت زوجینی که طرحواره‌های ناسازگار اولیه آنها در حوزه محدودیت مختل قرار گرفته است، محدودیت درونی آنها در خصوص احترام متقابل و خویش‌شناری و فروتنی به اندازه کافی رشد نکرده است. نتایج این مطالعه نشان می‌دهد توجه نکردن به طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی در ازدواج موجب افزایش طلاق عاطفی بین زوجین می‌شود؛ لذا این مطالعه با بررسی تفکر کمال‌گرایی منفی زوجین و اثر آن بر عملکرد طلاق عاطفی، گامی نوین در حوزه خدمات

روانشناختی به این دسته از متأهلان است. نتایج این مطالعه رابطه خطی متغیر کمال‌گرایی منفی را با میزان قدرت پیش‌بینی طلاق عاطفی تأیید کرد و مشخص شد که این رابطه از نوع مستقیم است؛ یعنی با افزایش ابعاد کمال‌گرایی منفی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه، طلاق عاطفی بین زوجین افزایش می‌یابد.

طرحواره‌های ناسازگار موجب سوگیری در تفسیر رویدادهای در طول زندگی زناشویی زوجین می‌شود. تحقیقات اخیر در حوزه شناخت اجتماعی بر این نکته تأکید دارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که در زوجین، علاوه بر طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی، که به روابط زناشویی وارد می‌شود در روابط فعلی، طرحواره‌هایی و اندیشه‌هایی شکل می‌گیرد. اگر در روابط دو نفر نیازهای طرحواره اولیه و کمال‌گرایی برآورد نشود و یا طرحواره اولیه با طرحواره فعلی ناهماهنگ باشد، موجب ناسازگاری بین زوجین و در نهایت طلاق عاطفی می‌شود. بنابراین می‌توان گفت تأثیر طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی می‌تواند روابط زناشویی را تضعیف و نگرشی را ایجاد کند که در نقشهای زناشویی و افزایش طلاق عاطفی مؤثر باشد. درواقع با افزوده شدن کمال‌گرایی، میزان اثربخشی طلاق عاطفی کاهش می‌یابد. نتایج این تحقیق مبنی بر وجود ارتباط مؤثر بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی بر طلاق عاطفی است. یافته این پژوهش با نتایج محققانی چون یوسفی (۱۳۹۰)، یزدانی و همکاران (۱۳۹۲)، گل و همکاران (۱۳۹۲)، زمانی و همکاران (۱۳۹۳)، لعل زاده کند کلی (۱۳۹۴)، یانگ و همکاران (۲۰۰۳) مبنی بر وجود رابطه بین دو متغیر طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی با طلاق عاطفی همسو است. هم‌چنین وجود رابطه معنادار مثبت بین متغیرهای طلاق عاطفی و کمال‌گرایی منفی از دیگر نتایج این پژوهش بوده است.

طرحواره‌های سازگار اولیه و کمال‌گرایی، یکی از شاخصهای پیشرفت اصلی خانواده، شاخص سلامت اجتماعی و شاخص توسعه مهارتهای انسانی است که هرکدام از این مهارتها، تصویر خاصی از زندگی زناشویی را ارائه می‌کند. هم‌چنین می‌توان دریافت طرحواره‌های اولیه درواقع همان باور داشته‌های روانی و جسمانی خود و استفاده از آنها در راه بهینه و در جهت شکوفایی استعدادها و تواناییهای فردی و اجتماعی است.

به طور کلی در قیاس با نتایج مطالعاتی که افرادی که دارای طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی هستند به دلیل اینکه به ناراحتی‌های جسمانی و نیز عاطفی منجر شده است، عزت نفس ضعیفی دارند و نسبت به تواناییهای خود تردید دارند و البته نسبت به حالت‌های

عاطفی، احساسی و هیجانی آسیب‌پذیر و نیز حساس هستند و همچنین در رفتارهای بین فردی حالت‌هایی مانند خجالت، شرم، اضطراب، عدم جسارت، خطرپذیری ضعیف و درونگرایی از خود نشان می‌دهند و کیفیت زندگی ضعیفی دارند. شواهد پژوهشی فراوانی نشان می‌دهد فرضیه طرحواره ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی قدرت پیش‌بینی طلاق عاطفی را دارد. طلاق عاطفی از روی طرحواره ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی قابل پیش‌بینی است. این طرحواره ناسازگار اولیه در این مقوله نیازهای انسان به امنیت، ثبات، همدلی، شرکت در احساسات و پذیرش به شیوه‌های قابل پیش‌بینی ارضا نخواهد شد. به‌طور معمول این نیازها در خانواده‌هایی که بریده، سرد، طردکننده، منزوی، انفجاری، بدرفتار و رهاکننده هستند برآورده نمی‌شود.

ضرایب نشان می‌دهد، طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی پیش‌بینی‌کننده معنی‌داری برای طلاق عاطفی زوجین است. ضرایب همبستگی تفکیکی نیز نشان می‌دهد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه سهم بیشتری از واریانس طلاق عاطفی زوجین را توجیه می‌کند. این یافته با کاظمی و مطهری (۱۳۹۰)، یوسفی (۱۳۹۰) و صفائی راد و وارسته فرد (۱۳۹۲) همسو و هماهنگ است.

در تبیین این یافته تحقیق می‌توان گفت که کمال‌گرایی خویش‌مدار با تمایل به وضع معیارهای غیر واقع‌بینانه برای خود و تمرکز بر کمبودها و شکست‌ها در عملکرد همراه با خود نظارت‌های دقیق مشخص می‌شود.

کمال‌گرایی دیگرمدار، بیانگر تمایل داشتن به انتظارات افراطی و ارزشیابی انتقادی از دیگران است و کمال‌گرایی جامعه‌مدار به احساس ضرورت رعایت معیارها و برآورده ساختن انتظارات تجویز شده از سوی زوجین به‌منظور کسب تأیید، اطلاق می‌شود (هویت و فلت، ۱۹۹۱).

زوجین دارای کمال‌گرایی منفی معمولاً عدم پذیرش و طرد شدن از سوی دیگران را پیش‌بینی می‌کنند؛ ممکن است از آن بترسند و در نتیجه با این ترسها، آنها در مقابل انتقاد حالت دفاعی به خود می‌گیرند و از همسران خود دور می‌شوند و بدون توجه به معیارهای غیر واقع‌گرایانه خود از همسران خود نیز انتظار دارند و در نتیجه نسبت به آنها متوقع‌تر و منتقد می‌شوند. به دلیل وجود این دور معیوب، افراد کمال‌گرا، غالباً در داشتن روابط نزدیک با خانواده دچار مشکل می‌شوند و به همین دلیل رضایت کمتری از روابط بین فردی خود دارند؛ بنابراین با توجه به کمال‌گرایی منفی قدرت پیش‌بینی طلاق عاطفی بین زوجین فراهم می‌شود. فرضیه طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی، قدرت پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین را

تأیید می‌کند. این یافته با ذوالفقاری و فاتحی زاده (۱۳۸۷)، یوسفی (۱۳۹۰)، کلیفتون (۱۹۹۵)، برادبورلی و همکاران (۲۰۰۰) مبنی بر وجود رابطه مؤثر بین مراجعات متقاضی طلاق گروه‌های آزمون و شاهد در متغیر وابسته طرحواره‌های ناسازگار اولیه هماهنگ و همسو است. در تبیین این یافته تحقیق باید گفت که طلاق عاطفی به‌عنوان انتخابی نفرت‌انگیز بین تسلیم و نفرت از خود و تسلط و نفرت از خود تجربه می‌شود که در آن هر یک از زن و شوهر به دلیل احساس غمگینی و ناامیدی، دیگری را آزار می‌دهد (اعزازی، ۱۳۸۵). همسران به‌جای حمایت از یکدیگر در جهت آزار، ناکامی و تنزل عزت نفس یکدیگر عمل می‌کنند و هر یک دنبال یافتن دلیل برای اثبات عیب و کوتاهی و طرد یکدیگر هستند (باستانی و همکاران، ۱۳۸۹). رابطه زناشویی درگیر با طلاق عاطفی، زمینه‌ساز قوی برای ایجاد افسردگی، اضطراب و ناامیدی بویژه در زنان است (برنس^۱، ۲۰۱۱).

یکی از یافته‌های پژوهش وجود رابطه معنادار منفی بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و طلاق عاطفی در نمونه زوجین است. منشأ این طرحواره‌های ناسازگار اولیه نیازهای هیجانی اصلی شامل پنج حیطه اصلی (بریدگی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، دیگر جهت‌مندی، گوش به زنگی بیش از حد و بازداری، و محدودیت مختل) مثلاً دل‌بستگی امن به دیگران (مانند احساس امنیت، ثبات و پذیرش)، خودمختاری، رقابت و احساس هویت، آزادی بیان نیازها و هیجانانگیز، بازی و خودانگیخته بودن و محدودیتهای معقول و خودکنترلی، تجربه اولیه زندگی (ناکامی در ارضای نیازهای اولیه، ارضای بیش‌ازحد و همانندسازی با رفتار نادرست والدین) و مزاج هیجانی است؛ بدین معنی که عدم رضایت طرحواره‌های ناسازگار بین زوجین می‌تواند با مشکلات عاطفی در روابط با همسرانشان همراه باشد.

بررسی مطالعه زنگنه مطلق و همکاران (۱۳۹۶) نشان می‌دهد که اگر رابطه زناشویی با سازگاری و تعهد همراه باشد، بر سلامت روان زوجین تأثیر خوبی دارد، می‌توان گفت سازگاری و تعهد زناشویی و ابعاد مختلف آن از مهمترین عوامل پایداری زندگی مشترک است. اگر زوجین بتوانند سازگاری و تعهد را در زندگی زناشویی خود افزایش دهند، علاوه بر حفظ رابطه زوجی، بنیان خانواده‌شان را نیز از آسیب محفوظ می‌دارند؛ با وجود این احساسی که زوجین نسبت به رابطه زناشویی خود دارند باگذشت زمان دستخوش تغییر می‌شود و بدیهی است که

باگذشت زمان و روبه‌رو شدن با چالشهای مختلف زندگی زناشویی از میزان احساسات مثبت می‌تواند کاسته شود و مهمتر اینکه ممکن است زوجین مهارتهای لازم را برای بهبود سازگاری و تعهد زناشویی نداشته باشند؛ بنابراین این امر می‌تواند با مشاوره زناشویی و به‌کارگیری مداخلات مؤثر آسانتر شود؛ لذا کمال‌گرایی منفی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه علاوه بر خراب کردن رابطه زوجی به بنیان خانواده نیز آسیب می‌رساند و بتدریج رابطه زناشویی کمرنگ می‌شود. بدیهی است که با گذشت زمان و روبه‌رو شدن با چالشهای مختلف زندگی زناشویی از میزان احساسات مثبت می‌تواند کاسته شود و بر طلاق عاطفی بین آنها مؤثر خواهد بود.

از طرفی مطالعات نشان می‌دهد که خطاهای شناختی نظیر کمال‌گرایی، باعث پیدایش اضطراب و تنش در افراد می‌شود (محمدی و همکاران، ۲۰۰۸) که این تنش، دشواری موقعیت زوجین را، که دچار طلاق عاطفی شده‌اند، دوچندان می‌سازد؛ بنابراین با در نظر گرفتن طلاق عاطفی به‌عنوان یک عامل تنشزا، ارتباط انکارناپذیر تفکرات غیر منطقی نظیر کمال‌گرایی منفی قابل توجه است؛ با این حال تاکنون مطالعه‌ای که به بررسی این شاخه از خطاهای شناختی (کمال‌گرایی) پرداخته باشد، انجام نشده است؛ لذا این مطالعه با بررسی تفکر کمال‌گرایی منفی زوجین و اثر آن بر عملکرد طلاق عاطفی زوجین، گامی نوین در حوزه خدمات روانشناختی برای این دسته از متأهلان برداشت. نتایج مطالعه رابطه خطی متغیر کمال‌گرایی منفی را با میزان تمایلات و قدرت پیش‌بینی طلاق عاطفی تأیید، و مشخص کرد که این رابطه از نوع مستقیم است؛ یعنی با افزایش ابعاد کمال‌گرایی منفی، طلاق عاطفی بین زوجین افزایش می‌یابد. پژوهش نشان داد که حوزه خودگردانی و عملکرد مختل که شامل طرحواره ناسازگار شکست در پیشرفت است، پیش‌بینی کننده صمیمیت زناشویی بود.

جامعه آماری این پژوهش، محدودیتهایی را در زمینه تعمیم یافته‌ها و تفسیرهای علت شناختی متغیرهای مورد بررسی مطرح می‌کند که باید در نظر گرفته شود. بویژه نمونه مورد بررسی در این پژوهش از دیگر محدودیتهای تحقیقات آزمایشی است که امکان کنترل تمام متغیرهای مزاحم، که در مطالعات محیط‌های اجتماعی صورت می‌گیرد، وجود ندارد که این تحقیق نیز از این محدودیت برکنار نیست. بر این اساس پیشنهاد می‌شود از آنجا که این رویکرد بر یک بعد طلاق عاطفی زوجین مؤثر بوده، لازم است در تعمیم نتایج، احتیاط شود و همین‌طور چون این پژوهش، مرحله پیگیری نداشت و تعداد نمونه تصادفی ساده انتخاب شده بود، لازم است تعمیم نتایج در بلندمدت، با احتیاط صورت گیرد. پیشنهاد می‌شود در پژوهشهای بعدی مرحله پیگیری گنجانده

شود و مطالعه بر روی نمونه‌های بیشتر صورت گیرد و نتایج آن با نتایج این پژوهش مقایسه شود. بر اساس این نتایج (معنی‌دار بودن رابطه ناسازگاری اولیه و کمال‌گرایی منفی در پیش‌بینی طلاق عاطفی)، پژوهش‌های آینده در این زمینه باید در جهت آموزش مهارت‌های زندگی در ایجاد روابط مناسب و واقعی‌سازی انتظارات زوجین در حرکت باشد و زوجین را از کنترل طرحواره‌های اولیه و کمال‌گرایی منفی، که برای زندگی زناشویی مورد نیاز است و هم اینکه در چه حیطه‌هایی از زندگی کمبود دارند، آگاه سازد و به آنها در شناخت کمک کند تا به تمرین در آن حیطه‌ها پردازند. این افراد وقتی از وظایف و مشکلات احتمالی در زندگی زناشویی و طلاق عاطفی مورد نیاز آگاه شوند تا حدودی از انتظارات رمانتیک و آرمان‌گرایانه فاصله می‌گیرند و بر تلاش برای حفظ رابطه سالم در خانواده‌ها متمرکز می‌شوند.

منابع

- ابراهیمی، سمیه؛ بنی‌فاطمه، حسین (۱۳۹۱). طلاق عاطفی و عوامل مرتبط با آن در شهرستان نقده. *مجله مطالعات جامعه‌شناسی*. س ۲. ش ۱۷.
- اعزازی، شهلا (۱۳۸۰). جامعه‌شناسی خانواده با تأکید بر نقش ساختار و کارکرد خانواده در دوران معاصر. *جامعه‌شناسی*. تهران: نشر روشنگران و مطالعات زنان.
- باستانی، سوسن؛ گلزاری، محمود؛ روشنی، شهره (۱۳۸۹). طلاق عاطفی: علل و شرایط میانجی. *فصلنامه بررسی مسائل اجتماعی ایران*. ش ۳.
- پی‌ریسو، لارنس؛ دوتویت، پیترا؛ استین، دان؛ یانگ، جفری (۲۰۰۷). *طرحواره‌های شناختی و باورهای مرکزی در مشکلات روان‌شناختی*. ترجمه حسین یعقوبی، رحیم یوسفی و مسعود قربانعلی‌پور (۱۳۹۰). تبریز: انتشارات دانشگاه تبریز.
- خجسته‌مهر، رضا؛ احمدی قوزلوجه، احمد؛ سودانی، منصوره؛ شیرالی‌نیا، خدیجه (۱۳۹۴). اثربخشی مشاوره زناشویی تلفیقی کوتاه‌مدت بر صمیمیت عاطفی و کیفیت زناشویی زوجین. *روانشناسی معاصر*. ش ۱۰: ۱۹ - ۴۰.
- خدایاری فرد، محمد؛ شهابی، روح‌اله؛ اکبری زردخانه، سعید (۱۳۸۶). رابطه نگرش مذهبی با رضایت‌مندی زناشویی در دانشجویان متأهل. *فصلنامه خانواده‌پژوهی*. س ۳. ش ۱۰: ۶۱۱ - ۶۲۰.
- خلعتبری، جواد؛ قربان شیروودی، شهره؛ حسینی، ایمان (۱۳۹۰). بررسی رابطه بین کمال‌گرایی و احساس تنهایی با کیفیت زندگی دانشجویان پزشکی استان گیلان. *فصلنامه روانشناسی تربیتی*. س ۲. ش ۱: ۱۱۷ - ۱۳۱.
- زمانی، ساره؛ احدی، حسن؛ عسگری، پرویز (۱۳۹۳). رابطه طلاق عاطفی با تصویر بدنی و کمال‌گرایی. *مطالعات روانشناختی*. دوره ۱۰. ش ۴.

- زنگنه مطلق، فیروزه؛ بنی‌جمالی، شکوه السادات؛ احدی، حسن؛ حاتمی، حمیدرضا (۱۳۹۶). اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد و هیجان‌محور بر بهبود سازگاری و تعهد زناشویی زوجین. **فصلنامه فرهنگی - تربیتی زنان و خانواده**. س یازدهم. ش ۳۸.
- ستوده، هدایت‌الله؛ بهاری، سیف‌الله (۱۳۸۶). **آسیب‌شناسی خانواده**. تهران: ندای آریانا.
- شولتس، دوآن (۱۳۸۰). **روانشناسی کمال: الگوهای شخصیت سالم**. ترجمه گیتی خوشدل. تهران: نشر پیکان.
- صادقی، منصوره‌السادات و دیگران (۱۳۸۹). سبکهای همسرگزینی و سازگاری زناشویی. **چکیده مقالات چهارمین کنگره ملی آسیب‌شناسی خانواده**. تهران: دانشگاه شهید بهشتی، پژوهشکده خانواده.
- صفائی‌راد، سوری؛ وارسته‌فرد، افسانه (۱۳۹۲). رابطه بین تعارض‌های زناشویی با طلاق عاطفی زنان مراجعه‌کننده به دادگاه‌های شرق تهران سال ۱۳۹۰. **فصلنامه پژوهش اجتماعی**. س ۵. ش ۲۰.
- گاتمن، ج (۱۹۹۵). **موفقیت یا شکست در ازدواج**. ترجمه ارمغان جزایری (۱۳۸۷). تهران: انتشارات خجسته.
- لعل‌زاده کند کلی‌زاده، انسیه؛ اصغری ابراهیم‌آباد، محمد جواد؛ حصار سرخی، ربابه (۱۳۹۴). بررسی نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه در پیش‌بینی طلاق عاطفی. **مجله روانشناسی بالینی**. س ۷. ش ۲: ۱۰۱ - ۱۰۹.
- نوابی‌نژاد، شکوه (۱۳۹۱). **مشاوره ازدواج و خانواده درمانی**. ج چهارم. تهران: انتشارات انجمن اولیاء و مربیان.
- یانگ، جفری؛ کلوکسو، ژانت؛ ویشار، مارجوری (۱۹۵۰). **طرحواره درمانی**. ترجمه حسن حمیدپور و زهرا اندوز (۱۳۸۶). تهران: ارجمند.
- یانگ، جفری؛ کلوکسو، ژانت؛ ویشار، مارجوری (۲۰۰۳). **طرحواره درمانی: راهنمای کاربردی برای متخصصان بالینی**. ترجمه حسن حمیدپور و زهرا اندوز (۱۳۸۶). تهران: انتشارات ارجمند.

- Bagana, E., Raciub, A. & Lupu, L. (2011). Self esteem, optimism and exams' anxiety among high school students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 1331 –1338
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International Universities Press.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B.F. & Emery, G. (1979). *Cognitive Therapy of Depression*. Guildford, New York, NY.
- Bernstein, A.G. & Garfin, D.B. (1988). Pedigrees, functioning and psychopathology in families of school phobic children. *Am J Psychiatry*, 1,70-74.
- Bradbury T, Fincham F, Beach S. Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *J Marr Fam* 2000; 62: 964-80.
- Clifton JA. (1995). The effect of parenting style, attachment, and early maladaptive schema on adult romantic relationship. *J Dissert Abs Intern*; 56(10-B): 57- 91.
- Flett, G.L., Stainton, M., Hewitt, P. L., Sherry, S. B., & Lay, C. (2012). Procrastination automatic thoughts as a personality construct: An analysis of the Procrastinatory Cognitions Inventory. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive -Behavior Therapy*. doi:10. 1007/s10942-012-0150-z.
- Frankl, Viktor (1988). *The will to meaning: foundations and applications of logo therapy*. New York: Teachers college press.
- Frankl, Viktor (2004). *On the theory and therapy of mental disorders: an introduction to logo therapy and existential analysis*. USA: Taylor & Francis books.
- Frost, R., Marten, P., Lahart, C., Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14 (5), pp 449-68.

- Glasser, W. (2000). *Counseling with choice theory: The new reality therapy*. New York: HarperCollins.
- Guttman, D. (2008). *Finding meaning in life, at midlife and beyond: wisdom and spirit from logo therapy (social and psychological issues: challenges and solutions)*. USA: Greenwood publishing group.
- Guttman, D. & Zins, C (2000). Subject classification in logo therapy: a model for information- system and knowledge- outline development. *Logo therapy and existential analysis: an interdisciplinary journal of education, research and practice*, 1.2, 91-116.
- Hamachek, D. E. (1978), "Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism", *Psychology journal*, 15, 27.33.
- Khodayarifard, M., Shahabi, R., & Akbari zardkhaneh, S. (2006). The relationship between religious attitude and marital satisfaction on married students. *Journal of Family Research*, 6, 611-620.
- Laur, Robert H., & Laur, Jeanette C. (2007) *Marriage & Family: The Quest for Intimacy*, New York: Mc Graw Hill.
- Morgan, D., & Morgan, R., (2009). *Single-case research methods for the behavioral and health sciences*. Los Angeles: Sage Publications Inc.
- Olson, David H., & Defrain, John (2006) *marriage and families*, New York: Mc Graw Hill.
- Terry-Short, L. A., Owens, R. G., Slade, P. D & Dewey, M.E. (1995). Positive and negative perfectionism. *personality and individual differences*, 18(4), 663-8.
- Young, J. E. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach*. Sarasota, FL: Professional Resource Press.
- Young, J. E. (1999). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach (rev. ed.)*. Sarasota, FL: Professional Resources Press.
- Young, J. E., Klosko, J. S. & Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: a practitioner's guide*. New York: Guilford Press