



## طراحی مدل انسجام زناشویی براساس سبک‌های دلبستگی، تمایز یافتگی در زوجین مراجعه‌کننده به کلینیک‌های مشاوره خانواده شهر کرمان

سارا محمدی: دانشجوی دکتری، گروه آموزشی روانشناسی، واحد زرنده، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمان، ایران  
حمید ملایی زندی: استادیار، گروه آموزشی روانشناسی، واحد زرنده، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمان، ایران (✉ نویسنده مسئول) [hamid.molayi@gmail.com](mailto:hamid.molayi@gmail.com)  
فرشید خسرویپور: استادیار، گروه آموزشی روانشناسی، واحد زرنده، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمان، ایران

### چکیده

#### کلیدواژه‌ها

انسجام زناشویی،  
سبک‌های دلبستگی،  
تمایز یافتگی

**زمینه و هدف:** زوجین به دلیل مسائلی که در زندگی زناشویی برایشان اتفاق می‌افتد و با توجه به نحوه نگرش آنها نسبت به فضای مسائل، مشکلات و حوادثی که با آن روبه‌رو می‌شوند، سلامت جسم و روان خود را تحت تأثیر قرار می‌دهند. لذا هدف از انجام این پژوهش، طراحی مدل انسجام زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی و تمایز یافتگی در زوجین مراجعه‌کننده به کلینیک‌های مشاوره خانواده شهر کرمان در سال ۱۴۰۲ بود.

**روش کار:** پژوهش حاضر از نوع طرح‌های همبستگی مبتنی بر روش مدلیابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری کلیه مراجعه‌کنندگان به کلینیک‌های مشاوره خانواده شهر کرمان در بازه زمانی شش ماه اول (بهار و تابستان) سال ۱۴۰۲ بوده است. برای محاسبه حجم نمونه به ادبیات پژوهشی مرتبط با روش آماری SEM مراجعه شد و با در نظر گرفتن نظریه تاپاچنیک و فیدل (۲۰۰۷)، حجم نمونه ۳۸۶ نفر که شرایط ورود به تحلیل را داشتند انتخاب گردید که از هشت کلینیک روان‌شناختی شهر کرمان به شیوه نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه تمایز یافتگی اسکورون (۲۰۰۰)، مقیاس انسجام زناشویی گراهام اسپانیر (۱۹۷۶) و پرسشنامه دلبستگی بزرگسال هازن و شیور (۱۹۸۷) بود. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها در بخش آمار استنباطی و بررسی فرضیه‌های پژوهش، از روش معادلات ساختاری و با استفاده از نرم‌افزار AMOS بهره گرفته شد. **یافته‌ها:** نتایج نشان دهنده رابطه معنادار بین سبک‌های دلبستگی ایمن با انسجام زناشویی است. با توجه به مثبت بودن ضریب‌های مسیر، این رابطه‌ها از نوع افزایشی (مستقیم) است. همچنین رابطه معنادار و کاهشی (معکوس) میان سبک‌های دلبستگی نایمن با انسجام زناشویی، سبک‌های دلبستگی دوسوگرا با انسجام زناشویی و تمایز یافتگی با انسجام زناشویی برقرار بود.

**نتیجه‌گیری:** به طور کلی می‌توان بیان نمود که مدل پیشنهادی پژوهش نشان می‌دهد که ارتقای امنیت دلبستگی و تقویت مهارت‌های تمایز یافتگی می‌تواند به‌عنوان راهبردی کلیدی در مداخلات مشاوره‌ای برای افزایش انسجام زناشویی و پیشگیری از طلاق عاطفی مورد توجه قرار گیرد. بنابراین طراحی برنامه‌های آموزشی و درمانی با محوریت اصلاح الگوهای دلبستگی و رشد تمایز یافتگی، گامی مؤثر در بهبود سلامت روان خانواده و تحکیم روابط زوجین خواهد بود.

**تعارض منافع:** گزارش نشده است.

**منبع حمایت‌کننده:** حامی مالی ندارد.

شیوه استناد به این مقاله:

Mohammadi S, Molayi Zarandi H, Khosropour F. Designing a Model of Marital Cohesion Based on Attachment Styles and Differentiation of Self in Couples Referring to Family Counseling Clinics in Kerman. Razi J Med Sci. 2025(17 Mar);31.206.

Copyright: ©2024 The Author(s); Published by Iran University of Medical Sciences. This is an open-access article distributed under the terms of the CC BY-NC-SA 4.0 (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.en>).

\*انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با 4.0 CC BY-NC-SA صورت گرفته است.



## Designing a Model of Marital Cohesion Based on Attachment Styles and Differentiation of Self in Couples Referring to Family Counseling Clinics in Kerman

**Sara Mohammadi:** Department of Psychology, Zarand Branch, Islamic Azad University, Kerman, Iran

**Hamid Molayi Zarandi:** Assistant Professor Department of Psychology, Zarand Branch, Islamic Azad University, Kerman, Iran (\* Corresponding Author) [hamid.molayi@gmail.com](mailto:hamid.molayi@gmail.com)

**Farshid Khosropour:** Assistant Professor Department of Psychology, Zarand Branch, Islamic Azad University, Kerman, Iran

### Abstract

**Background & Aims:** Marriage is regarded as one of the most fundamental social institutions that plays a crucial role in ensuring psychological well-being, emotional stability, and social health. The quality of marital relationships not only affects the couple themselves but also influences family functioning and, consequently, the mental health of the broader community. Couples are continuously exposed to a variety of life events, challenges, conflicts, and stressful situations. The way they perceive, interpret, and respond to these issues can significantly affect their physical and psychological health. When couples possess constructive attitudes, effective communication skills, and emotional regulation abilities, they are more likely to maintain a cohesive and satisfying marital relationship. Conversely, maladaptive perceptions and dysfunctional interaction patterns may lead to emotional distance, marital dissatisfaction, and even emotional divorce. One of the key psychological factors influencing marital cohesion is attachment style. According to attachment theory, early interactions with primary caregivers shape individuals' internal working models, which later influence their expectations, emotional responses, and behaviors in intimate relationships. Securely attached individuals tend to trust their partners, express emotions appropriately, and manage conflicts constructively, all of which contribute to higher levels of marital cohesion. In contrast, insecure attachment styles- such as anxious or avoidant attachment- are often associated with fear of intimacy, excessive dependency, emotional withdrawal, or heightened sensitivity to rejection, which can undermine the stability of marital relationships. Another influential variable is differentiation of self, derived from Bowen's family systems theory. Differentiation refers to an individual's ability to maintain emotional autonomy while remaining emotionally connected to significant others. Individuals with higher levels of differentiation can balance rational thinking and emotional responses, tolerate stress, and engage in intimate relationships without losing their sense of self. Low differentiation, however, is associated with emotional reactivity, fusion, or emotional cutoff, which may increase marital conflicts and reduce cohesion. Considering the social and cultural transformations in contemporary Iranian society, marital relationships are undergoing significant changes, and many couples experience difficulties in adapting to new relational patterns. Family counseling clinics frequently encounter couples struggling with communication problems, attachment insecurities, and unresolved emotional dependencies. Therefore, identifying the psychological determinants of marital cohesion is essential for developing effective preventive and therapeutic interventions. Accordingly, the present study aimed to design a structural model of marital cohesion based on attachment styles and differentiation of self among couples referring to family counseling clinics in Kerman in 2023. The study sought to examine the direct and indirect relationships among these variables and to determine the extent to which attachment styles and differentiation of self can predict marital cohesion.

**Methods:** The present study was a correlational research based on the structural equation modeling approach. The statistical population consisted of all clients referring to family counseling clinics in Kerman during the first six months (spring and summer) of 2023. To determine the sample size, the research literature related to the SEM method was reviewed, and according to the recommendation of Tabachnick and Fidell (2007), a sample of 386 individuals who met the inclusion criteria was selected. Participants were chosen from eight psychological clinics in Kerman using cluster random sampling. The research instruments

### Keywords

Marital Cohesion,  
Attachment Styles,  
Differentiation of Self

Received: 04/08/2024

Published: 17/03/2025

included the Differentiation of Self Inventory (Skowron, 2000), the Dyadic Adjustment Scale by Graham Spanier (1976), and the Adult Attachment Questionnaire by Hazan and Shaver (1987). For inferential statistics and testing the research hypotheses, structural equation modeling was conducted using AMOS software.

**Results:** The findings indicated a significant relationship between secure attachment style and marital cohesion. Considering the positive path coefficients, these relationships were direct and incremental. Moreover, significant negative (inverse) relationships were found between insecure attachment styles and marital cohesion, ambivalent attachment style and marital cohesion, as well as differentiation of self and marital cohesion.

**Conclusion:** The findings of the present study highlight the pivotal role of attachment styles and differentiation of self in shaping marital cohesion among couples seeking counseling services. The structural model confirmed that secure attachment positively predicts marital cohesion, indicating that individuals who feel emotionally safe and trust their partners are more capable of establishing intimate, supportive, and enduring relationships. Securely attached couples demonstrate greater empathy, effective communication, and collaborative problem-solving, which strengthen mutual understanding and emotional bonding. In contrast, insecure attachment styles- particularly anxious and ambivalent patterns- were negatively associated with marital cohesion. These individuals often experience heightened fears of abandonment, emotional dependency, or avoidance of closeness, which disrupt healthy interaction patterns and increase marital tension. Such attachment insecurities may lead to misinterpretation of partner behaviors, emotional overreactions, or withdrawal, ultimately weakening the couple's emotional connection. Furthermore, differentiation of self emerged as a fundamental mediator in the relationship between attachment styles and marital cohesion. Couples with higher differentiation were better able to regulate emotions, maintain personal boundaries, and engage in intimate relationships without emotional fusion or cutoff. This capacity enabled them to manage conflicts constructively and preserve relationship stability even in stressful situations. Conversely, low differentiation was associated with emotional reactivity, unresolved family-of-origin issues, and increased vulnerability to marital dissatisfaction. Based on these results, it can be concluded that enhancing attachment security and promoting differentiation skills should be considered core components of marital counseling and educational programs. Interventions that focus on improving emotional awareness, communication skills, and self-regulation can help couples modify maladaptive attachment patterns and develop healthier relational dynamics. Family therapists and counselors are encouraged to incorporate attachment-based and Bowenian approaches to strengthen couples' abilities to balance intimacy with autonomy. The study also underscores the importance of preventive measures at community and clinical levels. Premarital and marital enrichment programs that teach couples how to recognize their attachment needs, differentiate emotions from thoughts, and resolve conflicts effectively can contribute to greater marital cohesion and reduce the risk of emotional divorce. Given the cultural transition in Iranian society, such interventions are particularly valuable for supporting couples in adapting to modern relational expectations. In summary, the proposed model provides a comprehensive framework for understanding marital cohesion through the lens of attachment and differentiation. By addressing these psychological foundations, mental health professionals can design more effective strategies to enhance marital satisfaction, promote family stability, and ultimately improve the psychological well-being of couples and society as a whole.

**Conflicts of interest:** None

**Funding:** None

#### Cite this article as:

Mohammadi S, Molayi Zorandi H, Khosropour F. Designing a Model of Marital Cohesion Based on Attachment Styles and Differentiation of Self in Couples Referring to Family Counseling Clinics in Kerman. *Razi J Med Sci.* 2025(17 Mar);31:206.

Copyright: ©2024 The Author(s); Published by Iran University of Medical Sciences. This is an open-access article distributed under the terms of the CC BY-NC-SA 4.0 (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.en>).

**\*This work is published under CC BY-NC-SA 4.0 licence.**

## مقدمه

بررسی و مطالعه خانواده به عنوان عمده‌ترین نهاد اجتماعی و اولین نظام مؤثر بر سلامت جامعه از دیرباز مورد کنکاش محققان بوده است. در نتیجه، برای آنکه از خانواده سالمی برخوردار باشیم باید عوامل مختلفی که در سلامت یک خانواده نقش دارد را بشناسیم و آن را مورد بررسی قرار دهیم (۱). انسجام زناشویی اساس درک و شناخت فرایندهای خانوادگی و زناشویی هست و از مؤلفه‌هایی است که سطح سلامت خانواده را نشان می‌دهد (۲). انسجام زناشویی نشانه پیوندهای عاطفی است که زن و شوهر نسبت به یکدیگر دارند و شامل مؤلفه‌هایی مانند رابطه عاطفی، تعامل خانوادگی، رابطه با فرزندان و والدین، نوع دوستی و علائق و نهایتاً نحوه گذراندن اوقات فراغت است (۳)، به عبارت دیگر می‌توان گفت، انسجام، به عنوان یکی از ساختارهای پرنفوذ خانواده، بعد مهمی برای تلاش جهت درک متقابل در میان زن و شوهر است (۴). خانواده منسجم، توسط جو خانوادگی حمایتی و تفاهم و درک اعضای آن شناخته می‌شود که اعضای آن تمایل به درک و کمک برای برطرف کردن نیازها و دغدغه‌های افراد خانواده دارند (۵).

زوجین به دلیل مسائلی که در زندگی زناشویی برایشان اتفاق می‌افتد و با توجه به نحوه نگرش آنها نسبت به قضا، مسائل، مشکلات و حوادثی که با آن روبه‌رو می‌شوند، سلامت جسم و روان خود را تحت تأثیر قرار می‌دهند و بر اساس نوع دیدگاه و جهت‌گیری که در زندگی خود اتخاذ نموده‌اند، باعث کاهش یا افزایش افسردگی، اضطراب و استرس در خود می‌شوند که این عامل بر میزان سازگاری و رضایتمندی از زندگی و روابط زناشویی تأثیرگذار می‌باشد (۶). چندین سبک دلبستگی در نوجوانی و بزرگسالی وجود دارد: دلبستگی ایمن، اجتنابی و مضطرب دوسوگرا. این الگوی دلبستگی کودک-والد می‌تواند زمینه‌ساز نحوه برخورد فرد با مسائل آتی در زندگی، از قبیل مشکلات تحصیلی، عاطفی، شغلی، ازدواج و بسیاری دیگر از این عوامل باشد و نیز می‌تواند شیوه‌گرایی فرد را نسبت به مسائل و مشکلات شخصی بسازد (۷). بررسی‌های متعدد نشان داد که کیفیت دلبستگی به والدین و همسالان با سلامت روانی افراد، نحوه کنار آمدن با

بحران‌های مختلف و رضایت از زندگی زناشویی و رضایت از زندگی کلی ارتباط معناداری دارد. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که دلبستگی گذشته و حال با یکدیگر مرتبط هستند و مراحل رشد دوران کودکی، به خصوص روابط اولیه فرد با والدین، بر روابط زناشویی تأثیر دارد (۸).

ابعاد دلبستگی در زندگی زناشویی با متغیرهای متفاوتی در ارتباط است که از جمله آنها تمایز یافتگی است. سنگ‌بنای نظریه بوئن عقیده او راجع به نیروهای است که در درون خانواده جای دارند و در پی وحدت و باهم‌بودن یا برعکس، فردیت هستند (۹). درجه ظهور تفکیک خویشتن در هر فرد بیانگر میزان توانایی او برای تمییز فرایند عقلی از فرایند عاطفی است که وی تجربه می‌کند؛ یعنی درجه توانایی فرد برای اجتناب از تبعیت خودکار رفتار از احساسات، بیانگر میزان تفکیک خویش است (۱۰). مفهوم تمایز یافتگی مشخص‌کننده تعادل یا عدم تعادل بین دو نیروی زندگی یا غریزه است: یکی نیروی باهم‌بودن و دیگری نیروی فردبودن، و مفهوم بوئن از تمایز یافتگی به رابطه بین فرد و خانواده‌اش اطلاق می‌شود؛ به عبارت دیگر درجه وابستگی حل‌نشده یا حل‌شده با خانواده مبدأ (۱۱). خودتمایز یافتگی یک ترکیب پیچیده‌ای از بلوغ عاطفی، توانایی تفکر منطقی در یک موقعیت عاطفی و توانایی حفظ روابط عاطفی نزدیک است (۱۲). هدف اصلی تفکیک خویشتن، توازن میان احساسات و شناخت است. تفکیک در معنای بوئن آن، بیشتر یک فرایند است تا هدفی دست‌یافتنی (۱۳). محققان نتیجه گرفتند که خودتمایز سازی با عملکرد روانی، پریشانی روانی و ساختارهای خاص‌تری مانند استرس، اضطراب و افسردگی مربوط می‌شود. خودتمایز سازی نشان‌دهنده توانایی فرد برای دیدن خودش به عنوان یک فرد جدا از خانواده‌اش است. همچنین فرض کردند که سطوح بالاتری از تمایز خود با سطوح بالاتری از عملکرد کلی، هم در سطح روانی و هم فیزیولوژیکی در ارتباط است (۱۴). سطوح بالاتری از تمایز با افزایش توانایی برای روابط پیچیده عاطفی، کاهش علائم استرس، سطوح پایین استرس ادراک‌شده، اضطراب کمتر و نیز با انعطاف‌پذیری فرد در ارتباط است و بسیاری از مطالعات پیش‌بینی کرده‌اند که

کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان می‌باشد. تحقیق حاضر جزو طرح‌های همبستگی چندمتغیری مبتنی بر تحلیل ماتریس با روش مدل‌یابی معادلات ساختاری است. جامعه آماری آن کلیه مراجعه‌کنندگان به کلینیک‌های مشاوره خانواده شهر کرمان در بازه زمانی ۶ ماه اول سال ۱۴۰۲ بوده که برای محاسبه حجم نمونه به ادبیات پژوهشی مرتبط با روش آماری SEM مراجعه شد. با در نظر گرفتن نظریه تاپاچنیک و فیدل (۲۰۰۷)، حجم نمونه، ۳۸۶ نفر که شرایط ورود به تحلیل را داشتند انتخاب که از هشت کلینیک روانشناختی شهر کرمان به شیوه نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شد. ابزار پژوهش به شرح ذیل استفاده شد:

**پرسشنامه اطلاعات جمعیت شناختی:** جهت کسب اطلاع از متغیرهای جمعیت شناختی مانند سن، تحصیلات، وضعیت اشتغال و وضعیت اجتماعی اقتصادی خانواده پرسشنامه‌ای تنظیم و جهت تکمیل به افراد تحویل داده شد.

**پرسشنامه تمایز یافتگی:** این پرسشنامه که توسط اسکورون (۲۰۰۰) ساخته شده است ۴۶ سؤال دارد و به منظور سنجش میزان تمایز یافتگی افراد به کار می‌رود. این پرسشنامه در یک طیف لیکرت ۶ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود و از ۴ خرده مؤلفه واکنش‌پذیری عاطفی، جایگاه من، گریز عاطفی و درهم‌آمیختگی عاطفی با دیگران تشکیل شده است. پایایی این پرسشنامه‌های اسکورون (۲۰۰۰) و اسکورون و اسمیت (۲۰۰۳) مورد تایید قرار گرفته است. در پژوهش اسکورون و اسمیت (۲۰۰۳) پایایی کل پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲، و پایایی خرده مؤلفه‌های واکنش‌پذیری عاطفی، جایگاه من، گریز عاطفی و درهم‌آمیختگی عاطفی با دیگران به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۸۶، ۰/۸۹ و ۰/۸۴ به دست آمده است. در ایران اسکین (۱۳۸۴) پایایی کل آزمون را با شیوه‌های آلفای کرونباخ ۰/۸۸ برآورد کرد. همچنین در پژوهش نجف‌لویی (۱۳۸۵) پایایی این پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ برای کل آن ۰/۷۲، واکنش هیجانی ۰/۸۱، جایگاه من ۰/۶۴، جدایی عاطفی ۰/۷۶

خودتمایزسازی با جنبه‌های مختلف پریشانی‌های روانی مانند اضطراب، افسردگی و استرس رابطه منفی دارد و با سازه‌هایی مانند اعتمادبه‌نفس و رشد روانی رابطه مثبت دارد و سطوح بالاتر تمایز با افسردگی و مقاومت روانی کمتر ارتباط دارد (۱۵). جایگاه من، گسلس عاطفی و هم‌آمیختگی ارتباط معکوس معناداری وجود دارد.

با توجه به مرور مبانی نظری و پژوهشی و با در نظر گرفتن دگرگونی نظام خانواده و تغییر سبک روابط زناشویی در جامعه کنونی ایران و لزوم توجه به اهمیت ثبات و دوام ازدواج برای پیشبرد اهداف جامعه و افزایش سطح سلامت روانی آن، و از سوی دیگر با توجه به درگزار بودن جامعه ما از حالت سنتی به نوین، ضروری به نظر می‌رسد که به انسجام زناشویی که طی پژوهش‌های مختلف یکی از اصلی‌ترین مؤلفه‌های پایداری و دوام ازدواج است، توجه ویژه‌ای شود؛ زیرا بررسی عوامل مؤثر پیش‌بینی‌کننده انسجام زناشویی می‌تواند برای زوج‌هایی که مشکلاتی در باورهای ارتباطی زناشویی، سبک‌های دلبستگی و درگیری‌های تمایز عاطفی دارند، راهگشا و تسهیل‌کننده بازسازی نظام زندگی زناشویی آنها باشد. امید است با برآزش مدل مفهومی پژوهش، که مدلی یکپارچه است و به‌صورت همزمان متغیرهای مرتبط با انسجام زناشویی را بررسی می‌کند، قدمی در راستای تبیین کارآمدتر آسیب‌شناسی عدم انسجام زناشویی و طلاق عاطفی و تدوین روش‌های مؤثر و اثربخش درمانی برداشته شود. لذا پژوهش حاضر با هدف تعیین الگوی ساختاری، به دنبال بررسی این سؤال است که آیا انسجام زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی و تمایز یافتگی در زوجین مراجعه‌کننده به کلینیک‌های مشاوره خانواده پیش‌بینی می‌شود؟

## روش کار

پژوهش حاضر از لحاظ هدف، تحقیق کاربردی و از نظر روش جمع‌آوری داده‌ها از نوع تحقیقات غیرآزمایشی یا توصیفی است. این پژوهش دارای کد اخلاق IR.IAU.KERMAN.REC.1403.053 از

و هم آمیختگی عاطفی با دیگران ۰/۷۹ برآورد شد. **پرسشنامه دلبستگی بزرگسال:** توسط هازن و شیور، ۱۹۸۷ ساخته شده فرض زیربنایی در ساخت پرسشنامه دلبستگی بزرگسال این است که دلبستگی ویژگی شخصیتی پایاست و بر روابط عاطفی فرد در طول زندگی تأثیر می‌گذارد، بنابراین با توجه به روابط صمیمانه شخص می‌توان سبک دلبستگی او را مشخص کرد. این پرسشنامه شامل سه پاراگراف است که هر پاراگراف میزان راحتی، نزدیکی و صمیمیت فرد را با افراد مهم زندگی اش توصیف می‌کند و هر توصیف منعکس‌کننده یکی از سبک‌های دلبستگی است. توصیف نخست مربوط به سبک دلبستگی ایمن، توصیف دوم سبک دلبستگی نایمن اجتنابی و توصیف سوم سبک دلبستگی نایمن اضطرابی است. شرکت کنندگان باید یکی از توصیف‌ها را انتخاب کنند که به بهترین نحو احساس آن‌ها را بیان می‌کند. هازن و شیور (۱۹۸۷) اعتبار بازآزمایی کل این پرسشنامه را ۰/۸۱ و اعتبار با آلفای کرونباخ ۰/۷۸ بدست آوردند. این پرسشنامه را در ایران مظاهری (۱۳۷۹) اعتباریابی کرده و روایی و اعتبار آن نیز قابل قبول گزارش شده است. رحیمیان بوگر، نوری، عریضی، مولوی و فروغی (۱۳۸۶) آلفای کرونباخ این پرسشنامه را در جمعیت ایرانی برای سبک دوسوگرا، اجتنابی و ایمن به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۷۷، ۰/۸۳ گزارش کرده‌اند که اعتبار مطلوب آن را نشان می‌دهد.

**پرسشنامه انسجام زناشویی:** در این پژوهش از مقیاس انسجام زناشویی گراهام اسپانیر (۱۹۷۶)، برای جمع‌آوری اطلاعات مربوط به انسجام زناشویی استفاده شد. این پرسشنامه قبل و بعد از اجرای آزمایش توسط زوج‌ها تکمیل گردید. پرسشنامه انسجام زناشویی گراهام بی اسپانیر (DAS) توسط اسپانیر در سال ۱۹۷۶ منظور سنجش انسجام زن و شوهر هر دو نفری که باهم زندگی می‌کنند تنظیم شده است. تحلیل عاملی نشان می‌دهد که این مقیاس چهار بعد را می‌سنجد که عبارتند از: رضایت زناشویی، همبستگی زناشویی، توافق زناشویی و ابراز محبت. این مقیاس یک ابزار ۳۲ سؤالی برای ارزیابی کیفیت رابطه ی

زناشویی از نظر زن یا شوهر یا هر دو نفری است که با هم زندگی می‌کنند. این ابزار برای دو هدف ساخته شده است. می‌توان با به دست آوردن کل نمرات، از این ابزار برای اندازه‌گیری رضایت کلی دریک رابطه صمیمانه استفاده کرد. تحلیل عاملی نشان می‌دهد که این مقیاس چهار بعد رابطه را می‌سنجد. این چهار بعد از این قرارند: رضایت دونفری، همبستگی دونفری، توافق دونفری و ابراز محبت. نمره‌ی کل مقیاس با آلفای کرونباخ ۰/۹۶ از همسانی درونی خوبی برخوردار است. همسانی درونی خرده مقیاس‌ها بین خوب تا عالی است. رضایت دونفری ۰/۹۴، همبستگی دونفری ۰/۸۱، توافق دونفری ۰/۹۰ و ابراز محبت ۰/۷۳ است. در این پژوهش نیز از طریق آلفای کرونباخ پایایی این مقیاس ۰/۹۴ به دست آمد. این مقیاس با روش‌های منطقی روایی محتوا چک شد. مقیاس انسجام زناشویی با قدرت تمییز دادن زوج‌های متأهل و مطلقه در هر سؤال، روایی خود را برای گروه‌های شناخته شده نشان داده است. این مقیاس با روش بازآزمایی و با فاصله‌ی ۱۰ روز روی نمونه‌ای متشکل از ۱۲۰ نفر از زوجها (۶۰ مرد و ۶۰ زن) اجرا گردید و برای میزان همبستگی از روش گشتاوری پیرسون استفاده شد. ضریب همبستگی بین نمرات زوج‌ها طی دوبار اجرا در کل نمرات ۰/۸۶، مقیاس رضایت زناشویی ۰/۶۸، مقیاس همبستگی دونفری ۰/۷۵، مقیاس توافق دونفری ۰/۷۱ و مقیاس ابراز محبت ۰/۶۱ به دست آمده است. مقیاس نمره‌گذاری زن و شوهر سه نوع مقیاس متفاوت رتبه بندی به دست می‌دهد. نمرات بالاتر نشان دهنده‌ی رابطه بهتر و سازگارتر است. سؤالات خرده مقیاس‌ها از این قرار است: رضایت زناشویی: ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۳۱، ۳۲؛ همبستگی دونفری: ۲۴، ۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸؛ توافق دونفری: ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵؛ ابراز محبت: ۴، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸، ۲۹، ۳۰. نمره‌گذاری براساس مقیاس لیکرت انجام می‌شود. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش معادلات ساختاری و با استفاده از نرم افزار AMOS استفاده شد.

## یافته‌ها

اطلاعات توصیفی متغیرهای سبک دلبستگی و انسجام زناشویی و مولفه‌های آن‌ها شامل میانگین، انحراف معیار، بیشترین و کمترین نمره به تفکیک در جدول ۱ ارائه شده است. در این پژوهش، شیوه ارزش‌گذاری سؤالات پرسشنامه الگوهای ارتباطی مبتنی بر طیف پنج‌گزینه‌ای لیکرت و پرسشنامه انسجام زناشویی مبتنی بر طیف شش‌گزینه‌ای بود. یکی از راه‌های بررسی توزیع داده‌ها استفاده از ضرایب چولگی و کشیدگی متغیرهای پژوهش است.

در این پیش‌فرض، داده‌هایی نرمال هستند که نسبت بحرانی آن‌ها در فاصله  $(-2/58, 2/58)$  قرار داشته باشد. همان‌گونه که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، مقدار بحرانی ضریب چولگی و کشیدگی تمامی متغیرها در فاصله  $(-2/58, 2/58)$  قرار گرفته است. نتایج مدل‌سازی معادلات ساختاری ارائه شده در جدول ۳، ۴، نشان‌دهنده اثر افزایشی (مستقیم) و معنادار مولفه الگوی ارتباطی انسجام زناشویی براساس سبک‌های دلبستگی، تمایز یافتگی ( $p < 0/05$ ) است. همچنین می‌توان گفت مدل انسجام زناشویی براساس

جدول ۱- آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف معیار	کمترین	بیشترین
سبک دلبستگی	۳۸۶	۲۲/۶۷	۵/۴۴	۸	۴۰
سبک دلبستگی ناایمن	۳۸۶	۱۸/۵۵	۳/۹۹	۶	۳۰
سبک دلبستگی دوسوگرا	۳۸۶	۲۰/۹۸	۴/۹۱	۷	۲۸
واکنش هیجانی	۳۸۶	۴۵/۰۸	۷/۰۹	۲۲	۶۱
جایگاه من	۳۸۶	۴۴/۶۱	۶/۹۶	۲۱	۶۰
گسلش عاطفی	۳۸۶	۴۸/۶۳	۷/۵۹	۲۴	۶۶
هم آمیختگی با دیگران	۳۸۶	۴۹/۱۲	۷/۴۴	۲۶	۶۶
تمایز یافتگی	۳۸۶	۱۸۷/۴۴	۲۷/۲۲	۹۶	۲۴۹
رضایت زناشویی	۳۸۶	۱۹/۵۶	۶/۶۷	۴	۴۰
همبستگی دو نفری	۳۸۶	۹/۹۴	۳/۵۹	۰	۲۰
توافق دو نفری	۳۸۶	۲۵/۲۴	۷/۶۹	۸	۵۲
ابراز محبت	۳۸۶	۷/۷۰	۲/۷۷	۰	۱۶
انسجام زناشویی	۳۸۶	۶۲/۴۵	۱۸/۵۸	۲۴	۱۲۴

جدول ۲- بررسی نرمال بودن متغیرهای پژوهش

متغیر	کجی	نسبت بحرانی	کشیدگی	نسبت بحرانی
سبک دلبستگی ایمن	۰/۳۱۷	۲/۵۵۲	۰/۴۹۱	۱/۹۸۲
سبک دلبستگی ناایمن	-۰/۳۲۰	-۲/۵۷۷	۰/۰۵۵	-۰/۲۲۱
سبک دلبستگی دوسوگرا	-۰/۳۷۲	-۲/۳۹۵	-۰/۲۰۳	-۰/۸۲۰
واکنش هیجانی	-۰/۳۲۵	-۲/۵۱۷	۰/۲۲۸	-۰/۹۲۱
جایگاه من	-۰/۲۹۷	-۲/۳۹۱	۰/۱۵۵	-۰/۶۲۴
گسلش عاطفی	-۰/۲۷۳	-۲/۱۹۸	۰/۱۹۱	-۰/۷۶۹
هم آمیختگی با دیگران	-۰/۲۵۹	-۲/۰۸۵	-۰/۰۰۳	-۰/۰۱۳
رضایت زناشویی	۰/۲۸۷	۲/۳۱۱	-۰/۰۳۲	-۰/۱۲۹
همبستگی دو نفری	۰/۳۰۶	۲/۴۶۴	-۰/۲۸۸	-۱/۱۶۳
توافق دو نفری	۰/۲۸۳	۲/۲۷۹	۰/۱۹۱	-۰/۷۶۹
ابراز محبت	۰/۳۱۱	۰/۵۰۴	-۰/۱۶۰	-۰/۶۴۵

جدول ۳- شاخص‌های برازش الگوی پیشنهادی

شاخص	حد قابل قبول	مقدار گزارش شده
کای اسکوتر بهنجار شده (CMIN/DF)	برابر یا کوچکتر از ۳	۱/۴۹۴
شاخص نیکویی برازش (GFI)	برابر یا بزرگتر از ۰/۹	۰/۸۳۷
شاخص نیکویی برازش اصلاح شده (AGFI)	برابر یا بزرگتر از ۰/۹	۰/۸۲۰
شاخص برازش هنجار شده (NFI)	برابر یا بزرگتر از ۰/۹	۰/۸۷۳
شاخص برازش افزایشی (IFI)	برابر یا بزرگتر از ۰/۹	۰/۹۵۴
شاخص تاگر- لوئیس (TLI)	برابر یا بزرگتر از ۰/۹	۰/۹۵۱
شاخص برازش تطبیقی (CFI)	برابر یا بزرگتر از ۰/۹	۰/۹۵۴
ریشه میانگین مربعات خطای برآورد (RMSEA)	برابر یا کوچکتر از ۰/۰۸	۰/۰۳۶

جدول ۴- بررسی رابطه متغیرها

فرضیه	ضریب مسیر	آماره t	p-مقدار
سبک‌های دلبستگی ایمن ← انسجام زناشویی	۰/۲۸۲	۲/۱۸۵	۰/۰۲۹
سبک‌های دلبستگی ناایمن ← انسجام زناشویی	-۰/۲۲۱	-۲/۹۶۴	۰/۰۰۳
سبک‌های دلبستگی دوسوگرا ← انسجام زناشویی	-۰/۲۰۱	-۲/۰۲۷	۰/۰۳۴
تمایز یافتگی ← انسجام زناشویی	-۰/۵۰۵	۹/۲۴۳	۰/۰۰۱
واکنش هیجانی ← انسجام زناشویی	-۰/۶۵۳	-۸/۳۴۶	۰/۰۰۱
جایگاه من ← انسجام زناشویی	-۰/۳۷۶	-۴/۶۶۷	۰/۰۰۱
گسلش عاطفی ← انسجام زناشویی	-۰/۲۰۴	-۴/۴۳۸	۰/۰۰۱
هم آمیختگی با دیگران ← انسجام زناشویی	-۰/۱۳۱	-۲/۸۸۸	۰/۰۰۴

قائل شود. به عبارت دیگر، فرد تا چه حد قادر است از بروز رفتارهایی که به‌طور خودکار از هیجانات ناشی می‌شوند اجتناب کند. میزان جدایی هیجانی فرد از والدین در این فرایند نقش کلیدی دارد، زیرا افراد را ملزم می‌کند تا یک خود متمایز داشته باشند، بدون آنکه گسلش عاطفی با اعضای خانواده را تجربه کنند (۵). افرادی که به‌طور موفقیت‌آمیز به متمایزسازی خود دست می‌یابند قادرند خود را از دلبستگی هیجانی به خانواده‌هایشان برهانند، بدون اینکه روابط خود را با اعضای خانواده قطع کنند. در ازدواج موفق، چنین افرادی وقتی وارد زوجیت با فرد جدیدی جدا از خانواده مبدأ خود می‌شوند، ضمن توانایی برقراری رابطه صمیمی و کارساز با وی، پیوندهای عاطفی و واقعی خود را با خانواده مبدأ حفظ می‌کنند و این امر سبب برخورداری از حمایت خانواده مبدأ از خانواده مقصد در هر دو زوج می‌شود؛ ضمن آنکه اعضای خانواده مبدأ نیز با آمادگی کامل فرد جدید را پذیرا می‌شوند (۱۴). برعکس، افرادی که در فرایند متمایزسازی خود با

سبک‌های دلبستگی، تمایز یافتگی در زوجین مراجعه کننده به کلینیک‌های مشاوره خانواده از برازش کافی برخوردار است.

### بحث

نتایج نشان‌دهنده رابطه معنادار بین سبک‌های دلبستگی ایمن با انسجام زناشویی است. با توجه به مثبت بودن ضریب‌های مسیر، این رابطه‌ها از نوع افزایشی (مستقیم) است. همچنین رابطه معنادار و کاهشی (معکوس) میان سبک‌های دلبستگی ناایمن با انسجام زناشویی، سبک‌های دلبستگی دوسوگرا با انسجام زناشویی و تمایز یافتگی با انسجام زناشویی برقرار بود. نتایج این تحقیق با نتایج تحقیقات لی (Lei) (۲۰۲۱) (۱۵) و گانونگ (Ganong) و همکاران (۲۰۱۹) (۴) هماهنگ بوده و تایید شد. در تبیین نتایج می‌توان گفت میزان تمایز یافتگی بر اساس نظریه بوئن بیانگر آن است که یک فرد تا چه اندازه می‌تولند بین فرایندهای عقلانی و هیجانی که تجربه می‌کند تمایز

دشواری روبه‌رو هستند، در ارتباط با ولدینشان آمیختگی هیجانی را حفظ کرده‌اند یا گسلس عاطفی را در روابطشان تجربه می‌کنند (۱۰).

در چرخه زندگی از دیدگاه زیلباج، در مرحله اول زوجیت تکلیف زوجین ضمن حفظ فردیت، رسیدن به وحدت می‌باشد که تمایزیافتگی بالا می‌تولند بهترین راه برای تحقق این هدف باشد. تحقیق حاضر نشان داد که تمایزیافتگی بهترین عامل برای پذیرش سبک‌های دلبستگی خود و همسر برای ازدواج موفق و تداوم رابطه زوجیت است. تمایزیافتگی خود به‌صورت ویژگی‌های درون‌فردی و بین‌فردی نیز قابل توصیف است؛ تمایزیافتگی درون‌فردی به توانایی فرد در ایجاد تعادل بین افکار و هیجانات اشاره دارد، درحالی‌که تمایزیافتگی بین‌فردی به توانایی تجربه صمیمیت عمیق بدون به‌خطر افتادن احساس استقلال فردی اطلاق می‌شود (۱۵). با این صمیمیت عمیق و بدون ترس از به‌خطر افتادن احساس استقلال فردی، شخص قادر خواهد بود ویژگی‌های شخصیتی خود و همسر را محترم دانسته و زوجیت را تهدیدی برای تغییر یا از بین رفتن آنها نداند و رابطه زوجیت را با موفقیت و شادکامی ادامه دهد و به این ترتیب عملکرد ضعیف در تعریف مک‌مستر، که ناتوانی زوجین از حل مسئله می‌باشد، را به‌راحتی پشت سر بگذارد و هرگز در بن‌بست‌های تخریبی رابطه گرفتار نشود. تأثیر متغیر ویژگی‌های شخصیت به‌ترتیب با بیشترین مقدار در مقیاس‌های خوشایندی، تجربه‌پذیری، وظیفه‌شناسی، روان‌آزردگی و در نهایت برون‌گرایی با کمترین مقدار بر ازدواج موفق مشاهده شد (۷).

مقیاس خوشایندی و دلپذیربودن و وظیفه‌شناسی بیان‌کننده ویژگی‌های شخصیتی پذیرا و گشوده می‌باشد. این افراد در سازگاری و همراهی با دیگران بسیار باز عمل می‌کنند و خرده‌مقیاس‌های اعتماد، رک‌گویی، نوع‌دوستی، همراهی، تواضع و دل‌رحمی نشان‌دهنده فردی قابل‌اعتماد و کارآمد در ایجاد تداوم رابطه است. در زوجین موفق ما به‌دنبال ایجاد و حفظ رابطه با کارآمدی بالا هستیم؛ زیرا خانواده سالم از دیدگاه مک‌مستر خانواده‌ای تهی از مشکل نیست، بلکه

خانواده‌ای با اعضای توانا در ایفای نقش تخصصی و با مهارت در حل مسئله است. در آزمون نئو به‌دنبال سنجش و ارزیابی سلامت روان فرد در مقیاس روان‌آزردگی هستیم؛ چنان‌که ملاحظه می‌شود این مقیاس با ازدواج موفق رابطه منفی دارد، چراکه این مؤلفه ویژگی افراد با اضطراب، افسردگی، شتاب‌زدگی، آسیب‌پذیری و پرخاشگری بالا را می‌سنجد و تمام این ویژگی‌ها می‌تواند به رابطه زوجیت و تداوم رابطه صمیمی و سودمند آسیب برساند (۱۱). تمایزیافتگی خود برای سازگاری ارتباطی و روان‌شناختی ضرورت دارد. به‌لحاظ نظری، تمایزیافتگی پایین به مشکلاتی نظیر اضطراب مزمن، درملندگی جسمانی و روانی، انتخاب همسر با سطح تمایزیافتگی مشابه، ناراضی‌ت زناشویی، واکنش‌پذیری هیجانی و مثلث‌سازی منجر می‌شود. پژوهش‌های مختلف برخی از این ایده‌های نظری را تأیید کرده و نشان داده‌اند که تمایزیافتگی پایین با اضطراب مزمن و درماندگی جسمانی و روانی، سطح بالای واکنش‌پذیری هیجانی و سطح پایین رضایت زناشویی همراه است (۱۰). مشکلات در موضوعات عاطفی که اغلب ریشه در ناتوانی حل مسئله دارد، عملکرد خانواده را ضعیف می‌کند و این موضوع باعث می‌شود اعضای خانواده نسبت به هم بی‌علاقه شده و اقدام به سرمایه‌گذاری عاطفی نکنند. در متغیر سبک‌های دلبستگی، در مقیاس اضطرابی بیشترین و در مقیاس اجتنابی کمترین مقدار اثر بر ازدواج موفق مشاهده شد که این یافته‌ها با نتایج پژوهش دیگر محققان مطابقت دارد (۳). طبق نظریه دلبستگی، افراد از کودکی با دلبستگی ایمن یا نایمن رشد یافته و در هنگام ازدواج سطح و نوع دلبستگی مشخص بر برقراری رابطه و تداوم یا عدم تداوم آن تأثیر می‌گذارد. با توجه به یافته‌های پژوهش، واسطه‌بودن تمایزیافتگی بین مؤلفه‌های سبک‌های دلبستگی (اضطرابی و اجتنابی) بر ازدواج موفق تأثیری مثبت دارد؛ به‌گونه‌ای که میزان پذیرش افراد در حالت دلبستگی اجتنابی با واسطه‌گری تمایزیافتگی بر ازدواج موفق در کل تأثیر بالایی داشته که این امر خود از قطع رابطه و پایان دادن به زوجیت پیشگیری می‌کند. بنابراین برای یک ازدواج

الگوهای عمل درونی این افراد باشد که نسبت به خود منفی و نسبت به دیگران مثبت است و موجب می‌شود برای حفظ حس خودارزشمندی بسیار به تأیید دیگران وابسته باشند (۱۰). همچنین مشاهده می‌شود که افراد دارای تمایزیافتگی جایگاه من از تاب‌آوری بیشتری نسبت به افراد دارای گریز عاطفی برخوردارند و این نشان می‌دهد که اطلاع از خویشتن، جدایی عاطفی از اعضای خانواده و بیان احساسات و عواطف، موجب انسجام بیشتر خانواده می‌شود (۱۱).

واکنش‌پذیری عاطفی حالتی است که در آن احساسات فرد بر عقل و منطق او غلبه دارد و فرد در موقعیت‌های مختلف تنها با تکیه بر جو احساسی محیط و بدون توجه به راه‌حل‌های منطقی ممکن تصمیم‌گیری می‌کند؛ بنابراین در برخورد با مشکلات زندگی و مسائل زناشویی نیز به‌صورت احساسی عمل کرده و خانواده را به‌سوی کارکرد عاطفی بیشتر سوق می‌دهد و زوجها در مواجهه با مشکلات به‌صورت منطقی رفتار نمی‌کنند و تعارض زناشویی افزایش می‌یابد (۱۲). از آنجا که تعارض زناشویی نقطه مقابل رضایت زناشویی است، تمایزیافتگی عامل مؤثری در رضایت زناشویی به‌شمار می‌رود؛ هرچه سطح تمایزیافتگی زوجها افزایش یابد میزان رضایت زناشویی آنان بیشتر و از سوی دیگر میزان تعارض زناشویی کمتر خواهد شد. با توجه به نظریه بوئن این امر بدان علت است که اولاً افراد متمایز در برخورد با مسائل و مشکلات زندگی به‌صورت عقلانی و منطقی عمل کرده و آنها را حل می‌کنند و ثانیاً تمایز از خانواده اصلی باعث جلوگیری از تداخل دو سیستم و ایجاد مشکلات در زندگی زوجها می‌شود. مهم‌ترین نتیجه پژوهش این است که با توجه به مسیر پرفرازونشیب زندگی و اجتناب‌ناپذیر بودن سختی‌ها و تعارضات در زندگی زناشویی، می‌توان با تکیه و توجه عمیق به سطح تمایزیافتگی افراد، میزان تعارض در زندگی زناشویی را پیش‌بینی کرد و زندگی مطلوب با کمترین تعارض زناشویی را تجربه نمود (۱۳).

موفق که لازمه آن رضایت زناشویی و سازگاری ارتباطی است، تمایزیافتگی بالا مورد نیاز است. در این پژوهش نشان داده شد تمایزیافتگی با میانگین بیشترین تأثیر بر ازدواج موفق مؤثر بوده است و می‌توان دریافت که در تحقق یک ازدواج موفق، توجه و آگاهی از این مؤلفه‌ها و مهارت‌یابی در زمینه تمایزیافتگی بسیار کارساز است و زوجین با آگاهی و پذیرش ویژگی‌های شخصیتی خود و همسر به سطحی از تمایزیافتگی مناسب جهت مدیریت رابطه و پرهیز از به‌هم‌تنیدگی یا ازهم‌گسستگی دست می‌یابند و رابطه به‌سمت ایجاد سبک دلبستگی ایمن و سالم پیش می‌رود و پایایی و تداوم زوجیت تضمین می‌شود. عملکرد تکمیلی بین زن و شوهر برای جورشدن و کیفیت رابطه دوسویه آنهاست که میزان رضایت از زندگی و سازگاری زناشویی را تعیین می‌کند و خود عامل کلیدی در عملکرد هماهنگ خانواده است (۷). افراد دلبسته ایمن و دلبسته نایمن اجتنابی کمتر تحت تأثیر اضطراب‌های موجود در جو عاطفی خانواده و جامعه قرار می‌گیرند، درحالی‌که زندگی در خانواده تمایزنیافته و با کارکردی ناسالم، افراد دلبسته نایمن دوسوگرا را در معرض آسیب‌های ناشی از اضطراب مزمن قرار داده و سلامت روان آنها را تهدید می‌کند. بنابراین داشتن تمایز و تعادل عقلانی بین احساس و منطق، این امکان را به افراد ایمن و اجتنابی می‌دهد که در مقایسه با افراد دوسوگرا تاب‌آوری بالاتری داشته باشند. با این حال، گرچه افراد دلبسته ایمن و اجتنابی در مقایسه با افراد دوسوگرا تاب‌آوری بالاتری دارند، ولی نوع و کیفیت تمایزیافتگی افراد دلبسته ایمن با افراد دلبسته اجتنابی و دوسوگرا متفاوت است (۹). به‌طوری‌که افراد دلبسته ایمن دارای تمایزیافتگی بیشتر و هم‌آمیختگی سازگاران با دیگران می‌باشند و افراد دلبسته اجتنابی در جایگاه من قرار می‌گیرند، شاید به این دلیل که تمایزیافتگی افراد دلبسته اجتنابی از خود مثبت و از دیگران منفی است و به استقلال و جداشدن از دیگران بیش از برقراری رولبط صمیمی و نزدیک ارزش می‌دهند. افراد دلبسته دوسوگرا در زمره افراد دارای تمایزیافتگی قرار نمی‌گیرند که می‌تواند ناشی از

## نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش نشان داد انسجام زناشویی به‌طور معناداری تحت تأثیر سبک‌های دلبستگی و میزان تمایز یافتگی زوجین قرار دارد. سبک دلبستگی ایمن با انسجام زناشویی رابطه‌ای مثبت و مستقیم دارد؛ به این معنا که هرچه زوجین از امنیت دلبستگی بیشتری برخوردار باشند، تولدایی آنان در ایجاد صمیمیت، همکاری، حل مسئله و تداوم رابطه زناشویی افزایش می‌یابد. در مقابل، سبک‌های دلبستگی ناایمن به‌ویژه دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی، با انسجام زناشویی رابطه‌ای معکوس نشان دادند و زمینه‌ساز کاهش کیفیت ارتباط، افزایش تعارضات هیجانی و تضعیف پیوند عاطفی میان زوجین بودند. همچنین نتایج بیانگر آن بود که تمایز یافتگی به‌عنوان یک متغیر بنیادین، نقشی تعیین‌کننده در پیش‌بینی انسجام زناشویی دارد؛ به‌گونه‌ای که سطوح پایین تمایز یافتگی با واکنش‌پذیری هیجانی بیشتر، وابستگی ناسالم یا گسلس عاطفی و در نتیجه کاهش انسجام همراه است، در حالی که تمایز یافتگی بالاتر امکان برقراری تعادل میان عقل و هیجان، حفظ فردیت در کنار صمیمیت و مدیریت مؤثر تعارضات را فراهم می‌سازد. بر این اساس، مدل پیشنهادی پژوهش نشان می‌دهد که ارتقای امنیت دلبستگی و تقویت مهارت‌های تمایز یافتگی می‌تواند به‌عنوان راهبردی کلیدی در مداخلات مشاوره‌ای برای افزایش انسجام زناشویی و پیشگیری از طلاق عاطفی مورد توجه قرار گیرد. بنابراین طراحی برنامه‌های آموزشی و درمانی با محوریت اصلاح الگوهای دلبستگی و رشد تمایز یافتگی، گامی مؤثر در بهبود سلامت روان خانواده و تحکیم روابط زوجین خواهد بود.

## ملاحظات اخلاقی

این مقاله برگرفته از پایان‌نامه دکترای زیر نظر کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان و با کد اخلاقی IR.IAU.KERMAN.REC.1403.053 به‌شأناسه انجام گرفته است.

## مشارکت نویسندگان

حمید ملایی زرد نگارش مقاله و فرشید خسروپور ویراستاری مقاله را برعهده داشتند و سارا محمدی داده‌ها را تجزیه، تحلیل و تفسیر کرد.

## References

1. Norton L, Parkinson J, Harris N, Darcy M, Hart L. Parental food communication and child eating behaviours: A systematic literature review. *Health Promot J Austr.* 2023;34(2):366-378.
2. Wu S, Zheng X. The Effect of Family Adaptation and Cohesion on the Well-being of Married Women: A Multiple Mediation Effect. *J Gen Psychol.* 2020;147(1):90-107.
3. Grigoropoulos I. The influence of family's cohesion and adaptability in family satisfaction of parents with a child with autism spectrum disorder. *Psychiatriki.* 2022;33(1):72-75.
4. Ganong L, Jensen T, Sanner C, Russell L, Coleman M. Stepfathers' affinity-seeking with stepchildren, stepfather-stepchild relationship quality, marital quality, and stepfamily cohesion among stepfathers and mothers. *J Fam Psychol.* 2019;33(5):521-531.
5. Delghandi B, Namani E. Comparing the effectiveness of structural family therapy and mindfulness-based family therapy in cohesion and adaptability in couples with marital dissatisfaction. *Heliyon.* 2024;10(4):e24827.
6. Sandnes L, Uhrenfeldt L. Caring touch as communication in intensive care nursing: a qualitative study. *Int J Qual Stud Health Well-being.* 2024;19(1):2348891.
7. Stott D. Communication: why is this such an emotive subject? *J Perioper Pract.* 2011;21(7):219.
8. Forsey J, Ng S, Rowland P, Freeman R, Li C, Woods NN. The Basic Science of Patient-Physician Communication: A Critical Scoping Review. *Acad Med.* 2021;96(11S):S109-S118.
9. Chiao C, Lin WH, Chen YH, Yi CC. Loneliness in older parents: marital transitions, family and social connections, and separate bedrooms for sleep. *BMC Geriatr.* 2021;21(1):590.
10. Martínez-Pampliega A, Cormenzana S, Martín S, Navarro L. Marital functioning and treatment outcome in couples undergoing assisted reproduction. *J Adv Nurs.* 2019;75(2):338-347.
11. Abreu-Afonso J, Ramos MM, Queiroz-Garcia I, Leal I. How Couple's Relationship Lasts Over Time? A Model for Marital Satisfaction. *Psychol Rep.* 2022;125(3):1601-162.

12. Kritikos TK, Winning AM, Smith ZR, Holmbeck GN. Trajectories of Marital Satisfaction among Parents of Youth with Spina Bifida. *J Pediatr Psychol*. 2022;47(10):1195-1206.
13. Gao T, Liang L, Li M, Su Y, Mei S, Zhou C, Meng X. Latent transitions across perceived parental marital conflict and family cohesion profiles in high school students. *Front Psychol*. 2022;13:954825.
14. Ahluwalia H, Anand T, Suman LN. Marital and family therapy. *Indian J Psychiatry*. 2018;60(Suppl 4):S501-S505.
15. Lei A, You H, Luo B, Ren J. The associations between infertility-related stress, family adaptability and family cohesion in infertile couples. *Sci Rep*. 2021;11(1):24220.