




خودتنظیمی زناشویی در زنان متأهل بر اساس طرحواره‌های هیجانی و سیستم‌های رفتاری: با تأکید بر نقش واسطه‌ای سبک تبادل اجتماعی در روابط بین فردی

دانشجوی دکترای روانشناسی عمومی، واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه، ایران
استادیار گروه روانشناسی، واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه، ایران
استادیار گروه روانشناسی، واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه، ایران

مریم افسیه‌زاده 

آزاده فرقدانی* 

فاطمه شاطریان محمدی 

دریافت: ۱۴۰۰/۰۵/۲۶ | پذیرش: ۱۴۰۰/۰۸/۰۱ | ایمیل نویسنده مسئول: azadehfarghadani@iau-saveh.ac.ir

فصلنامه علمی پژوهشی
خانواده‌درمانی کاربردی

شاپا (الکترونیکی) ۲۴۳۰-۲۷۱۷
<http://Aftj.ir>

دوره ۲ | شماره ۴ پیاپی ۸ | ۱۳۶-۱۱۲
زمستان ۱۴۰۰

نوع مقاله: پژوهشی

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر، تعیین مدل‌یابی خودتنظیمی زناشویی بر اساس طرحواره‌های هیجانی و سیستم‌های رفتاری و با نقش میانجی سبک‌های تبادل اجتماعی بود. **روش:** این مطالعه، توصیفی و بر اساس طرح همبستگی بود و جامعه آماری شامل دانشجویان زن متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ بود که تعداد ۴۲۰ نفر بر اساس روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به پرسشنامه‌های خودتنظیمی زناشویی ویلسون و همکاران (۲۰۰۵)، طرحواره‌های هیجانی لیهی (۲۰۰۲)، سیستم‌های رفتاری کارور و وایت (۱۹۹۴) و سبک‌های تبادل اجتماعی لیمن و همکاران (۲۰۱۱) پاسخ دادند. داده‌ها بر اساس معادلات ساختاری و با نرم‌افزار AMOS تجزیه و تحلیل شد. **یافته‌ها:** بر این اساس علاوه بر معنادار شدن اثر مستقیم طرحواره‌های هیجانی (انطباقی و غیر انطباقی) و فعال‌سازی رفتاری بر خودتنظیمی زناشویی، سبک‌های انصاف و فردگرایی به صورت مثبت اثر فعال‌سازی رفتاری و طرحواره‌های هیجانی انطباقی را بر خودتنظیمی زناشویی و سبک فردگرایی به صورت منفی اثر بازداری رفتاری و طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی را بر خودتنظیمی زناشویی میانجی‌گری می‌کند ($P=0/05$). **نتیجه‌گیری:** علاوه بر نقش مثبت طرحواره‌های هیجانی انطباقی، فعال‌سازی رفتاری و سبک تبادل انصاف در خودتنظیمی زناشویی، سبک تبادل اجتماعی فردگرایی بر اساس نوع طرحواره‌های هیجانی و سیستم‌های مغزی-رفتاری می‌تواند کارکرد متفاوتی در خودتنظیمی زناشویی در زنان متأهل داشته باشد و به‌گونه‌ای متفاوت برآورد سود و هزینه در روابط را تحت تأثیر قرار دهد.

کلیدواژه‌ها: خودتنظیمی زناشویی، سبک تبادل، سیستم‌های رفتاری، طرحواره

به این مقاله به شکل زیر استناد کنید:
درون متن:

(افسیه‌زاده، فرقدانی، شاطریان محمدی، ۱۴۰۰)

در فهرست منابع:

افسیه‌زاده، مریم، فرقدانی، آزاده، و شاطریان محمدی، فاطمه. (۱۴۰۰). خودتنظیمی زناشویی در زنان متأهل بر اساس طرحواره‌های هیجانی و سیستم‌های رفتاری: با تأکید بر نقش واسطه‌ای سبک تبادل اجتماعی در روابط بین فردی. فصلنامه خانواده‌درمانی کاربردی، ۴(۲) پیاپی ۸: ۱۱۲-۱۳۶.

مقدمه

خودتنظیمی زناشویی^۱ که در چارچوب نظریه خودمختاری در رابطه زناشویی جای می‌گیرد (راکم و لارسون، ۲۰۲۰) به‌عنوان یک سازه فردگرایانه در تنظیم رفتار خود مطرح می‌شود (چلادورای، دولهیت و مارکس، ۲۰۲۰) که می‌توان آن را در بافت اجتماعی و روابط بین فردی نیز مفهوم‌سازی کرد (گیرگیزدی، کتیراکس و سوندیت، ۲۰۱۴) هالفورد، ساندرس و بهرنس (۱۹۹۴) در توصیف خودتنظیمی زناشویی، به خود نظم‌بخشی ارتباطی (تحقق تغییراتی در ایده‌ها، بازخوردها و اهداف در بهبود رابطه) و تکاپوی ارتباطی (تلاش مداوم برای پرداختن به بهبود رابطه) اشاره کرده‌اند (شافر، جیمز و لارسون، ۲۰۱۶). اهمیت این سازه در ادبیات روابط زناشویی به علت تأکید آن بر اصلاح الگوهای ارتباطی خود به‌جای فشار و یا سرزنش همسر، برای تغییر رفتارهای ارتباطی خود برجسته می‌شود و این مقوله در الگوهای آموزشی و درمانی زوج‌ها و خانواده‌ها برای افزایش رضایت زناشویی و یا حل تعارض زناشویی، نقش مهمی دارد. بر اساس پژوهش‌ها، زنان به علت به عهده گرفتن مسئولیت بیشتر برای حفظ و بازبینی روابط زناشویی و اختصاص زمان و انرژی بیشتر، از نظر خودتنظیمی، تأثیر بیشتری بر بهبود کیفیت روابط زناشویی دارند و پاسخ‌ها و تغییرات رفتاری-ارتباطی در آن‌ها در مقایسه با مردان، بالاتر است (راکم و لارسون، ۲۰۲۰). در غالب پژوهش‌ها به نقش خودتنظیمی زناشویی در تعهد و بخشش زناشویی در زنان (نواک، اسمیت و لارسون، ۲۰۱۷) و کاهش استرس زناشویی (زمانی زارچی، صمدی کاشانی و قاسم‌زاده، ۱۳۹۷) و مواردی از این قبیل، پرداخته شده است (آلرد، ۲۰۱۶)؛ اما به عوامل تبیین‌کننده آن توجه چندانی نشده است. بر این اساس در پژوهش حاضر به عوامل هیجانی، زیستی-شخصیتی و بین فردی تأثیرگذار بر آن پرداخته شده است.

طرحواره‌های هیجانی^۲ که از دیدگاه لیهی (۲۰۰۲) به‌عنوان یک الگوی شناختی-اجتماعی مبتنی بر یادگیری، به چگونگی ادراک، تفسیر، ارزیابی و پاسخ به هیجان‌های خود و دیگران اشاره دارد (شهسواری، مشهدی و بیگدلی، ۲۰۲۰) باورها و نگرش‌های افراد را درباره هیجان‌ها و ادراک کارآمدی در کنترل و مدیریت آن‌ها، شکل می‌دهد (ویلو، چمبرلین، بکر و وارنر، ۲۰۲۰). اگر این طرحواره‌ها، انعطاف‌پذیری و گشودگی به تجارب هیجانی را تشویق کنند (مانند خودآگاهی، قابل‌درک بودن، قابل‌کنترل بودن، توافق، پذیرش هیجانی، تأیید طلبی، ارزش‌های والاتر) انطباقی هستند و اگر فاجعه‌آمیز بودن، بی‌معنا بودن و شرم را به همراه داشته باشند (مانند گناه و سرزنش، نشخوار ذهنی، ساده‌اندیشی، تلاش افراطی برای منطقی بودن) غیر انطباقی هستند (شهسواری، مشهدی و بیگدلی، ۲۰۲۰)؛ فاستینو و واسکو، (۲۰۲۱) و می‌توانند در بد تنظیمی رفتاری نقش داشته باشند (ادواردز، لیو، رویز، بروسوسکی و واپرمن، ۲۰۲۰) و به مشکلات زناشویی در زنان دامن بزنند (زمانی زارچی و همکاران، ۱۳۹۷). البته در این میان نمی‌توان نقش فرهنگ را نیز نادیده گرفت، چراکه در فرهنگ‌های جمع‌گراتر، گشوده بودن به تجارب هیجانی برای زنان کمتر تشویق می‌شود (ادواردز، ۲۰۱۹).

1. marital self-regulation
2. emotional schemas

سیستم‌های مغزی-رفتاری^۱ نیز که بر مبنای نظریه حساسیت به تقویت‌گری (۱۹۸۷) و زمینه‌های زیستی-شخصیتی، بر اساس دو سیستم انگیزشی-رفتاری فعال‌سازی و بازداری در شخصیت تعریف شده‌اند، به تفاوت‌های شخصیتی افراد در میزان جهت‌گیری گرایشی (حساس به پاداش و عاطفه مثبت) و اجتنابی (حساس به تنبیه و عاطفه منفی) در حیطه‌های مختلف اشاره دارند و به نظر می‌رسد که بتوانند بر روی خودتنظیمی زناشویی زنان در روابط زناشویی تأثیرگذار باشند. چراکه ویژگی فعال‌سازی رفتاری با تسهیل پردازش اطلاعات و تنظیم بهتر رفتارها و ویژگی بازداری رفتاری با سوگیری در پردازش اطلاعات و بد تنظیمی رفتاری ارتباط دارد (خسروانی، باصری، کمالی، محمدزاده و امیری‌نژاد، ۲۰۱۹). علاوه بر این، فعال‌سازی رفتاری با ناامیدی کمتر فرد در تغییر شرایط، فاجعه‌آمیز کردن کمتر، سرزنش کمتر دیگران، ارزیابی مجدد مثبت در شرایط استرس‌زا و خودکارآمدی بیشتر در روابط بین فردی همراه است (ویتیکوسکا، فاجکوسکا و دومارازکا، ۲۰۲۰؛ استولارسکی و جسیکوسکی و ماتئوس، ۲۰۲۰).

در خصوص نقش احتمالی سبک‌های تبادل اجتماعی^۲ به‌عنوان میانجی در روابط طرحواره‌های هیجانی، سیستم‌های رفتاری و خودتنظیمی زناشویی می‌توان به‌جایگاه نظریه تبادل اجتماعی لیمن (۲۰۱۱) در خصوص سرمایه‌گذاری در روابط بین فردی و رابطه زناشویی اشاره کرد که بر اساس پنج سبک انصاف (نفع یکسان در رابطه)، پیگیری (پایش مکرر هزینه و سود)، فردگرایی (رجحان خوداتکایی و سرمایه‌گذاری اندک)، منفعت‌طلبی (افزایش حتی‌الامکان سود) و سرمایه‌گذاری افراطی (سرمایه‌گذاری بدون الزام یا انتظار سرمایه‌گذاری برابر از جانب دیگران) توصیف می‌شود. هر رابطه‌ای شامل ورودی‌ها (هزینه‌ها، سرمایه‌گذاری که شامل زمان، انرژی و عشق می‌شود) و خروجی، (پیامدها) می‌باشد و ترکیب هزینه‌ها و پاداش‌ها، پیش‌بینی پیامدهای ارتباطی را ممکن می‌سازد. افراد بر اساس پیش‌بینی چیزی که به‌عنوان نتیجه اعمالشان اتفاق خواهد افتاد، تصمیم می‌گیرند. در این راستا، افراد به برآورد هزینه‌های روابط خود می‌پردازند و آن را با منافع و پاداش‌های حاصل از آن مقایسه می‌کنند. افرادی که از رابطه سود کمتری می‌برند، بیشتر احتمال دارد که برای آن تلاش کمتری کنند. درحالی‌که سرمایه‌گذاری همراه با سوددهی در روابط، تعهد افراد را به تقویت آن رابطه افزایش می‌دهد (آلرد، ۲۰۱۶). از طرفی، طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی به‌عنوان حالت‌های منفی روانشناختی در زنان ارتباط نزدیکی با تجارب آن‌ها در روابط عاطفی دارد (زمانی زارچی و همکاران، ۱۳۹۷) و به نظر می‌رسد ادراک عدم تعادل پیامدهای مثبت و منفی در تجارب ارتباطی می‌تواند بر خودتنظیمی زناشویی در زنان تأثیرگذار باشد.

همچنین بر اساس هنجارهای تبدالی در روابط زناشویی، در مقایسه با هنجارهای اشتراکی، افراد به‌جای سبک انصاف ممکن است از طریق سایر سبک‌های تبادل اجتماعی (فردگرایی، سرمایه‌گذاری افراطی، پیگیری و منفعت‌طلبی) برای کسب حداکثر سود به تبادل در روابط خود بپردازند (رایوسو، ایمپت و مویز، ۲۰۲۰). همچنین فعال‌سازی رفتاری برخلاف بازداری رفتاری با تعامل‌های مثبت‌تر و عزت نفس بالاتر در افراد همراه است (کیلیپاتریک، ۲۰۱۸). پژوهش‌ها نیز در خصوص سبک‌های تبادل سود و هزینه در روابط

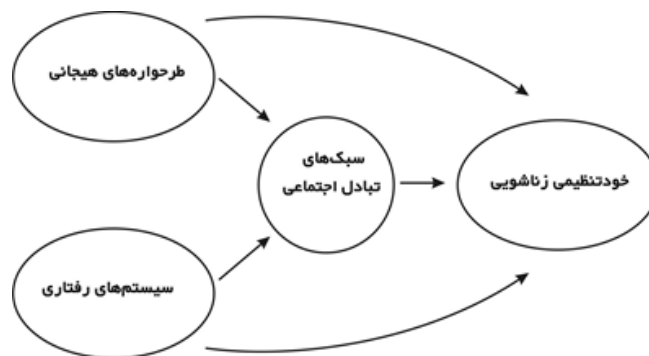
1. behavioral-brain systems

2. social exchange styles

بین فردی، نتایج متفاوتی را گزارش داده‌اند. برای مثال استفورد (۲۰۲۰) به عدم ارتباط مثبت بین ادراک انصاف با رضایت زناشویی اشاره کرده است و از طرفی خجسته مهر، فرامرزی و رجیبی (۱۳۹۱) به رابطه مثبت ادراک انصاف با کیفیت زناشویی پرداخته‌اند. در خصوص سایر سبک‌ها نیز مانند فردگرایی، نتایج متناقضی دیده می‌شود. سپاه‌منصور، صفاری‌نیا و صفاری‌نیا (۱۳۹۹) به رابطه سبک تبادل فردگرایی با گشودگی به تجربه و کاهش روان‌رنجورخویی اشاره کرده‌اند و لیبمن، زوروف و فورنیر (۲۰۱۱) به رابطه سبک تبدالی فردگرایی با کاهش توافق در روابط بین فردی پرداخته‌اند. اهمیت سبک‌های تبادل سود و هزینه در روابط بین فردی از آن جهت است که افراد در تمام روابط بین فردی و زناشویی خود به‌طور خودآگاه و یا ناخودآگاه درگیر برآورد سود ادراک‌شده و هزینه صرف شده در روابط خود هستند و این مسئله می‌تواند در درجه اول، قبل از روابط بین فردی، ادراک، توانایی‌ها و نگرش‌های فردی آن‌ها را در خصوص تلاش برای بهبود رابطه تحت تأثیر قرار دهد. به نظر می‌رسد سبک‌های تبادل سود و هزینه در روابط بین فردی در سایه گرایش‌های رفتاری و هیجانی متفاوت مانند فعال‌سازی و بازداری رفتاری و یا طرحواره‌های هیجانی انطباقی و غیر انطباقی، نحوه تفسیر زنان در خصوص ادراک سود و هزینه در روابط خود را به‌طور متفاوتی تحت تأثیر قرار می‌دهد و بر خودتنظیمی زناشویی آن‌ها نیز اثرگذار است.

هر فردی با خزانه هیجانی، شخصیتی و اجتماعی منحصربه‌فرد خود وارد رابطه زناشویی می‌شود و از طرفی با توجه به اهمیت پرداختن به خودتنظیمی زناشویی به علت تأکید بر مسئولیت تغییر فردی به‌جای سرزنش دیگری و نبود الگویی برای تبیین عوامل هیجانی، رفتاری و اجتماعی تأثیرگذار بر خودتنظیمی زناشویی به‌عنوان یکی از سازه‌های نوظهور در ادبیات زناشویی به ویژه در زنان، پژوهشگر به دنبال پاسخ به این سؤال اصلی است:

۱. طرحواره‌های هیجانی (انطباقی و غیر انطباقی) و سیستم‌های رفتاری (فعال‌سازی و بازداری) چه اثرهای مستقیم و غیرمستقیمی (به‌واسطه سبک‌های تبادل اجتماعی) بر خودتنظیمی زناشویی در زنان دارند؟



شکل ۱. مدل پیشنهادی پژوهش

روش پژوهش

پژوهش حاضر از لحاظ هدف، بنیادی و مبتنی بر طرح همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش شامل دانشجویان زن متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج بود که از این جامعه بر اساس ملاک‌های دامنه سنی ۳۰ تا ۴۵ سال، مدت‌زمان زندگی مشترک حداقل ۲ سال و در شرف طلاق نبودن به روش نمونه‌گیری در دسترس و بر اساس حجم نمونه لازم در معادلات ساختاری (۲۰ برابر تعداد متغیرها) ۴۵۰ نفر انتخاب شدند. تحلیل داده‌ها در نهایت بر روی ۴۲۰ نفر صورت گرفت. پس از گردآوری داده‌ها به منظور تحلیل سؤال‌های پژوهش از روش معادلات ساختاری و نرم‌افزار AMOS استفاده شده است.

ابزار پژوهش

۱. پرسشنامه خودتنظیمی زناشویی. پرسشنامه ۱۶ سؤالی خودتنظیمی زناشویی توسط ویلسون^۱ و همکاران (۲۰۰۵) و در قالب دو مؤلفه خودتنظیمی ارتباطی و تکاپوی ارتباطی طراحی شده است. نمره‌گذاری این پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (کاملاً موافقم-کاملاً مخالفم) انجام می‌شود. گویه‌های ۱ تا ۱۰، خودنظم‌بخشی ارتباطی و گویه‌های ۱۱-۱۶ تکاپوی ارتباطی را اندازه می‌گیرند. ویلسون و همکاران (۲۰۰۵) روایی سازه را بر اساس تحلیل عاملی با دو عامل خودنظم‌بخشی ارتباطی و تکاپوی ارتباطی گزارش کرده‌اند و پایایی را بر اساس آلفای کرونباخ برای خودنظم‌بخشی ارتباطی ۰/۸۱ و برای تکاپوی ارتباطی ۰/۸۳ محاسبه کرده‌اند. همچنین همبستگی بین دو خرده مقیاس ۰/۵۵ گزارش شده است. در ایران همسانی درونی هریک از عامل‌ها بر اساس آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۷۳ و ۰/۷۰ محاسبه شده است. روایی سازه بر اساس تحلیل عاملی هم ساختار دو عاملی پرسشنامه را بر اساس شاخص‌های برازش برای $df / x^2 (2/40)$ ، AGFI (۰/۹۷)، CFI (۰/۹۷) و RMSEA (۰/۰۶) تأیید کرده است (عیسی‌نژاد، علیپور و کلهری، ۱۳۹۶). در پژوهش حاضر، پایایی بر اساس آلفای کرونباخ، ۰/۷۶ محاسبه شده است.

۲. پرسشنامه طرح‌واره‌های هیجانی. پرسشنامه ۳۷ سؤالی طرح‌واره‌های هیجانی توسط لیهی (۲۰۰۲) طراحی و در نسخه ایرانی در قالب ۱۳ بعد قابل کنترل بودن، خودآگاهی هیجانی، قابل درک بودن، توافق، پذیرش هیجان‌ها، تأیید طلبی، ارزش‌های والاتر، ابراز هیجان‌ها، تلاش برای منطقی بودن، نشخوار ذهنی، ساده‌اندیشی در مورد هیجان‌ها، گناه و سرزنش استخراج شده است. هشت طرح‌واره اول به‌عنوان انطباقی و پنج طرح‌واره بعدی به‌عنوان غیر انطباقی طبقه‌بندی می‌شوند. نمره‌گذاری پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (کاملاً مخالفم-کاملاً موافقم) انجام می‌شود. لیهی (۲۰۰۲) روایی همگرایی طرح‌واره‌های هیجانی غیر انطباقی با عوامل غیر شناختی مدل ولز^۲ (۲۰۰۲) و اضطراب و افسردگی بک را محاسبه و پایایی را ۰/۸۱ گزارش کرده است. در ایران، پایایی ابعاد پرسشنامه بر اساس آلفای کرونباخ از ۰/۵۹ تا ۰/۷۳ متغیر بوده است. در بررسی روایی سازه بر اساس تحلیل عاملی، ۱۳ بعد با بار عاملی مناسب تأیید شدند (خانزاده، ادیسی، محمدخانی و سعیدیان، ۱۳۹۲). همچنین رهسپار، خیر، برزگر و کورش نیا (۱۳۹۸) پایایی را بر

1. Wilson

2. Wells

اساس آلفای کرونباخ برای طرحواره‌های انطباقی ۰/۸۲ و برای غیر انطباقی ۰/۷۷ گزارش کرده‌اند. در پژوهش حاضر، پایایی بر اساس آلفای کرونباخ برای طرحواره‌ها از ۰/۶۲ تا ۰/۷۷ متغیر بوده است.

۳. پرسشنامه سیستم‌های رفتاری. پرسشنامه سیستم‌های بازداری/فعال‌سازی رفتاری توسط کارور و وایت (۱۹۹۴) و در دو بعد فعال‌سازی رفتاری و بازداری رفتاری طراحی شده است. نمره‌گذاری پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت ۴ درجه‌ای (کاملاً مخالف تا کاملاً موافق) انجام می‌شود. کارور و وایت (۱۹۹۴) ثبات درونی بازداری رفتاری و مقیاس‌های فعال‌سازی رفتاری را به ترتیب ۰/۷۴، ۰/۷۳، ۰/۷۰ و ۰/۶۶ گزارش کرده‌اند. در ایران، پایایی بر اساس آلفای کرونباخ ۰/۷۲ و ۰/۷۵ بوده است. بررسی روایی سازه بر اساس تحلیل عاملی نیز حاکی از همان مؤلفه‌های نسخه اصلی پرسشنامه بوده است. تحلیل عاملی تأییدی پرسشنامه بر اساس شاخص‌های برازش χ^2 / df (۱/۲۶)، GFI (۰/۸۴)، $SRMR$ (۰/۰۷) و $RMSEA$ (۰/۰۶)، مطلوب گزارش شده است (امیری و حسنی، ۱۳۹۵). در پژوهش حاضر، پایایی بر اساس آلفای کرونباخ، ۰/۷۷ و ۰/۷۰ محاسبه شده است.

۴. پرسشنامه سبک‌های تبادلی اجتماعی. پرسشنامه ۴۱ سؤالی سبک‌های تبادلی اجتماعی توسط لیمن و همکاران (۲۰۱۱) و در قالب پنج عامل انصاف، منفعت‌طلبی، فردگرایی، پیگیری و سرمایه‌گذاری افراطی طراحی شده است. نمره‌گذاری پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (کاملاً مخالف-کاملاً موافق) انجام می‌شود. لیمن و همکاران (۲۰۱۱) آلفای کرونباخ را برای پیگیری، انصاف، فردگرایی، منفعت‌طلبی و سرمایه‌گذاری افراطی به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۸۱، ۰/۸۱، ۰/۷۵ و ۰/۶۸ و روایی را بر اساس تحلیل عاملی تأییدی برای شاخص‌های $RMSEA$ (۰/۰۷)، CFI (۰/۹۳) و GFI (۰/۹۱) گزارش کرده‌اند. صفاری‌نیا (۱۳۹۶) پایایی آن را بر اساس آلفای کرونباخ، ۰/۸۳ محاسبه کرده است. همچنین تحلیل عامل اکتشافی، همان پنج عامل نسخه اصلی را بارزتر از ۱/۵ تأیید کرده است و تحلیل عامل تأییدی حاکی از برازش مطلوب مدل برای ۵ عامل مذکور بر اساس χ^2 / df (۳/۴۶)، GFI (۰/۸۹)، $AGFI$ (۰/۸۶) و $RMSEA$ (۰/۰۷) بوده است؛ همچنین در پژوهش حاضر، پایایی بر اساس آلفای کرونباخ برای سبک‌های تبادلی اجتماعی از ۰/۶۰ تا ۰/۷۸ متغیر بوده است.

روش اجرا. پس از تهیه لینک پرسشنامه‌ها (با توجه به آنکه پژوهش در زمان شیوع کرونا انجام شده است) و با تأکید بر محرمانه ماندن اطلاعات و اصل رازداری، با همکاری برخی از اساتید و دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج، از طریق گروه‌های واتس‌آپی از دانشجویان زن متأهل که دارای ملاک‌های ورود به پژوهش بودند، خواسته شد تا به پرسشنامه‌ها پاسخ بدهند. در نهایت بر اساس الگوسازی معادلات ساختاری، داده‌های ۴۲۰ آزمودنی با نرم‌افزار AMOS تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها

در بخش اطلاعات جمعیت‌شناختی، سن ۶۶ درصد از آزمودنی‌ها، بین ۳۰ تا ۴۰ و بقیه بالای ۴۰ سال سن داشته‌اند. ۸۷ درصد دارای تحصیلات کارشناسی و بالاتر، ۸۳ درصد دارای مدت‌زمان زندگی مشترک ۴ تا ۱۰ سال و غالب افراد در رشته‌های علوم انسانی مشغول به تحصیل بوده‌اند. در جدول ۱ ماتریس همبستگی

																					۲۲. سبک تبادل اجتماعی - سرمایه‌گذاری افراطی	

*P<0/05 و **P<0/01

طلاعات جدول ۱، ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش حاضر را نشان می‌دهد. سیستم بازداری رفتاری با مؤلفه‌های خودتنظیمی زناشویی (تکاپوی ارتباطی و خودنظم‌بخشی ارتباطی) رابطه منفی و سیستم فعال ساز رفتاری با مؤلفه‌های خودتنظیمی زناشویی (تکاپوی ارتباطی و خودنظم‌بخشی ارتباطی) رابطه مثبت دارند ($P < 0/01$). طرحواره‌های هیجانی انطباقی (خودآگاهی هیجانی، ابراز احساسات، قابل کنترل بودن، تأیید طلبی، قابل درک بودن، ارزش‌های والاتر، پذیرش و توافق) با مؤلفه‌های خودتنظیمی زناشویی (تکاپوی ارتباطی و خودنظم‌بخشی ارتباطی) رابطه مثبت ($P < 0/01$) و سایر طرحواره‌ها که غیر انطباقی هستند با مؤلفه‌های خودتنظیمی زناشویی (تکاپوی ارتباطی و خودنظم‌بخشی ارتباطی) رابطه منفی دارند ($P < 0/01$) به جز طرحواره هیجانی غیر انطباقی منطقی بودن که هیچ رابطه معناداری با مؤلفه‌های خودتنظیمی تکاپوی ارتباطی و خودنظم‌بخشی ارتباطی نداشت. سبک تبادل اجتماعی - انصاف با مؤلفه‌های خودتنظیمی زناشویی (تکاپوی ارتباطی و خودنظم‌بخشی ارتباطی) رابطه مثبت ($P < 0/01$) و سبک‌های تبادل اجتماعی - منفعت طلبی، فردگرایی، پیگیری و سرمایه‌گذاری افراطی نیز با مؤلفه‌های خودتنظیمی زناشویی (تکاپوی ارتباطی و خودنظم‌بخشی ارتباطی) رابطه منفی دارند ($P < 0/01$).

جدول ۲. میانگین، انحراف استاندارد، چولگی، کشیدگی، ضریب تحمل و تورم واریانس

متغیر	مؤلفه	میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشیدگی	آماره تحمل	تورم واریانس
طرحواره‌های هیجانی	انطباقی	۵۶/۳۵	۱۴/۲۵	-۰/۲۰	-۰/۳۶	۱/۴۲	۰/۷۱
هیجانی	غیر انطباقی	۳۸/۷۶	۸/۳۱	-۰/۰۱	۰/۰۴	۱/۱۱	۰/۹۰
سیستم‌های رفتاری	بازداری	۱۷/۷۸	۴/۹۴	۰/۰۷	-۰/۱۱	۱/۱۳	۰/۸۹
فعال‌سازی	فعال‌سازی	۳۴/۲۵	۹/۷۲	-۰/۴۸	-۰/۷۷	۱/۳۴	۰/۷۵
انصاف	انصاف	۴۱/۹۷	۷/۱۶	-۰/۲۸	۰/۲۱	۱/۲۲	۰/۸۲

۰/۴۱	۲/۴۶	-۰/۶۰	۰/۱۵	۷/۵۳	۲۸/۴۴	منفعت‌طلبی	سبک‌های
۰/۴۷	۲/۱۵	-۰/۳۲	۰/۳۰	۵/۵۲	۱۸/۰۷	فردگرایی	تبادل اجتماعی
۰/۴۴	۲/۲۶	-۰/۷۷	-۰/۲۱	۴/۴۹	۱۴/۰۳	پیگیری	
۰/۶۲	۱/۶۳	-۰/۴۸	-۰/۱۷	۳/۸۳	۱۲/۹۹	سرمایه‌گذاری افراطی	
-	-	۰/۴۹	۰/۲۲	۱۱/۶۲	۴۰/۷۸	خودتنظیمی زناشویی	خودتنظیمی زناشویی

اطلاعات جدول ۲، نشان می‌دهد که مفروضهٔ نورمال بودن توزیع داده‌های تک‌متغیری که در آن، مقادیر کشیدگی و چولگی در محدودهٔ +۲ و -۲ قرار داشتند، برقرار بوده است. ضریب تحمل متغیرهای پیش‌بین، بزرگ‌تر از ۰/۱ و مقادیر عامل تورم واریانس کوچکتر از ۱۰ بود که حاکی از رعایت مفروضهٔ هم‌خطی بودن داده‌ها است. همچنین تحلیل اطلاعات مربوط به فاصلهٔ مه‌نوبایس و مفروضهٔ هم‌گنی واریانس از طریق بررسی نمودار پراکندگی واریانس‌های استاندارد شده خطاها مورد بررسی قرار گرفت و حاکی از برقرار پروضه‌های مدنظر در بین داده‌ها بودند. در ادامه، شکل ۲ که تصویر مدل ساختاری با استفاده از ضرایب استاندارد است و سپس جدول ۳ که اشاره به شاخص‌های برازش مدل دارد، آورده می‌شود.



شکل ۲. مدل ساختاری با استفاده از ضرایب استاندارد

جدول ۳. شاخص‌های نیکویی برازش مدل آزمون شده پژوهش

شاخص	معیار	میزان کفایت برازش
χ^2	مقادیر غیر معنادار χ^2	۷۰۷/۴۲
χ^2 / df	کمتر از ۳	۲/۲۶
RMSEA	کمتر از ۰/۰۸	۰/۰۶۹
GFI	بیشتر از ۰/۹۰	۰/۹۰۷
AGFI	بیشتر از ۰/۸۰	۰/۸۶۲
CFI	بیشتر از ۰/۹۰	۰/۹۱۸

جدول ۳، نشان می‌دهد که همه شاخص‌های برازندگی مدل از میزان مناسبی برخوردار هستند. در جدول ۴، ضرایب مسیر در مدل ساختاری آورده شده است.

جدول ۴. شدت و جهت تأثیر متغیرها بر اساس مسیر مستقیم و غیرمستقیم

متغیر پیش‌بین	متغیر ملاک و میانجی	نوع اثر	β استاندارد شده	سطح معناداری و Z
بازداری رفتاری	خودتنظیمی زناشویی	مستقیم	-۰/۰۴۰	۰/۲۷۱
فعال‌سازی رفتاری	خودتنظیمی زناشویی	مستقیم	۰/۲۰۸	۰/۰۰۱
طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی	خودتنظیمی زناشویی	مستقیم	-۰/۴۰۲	۰/۰۰۱
طرحواره‌های هیجانی انطباقی	خودتنظیمی زناشویی	مستقیم	۰/۲۱۲	۰/۰۰۱
فردگرایی	خودتنظیمی زناشویی	مستقیم	-۰/۳۳۳	۰/۰۰۱
سرمایه‌گذاری افراطی	خودتنظیمی زناشویی	مستقیم	۰/۰۴۵	۰/۳۵۷
پیگیری	خودتنظیمی زناشویی	مستقیم	۰/۰۰۵	۰/۹۴۵
منفعت‌طلبی	خودتنظیمی زناشویی	مستقیم	۰/۰۰۲	۰/۹۳۵
انصاف	خودتنظیمی زناشویی	مستقیم	۰/۲۴۴	۰/۰۰۱
بازداری رفتاری	← فردگرایی ← خودتنظیمی زناشویی	غیرمستقیم	-۰/۰۲۷	-۲/۴۴*
بازداری رفتاری	← سرمایه‌گذاری افراطی ← خودتنظیمی زناشویی	غیرمستقیم	-۰/۰۰۴	-۰/۶۵
بازداری رفتاری	← پیگیری ← خودتنظیمی زناشویی	غیرمستقیم	۰/۰۰۲	۰/۱۴
بازداری رفتاری	← منفعت‌طلبی ← خودتنظیمی زناشویی	غیرمستقیم	۰/۰۰۱	۰/۲۳

-۱/۵۶	-۰/۰۱۸	غیرمستقیم	← خودتنظیمی	بازداری رفتاری
۳/۳۸**	۰/۰۶۱	غیرمستقیم	← فردگرایی ← خودتنظیمی	فعال‌سازی رفتاری
-۰/۵۶	-۰/۰۰۵	غیرمستقیم	← سرمایه‌گذاری افراطی ← خودتنظیمی زناشویی	فعال‌سازی رفتاری
-۰/۲۷	-۰/۰۰۱	غیرمستقیم	← پیگیری ← خودتنظیمی زناشویی	فعال‌سازی رفتاری
-۰/۱۳	-۰/۰۰۲	غیرمستقیم	← منفعت‌طلبی ← خودتنظیمی زناشویی	فعال‌سازی رفتاری
۲/۷۶**	۰/۰۴۵	غیرمستقیم	← انصاف ← خودتنظیمی زناشویی	فعال‌سازی رفتاری
۲/۸۶**	۰/۰۶۴	غیرمستقیم	← فردگرایی ← خودتنظیمی زناشویی	طرحواره‌های هیجانی انطباقی
-۱/۳۶	-۰/۰۰۸	غیرمستقیم	← سرمایه‌گذاری افراطی ← خودتنظیمی زناشویی	طرحواره‌های هیجانی انطباقی
۰/۵۲	-۰/۰۰۱	غیرمستقیم	← پیگیری ← خودتنظیمی زناشویی	طرحواره‌های هیجانی انطباقی
۰/۳۳	-۰/۰۰۱	غیرمستقیم	← منفعت‌طلبی ← خودتنظیمی زناشویی	طرحواره‌های هیجانی انطباقی
۲/۲۹*	۰/۰۳۲	غیرمستقیم	← انصاف ← خودتنظیمی زناشویی	طرحواره‌های هیجانی انطباقی
-۲/۹۰**	-۰/۰۸۸	غیرمستقیم	← فردگرایی ← خودتنظیمی زناشویی	طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی
۰/۸۵	۰/۰۰۳	غیرمستقیم	← سرمایه‌گذاری افراطی ← خودتنظیمی زناشویی	طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی
۰/۶۷	۰/۰۰۲	غیرمستقیم	← پیگیری ← خودتنظیمی زناشویی	طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی
۰/۴۸	۰/۰۰۱	غیرمستقیم	← منفعت‌طلبی ← خودتنظیمی زناشویی	طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی
-۱/۴۰	-۰/۰۱۵	غیرمستقیم	← انصاف ← خودتنظیمی زناشویی	طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی

* ستاره‌ها نشان‌دهنده مسیرهای معنادار شده هستند.

اطلاعات جدول ۴، نشان می‌دهد که ضریب مسیر مستقیم طرحواره‌های هیجانی انطباقی ($P < 0.01, 0.212$) و سیستم فعال‌سازی رفتاری ($P < 0.01, 0.208$) با خودتنظیمی زناشویی، مثبت و ضریب مسیر مستقیم طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی ($P < 0.01, 0.402$) با خودتنظیمی زناشویی، منفی و معنادار بوده است. همچنین، اثر سیستم فعال‌سازی رفتاری بر خودتنظیمی زناشویی از طریق سبک تبادل اجتماعی فردگرایی ($P < 0.01, 0.061$) و انصاف ($P < 0.01, 0.045$) مثبت و اثر بازداری رفتاری از طریق سبک تبادل فردگرایی ($P < 0.01, 0.052$) و اثر طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی هم از طریق سبک تبادل فردگرایی ($P < 0.01, 0.108$) بر خودتنظیمی زناشویی منفی و معنادار است. اثر طرحواره‌های انطباقی نیز بر خودتنظیمی زناشویی از طریق سبک تبادل فردگرایی ($P < 0.01, 0.064$) و انصاف ($P < 0.01, 0.032$) مثبت و معنادار است.

بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر با هدف آزمون مدل ساختاری خودتنظیمی زناشویی بر اساس طرحواره‌های هیجانی و سیستم‌های رفتاری و نقش میانجی سبک‌های تبادل اجتماعی در دانشجویان زن انجام شد. اولین یافته پژوهش حاکی از اثر مثبت طرحواره‌های هیجانی انطباقی (خودآگاهی هیجانی، ابراز احساسات، قابل کنترل بودن، تأیید طلبی، ارزش‌های بالاتر، توافق عمومی و پذیرش هیجان‌ها) و اثر منفی طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی (تلاش افراطی برای منطقی بودن نشخوار ذهنی، گناه، سرزنش و دیدگاه ساده‌انگارانه به هیجان‌ها) بر خودتنظیمی زناشویی است. این یافته می‌تواند با پژوهش‌های حسنی و همکاران (۱۳۹۲) مبنی بر رابطه طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی با کاهش توافق زناشویی و ابراز محبت به همسر و فاستینو، واسکو، سیلوا و مارکوتز (۲۰۲۰) مبنی بر رابطه طرحواره‌های هیجانی انطباقی با تفکر خود ارجاعی و خود شفقتی همسو باشد. در تبیین اولین یافته پژوهش می‌توان به نقش طرحواره‌های هیجانی انطباقی در افزایش انعطاف‌پذیری روانشناختی در افراد اشاره کرد (لیهی، تیرچ و ملوانی، ۲۰۱۲). از طرفی، طرحواره‌های هیجانی انطباقی با افزایش توانایی نظم دادن افراد به رفتار و روابط خود و امکان هدایت فعالیت‌های هدف‌محور (ادواردز، ۲۰۱۹) می‌توانند در خودتنظیمی زناشویی نیز نقش داشته باشند. چراکه این طرحواره‌ها بر ادراک حمایت دیگران، درک معنای هیجان‌ها، ادراک قابل کنترل بودن هیجان‌ها، آگاهی و پذیرش هیجان‌ها و تجربه هیجان‌های مشابه توسط دیگران تمرکز دارند و این در حالی است که طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی، بر تجربه خجالت‌زدگی، عدم توانایی پذیرش هیجان‌های پیچیده و دوگانه، سرکوب هیجان‌ها، تداعی منفی بودن هیجان‌ها و مقصر دانستن دیگران تأکید دارند (ادواردز و همکاران، ۲۰۲۰). براین اساس افراد دارای طرحواره‌های هیجانی انطباقی، مسئولیت بیشتری برای بهبود روابط زناشویی و الگوهای ارتباطی می‌پذیرند و به جای انتظار صرف از همسر خود برای آنکه تغییر کند، بر خودشان تمرکز بیشتری می‌کنند و تنظیم رفتاری-هیجانی بهتری هم دارند.

دومین یافته پژوهش، حاکی از نقش میانجی (مثبت) سبک‌های تبادل اجتماعی انصاف و فردگرایی در روابط طرحواره‌های هیجانی انطباقی و نقش میانجی (منفی) سبک تبادل اجتماعی فردگرایی در روابط

طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی و خودتنظیمی زناشویی است. این یافته می‌تواند با پژوهش‌های مردانی و لندانی، صفاری‌نیا، علی‌پور و آقاییوسفی (۱۳۹۸) مبنی بر رابطه واکنش‌های هیجانی خشم و احساس گناه در زنان با کاهش سبک تبدالی انصاف؛ خجسته مهر و همکاران (۱۳۹۱) مبنی بر رابطه ادراک انصاف با کیفیت زناشویی؛ فاستینو و واسکو (۲۰۲۱) مبنی بر رابطه طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی با نشانه‌های آسیب روانی و سپاه‌منصور و همکاران (۱۳۹۹) مبنی بر رابطه فردگرایی با گشودگی به تجربه همسو باشد. در تبیین دومین یافته پژوهش می‌توان به ادراک افراد از سود دریافت شده در تبادل زناشویی اشاره کرد که اگر عادلانه باشد، تمایل افراد به پیشرفت و تلاش برای روابط زناشویی خود افزایش می‌یابد (ویلو و همکاران، ۲۰۲۰) و زنان در این شرایط، احساس درماندگی کمتری دارند. از طرفی به نظر می‌رسد طرحواره‌های هیجانی انطباقی، برخلاف غیر انطباقی به علت تأثیرگذاری مثبت بر راهبردهای مقابله‌ای و مدیریت رفتار افراد در روابط بین فردی می‌تواند (ادواردز و همکاران، ۲۰۲۰) بر خودتنظیمی زناشویی به واسطه سبک تبدالی انصاف تأثیر مثبت داشته باشند، چراکه زنان بخشی از هویت خود را بر اساس مشارکت در روابط نزدیک و واقعی با دیگران، پایه‌گذاری کرده‌اند (زمانی زارچی و همکاران، ۱۳۹۷). همچنین در خصوص سبک تبدالی فردگرایی که در ارتباط با طرحواره‌های هیجانی انطباقی، نقش مثبت و در ارتباط با طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی، نقش منفی در خودتنظیمی زناشویی افراد دارد می‌توان به اهمیت نوع طرحواره‌های هیجانی افراد اشاره کرد. براین اساس حتی سبک تبدالی مانند فردگرایی که بر خوداتکایی و سرمایه‌گذاری اندک در روابط تمرکز دارد می‌تواند در بافت طرحواره‌های هیجانی انطباقی، افراد را در راستای خوداتکایی مثبت‌تر پیش ببرد و بر خودتنظیمی زناشویی آن‌ها نیز تأثیر مثبت‌تری داشته باشد. چراکه افراد دارای طرحواره‌های هیجانی انطباقی، در موقعیت‌های استرس‌زا، از دیگران و خودشان انتقاد نمی‌کنند، حساسیت بین فردی بالایی را نشان نمی‌دهند و به تنظیم بهتر نیاز روانشناختی بنیادین خودمختاری می‌پردازند (فاستینو و همکاران، ۲۰۲۰)

سومین یافته پژوهش حاکی از اثر مثبت سیستم فعال‌سازی رفتاری بر خودتنظیمی زناشویی است. این یافته می‌تواند با پژوهش‌های خسروانی و همکاران (۲۰۱۹) مبنی بر رابطه فعال‌سازی رفتاری با تفکر خود ارجاعی؛ کریمی و همکاران (۱۳۹۶) مبنی بر رابطه سیستم فعال‌سازی رفتاری با اراده و کنترل و پورمحسنی کلوری (۱۳۹۲) مبنی بر رابطه سیستم فعال‌سازی رفتاری با رضایت زناشویی همسو باشد. در تبیین یافته سوم پژوهش می‌توان به نقش فعال‌سازی رفتاری در کاهش نشخوارهای ذهنی، خودسرزندی، دگرسرزندی و فاجعه‌آمیز کردن در روابط بین فردی اشاره کرد (ویتیکوسکا و همکاران، ۲۰۲۰). از طرفی جهت‌گیری گرایشی (که با سیستم فعال‌سازی رفتاری تداعی می‌شود) می‌تواند در زمان تعقیب هدف در روابط عاطفی و نزدیک بر روی خودتنظیمی تأثیر مثبتی داشته باشد (لوشیز و همکاران، ۲۰۱۱)

چهارمین یافته پژوهش نیز حاکی از آن است که سیستم فعال‌سازی رفتاری به واسطه سبک‌های تبدالی انصاف و فردگرایی می‌تواند خودتنظیمی را افزایش و سیستم بازداری رفتاری به واسطه سبک تبدالی فردگرایی، خودتنظیمی را کاهش دهد. این یافته می‌تواند با پژوهش‌های کیلیپاتریک (۲۰۱۸) مبنی بر رابطه سیستم فعال‌سازی رفتاری با تعامل‌های مثبت‌تر و عزت نفس بالاتر در روابط بین فردی؛ لیمن و همکاران،

(۲۰۱۱) مبنی بر رابطه سبک تبادل انصاف با کاهش خصومت در روابط بین فردی و رابطه منفی فردگرایی با توافق‌گرایی؛ مارچان-کلاولینو و همکاران (۲۰۱۹) مبنی بر رابطه سیستم بازداری رفتاری با حساسیت بیشتر به رویدادهای منفی در روابط و از طرفی رابطه منفی فردگرایی با روان‌رنجورخویی همسو باشد (سپاه منصور و همکاران، ۱۳۹۹). در تبیین آخرین یافته پژوهش در خصوص سبک انصاف می‌توان به نقش تمایلات گرایشی افراد در برقراری پیوند برابر در یک رابطه و تمایل به تساوی در سرمایه‌گذاری در حفظ روابط زناشویی اشاره کرد و این در حالی است که افراد اجتنابی (که با بازداری رفتاری تداعی می‌شود) در مدیریت روابط بر اساس گوش‌به‌زنگی در محاسبه سود و هزینه روابط، رفتار می‌کنند. در خصوص سبک تبادلی فردگرایی که نقش مثبتی در روابط سیستم فعال‌سازی رفتاری با خودتنظیمی زناشویی و نقش منفی در روابط سیستم بازداری با خودتنظیمی زناشویی دارد نیز می‌توان به نقش تفاوت‌های دو سیستم انگیزشی فعال‌سازی و بازداری در روابط بین فردی اشاره کرد. بازداری رفتاری برخلاف فعال‌سازی رفتاری، با ارزیابی مجدد مثبت کمتری در روابط بین فردی در زمان بروز مشکل همراه است (ویتیکوسکا و همکاران، ۲۰۲۰). به نظر می‌رسد در این شرایط در سبک فردگرایی که افراد به علت ترس از آسیب‌پذیری و یا طرد شدن، تمایل دارند خوداتکایی بیشتری به جای دگراتکایی داشته باشند، فعال‌سازی رفتاری در مقایسه با بازداری رفتاری، به علت فراهم کردن حمایت ادراک‌شده بیشتر و کاهش استرس زنان در این خصوص (کیلیپاتریک، ۲۰۱۸). موجبات خودتنظیمی زناشویی را فراهم کند. از طرفی در سایه فعال‌سازی رفتاری، ترس زنان برای سرمایه‌گذاری در روابط کمتر است و حتی سرمایه‌گذاری اندک و خوداتکایی (فردگرایی) در آن‌ها با مسالمت و نتایج مثبت بیشتری همراه است (راپوسو و همکاران، ۲۰۲۰).

در یک جمع‌بندی می‌توان به نقش مثبت طرحواره‌های هیجانی انطباقی، فعال‌سازی رفتاری و سبک تبادل (سود و هزینه) انصاف در خودتنظیمی زناشویی اشاره کرد. در خصوص نقش میانجی سبک تبادل فردگرایی که در بافت طرحواره‌های هیجانی و سیستم‌های رفتاری متفاوت، کارکرد متفاوتی داشته است می‌توان گفت که افراد در بافت طرحواره‌های هیجانی انطباقی (به علت گشودگی به تجربه) و فعال‌سازی رفتاری (به علت حساسیت بیشتر به جستجوی پاداش) با سبک تبادل فردگرایی، سود بالاتری را در مقایسه با هزینه‌ای که برای رابطه صرف کرده‌اند، ادراک می‌کنند و به همین دلیل، فرد با تمرکز بر تغییر رفتارهای ارتباطی خود به جای فشار بر همسر و انتظار تغییر از او، می‌تواند خودتنظیمی زناشویی بالاتر را تجربه کند. چراکه پیام درونی او به خودش «تغییر رفتارهای ارتباطی را از خودت شروع کن» است. این در حالی است که در سیستم بازداری رفتاری (به علت حساسیت بالاتر فرد به تنبیه) و طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی (به علت بسته بودن نسبت به تجارب هیجانی) فرد هزینه بالاتری را در مقایسه با سود حاصل‌شده از روابط خود ادراک می‌کند و او با تکیه افراطی بر خودش در زندگی، این پیام را به خودش می‌دهد که «به همسر نیاز ندارم» و این مسأله خودتنظیمی زناشویی را تحت تأثیر منفی قرار می‌دهد و این در حالی است که در نهایت هدف خودتنظیمی زناشویی، بهبود رابطه زناشویی است. از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به عدم امکان انتخاب کاملاً تصادفی آزمودنی‌ها به علت اهمیت در نظر گرفتن برخی از ملاک‌ها در تحقیقات مرتبط با سازه‌های زناشویی و همچنین اجرای الکترونیکی پرسشنامه‌ها به علت همه‌گیری کرونا و ویروس اشاره کرد.

همچنین در پژوهش‌های آتی می‌توان علاوه بر استفاده از مصاحبه، به تدوین مدل ساختاری خودتنظیمی زناشویی در مردان بر اساس متغیرهای مذکور و مقایسه نتایج آن با جامعه زنان پرداخت. به‌عنوان پیشنهاد کاربردی، طرحواره درمانی هیجانی و آموزش‌های شناختی، رفتاری و هیجانی برای تعدیل سیستم‌های بازداری رفتاری و طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی می‌تواند نقش مهمی از طریق تأثیرگذاری بر سبک تبادل افراد بر خودتنظیمی زناشویی در زنان داشته باشد. توجه به زمینه‌های هیجانی مبتنی بر یادگیری و زمینه‌های زیستی-شخصیتی می‌تواند درک بهتری را از سبک‌های تبادل اجتماعی در زنان به لحاظ تأثیرگذاری بر خودتنظیمی فراهم کند.

موازین اخلاقی: ملاحظات اخلاقی در پژوهش با جلب رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان رعایت شده است؛ همچنین به افراد درباره محرمانه بودن نتایج اطمینان داده شد.

مشارکت نویسندگان

مقاله حاضر برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول بود که توسط معاونت پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساوه به تصویب رسیده بود. در تدوین این مقاله همه نویسندگان در طراحی، روش‌شناسی، مفهوم‌سازی، گردآوری و تحلیل داده‌ها، پیش‌نویس، ویراستاری و نهایی سازی نقش یکسانی داشته‌اند.

سپاسگزاری: از همه شرکت‌کنندگانی که ما را در انجام پژوهش حاضر، یاری نموده‌اند و همچنین کسانی که به هر طریق در اجرای این پژوهش، همکاری داشته‌اند، تشکر و قدردانی می‌شود.

تعارض منافع: بنابر اظهار نویسندگان، مقاله حاضر فاقد هرگونه تعارض منافع و حامی مالی بوده است.

منابع

- امیری، سهراب، و حسنی، جعفر. (۱۳۹۵). ارزیابی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس سیستم فعال‌سازی رفتاری (BAS) و سیستم بازداری رفتاری (BIS) مرتبط با تکانشگری و اضطراب. *مجله علوم پزشکی علوم رازی*، ۲۳(۱۴۴): ۸۰-۶۹.
- پورمحسنی کلوری، فرشته. (۱۳۹۲). رابطه فعالیت سیستم‌های مغزی-رفتاری با بخشش و رضایت زناشویی زوجین. *روانشناسی معاصر*، ۸ (۲ پیاپی ۱۶): ۱۷-۲۶.
- حسنی، جعفر، نادری، یزدان، رمضان‌زاده، فاطمه، و پورعباس، علی. (۱۳۹۲). نقش هوش هیجانی و طرحواره‌های هیجانی در رضایت‌مندی زناشویی زنان. *خانواده‌پژوهی*، ۹ (۳۶): ۵۰۶-۴۸۹.
- خانزاده، مصطفی، ادریسی، فروغ، محمدخانی، شهرام، و سعیدیان، محسن. (۱۳۹۲). بررسی ساختار عاملی و مشخصات روانسنجی مقیاس طرحواره‌های هیجانی بر روی دانشجویان. *روانشناسی بالینی*، ۱۱(۳): ۱۱۹-۹۱.

- خجسته‌مهر، رضا، فرامرز، سحر، ورجی غلامرضا. (۱۳۹۱). بررسی نقش ادراک انصاف بر کیفیت زناشویی. *مطالعات روان‌شناختی*. ۸ (۱): ۳۲-۵۰.
- رهسپار، طیبه، خیر، محمد، برزگر، مجید، و کورش‌نیا، مریم. (۱۳۹۸). نقش واسطه‌ای پذیرش اجتماعی و طرحواره‌های هیجانی در ارتباط بین الگوهای ارتباطی خانواده و انگیزش تحصیلی دانش‌آموزان متوسطه دوره دوم. *روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*. ۱۰ (۴): ۵۹-۷۶.
- زمانی زارچی، محمدصادق، صمدی کاشانی، سحر، و قاسم‌زاده، سوگند. (۱۳۹۷). مقایسه طرحواره‌های هیجانی و خودسرکوب‌گری در زنان متقاضی طلاق و غیرمتقاضی طلاق. *دوفصلنامه پژوهش‌های انتظامی-اجتماعی زنان و خانواده*. ۶ (۲): ۱۴۷-۱۵۸.
- سپاه‌منصور، مژگان، صفاری‌نیا، مجید، و صفاری‌نیا، سبا. (۱۳۹۹). ویژگی‌های روانسنجی مقیاس سبک‌های تبادل اجتماعی و رابطه آن با صفات شخصیتی در دانشجویان شهر تهران. *پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی*. ۴۰: ۱۷۱-۱۵۱.
- صفاری‌نیا، مجید. (۱۳۹۶). بررسی ویژگی‌های روانسنجی مقیاس سبک‌های تبادل اجتماعی در جمعیت ایرانی. *مطالعات روان‌شناسی صنعتی و سازمانی*. ۴ (۱): ۱۸-۱.
- عیسی‌نژاد، امید، علیپور، الهه، و کلهری، صفورا. (۱۳۹۶). فراهم‌سازی ارزیابی تراز خودتنظیمی زناشویی در جامعه ایرانی: آزمون پایایی، روایی و ساختار عاملی نسخه ایرانی سنجی خودتنظیمی رفتاری برای روابط کارآمد در زوج‌ها. *مشاوره و روان‌درمانی خانواده*. ۷ (۲ پایایی ۲۴): ۱۴۷-۱۲۶.
- کریمی، سارا، چلبیانلو، غلامرضا، و هاشمی‌پور، حمید. (۱۳۹۶). الگوی ارتباطی سیستم‌های مغزی رفتاری با ابعاد مدل سرشت ترکیبی هیجانی عاطفی. *روانشناسی شناختی*. ۵ (۴): ۴۷-۵۷.
- مردانی و لندانی، زهرا، صفاری‌نیا، مجید، علی‌پور، احمد، و آقاییوسفی، علیرضا. (۱۳۹۸). بررسی اثربخشی آموزش خود-دلسوزی شناختی بر تغییر سبک‌های تبادل اجتماعی زوجین متقاضی طلاق. *مجله تحقیقات علوم رفتاری*. ۱۷ (۴): ۶۶۷-۶۸۳.

References

- Allred, R.J. (2020). *Examining social exchange measures as moderators of politeness techniques in face-threatening acts between romantic partners*. Masters thesis, Colorado State University.
- Chelladurai, J.M. Dollahite, D.C. & Marks, L.D. (2020). Text-map analysis: An introduction to the method and an examination of relationship self-regulation and religion. *Couple and Family Psychology Research and Practice*, 9(1),45-58.
- Edwards, E. Liu Y. Ruiz D. Brosowsky N. & Wupperman P. (2020). Maladaptive emotional schemas and emotional functioning: Evaluation of an integrated model across two independent samples. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*.
- Edwards, R.E. (2019). *Assessment of third wave therapy assumptions about the relation between emotional functioning*. Doctoral dissertation, city University of New York.
- Faustino, B. Vasco, A. B. Silva, A. N. & Marques T. (2020). Relationship between emotional schemas, mindfulness, self-compassion and unconditional self-acceptance on

- the regulation of psychological needs. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, 23, 145-156.
- Faustino, B. & Vasco A.B. (2021). Emotional schemas mediate the relationship between emotion regulation and symptomatology. *Current Psychology*.
- Girgzde, V. keturakis, V. & Sondaite, J. (2014). Couple's relationship self-regulation narratives after intervention. *Europe's Journal of Psychology*, 10, 315-336.
- Halford, W.K. Sanders, M. R. & Behrens, B. C. (1994). Self-regulation in behavioral couple's therapy. *Behavior Therapy*, 25(3), 431-452.
- Khosravani, V. Baseri, A. Kamali, Z. Mohammadzadeh, A. & Amirinezhad A. (2019). Direct and indirect effects of behavioral inhibition/activation systems on depression and current suicidal ideation through rumination and self-reflection. *Archives of Suicide Research*. 24(12), 1-40.
- Kilpatrick, Q. (2018). *The role of the behavioral inhibition and activation system in the stress process*. Doctoral dissertation, Florid State University.
- Leahy, R.L. Tirsch, D. & Melwani, P.S. (2020). Process underlying depression: Risk aversion, emotional schemas and psychological flexibility. *International Journal of Cognitive Therapy*, 5(4), 362-379.
- Leybman, M.J. Zuroff, D.C. & Fournier, M.A. (2011) A five dimensional model of individual differences in social exchange styles. *Journal of Personality and Individual Differences*, 51,940-945.
- Louchies, L.B. Finkle, E.J. & Fitzsimons, G.M. (2011). The effect of self regulatory strength, content and strategies on close relationship. *Journal of Personality*, 79(6),1251-1280.
- Marchan-Clavellino, A. Alameda-Bailen, J.R. Zayes, G.A. & Guil, R. (2019). Mediating effect of trait emotional intelligence between the behavioral activation systems (BAS), behavioral inhibition system (BIS) and positive and negative affect. *Frontiers in Psychology*.
- Novak, J.R. Smith, H.M. Larson, J.H. & Crane, D.R. (2017). Commitment, forgiveness, and relationship self-regulation: An actor partner interdependence model of relationship virtues and relationship effort in couple relationships. *Journal of Marital and Family Therapy*, 44(2), 353-356.
- Rackham, E.L. & Larson, J.H. (2020). Relationship self-regulation: An integrative review of the literature. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 9(4), 219-38.
- Raposo, S. Impett, E.A. & Muise, A. (2020). Avoidantly attached individuals are more exchange-oriented and less communal in the bedroom. *Archive of sSexual Behavior*.
- Shafer, K. James, S.L. & Larson, J.H. (2016). Relationship self-regulation and relationship quality: The moderating influence of gender. *Journal of Child and Family Studies*, (4). 1145-54.

- Shahsavarani, S. Mashhadi, A. & Bigdeli, I. (2020). The effect of group emotional schema therapy on cognitive emotion strategies in women with migraine headaches: A pilot study. *International Journal of Cognitive Therapy*, 13(4), 328-40.
- Stafford, L. (2020). Communal strength, exchange orientation equity and relational maintenance. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(1), 026540752099374.
- Stolarski, M. Wojciechowski, J. & Matthews, G. (2020). Seeking the origins of time perspectives – intelligence, temperament, or family environment? A one-year longitudinal study. *Personality and Individual Differences*, 169(1).
- Veilleux, J.C. Chamberlain, K.D. Baker, D.E. & Warner, E.A. (2020). Disentangling beliefs about emotions from emotion schemas. *Journal of Clinical psychology*, 77(4), 1068-1089.
- Veilleux, J.C. Skinner, K.D. Baker, D.E. & Chamberlain, K.D. (2020). Perceived willpower self-efficacy fluctuate dynamically with affect and distress toleranc. *Journal of Research in Personality*, 90(1).
- Wytykowska, A. Fajkowska, M. & Domaradzka, E. (2020). BIS-dependent cognitive strategies mediate the relationship between BIS and positive, negative affect. *Personality and Individual Differences*, 169 (1).

پرسشنامه خودتنظیمی زناشویی

ردیف	عبارت	کاملاً درست	کاملاً غلط	نظری ندارم	نظری ندارم	کاملاً غلط
۱	به صورت عملی به تغییر شخصی توجه نشان می‌دهم و برای آن برنامه دارم.	۵	۱	۳	۲	۱
۲	من به همسرم درباره راه‌هایی که می‌تواند به من کمک کند تا به اهدافم دست‌یابم بازخورد مفید می‌دهم.	۵	۱	۳	۲	۱
۳	اگر روشی که برای تغییر انتخاب کرده‌ام کارآمد نبود، معمولاً می‌توانم روش دیگری را بیابم و امتحان کنم.	۵	۱	۳	۲	۱
۴	می‌کوشم ایده‌هایم را درباره روابط مؤثر در جهت بهبود روابطمان به کارگیرم.	۵	۱	۳	۲	۱
۵	می‌کوشم برای دست یافتن به اهدافی که برای خودم تنظیم کرده‌ام، روش‌ها و راهبردهایی ارائه کنم.	۵	۱	۳	۲	۱
۶	وقتی حس کنم که بخش‌هایی از روابطمان خوب نیست، می‌توانم درباره راه‌های بهتر کردن آن فکر کنم.	۵	۱	۳	۲	۱
۷	سعی می‌کنم ایده‌هایی درباره راه‌های ارتباط مؤثر بیابم.	۵	۱	۳	۲	۱
۸	من حتی در صورت رویارویی با مشکلات بازهم برنامه‌های تغییرات شخصی را ادامه می‌دهم.	۵	۱	۳	۲	۱
۹	با همسرم درباره هماهنگی اهدافی که برای رابطه مشترکمان در نظر گرفته‌ام گفتگو می‌کنم.	۵	۱	۳	۲	۱
۱۰	به فراخور بازخوردهایی که از همسرم دریافت می‌کنم، اهداف و روش‌هایم را اصلاح می‌کنم.	۵	۱	۳	۲	۱

۱	۲	۳	۴	۵	۱۱	اگر همسرم تلاش‌های من را برای تغییر کردن درک نکند، من احتمالاً از تلاش دست بکشم.
۱	۲	۳	۴	۵	۱۲	حتی اگر بدانم متفاوت انجام دادن کارها مایه بهبود همه‌چیز در روابطمان می‌شود، بازهم نمی‌توانم تصور کنم که رفتارم را تغییر دهم.
۱	۲	۳	۴	۵	۱۳	بیش از آنکه روش‌های ارتباطی جدید را امتحان کنم، مایلم بدانم در روابطم چه چیزی برایم خوشایند است.
۱	۲	۳	۴	۵	۱۴	اگر روابطمان خوب پیش نرود احساس ناتوانی خواهم کرد.
۱	۲	۳	۴	۵	۱۵	مایلم درباره مسائلی که در روابطمان وجود دارد، دست روی دست بگذارم و طفره بروم، به امید اینکه مشکلات خودبه‌خود حل خواهند شد.
۱	۲	۳	۴	۵	۱۶	حتی اگر من در ایجاد تغییر با مشکل روبرو شوم، مایل نیستم از همسرم درخواست حمایت کمک کنم.

پرسشنامه سیستم‌های رفتاری

ردیف	عبارت	کاملاً موافقم	تا حدی موافقم	تا حدی مخالفم	کاملاً مخالفم
۱	خانواده مهم‌ترین چیز در زندگی است.	۴	۳	۲	۱
۲	حتی اگر اتفاقات بدی برایم بیافتد، به‌ندرت می‌ترسم و نگران می‌شوم.	۴	۳	۲	۱
۳	من برای رسیدن به چیزهایی که می‌خواهم از راه و روش خود دست می‌کشم.	۴	۳	۲	۱
۴	وقتی کارهایم را خوب انجام می‌دهم، دوست دارم که آن کارها را ادامه بدهم.	۴	۳	۲	۱
۵	همیشه می‌خواهم چیزهای جدید را امتحان کنم، اگر فکر کنم آن‌ها چیزهای سرگرم‌کننده‌ای هستند.	۴	۳	۲	۱
۶	طرز لباس پوشیدنم برایم مهم است.	۴	۳	۲	۱
۷	وقتی چیزهایی را که می‌خواهم به دست می‌آورم، احساس شور و شغف می‌کنم.	۴	۳	۲	۱
۸	انتقاد یا سرزنش خیلی کم‌آزارم می‌دهد.	۴	۳	۲	۱
۹	وقتی چیزی را می‌خواهم معمولاً برای رسیدن به آن دست از هر برنامه‌ای می‌کشم.	۴	۳	۲	۱
۱۰	اغلب کارها را فقط به دلیل سرگرمی و تفریح انجام می‌دهم.	۴	۳	۲	۱
۱۱	آنقدر مشغله دارم که حتی برای رفتن به آرایشگاه هم وقت ندارم.	۴	۳	۲	۱
۱۲	اگر برای رسیدن به چیزهایی که می‌خواهم شانس مناسبی بینم، فوراً دست‌به‌کار می‌شوم.	۴	۳	۲	۱
۱۳	وقتی فکر می‌کنم یا می‌دانم کسی از دست من عصبانی است احساس نگرانی و ناراحتی زیادی می‌کنم.	۴	۳	۲	۱
۱۴	وقتی فرصت مناسب برای انجام چیزهایی که دوست دارم فراهم می‌شود، بی‌درنگ هیجان‌زده می‌شوم.	۴	۳	۲	۱
۱۵	اغلب کارهایم را خیلی سریع انجام می‌دهم.	۴	۳	۲	۱
۱۶	اگر فکر کنم چیز ناخوشایندی در حال رخ دادن است معمولاً خیلی هیجان‌زده می‌شوم.	۴	۳	۲	۱
۱۷	اغلب شگفت‌زده می‌شوم وقتی می‌بینم افراد به شیوه‌های خاصی رفتار می‌کنند.	۴	۳	۲	۱
۱۸	وقتی چیزهای خوبی برایم اتفاق می‌افتد به‌شدت مرا تحت تأثیر قرار می‌دهند.	۴	۳	۲	۱
۱۹	وقتی فکر می‌کنم که عملکردم در انجام کاری ضعیف بوده، نگران می‌شوم.	۴	۳	۲	۱
۲۰	همیشه به دنبال هیجان و تجربه احساسات جدید هستم.	۴	۳	۲	۱

۱	۲	۳	۴	۲۱	وقتی به دنبال چیزی که می‌خواهم هستم از روش "هیچ مانعی جلودارم نیست" استفاده می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۲۲	در مقایسه با دوستانم ترس خیلی کمتری دارم.
۱	۲	۳	۴	۲۳	بردن یک مسابقه یا رقابت مرا هیجان‌زده می‌کند
۱	۲	۳	۴	۲۴	از این‌که در انجام کاری مرتکب اشتباه شوم، نگرانم.

پرسشنامه طرحواره‌های هیجانی

ردیف	عبارت	کاملاً موافقم	تا حدی موافقم	کمی مخالفم	تا حدی مخالفم	کاملاً مخالفم
۱	وقتی ناراحتم، سعی می‌کنم به موضوع از چشم‌انداز دیگری بنگرم.	۰	۱	۲	۳	۴
۲	اغلب فکر می‌کنم درگیر احساساتی هستم که دیگران آن‌ها را تجربه نمی‌کنند.	۰	۱	۲	۳	۴
۳	داشتن برخی احساسات، اشتباه است.	۰	۱	۲	۳	۴
۴	حقایقی در مورد خودم وجود دارد که اصلاً از آن‌ها سر در نمی‌آورم.	۰	۱	۲	۳	۴
۵	بر این باورم که باید به خودم اجازه دهم تا با گریه کردن، احساساتم تخلیه شوند.	۰	۱	۲	۳	۴
۶	اگر به خودم اجازه‌ی تجربه برخی از احساسات را بدهم، می‌ترسم کنترلم را از دست بدهم.	۰	۱	۲	۳	۴
۷	دیگران احساسات مرا درک می‌کنند و می‌پذیرند.	۰	۱	۲	۳	۴
۸	احساساتم برایم معنایی ندارد.	۰	۱	۲	۳	۴
۹	اگر دیگران تغییر کنند، احساس بهتری پیدا می‌کنم.	۰	۱	۲	۳	۴
۱۰	فکر می‌کنم احساساتی دارم که واقعاً از آن‌ها آگاه نیستم.	۰	۱	۲	۳	۴
۱۱	به خاطر احساساتم، احساس شرمندگی می‌کنم.	۰	۱	۲	۳	۴
۱۲	هیچکس از ته دل به احساسات من اهمیت نمی‌دهد.	۰	۱	۲	۳	۴
۱۳	برایم مهم است که به‌جای احساساتی بودن و بروز دادن هیجاناتم، فردی منطقی و اهل عمل باشم.	۰	۱	۲	۳	۴
۱۴	زمانی که احساسات متناقضی (مانند عشق و نفرت همزمان) به یک شخص دارم، این وضعیت برایم غیرقابل تحمل است.	۰	۱	۲	۳	۴
۱۵	وقتی احساس ناراحتی می‌کنم، سعی می‌کنم به موضوعات مهم‌تر زندگی و آنچه برایم ارزشمند است فکر کنم.	۰	۱	۲	۳	۴
۱۶	احساس می‌کنم می‌توانم به راحتی احساساتم را ابراز کنم.	۰	۱	۲	۳	۴
۱۷	اغلب با خودم می‌گویم "مشکلم چیست؟"	۰	۱	۲	۳	۴
۱۸	خودم را فردی سطحی‌نگر می‌دانم.	۰	۱	۲	۳	۴
۱۹	نگرانم نتوانم احساساتم را کنترل کنم.	۰	۱	۲	۳	۴
۲۰	انسان مجبور است در مقابل داشتن احساسات خاصی جبهه بگیرد.	۰	۱	۲	۳	۴
۲۱	نمی‌توانید بر اساس احساساتتان به این نتیجه برسید که چه چیزی برایتان خوب است.	۰	۱	۲	۳	۴
۲۲	من نباید برخی احساساتی را که دارم، داشته باشم.	۰	۱	۲	۳	۴
۲۳	فکر می‌کنم احساساتم غیرعادی و عجیب‌وغریب هستند.	۰	۱	۲	۳	۴
۲۴	دیگران باعث می‌شوند احساسات ناخوشایندی در من به وجود آید.	۰	۱	۲	۳	۴

۴	۳	۲	۱	۰	۲۵	وقتی احساسی دارم که مرا ناراحت می‌کند، سعی می‌کنم به موضوع دیگری فکر کنم یا کار دیگری انجام دهم.
۴	۳	۲	۱	۰	۲۶	وقتی ناراحتم، گوشه‌ای می‌نشینم و مدام به این مسئله فکر می‌کنم که چقدر احساس بدی دارم.
۴	۳	۲	۱	۰	۲۷	دوست دارم احساساتم نسبت به دیگران کاملاً روشن و واضح باشد.
۴	۳	۲	۱	۰	۲۸	احساسات دیگران شبیه به احساسات من است.
۴	۳	۲	۱	۰	۲۹	احساساتم را می‌پذیرم.
۴	۳	۲	۱	۰	۳۰	فکر می‌کنم درست همان احساساتی را دارم که دیگران دارند.
۴	۳	۲	۱	۰	۳۱	ارزش‌های والاتری وجود دارد که دوست دارم به آن‌ها دست‌یابم.
۴	۳	۲	۱	۰	۳۲	فکر می‌کنم احساسات فعلی من، هیچ ربطی به نحوه بزرگ شدن من ندارد.
۴	۳	۲	۱	۰	۳۳	نگران این هستم که اگر احساسات خاصی را تجربه کنم، ممکن است دیوانه شوم.
۴	۳	۲	۱	۰	۳۴	به نظر می‌رسد احساساتم از جایی سرچشمه نمی‌گیرد.
۴	۳	۲	۱	۰	۳۵	فکر می‌کنم خیلی مهم است که تقریباً در هر کاری منطقی و خردمندانه عمل کنم.
۴	۳	۲	۱	۰	۳۶	دوست دارم احساسی که نسبت به خودم دارم برایم کاملاً شفاف باشد.
۴	۳	۲	۱	۰	۳۷	درعین‌حالی که می‌دانم احساسات خاصی دارم، دلم نمی‌خواهد وجود آن‌ها را بپذیرم.

پرسشنامه سبک تبادل اجتماعی

ردیف	عبارت	کاملاً موافقم	کاملاً مخالفم	کمی موافقم	کمی مخالفم	ثابت	تغییر
۱	معتقدم که برقراری ارتباط می‌تواند برای من سودمند باشد.	۵	۱	۴	۳	۲	۱
۲	کاملاً می‌دانم که برقراری ارتباط برای من هزینه‌هایی دارد.	۵	۱	۴	۳	۲	۱
۳	ترجیح می‌دهم در صورت وجود مشکل به‌جای خاتمه دادن ناگهانی به روابطم، برای حفظ آن‌ها تلاش کنم.	۵	۱	۴	۳	۲	۱
۴	همان‌طور که برای برقراری روابط تلاش زیادی می‌کنم، از طرف مقابل خود نیز همین انتظار را دارم.	۵	۱	۴	۳	۲	۱
۵*	حفظ روابط برترین اولویت من نیست.	۵	۱	۴	۳	۲	۱
۶*	معمولاً هزینه‌های برقراری روابط بر منافع آن پیشی می‌گیرد.	۵	۱	۴	۳	۲	۱
۷	من برای برقراری روابط و حفظ آن‌ها تلاش شایان توجهی می‌کنم.	۵	۱	۴	۳	۲	۱
۸	می‌خواهم از طرف‌های مقابل روابطم سوءاستفاده کنم.	۵	۱	۴	۳	۲	۱
۹	من به میزان منافع ناشی از یک رابطه توجه زیادی می‌کنم.	۵	۱	۴	۳	۲	۱
۱۰	خواهان برقراری روابط کوتاه‌مدت هستم.	۵	۱	۴	۳	۲	۱
۱۱*	معتقدم که هر دو طرف یک رابطه در بلندمدت باید از رابطه نفع یکسانی ببرند.	۵	۱	۴	۳	۲	۱
۱۲*	ترجیح می‌دهم به دیگران تکیه نکنم.	۵	۱	۴	۳	۲	۱
۱۳	گاهی‌بیش از طرف مقابل برای برقراری رابطه تلاش می‌کنم.	۵	۱	۴	۳	۲	۱
۱۴	تلاش می‌کنم در ادامه یک رابطه هزینه‌های خود را به حداقل برسانم.	۵	۱	۴	۳	۲	۱

۱	۲	۳	۴	۵	۱۵	زمانی احساس آرامش و راحتی می‌کنم که بیش از طرف متقابل از یک رابطه عایدم شود.
۱	۲	۳	۴	۵	۱۶	هزینه‌های بلندمدت یک رابطه را زیر نظر می‌گیرم.
۱	۲	۳	۴	۵	۱۷	ترجیح می‌دهم به رابطه پایان دهم به جای آنکه توافقی را بپذیرم که مرا در دام رابطه بدون منفعت می‌اندازد.
۱	۲	۳	۴	۵	۱۸	تلاش می‌کنم با طرف‌های مقابل رابطه به راه‌حل برد - برد برسم.
۱	۲	۳	۴	۵	۱۹	روابطی را ترجیح می‌دهم که در آن‌ها مجبور به صرف زمان و تلاش زیاد نیستم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۰	سرمایه‌گذاری‌های قابل توجهی در روابط انجام می‌دهم، چون احساس می‌کنم شاید نتوانم آن‌ها را ادامه دهم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۱	می‌پذیرم که روابط مستلزم صرف هزینه‌های قابل توجهی هستند.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۲	به شرطی خواهان ماندن در یک رابطه هستم که برایم منفعت داشته باشد.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۳	من به میران هزینه‌های ناشی از یک رابطه توجه زیادی می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۴	چنانچه روابطی را برقرار کنم، به سرعت درصدد پایان دادن آن‌ها برمی‌آیم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۵	از روابطی بسیار راضی و خشنودم که در آن‌ها من و طرف مقابل به یک اندازه منتفع شویم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۶*	معمولاً به جای برقراری رابطه با دیگران، بیشتر با تکیه بر خودم به اهدافم می‌رسم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۷*	در بیشتر روابط منافع شخصی اندکی نصیبم می‌شود.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۸	از تاکتیک‌های گفتگوی مجادله‌آمیز استفاده نمی‌کنم و ترجیح می‌دهم روابط دوستانه با طرف‌های مقابل را ادامه دهم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۹	من روابطی را حفظ می‌کنم که توان تأمین منافع دوجانبه و بلندمدت را داشته باشد.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۰*	من حساب سرمایه‌گذاری‌های خود در یک رابطه را نگاه می‌دارم تا مورد سوءاستفاده قرار نگیرم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۱	خواهان صرف تلاش زیاد برای حفظ روابط هستم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۲*	فکر می‌کنم اگر الآن به طرف مقابل رابطه کمک کنم، او نیز در آینده به من کمک خواهد کرد.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۳	ترجیح می‌دهم در روابطم حداقل سرمایه‌گذاری را انجام دهم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۴	گاهی با توافقی‌های غیرمنصفانه در گفتگو با طرف‌های رابطه موافقم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۵	می‌دانم که همیشه نمی‌توانم از یک رابطه پاداش‌های فوری دریافت کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۶*	معتقدم که روابط منافع قابل توجهی را حاصل می‌کنند.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۷	ار آنجا که به طرف‌های رابطه مشکوکم، به دنبال هزینه‌ها و منافع کوتاه‌مدت هستم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۸	اگر پایان یافتن یک رابطه برایم سودمند باشد، با تمایل کامل آن را انجام می‌دهم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۹	سعی می‌کنم در گفتگوهایم با طرف‌های مقابل رابطه منصف باشم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۰*	تمایل دارم در روابطم کمتر از یک فرد معمولی سرمایه‌گذاری کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۱	من می‌توانم در گفتگو با طرف‌های مقابل رابطه قاطع و صریح باشم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۲	اگر به نفع دیگران عمل کنم، آن‌ها نیز احتمالاً به نفع من عمل خواهند کرد.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۳	معتقد نیستم که برقراری روابط می‌تواند برای من منفعت زیادی داشته باشد.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۴*	در یک رابطه به دنبال هزینه‌ها و منافع کوتاه‌مدت هستم.

۱	۲	۳	۴	۵	۴۵	به رابطه‌ای که در آن چیزها به میل و نفع من پیش نمی‌روند قطعاً خاتمه می‌دهم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۶	معمولاً مصالحه و توافق می‌کنم تا هردو طرف رابطه منتفع شوند.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۷	ترجیح می‌دهم برای مذاکره و گفتگو با طرف‌های رابطه تلاشی نکنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۸	برای حفظ یک رابطه با مصالحه غیرمنصفانه موافقت می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۹	تلاش می‌کنم بیشترین منفعت ممکن از روابط عایدم شود.
۱	۲	۳	۴	۵	۵۰	منافع بلندمدت یک رابطه را زیر نظر می‌گیرم.
۱	۲	۳	۴	۵	۵۱ *	از خاتمه دادن روابط اکراه دارم.
۱	۲	۳	۴	۵	۵۲	در صورتی خواهان سرمایه‌گذاری در یک رابطه هستم که طرف مقابل هم‌چنین قصدی داشته باشد.
۱	۲	۳	۴	۵	۵۳ *	از آنجاکه مراودات را روابط بلندمدت نمی‌دانم، به‌ندرت منافع بلندمدت آن‌ها را زیر نظر می‌گیرم.
۱	۲	۳	۴	۵	۵۴	انتظار دارم که در یک رابطه بیش از طرف مقابل سرمایه‌گذاری کنم.

* گویه‌های ستاره‌دار حذف شده‌اند.

Marital Self-Regulation in Married Women based on Emotional Schemas and Behavioral Systems: With Emphasis on the Role of Mediating Social Exchange Style in Interpersonal relationships

Maryam. Ofsiyehzadeh¹, Azadeh. Farghadani*², & Fatemeh. Shaterian Mohamadi³

Abstract

Aim: The aim of this study was to modeling marital self-regulation based on emotional schemas and behavioral systems with the mediating role of social exchange styles. **Methods:** This descriptive study was conducted using a correlational design. Statistical population was all married female students of Islamic Azad University, Karaj Branch, in the 2020-21 academic year of whom 420 students were selected using convenient sampling. They completed the Behavioral Self-Regulation for Effective Relationship Scale by Wilson et al. the Leahy's Emotional Schema Scale, the Carver and White's BIS/BAS scales and the Leybman's Social Exchange Styles Questionnaire. Data were analyzed using structural equations and Amos software. **Results:** In addition to the significant direct effect of emotional schemas (adaptive and maladaptive) and behavioral activation on marital self-regulation, fairness and individualism played a positive mediating role between behavioral activation and adaptive emotional schemas in marital self-regulation. In addition, individualism played a negative mediating role between behavioral inhibition and maladaptive emotional schemas in marital self-regulation ($P=0.05$). **Conclusions:** In addition to the positive role of adaptive emotional schemas, behavioral activation and fairness style in marital self-regulation, the individualism style of social exchange had a different function in marital self-regulation of married women based on the type of emotional schemas and brain-behavioral systems and it could have a different effect on the cost/benefit estimation in relationships.

Keywords: Behavioral systems; Exchange style; marital self-regulation; Schema.

1. PhD student in General Psychology, Saveh Branch, Islamic Azad University, Saveh, Iran
2. *Corresponding Author: Assistant Professor, Department of Psychology, Saveh Branch, Islamic Azad University, Saveh, Iran.
Email: azadehfarghadani@iau-saveh.ac.ir
3. Assistant Professor, Department of Psychology, Saveh Branch, Islamic Azad University, Saveh, Iran.