

---

# سبک‌های دل‌بستگی و صمیمیت زناشویی: نقش میانجی خودمهارگری اسلامی

تاریخ دریافت: ۹۸/۹/۲۱

تاریخ تأیید: ۹۹/۴/۲۵

---

فاطمه سادات میرقادری

دانش آموخته سطح سه تعلیم و تربیت اسلامی جامعه الزهراء ع - f.mir990@gmail.com

حسین رضائیان بیلندی (نویسنده مسئول)

دانشجوی دکتری روان‌شناسی موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی ع

h.rezaeiyan60@gmail.com

## چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی خودمهارگری اسلامی در رابطه بین سبک‌های دل‌بستگی و صمیمیت زناشویی در دانشجویان و طلبه‌های شهر قم است. طرح پژوهش، توصیفی و از نوع همبستگی و تحلیل مسیر است. بدین منظور ۳۰۶ نفر از جامعه آماری دانشجویان و طلبه‌های متأهل شهر قم به روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند و به پرسش‌نامه‌های خودمهارگری اسلامی رفیعی هنر، سبک‌های دل‌بستگی کولینز و رید و صمیمیت زناشویی اولیا پاسخ دادند. محاسبات آماری لازم به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها در دو سطح «توصیفی» و «استنباطی» انجام شد. برای سنجش رابطه دو گانه متغیرها از روش آماری همبستگی پیرسون و نظری بارون و کنی و روش تحلیل مسیر در نرم‌افزار LISREL استفاده شد. نتایج نشان داد میان خودمهارگری اسلامی و سبک دل‌بستگی ایمن با صمیمیت زناشویی، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و رابطه سبک‌های دل‌بستگی اضطرابی و اجتنابی با صمیمیت زناشویی، منفی و معنادار است. آزمون تحلیل مسیر نشان داد هر یک از سبک‌های دل‌بستگی، هم به صورت مستقیم و هم غیرمستقیم و از طریق خودمهارگری اسلامی، صمیمیت

زناشویی را تبیین می‌کند. این یافته‌ها به خوبی نقش واسطه‌ای خودمهارگری اسلامی را در رابطه میان سبک‌های دلبستگی و صمیمیت زناشویی نشان می‌دهد و می‌تواند اطلاعات مناسبی را به مشاوران و روان‌شناسان خانواده ارائه کند.

### واژگان کلیدی:

خودمهارگری اسلامی، سبک‌های دلبستگی، صمیمیت زناشویی.

### مقدمه

خانواده را مؤسسه یا نهادی اجتماعی معرفی کرده‌اند که ناشی از پیوند زناشویی زن و مرد است. این پیوند که از طریق ازدواج حاصل می‌شود، در اسلام محبوب‌ترین بنای شناخته‌شده نزد خداوند معرفی شده (ابن بابویه، ۱۴۱۳ق، ص ۳۸۳) و بر اصل مودت و رحمت (روم: ۲۱) و آرامش‌بخشی (اعراف: ۱۸۹) آن تأکید می‌شود. رابطه خوشایند و آرام‌بخش زن و شوهر مناسب‌ترین بستر شکوفایی و تعالی شخصیت آنها را فراهم می‌کند (منجری و دیگران، ۱۳۹۱، ص ۳۰)؛ چراکه خانواده در هریک از مراحل رشد خود، با تکالیف یا مسائلی روبه‌روست که تنها در صورت وجود رابطه‌ای صمیمی و رضایت‌بخش میان اعضای خانواده حل می‌شود (رابهیان، ۲۰۱۵، ص ۳)

صمیمیت به‌طور کلی به عنوان «تلاش برای حرکت به سمت ارتباط کامل در همه سطوح» و «توانایی فاش کردن اطلاعات فراوان در مورد خود» تعریف شده است (Feldman et al, 1998, p.283). همچنین صمیمیت را فرایندی می‌دانند که در آن افراد می‌کشند به یکدیگر نزدیک شوند و شباهت‌ها و تفاوت‌هایشان را در احساسات، افکار و رفتارهایشان کشف کنند (Stahman, 2004، به نقل از جابری و دیگران، ۱۳۹۳، ص ۲۷). از سوی دیگر کانتور و لهر (Kantor & Lehr, 1975, p.46) صمیمیت را یک حالت عاطفی متقابل و نزدیکی شدیدی که میان همسران برقرار است، توصیف کرده‌اند (هاروی، ۱۳۸۸، ص ۶۰). باگاروزی نیز صمیمیت را شامل نه بعد صمیمیت هیجانی، روان‌شناختی، عقلانی، جنسی، جسمانی، معنوی، زیباشناختی، اجتماعی تفریحی و زمانی می‌داند (Bagarozzi, 2001, p.6) که شدت ابعاد نه‌گانه آن در هر فرد، متفاوت از فرد دیگر است (بطلانی و دیگران، ۱۳۸۹، ص ۴۹۸).

داشتن رابطه صمیمانه و دلبستگی عاطفی با افراد نزدیک زندگی چون والدین، همسر و

فرزندان یکی از مهم‌ترین نیازهای بشری است. صمیمیت زناشویی (Marital Intimacy) در حد قابل قبول و انتظار، موجب تحکیم روابط محبت‌آمیز بین آنان می‌شود؛ تا آنجا که می‌توان گفت اصل اساسی در ازدواج موفق، ایجاد صمیمیت میان همسران است (منجری و دیگران، ۱۳۹۱، ص ۳۱). از سوی دیگر نبود صمیمیت، خواه‌ناخواه یک رابطه را به پایان خود نزدیک می‌کند. به‌طورمثال در یک تحقیق معتبر که در آمریکا درباره علل طلاق انجام شده، ۸۰ درصد مردان و زنانی که طلاق گرفته بودند، علت جدایی و شکست ازدواج خود را نبود اساسی صمیمیت و احساس عشق نکردن بیان کرده بودند (Bagarozzi, 2001, p.6). به گزارش سازمان ثبت‌احوال ایران نیز در ۱۵ تیرماه ۱۳۹۸، ۱۷۵ هزار طلاق از آغاز تا پایان سال ۹۷ صورت گرفته (به ازای هر ۳/۵ ازدواج، یک طلاق ثبت شده است) که نشان‌دهنده آشفتگی هیجانی روابط همسران است.

با توجه به اهمیت صمیمیت در زندگی همسران و نقش آن در حفظ، پایداری و سلامت ازدواج، مطالعات پرشماری به بررسی عوامل مؤثر بر صمیمیت زناشویی در قالب مدل‌ها و نظریات گوناگون پرداخته‌اند. بر اساس نتایج این تحقیقات ازجمله عوامل سبب‌ساز که نقش مهمی بر صمیمیت همسران دارد، سبک‌های دلبستگی (Attachment Styles) دوران کودکی است. دلبستگی پیوند عاطفی میان کودک در حال رشد و مادر است که از بدو تولد ایجاد می‌شود؛ اما تأثیر آن فقط به دوران کودکی محدود نیست؛ بلکه همه دوره‌های زندگی، حتی دوره سالمندی را در بر می‌گیرد (شاکر و دیگران، ۱۳۹۰، ص ۱۸۰). نظریه دلبستگی بزرگ‌سال با گسترش نظریه بالبی و اینزورث (see: Bowlby, 1969- 1983) برای تبیین تفاوت‌های فردی در شناخت‌ها، احساسات و رفتارهای فردی که در چارچوب روابط صمیمی بزرگ‌سال رخ می‌دهد، تدوین شده است. طبق این نظریه، تفاوت‌های فردی در سبک دلبستگی از تجربه‌های مربوط به روابط صمیمی گذشته که از روابط دلبستگی نوزاد - مادر (مراقب) آغاز می‌شود، سرچشمه می‌گیرد (Johnson & Wiffent, 2009)؛ به نقل از جابری و دیگران، ۱۳۹۳، ص ۲۷).

تداوم دلبستگی تا بزرگ‌سالی و تأثیر آن بر روابط بین فردی افراد در آینده تحقیقات بسیاری را در پی داشت؛ ازجمله این تحقیقات می‌توان به پژوهش‌های هازن و شاور (Hazan, & Shaver, 1987, p.511) اشاره کرد که با الهام از نظریه بالبی در مورد ماهیت پیوندهای عاطفی، نقش دلبستگی‌های متقابل بزرگ‌سالان را در روابط همسران بررسی

کردند و دریافتند که سبک‌های دلبستگی ایمن (Secure Attachment Style)، اجتنابی (Avoidant Attachment Style) و دوسوگرا (Anxiety Attachment Style) افکار، احساس‌ها و رفتار همسران را در روابط زناشویی تحت تأثیر قرار می‌دهند. کان و همکاران (Kane et al, 2007, p.535) نیز طی تحقیقاتی در همین راستا به نتایجی مشابه دست یافتند (محمدی و دیگران، ۱۳۹۰، ص ۱۱). در حمایت از این دیدگاه، برترتن و مان هلند (Bretherton & Munholland, 1999, p.98) در تحقیقی دریافتند که سبک دلبستگی ایمن بر صمیمیت همسران تأثیر مستقیم دارد و همسران دارای سبک دلبستگی ایمن تعهد بیشتری به رابطه داشتند. کوباک و هزن (Kobak & Hazan, 1991, p.861) و بارنت و تایلر، وارثینگتون و فورسیت (Burnette et al, 2006, p.312) نیز در بررسی‌های خود نشان دادند سبک دلبستگی ایمن با سازگاری زناشویی بهتر و تعارض کمتر، ارتباط صمیمانه میان همسران و تنظیم هیجانی بهینه همراه است (رجبی و دیگران، ۱۳۹۳، ص ۵۱).

یکی دیگر از همبسته‌های صمیمیت زناشویی، خودمهارگری (Self-Control) است. خودمهارگری توانایی تنظیم و مهار تعمدی، هشیار و تلاشگرانه تمایلات، رفتارها، افکار و هیجانات خویش است؛ به گونه‌ای که مستلزم متوقف کردن هدفی برای رسیدن به هدفی با سودمندی طولانی مدت و رساندن خود تا حد معیارهایی همچون آرمان‌ها، ارزش‌ها و انتظارات اجتماعی است (رفیعی هنر، ۱۳۹۵، ص ۵۳). براین اساس مفهوم «خودمهارگری» بر اساس منابع اسلامی، از دو سطح کلی تشکیل شده است؛ سطح اول شامل مؤلفه‌های محوری «شناخت» و «بازدارندگی» می‌شود و سطح دوم از تحلیل مؤلفه‌های سطح اول به دست می‌آید. دو مفهوم اساسی «عقل» و «تقوا» می‌تواند تبیین کننده سطح اول سازه خودمهارگری در آموزه‌های اسلامی باشد. سطح دوم دارای هفت مؤلفه «خودنظارت‌گری»، «هدف‌شناسی»، «مؤلفه انگیزشی»، «مهار رفتاری»، «مهار شناختی»، «مهار هیجانی» و «مهار تداوم‌بخش» است (رفیعی هنر و دیگران، ۱۳۹۳، ص ۱۳).

پژوهشگران امروزه دریافته‌اند که خودمهارگری از یک سو پیش‌بینی کننده نتایج مهم زندگی است و از سوی دیگر پیش‌بینی کننده معتبری برای رفتارهای مسئله‌ساز و آسیب شناسانه به شمار می‌آید (Magen & Gross, 2010, p.335). شواهد تجربی نشان می‌دهد افراد با خودمهارگری بالاتر، نتایج بهتری را در زوایای گوناگون زندگی خود به دست می‌آورند که از جمله آنها می‌توان به مواردی چون دستاوردها و انجام وظایف، کنترل

تکانه، سازگاری و انطباق بین فردی، هیجانات اخلاقی و ویژگی‌های شخصیتی اشاره کرد (ر.ک: صیادپور، ۱۳۸۶). در زندگی زناشویی نیز تجربه هیجان‌های منفی گریزناپذیر است و بی‌گمان پتانسیل بالایی برای ناتوانی در تنظیم هیجانی وجود دارد. خودمهارگری می‌تواند یکی از مهم‌ترین تکالیف برای سلامت جسمی و روان‌شناختی به‌ویژه در روابط زناشویی باشد (Kring & Werner, 2004). به نقل از دهقانی و علیزاده، (۱۳۹۳، ص ۷۷)؛ به بیان دیگر به نظر می‌رسد خودمهارگری توانایی مدیریت و مهار هیجانات، تکانه‌ها و امیال را شامل می‌شود و می‌تواند آثاری همچون به‌هم‌پیوستگی بالا و کاهش تعارضات خانوادگی داشته باشد. براین اساس تانجنی، بامیستر و بونی در پژوهش خود سه مجموعه از متغیرهای مربوط به روابط بین فردی، یعنی کیفیت روابط در خانواده اصلی (تعارض خانوادگی و انسجام خانوادگی)، ظرفیت برای همدردی بین فردی و کیفیت دلبستگی را مطالعه کردند. آنها نشان دادند نمرات بالا در خودمهارگری، با کیفیت بالاتر در روابط، همدردی بیشتر، تمایل برای بخشش دیگران به دلیل اشتباه آنها و سبک دلبستگی ایمن رابطه دارد (Tangney et al, 2004, p.271). براین اساس و با توجه به ویژگی کنترل تکانه‌های ناسازگار در خودمهارگری می‌توان گفت به صورت منطقی و قابل انتظار، همسرانی که از خودمهارگری بالاتری برخوردار باشند، بهتر می‌توانند هیجانات ناشی خود را کنترل کنند و در جهت بهبود کارکردهای سودمند خانواده بکوشند و در نتیجه رضایت از زندگی همسری و صمیمیت زناشویی را فراهم آورند. در این زمینه پژوهش‌ها نشان داده‌اند خودمهارگری به افراد کمک می‌کند تمایلشان به پاسخ دادن به شیوه‌ای تکانشی و مبتنی بر نفع شخصی را بازداري کنند و در عوض پاسخ‌های محافظت‌کننده ارتباط را تسهیل می‌کند (Pronk & Karremans, 2014, p.168).

افزون بر نقش مستقیم خودمهارگری بر صمیمیت زناشویی و روابط ساده میان این متغیرها، برخی پژوهش‌ها نشان داده‌اند خودمهارگری می‌تواند اثر زمینه‌های شخصیتی در روابط همسران را میانجیگری کند. در این رابطه می‌توان به پژوهش هادی و همکاران (۱۳۹۵) که نقش میانجی‌گری خودمهارگری و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه را در رابطه میان سبک‌های دلبستگی با تعهد زناشویی بررسی نموده، اشاره کرد. نتایج این تحقیق نشان می‌دهد در رابطه میان سبک دلبستگی اضطرابی با تعهد زناشویی، متغیرهای خودمهارگری و طرح‌واره‌های بی‌اعتمادی، رهاشدگی، بیگانگی و محرومیت هیجانی نقش میانجی ایفا می‌کنند. خرم‌آبادی و همکاران (۱۳۹۷) نیز افزون بر تأیید اثر مستقیم کارکردهای

اجرایی شامل بازداری، انعطاف‌پذیری و حافظه‌فعال و خودمهارگری بر روابط فرازناشویی، نقش میانجیگری خودمهارگری بین کارکردهای اجرایی بازداری، انعطاف‌پذیری و حافظه‌فعال با روابط فرازناشویی را نشان داده‌اند.

در ارتباط با چگونگی واسطه‌گری خودمهارگری در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و کارکردهای روان‌شناختی آن همچون صمیمیت زناشویی می‌توان گفت سبک دلبستگی ایمن و سالم بر نحوه انتخاب و ساماندهی اهداف تأثیر می‌گذارد و خودمهارگری را در انسان پرورش می‌دهد و به طور خودکار، شکلی از خودمهارگری را در برابر وسوسه‌ها فعال می‌کند و آثاری همچون بهبود روابط بین فردی و صمیمیت زناشویی به دنبال خواهد داشت. در مقابل به نظر می‌رسد وجود سبک‌های دلبستگی نایمن و اضطرابی نقش منفی در دو بعد «شناخت» و «بازدارندگی» داشته باشد و موجب کاهش مؤلفه‌های خودنظارتگری، هدف‌شناسی، مؤلفه انگیزشی، مهار رفتاری، مهار شناختی و مهار هیجانی شود و در نتیجه زمینه‌هایی برای تعارض و سوگیری‌ها را در روابط همسران فراهم آورد.

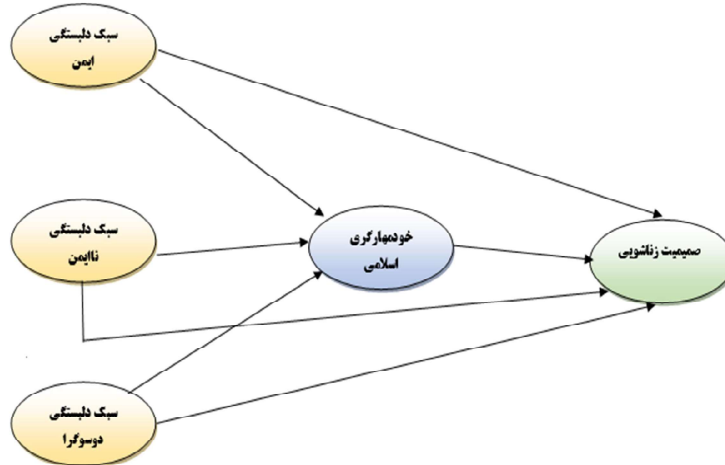
مرور تحقیقات پیشین رابطه بین سبک‌های دلبستگی و خودمهارگری با رضایتمندی و تعهد زناشویی را تأیید می‌کند؛ اما پژوهشی که به بررسی نقش میانجی خودمهارگری در رابطه سبک‌های دلبستگی با صمیمیت زناشویی پرداخته باشد، یافت نشد. از سوی دیگر در بیشتر تحقیقات حوزه خانواده و روابط همسران تاکنون به متغیر خودمهارگری مبتنی بر دین اسلام کمتر توجه شده است. بدیهی است بررسی نقش تبیینی و واسطه‌ای خودمهارگری اسلامی، تلویحاتی را در حوزه نظری و رهنمودهای کاربردی برای مشاوران و روان‌درمانگران خانواده خواهد داشت. بنابراین پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی خودمهارگری اسلامی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و صمیمیت زناشویی انجام شده است.

فرضیه اصلی این پژوهش چنین است:

خودمهارگری اسلامی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و صمیمیت زناشویی نقش میانجی دارد.

فرضیه‌های فرعی مورد مطالعه در پژوهش حاضر از این قرارند:

۱. سبک‌های دلبستگی بر صمیمیت زناشویی اثر مستقیم دارد.
  ۲. خودمهارگری اسلامی بر صمیمیت زناشویی اثر مستقیم دارد.
- بنابراین پژوهش حاضر مدل مفهومی پیشنهادی زیر (شکل ۱) را در قالب تحلیل مسیر به آزمون می‌گذارد.



شکل ۱. مدل مفهومی کلی برای تبیین صمیمیت زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی و خودمهارگری اسلامی

### روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر جزو تحقیقات توصیفی با روش همبستگی از نوع رگرسیون چندمتغیری و خاصه تحلیل مسیر است که به آزمون مدل پیشنهادی می‌پردازد. در این پژوهش سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا/اضطرابی به عنوان متغیر برون‌زاد، خودمهارگری اسلامی (انگیزش خودمهارگری، خودنظار تگری و مهار رفتاری، خودمهارگری هیجانی - رفتاری، خودمهارگری جنسی و هدف‌پذیری) به عنوان متغیر میانجی و صمیمیت زناشویی به عنوان درون‌زاد اصلی در نظر گرفته شده است. جامعه آماری پژوهش همه دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی و دانشگاه سراسری قم و طلبه‌های متأهل حوزه علمیه قم در سال تحصیلی ۱۳۹۶-۱۳۹۷ هستند که از میان آنها ۳۰۶ نفر (۱۶۷ طلبه و ۱۳۹ دانشجوی) در مقاطع تحصیلی گوناگون (کاردانی، کارشناسی، کارشناسی ارشد و معادل آنها) به روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای انتخاب شده‌اند و از آنها خواسته شده به ابزارهای پژوهش پاسخ دهند. برای گردآوری داده‌ها از ابزارهای زیر استفاده شد:

#### الف) پرسشنامه صمیمیت زناشویی اولیا

به منظور اندازه‌گیری میزان صمیمیت زناشویی از پرسش‌نامه صمیمیت زناشویی اولیا (۱۳۸۵) استفاده شد. این پرسش‌نامه دربردارنده ۸۵ سؤال و مقیاس آن طیف لیکرت است و

در ۹ بعد (صمیمیت عاطفی، روان‌شناختی، عقلانی، جنسی، جسمی، معنوی، زیباشناختی، اجتماعی-تفریحی، زمانی)، صمیمیت زناشویی را می‌سنجد. نمره فرد در این آزمون از طریق جمع نمرات گزینه‌ها به دست می‌آید. اولیا به منظور بررسی روایی هم‌زمان پرسش‌نامه صمیمیت زناشویی از مقیاس صمیمیت تامپسون و واکر (Thompson & Walker, 1983) استفاده کرده است. نتایج نشان داد همبستگی بین پرسش‌نامه صمیمیت زناشویی و مقیاس تامپسون و واکر برابر ۰/۹۲ بوده است که در سطح ۰/۰۱ معنادار است. برای تعیین پایایی آن نیز از آلفای کرونباخ استفاده شده که آلفای کرونباخ کل آزمون ۹۸/۵۸ محاسبه شده است (اولیا و دیگران، ۱۳۸۵، ص ۱۳۵)؛ بنابراین پرسش‌نامه از پایایی مناسب برخوردار است. در پژوهش حاضر برای این پرسش‌نامه، ضریب آلفای ۰/۹۷ به دست آمد.

#### ب) پرسش‌نامه سبک‌های دلبستگی کولینز و رید (RAAS)

#### (Revised Adult Attachment Scale Collins&Read, 1990)

این پرسش‌نامه شامل خودارزیابی از مهارت‌های ایجاد روابط و خودتوصیفی شیوه شکل‌دهی به دلبستگی‌های نزدیک و مشتمل بر ۱۸ ماده است. تحلیل عوامل ۳ خرده‌مقیاس ۶ ماده‌ای را مشخص می‌کند. زیرمقیاس (A) با دلبستگی نایمن دوسوگرا (AM) مطابقت دارد و زیرمقیاس نزدیک بودن (C) یک بعد دوقطبی است که اساساً توصیف‌های ایمن و اجتنابی را در مقابل هم نشان می‌دهد. کولینز و رید نشان دادند زیرمقیاس‌های نزدیک بودن (C)، وابستگی (D) و اضطراب (A) در فاصله زمانی ۲ ماه و حتی ۸ ماه پایدار ماندند. با توجه به اینکه مقادیر آلفای کرونباخ در تمامی موارد، مساوی یا بیش از ۰/۸۰ است، میزان قابلیت اعتماد به دست آمده بالاست. در ایران نیز میزان قابلیت اعتماد با استفاده از روش آزمون مجدد آزموده شد. مقدار آلفای کرونباخ در مورد زیرمقیاس‌های C، D و A به ترتیب ۰/۶۴، ۰/۷۳ و ۰/۶۷ به دست آمد (تیموری و دیگران، ۱۳۹۱، ص ۴۵۲). در پژوهش حاضر برای این پرسش‌نامه، ضریب آلفای ۰/۶۷ به دست آمد.

#### ج) پرسش‌نامه خودمهارگری اسلامی رفیعی هنر

رفیعی هنر (۱۳۹۰) با بهره‌گیری از قرآن کریم و روایات اسلامی، مؤلفه‌های سازه خودمهارگری اسلامی را تبیین و مقیاسی ۶۴ سؤالی عرضه کرده است که خودمهارگری افراد بزرگ‌سال را اندازه‌گیری می‌کند. ضریب همبستگی نظرهای کارشناسان برای بررسی



روایی محتوایی این مقیاس بالاتر از ۰/۹۶ و ضریب تطابق کندال ۰/۲۵۷ بوده که در سطح ۰/۰۱ معنادار است. روایی ملاکی با محاسبه ضریب همبستگی مقیاس حاضر و مقیاس هم ارز مقیاس خودمهارگری (Tangney et al, 2004) به ترتیب ۰/۵۷۸ و ۰/۴۰۳ بوده و در سطح ۰/۰۱ معنادار است. نتیجه بررسی روایی سازه به شیوه تحلیل عاملی، استخراج پنج عامل بوده که در مجموع ۳۴/۳۱۵ درصد واریانس کل مقیاس را برآورد می‌کنند. همبستگی بین عوامل و کل مقیاس در سطح ۰/۰۱ معنادار است. عوامل به ترتیب عبارت‌اند از: انگیزش خودمهارگری، خودنظارتگری، مهار رفتاری، خودمهارگری هیجانی - رفتاری، خودمهارگری جنسی و هدف‌پذیری. در بررسی اعتبار مقیاس ضریب آلفای کرونباخ در دو مرحله به ترتیب ۰/۹۴۲ و ۰/۹، همه ضرایب آلفای عوامل پنج‌گانه بالاتر ۰/۶۶۶ و همبستگی بین دو نیمه مقیاس ۰/۷۵۳ بوده است. ضریب همبستگی آزمون - بازآزمون نیز برابر ۰/۶۹۲ بوده و در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است و تأیید دیگری بر روایی ملاکی این آزمون به شمار می‌آید (رفیعی هنر و دیگران، ۱۳۹۴، ص ۱۲۰). در پژوهش حاضر برای این پرسش‌نامه، ضریب آلفای ۰/۹۲ به دست آمد.

برای اجرای پژوهش، نخست جامعه موردنظر به دو گروه کلی «دانشجو» و «طلبه» تقسیم شد و سپس از نظر سطح تحصیلات در سه دسته ناهمپوش (کاردانی / سطح یک حوزه، کارشناسی / سطح دو حوزه، کارشناسی ارشد / سطح سه حوزه) طبقه‌بندی شدند. پس از تقسیم واحدهای نمونه‌برداری به طبقه‌های گوناگون، گام بعدی این بود که برای هر طبقه، یک نمونه تصادفی ساده به دست آید و در گزینش مقدار گروه نمونه، اهمیت فراوانی نسبی هر طبقه مورد توجه قرار گیرد. براین اساس با مراجعه به هریک از مراکز علمی یادشده، به صورت تصادفی از کلاس‌های رشته‌های گوناگون و مقاطع مختلف تحصیلی، تعداد موردنظر انتخاب و افراد انتخابی با رعایت اصول علمی و ارائه توضیحات لازم، به تکمیل دفترچه حاوی سه پرسش‌نامه پرداختند. محاسبات آماری لازم به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها در دو سطح توصیفی و استنباطی انجام شد. برای سنجش رابطه دو گانه متغیرها از روش آماری همبستگی پیرسون در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ و برای آزمون نقش واسطه‌ای متغیر خودمهارگری اسلامی، از چارچوب نظری بارون و کنی (Baron & Kenny, 1986) به نقل از سرمد و دیگران، (۱۳۸۷) و روش تحلیل مسیر در نرم‌افزار LISREL نسخه ۸ استفاده شد.

### یافته‌ها

نمونه مورد مطالعه شامل ۳۰۶ نفر (۵۵ مرد و ۲۵۱ زن) آزمودنی بود که میانگین سنی آنها ۳۱/۵۷ با انحراف استاندارد ۷/۳۷ به دست آمد. از زمان ازدواج این افراد به طور متوسط ۱۰/۲۷ سال گذشته بود و میانگین تعداد فرزندان آنان ۱/۳۵ محاسبه شد. از نظر تحصیلات، ۲۵ نفر (۸/۱۶ درصد) از شرکت کنندگان در مقطع فوق دیپلم یا سطح یک حوزه، ۱۸۶ نفر (۶۰/۷۸ درصد) در مقطع لیسانس یا سطح دو حوزه، ۷۸ نفر (۲۵/۴۹ درصد) در مقطع فوق لیسانس یا سطح سه حوزه و ۱۷ نفر (۵/۵۵ درصد) در مقطع دکتری یا سطح چهار حوزه علمیه مشغول به تحصیل بودند. نتایج مربوط به میانگین، انحراف استاندارد و همبستگی بین متغیرهای پژوهش در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. میانگین، انحراف استاندارد و ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
								۱	۱. صمیمیت زناشویی
							۱	۰/۳۱**	۲. انگیزش خودمهارگری
						۱	۰/۷۱**	۰/۳۴**	۳. خودنظارتگری و مهار رفتاری
					۱	۰/۴۱**	۰/۲۹**	۰/۱۹**	۴. خودمهارگری هیجانی - رفتاری
				۱	۰/۴۸**	۰/۶۰**	۰/۵۵**	۰/۴۵**	۵. خودمهارگری جنسی
			۱	۰/۴۱**	۰/۳۴**	۰/۴۶**	۰/۵۳**	۰/۳۱**	۶. هدف پذیری
		۱	۰/۱۳*	۰/۲۴**	۰/۱۴*	۰/۱۰	۰/۱۵**	۰/۲۴**	۷. سبک دلبستگی ایمن
	۱	-۰/۳۱**	-۰/۱۲*	-۰/۲۲**	-۰/۲۱**	-۰/۰۲	-۰/۰۲	-۰/۲۴**	۸. سبک دلبستگی اجتنابی
۱	۰/۳۸**	-۰/۲۲**	-۰/۲۷**	-۰/۴۰**	-۰/۳۵**	-۰/۳۰**	-۰/۲۲**	-۰/۳۸**	۹. سبک دلبستگی اضطرابی
۷/۸۷	۱۲/۸۹	۱۷/۵۴	۲۲/۸۸	۲۷/۷۱	۳۰/۱۴	۳۶/۰۷	۸۴/۳۴	۲۸۷/۰۱	M
۵/۱۶	۳/۸۰	۳/۸۶	۲/۰۳	۳/۸۲	۴/۶۲	۳/۸۸	۹/۴۱	۳۲/۲۳	SD

\*\* $p < 0.01$  \* $p < 0.05$

جدول ۱ نشان می‌دهد بالاترین سطح در ابعاد خود مهارگری اسلامی مربوط به انگیزش

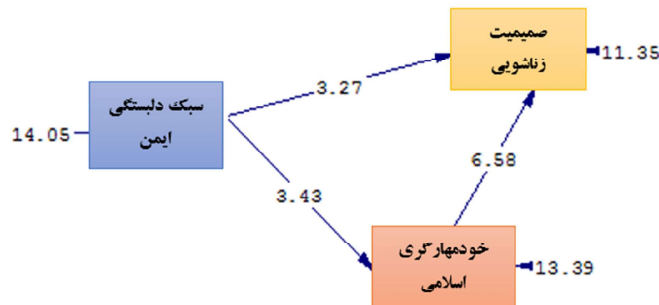
خودمهارگری ( $M=84/34$ ) بود. همچنین بالاترین سطح مربوط به سبک‌های دلبستگی در سبک دلبستگی ایمن ( $M=17/54$ ) به دست آمد. طبق ماتریس همبستگی، میان همه مؤلفه‌های خودمهارگری اسلامی و سبک دلبستگی ایمن با صمیمیت زناشویی ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین رابطه میان سبک دلبستگی اجتنابی و سبک دلبستگی اضطرابی با صمیمیت زناشویی، منفی و معنادار است.

برای بررسی نقش میانجی خودمهارگری در رابطه میان سبک‌های دلبستگی و صمیمیت زناشویی، نخست از روش بارون و کنی (Baron & Kenny, 1986) استفاده شد. بر اساس این روش باید: ۱. میان متغیر پیش‌بین و ملاک رابطه معناداری برقرار باشد. جدول ۲ (مدل ۱) نشان می‌دهد میان سبک‌های دلبستگی و صمیمیت زناشویی رابطه معناداری وجود دارد ( $P=0.000$ ،  $B=-0/27$ ). ۲. متغیر پیش‌بین و میانجی باید دارای همبستگی معناداری باشد. جدول ۲ (مدل ۲) نشان می‌دهد میان سبک‌های دلبستگی و خودمهارگری رابطه معناداری وجود دارد ( $P=0.000$ ،  $B=-0/23$ ). ۳. با ورود اثر متغیر میانجی، رابطه میان پیش‌بین و ملاک تضعیف شود. ضرایب رگرسیون سبک‌های دلبستگی و خودمهارگری بر روی صمیمیت زناشویی (جدول ۲، مدل ۳) نشان می‌دهد در صورت حضور متغیر خودمهارگری، رابطه میان سبک‌های دلبستگی و صمیمیت زناشویی تضعیف شده؛ اما همچنان معنادار است ( $B=-0/19$ ،  $P=0.000$ ) که در این حالت طبق نظر بارون و کنی، میانجی نسبی اتفاق می‌افتد.

جدول ۲. ضرایب رگرسیون پیش‌بینی صمیمیت زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی و خودمهارگری اسلامی

مدل	متغیر ملاک	متغیر پیش‌بین	F	سطح معناداری	R <sup>2</sup>	B	t	سطح معناداری
۱	صمیمیت	سبک‌های دلبستگی	۲۴/۳۱	۰/۰۰۰۱	۰/۰۷	-۰/۲۷	-۴/۹۳	۰/۰۰۰۱
۲	خودمهارگری	سبک‌های دلبستگی	۱۷/۱۱	۰/۰۰۰۱	۰/۰۵	۰/۲۳	-۴/۱۳	۰/۰۰۰۱
۳	صمیمیت	سبک‌های دلبستگی و خودمهارگری	۳۶/۷۶	۰/۰۰۰۱	۰/۱۹	-۰/۱۹	-۳/۵۷	۰/۰۰۰۱
		خودمهارگری				۰/۳۵	۶/۷۵	۰/۰۰۰۱

در ادامه با توجه به ابعاد سه گانه متغیر برون‌زاد، تأثیر مستقیم و غیرمستقیم هریک از سبک‌های دلبستگی به صورت جداگانه در معرض آزمون قرار گرفت. مدل آزمون‌شده و ضرایب مسیر آن بر اساس مسیر مستقیم و غیرمستقیم متغیر برون‌زای سبک دلبستگی ایمن، از طریق متغیر میانجی درون‌زای خودمهارگری اسلامی در شکل ۲ آمده است.



Chi-Square=0.00, df=0, P-value=1.00000, RMSEA=0.000

شکل ۲. نمودار مسیر برای بررسی نقش میانجی خودمهارگری اسلامی در رابطه میان سبک دلبستگی ایمن و صمیمیت زناشویی

همان گونه که ملاحظه می شود، ضرایب مسیر مستقیم سبک دلبستگی ایمن به صمیمیت زناشویی و همچنین مسیر غیرمستقیم سبک دلبستگی ایمن به صمیمیت زناشویی از طریق خودمهارگری اسلامی، از لحاظ آماری، معنادار است و مقدار  $t$  بیشتر از ۲ است. همچنین ضریب همبستگی سبک دلبستگی ایمن و صمیمیت زناشویی ۰/۲۵، سبک دلبستگی ایمن و خودمهارگری ۰/۲۰ و خودمهارگری و صمیمیت زناشویی ۰/۴۰ گزارش شده است. از آنجایی که در این مدل، سه متغیر مشاهده شده و سه مسیر وجود دارد، بنابراین مدل یک مدل دقیقاً همانند است. در این مدل، درجه آزادی برابر با صفر است و شاخص های برازش مدل مانند  $\frac{x^2}{df}$ ، AGFI، GFI، IFI و CFI قابل محاسبه نیست.

برای بررسی نسبتی از رابطه میان دو متغیر سبک دلبستگی ایمن و صمیمیت زناشویی که با نقش میانجی خودمهارگری اسلامی تبیین می شود، از آزمون سوبل استفاده شده که نتیجه آن به شرح جدول ۳ است.

جدول ۳. نتیجه آزمون سوبل برای بررسی نقش میانجی خودمهارگری اسلامی در رابطه میان سبک

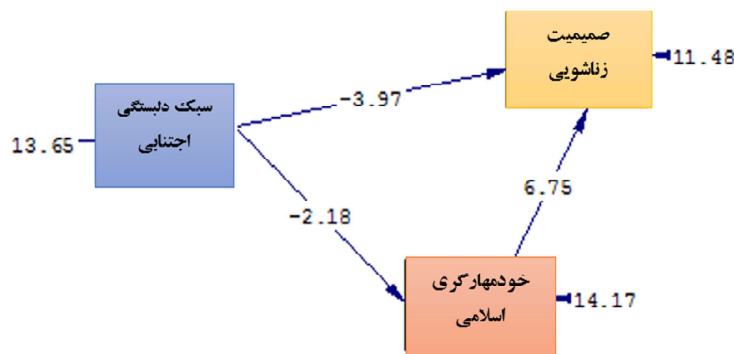
دلبستگی ایمن و صمیمیت زناشویی

آمار سوبل	سطح معناداری	درصدی از اثر کل که توسط متغیر میانجی تبیین می شود	نسبت اثر غیرمستقیم به اثر مستقیم	آزمون گودمن
۳/۰۴	۰/۰۰۲	٪۳۷	۰/۴۴	۳/۰۶۹

سطح معناداری آزمون سوبل نشان می دهد متغیر خودمهارگری به صورت معناداری

توانسته میان دو متغیر سبک دل‌بستگی ایمن و صمیمیت زناشویی، نقش میانجی داشته باشد. همچنین ۳۷ درصد از کل اثر سبک دل‌بستگی ایمن بر صمیمیت زناشویی توسط متغیر خودمهارگری به عنوان یک متغیر میانجی تبیین می‌شود.

مدل آزمون شده و ضرایب مسیر آن بر اساس مسیر مستقیم و غیرمستقیم متغیر برون‌زای سبک دل‌بستگی اجتنابی، از طریق متغیر میانجی درون‌زای خودمهارگری اسلامی در شکل ۳ آمده است.



Chi-Square=0.00, df=0, P-value=1.00000, RMSEA=0.000

شکل ۳. نمودار مسیر برای بررسی نقش میانجی خودمهارگری اسلامی در رابطه میان سبک دل‌بستگی اجتنابی و صمیمیت زناشویی

همان‌گونه که ملاحظه می‌شود ضرایب مسیر مستقیم سبک دل‌بستگی اجتنابی به صمیمیت زناشویی و همچنین مسیر غیرمستقیم سبک دل‌بستگی اجتنابی به صمیمیت زناشویی از طریق خودمهارگری اسلامی، از لحاظ آماری معنادار است و مقدار  $t$  بیشتر از ۲ است. همچنین ضریب همبستگی سبک دل‌بستگی اجتنابی و صمیمیت زناشویی  $-0.24$ ، سبک دل‌بستگی اجتنابی و خودمهارگری  $-0.13$  و خودمهارگری و صمیمیت زناشویی  $0.40$  گزارش شده است. از آنجایی که در این مدل سه متغیر مشاهده شده و سه مسیر وجود دارد، بنابراین مدل یک مدل دقیقاً همانند است. در این مدل، درجه آزادی برابر با صفر است و شاخص‌های برازش مدل مانند  $\frac{\chi^2}{df}$ ، AGFI، GFI، IFI و CFI قابل محاسبه نیست.

برای بررسی نسبتی از رابطه میان دو متغیر سبک دل‌بستگی اجتنابی و صمیمیت زناشویی که با نقش میانجی خودمهارگری اسلامی تبیین می‌شود، از آزمون سوبل استفاده شده که

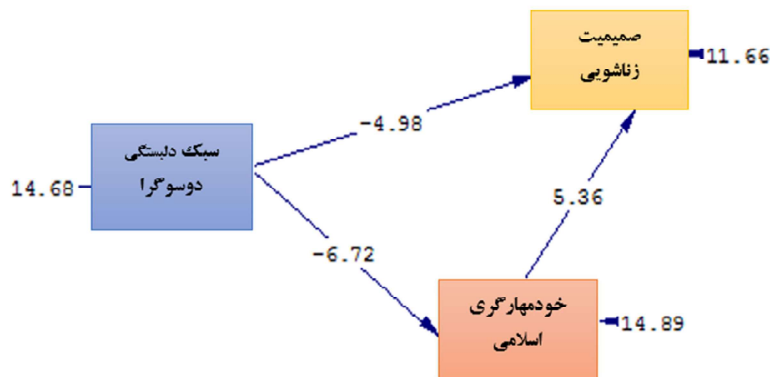
نتیجه آن به شرح جدول ۴ است.

جدول ۴. نتیجه آزمون سوبل برای بررسی نقش میانجی خودمهارگری اسلامی در رابطه میان سبک دلبستگی اجتنابی و صمیمیت زناشویی

آمار سوبل	سطح معناداری	درصدی از اثر کل که توسط متغیر میانجی تبیین می شود	نسبت اثر غیرمستقیم به اثر مستقیم	آزمون گودمن
۲/۰۷	۰/۰۰۳	٪۳۸	۰/۲۶	۲/۰۹۵

سطح معناداری آزمون سوبل نشان می دهد متغیر خودمهارگری به صورت معناداری توانسته میان دو متغیر سبک دلبستگی اجتنابی و صمیمیت زناشویی نقش میانجی داشته باشد. همچنین ۳۸ درصد از کل اثر سبک دلبستگی اجتنابی بر صمیمیت زناشویی توسط متغیر خودمهارگری به عنوان یک متغیر میانجی تبیین می شود.

مدل آزمون شده و ضرایب مسیر آن بر اساس مسیر مستقیم و غیرمستقیم متغیر برون زای سبک دلبستگی دوسوگرا/اضطرابی، از طریق متغیر میانجی درون زای خودمهارگری اسلامی در شکل ۴ آمده است.



Chi-Square=0.00, df=0, P-value=1.00000, RMSEA=0.000

شکل ۴. نمودار مسیر برای بررسی نقش میانجی خودمهارگری اسلامی در رابطه میان سبک دلبستگی دوسوگرا/اضطرابی و صمیمیت زناشویی

همان گونه که ملاحظه می شود ضرایب مسیر مستقیم سبک دلبستگی دوسوگرا/اضطرابی به صمیمیت زناشویی و همچنین مسیر غیرمستقیم سبک دلبستگی دوسوگرا/اضطرابی به صمیمیت زناشویی از طریق خودمهارگری اسلامی، از لحاظ آماری معنادار

است و مقدار  $t$  بیشتر از ۲ است. همچنین ضریب همبستگی سبک دل‌بستگی دوسوگرا/اضطرابی و صمیمیت زناشویی ۰/۳۹-، سبک دل‌بستگی دوسوگرا/اضطرابی و خودمهارگری ۰/۳۸ و خودمهارگری و صمیمیت زناشویی ۰/۴۰ گزارش شده است. از آنجایی که در این مدل سه متغیر مشاهده شده و سه مسیر وجود دارد، بنابراین مدل یک مدل دقیقاً همانند است. در این مدل، درجه آزادی برابر با صفر است و شاخص‌های برازش مدل مانند  $\frac{x^2}{df}$ ، AGFI، GFI، IFI و CFI قابل محاسبه نیست.

برای بررسی نسبتی از رابطه میان دو متغیر سبک دل‌بستگی دوسوگرا/اضطرابی و صمیمیت زناشویی که با نقش میانجی خودمهارگری اسلامی تبیین می‌شود، از آزمون سوبل استفاده شده که نتیجه آن به شرح جدول ۵ است.

جدول ۵. نتیجه آزمون سوبل برای بررسی نقش میانجی خودمهارگری اسلامی در رابطه میان سبک دل‌بستگی دوسوگرا/اضطرابی و صمیمیت زناشویی

آمار سوبل	سطح معناداری	درصدی از اثر کل که توسط متغیر میانجی تبیین می‌شود	نسبت اثر غیر مستقیم به اثر مستقیم	آزمون گودمن
۴/۱۹۰	۰/۰۰۰	٪۳۰	۰/۶۲	۴/۲۱۸

سطح معناداری آزمون سوبل نشان می‌دهد متغیر خودمهارگری به صورت معناداری توانسته میان دو متغیر سبک دل‌بستگی دوسوگرا/اضطرابی و صمیمیت زناشویی نقش میانجی داشته باشد. همچنین ۳۰ درصد از کل اثر سبک دل‌بستگی دوسوگرا/اضطرابی بر صمیمیت زناشویی توسط متغیر خودمهارگری به عنوان یک متغیر میانجی تبیین می‌شود.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش واسطه‌ای خودمهارگری اسلامی در رابطه میان سبک‌های دل‌بستگی با صمیمیت زناشویی بود. یافته‌ها نشان داد میان سبک دل‌بستگی ایمن با صمیمیت زناشویی، ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین رابطه میان سبک دل‌بستگی اجتنابی و سبک دل‌بستگی دوسوگرا/اضطرابی با صمیمیت زناشویی نیز منفی و معنادار است. نتایج بیانگر اثر مستقیم هر یک از سبک‌های دل‌بستگی بر صمیمیت زناشویی بود (فرضیه فرعی اول). این یافته‌ها با نتایج مطالعه جابری و دیگران (۱۳۹۳) که رابطه معنادار دو سبک ایمن و دوسوگرا/اضطرابی با صمیمیت زناشویی را تأیید کرد و تحقیق بطالانی و همکاران (۱۳۸۹) که نشان داد زوج‌درمانی دل‌بستگی محور، صمیمیت همسران را افزایش می‌دهد، همسو و هماهنگ است. نتایج پژوهش خدابخش کولایی و هاشمی اصل

(۱۳۹۵) نیز بیانگر رابطه مثبت و معنادار سبک دلبستگی ایمن با صمیمیت زناشویی و رابطه منفی و معنادار سبک دلبستگی اضطرابی (اجتنابی و دوسوگرا) و میزان بالای ترس از صمیمیت در زنان سالمند مطلقه بود.

در تبیین این یافته پژوهش می‌توان گفت ماهیت و چگونگی رابطه صمیمی افراد در کودکی (نوزاد - مادر)، نوع و ماهیت روابط صمیمی آنها را در سرتاسر زندگی تعیین می‌کند. افراد با سبک دلبستگی ایمن، افرادی شاد، دوستانه و قابل اعتمادند که توانایی همدلی و پذیرش دیگران را دارند؛ بنابراین در صمیمی شدن با دیگران و نزدیکی بیشتر با افرادی مانند همسر به خوبی عمل می‌کنند. به بیان دیگر افراد بزرگسال با دلبستگی بالا تمایل افزون‌تری به ایجاد نزدیکی در روابط میان‌فردی خود دارند؛ در نتیجه میزان صمیمیت را در روابط بهبود می‌بخشند و سازگاری ارتباطی آنها افزایش می‌یابد (Cantazaro, 2010, p.1135). در مقابل، ویژگی برجسته بزرگسالان دارای سبک دلبستگی اجتنابی، ترس از صمیمیت و روابط دوستانه است. این افراد به شدت از ایجاد روابط صمیمانه و نزدیک گریزان‌اند و به محض اینکه احساس می‌کنند روابط در حال نزدیکی است، ناهشیارانه از آن پرهیز می‌کنند. افراد دارای سبک دلبستگی نایمن اجتنابی، در روابط نزدیک و صمیمانه خود به طور ناهشیار روابط دوران کودکی با چهره دلبستگی را به خاطر می‌آورند. این یادآوری و انتقال موجب اضطراب ناشی از طرد دوباره در روابط کنونی می‌شود. آنها برای گریز از تجربه دوباره اضطراب، از هرگونه نزدیکی و رابطه صمیمانه‌ای دوری می‌کنند و از ابراز صمیمیت همسر خود رنج می‌برند. همچنین خوداتکایی و حس خودارزشمندی مفرط این افراد نیز زمینه‌های دوری و پرهیز از برقراری رابطه صمیمانه و اعتماد به دیگران از جمله همسر خود را فراهم می‌آورد. افراد با سبک دلبستگی دوسوگرا که با دل‌مشغولی و سواسی درباره صمیمیت و تلاش برای «یکی شدن» با دیگری مشخص می‌شوند، با نگرش منفی به خود و مثبت به دیگران، برای صمیمیت عاطفی و روابط نزدیک با دیگران ارزش اضافی قائل‌اند و به پذیرش دیگران برای حس بهزیستی شخصی وابسته‌اند. آنها از ترس کنار گذاشته شدن از سوی همسر یا دیگر افراد مهم زندگیشان، توانایی اندکی برای صمیمی شدن دارند.

نتایج پژوهش انجام شده فرضیه فرعی دوم را نیز تأیید می‌کند و بیانگر آن است که خودمهارگری اسلامی با صمیمیت زناشویی ارتباط مثبت و معناداری دارد و به صورت



مستقیم بر آن اثر می‌گذارد. این امر با پژوهش عرفانی و همکاران (۱۳۹۵) که به معناداری رابطه خودمهارگری با کارکرد خانواده اشاره دارد، همسوست. این بدین معناست که هرچه خودمهارگری افراد افزایش یابد، کارکرد سالم خانواده آنان افزایش خواهد یافت. شواهد بیانگر این است که به صورت کلی خودمهارگری توانایی بازداری تکانه‌های خودخواهانه و در عوض رفتار کردن به شیوه‌ای که به نفع ارتباط است را ایجاد می‌کند. در واقع خودمهارگری نوعی مدیریت بر خویشتن است که فرد با تقویت آن می‌تواند خواسته‌های آنی و امیالی را که با اهداف درازمدت او در تعارض اند، مهار نماید و از انحراف و اشتباه دوری کند. خودمهارگری بخش اجرایی خود و کلید اساسی موفقیت در زندگی است و اساس آن توانایی در بازداری تکانه‌هاست. ادبیات خودمهارگری نشان می‌دهد خودمهارگری ضعیف به رفتار بازداری نمی‌انجامد و تکانشی می‌شود؛ به‌طوری که خودمهارگری ضعیف با مشکلات رفتاری و کنترل تکانه و مشکلات ارتباطی و جدایی مربوط است.

در تبیین روان‌شناختی یافته‌های این پژوهش می‌توان گفت به نظر می‌رسد نمره بالا در خودمهارگری اسلامی و مؤلفه‌های آن (انگیزش خودمهارگری، خودنظارنگری و مهار رفتاری، خودمهارگری هیجانی - رفتاری، خودمهارگری جنسی و هدف‌پذیری) چهار عملکرد اصلی در صمیمیت زناشویی و استحکام بنیان خانواده دارد: نخست اینکه خودمهارگری برگرفته از دین اسلام در روابط زناشویی نوعی انضباط حاکم می‌کند. درحقیقت دین با صیانت از نفس از پرداختن به تمایلات نفسانی جلوگیری می‌کند و از طریق ایجاد آرمان‌های مشترک از تضاد در گرایش‌های فردی و تعارض‌ها پیشگیری می‌نماید و به بهبود روابط عاطفی و تقویت و تحکیم آن میان همسران کمک می‌کند. دوم آنکه آموزه‌های دینی از طریق اعمال و مراسم‌های مذهبی، نوعی انسجام و صمیمیت عاطفی و فکری بین همسران ایجاد می‌کند. سوم اینکه خودمهارگری اسلامی در همسران نوعی تعهد مذهبی ایجاد می‌کند که به موجب آن همسران به ارزش‌ها، باورها و تکالیف مذهبی خود پایبند می‌شوند و از آنها در زندگی روزمره و روابط عاطفی بین فردی خود کمک می‌گیرند. همچنین خودمهارگری اسلامی موجب می‌شود همسران دیدگاه فلسفی و اهداف مشترکی را در زندگی دنبال کنند، علایق و سلیقه‌های متفاوت همدیگر را بپذیرند و جهان‌بینی مشترکی درباره امور گوناگون زندگی داشته باشند و در نتیجه از صمیمیت بیشتری برخوردار باشند. این افراد در هنگام بروز مشکلات خانوادگی به

خدا توکل می کنند، در برابر ناملایمات زندگی زناشویی از خود خویشتن داری نشان می دهند، در موقعیت های دشوار، تسلیم و رضا به قضای الهی را در پیش می گیرند، سختی ها و ناملایمات را آزمون الهی می دانند و می کوشند با تحمل و کنار آمدن با آنها، بر ایمان خود بیفزایند.

نتایج پژوهش حاضر، فرضیه اصلی مبنی بر نقش میانجی گری خودمهارگری اسلامی در رابطه میان هریک از سبک های دلبستگی و صمیمیت زناشویی را نیز تأیید کرد. این یافته پژوهش با نتایج پژوهش هادی و همکاران (۱۳۹۵) که بیانگر معناداری اثر غیرمستقیم سبک دلبستگی اضطرابی با میانجی گیری خودمهارگری و طرح واره های ناسازگار بر تعهد زناشویی بود - از جهت تأیید نقش واسطه ای خودمهارگری در روابط همسران - همسو و هماهنگ است. همچنین پژوهش عرفانی و همکاران (۱۳۹۵) تحت عنوان «نقش واسطه ای خودمهارگری در رابطه دلبستگی به خدا با کارکرد خانواده» نیز نشان داد خودمهارگری رابطه کیفیت دلبستگی به خدا را با کارکرد خانواده واسطه گری می کند.

در تبیین این یافته پژوهش می توان گفت دلبستگی ایمن، لوازم خودمهارگری از جمله انگیزه، شناخت و هدفمندی را برای فرد فراهم می کند (رفیعی هنر و دیگران، ۱۳۹۳، ص ۵). افراد دارای دلبستگی ایمن توانایی همدلی و پذیرش دیگران را دارند و به نوعی احساس دلگرمی در آنان قوی تر است. این حس دلگرمی و اعتماد به حمایت شدن، توانایی آنان در تصمیم گیری منطقی و تسلط بر تکانه ها را افزایش می دهد و خودمهارگری را به همراه دارد. خودمهارگری نیز فرد را قادر می کند در همه ابعاد زندگی از جمله بعد خانوادگی و کیفیت روابط، رفتار مطلوب تر و صمیمانه تری داشته باشد. این افراد می توانند روابط عاطفی خود را در سطح مناسبی نگه دارند و به هیجانان و احساسات دیگران پاسخ متناسب و مبتنی بر علاقه و دلسوزی بدهند.

از سوی دیگر در افراد نایمن (اضطرابی) که دارای ویژگی درگیر شدن بیش از حد در روابط صمیمانه هستند یا افراد دارای دلبستگی اجتنابی که ترس از صمیمیت و روابط دوستانه دارند، توانایی تفکر و تصمیم گیری منطقی آسیب می بیند؛ در نتیجه با ایجاد ضعف در خویشتن داری و کنترل و تنظیم هیجانان و تمایلات خود می تواند باعث تشدید مشکلات صمیمیت شود. به بیان دیگر هرچه سطح اضطرابی افراد بالاتر می رود، از میزان خودمهارگری و تسلط بر خود آنان کاسته می شود و این امر بر کیفیت روابط زناشویی و صمیمیت آنان اثرگذار است. در همین راستا بیان می کنند همسرانی که در صمیمیت و

نزدیکی بین فردی مشکل دارند و از صمیمیت دوری می‌کنند، ممکن است از توجه به عقاید دینی و تعهد به یک تشکل مذهبی سود ببرند (Lopes et al, 2004, p.1018)؛ به این معنا که منابع اضافی حمایت اجتماعی از خداوند و تشکل‌های مذهبی، حس دل‌بستگی فردی نداشتن را کاهش می‌دهد یا مانع اثرات منفی در دسترس نبودن همسر می‌شود. بر اساس یافته‌ها، با ورود خودمهارگری اسلامی در معادله ساختاری پیش‌بینی صمیمیت زناشویی، قدرت پیش‌بینی‌کنندگی سبک‌های دل‌بستگی از بین نرفت و این نشان می‌دهد نقش میانجی خودمهارگری اسلامی در این رابطه به صورت کامل نیست. در این راستا بررسی نقش واسطه‌ای متغیرهای دیگری همچون سبک‌های هویت دینی، تاب‌آوری و سلامت معنوی پیشنهاد می‌شود. همچنین پیشنهاد می‌شود با اتکا به یافته‌های پژوهش حاضر، اثربخشی آموزش خودمهارگری اسلامی در میان زوج‌های دل‌بسته‌نایمن و اضطرابی و اثرات آن بر صمیمیت زناشویی بررسی شود.

---

---

## مقالات

سبک‌های بلبستگی و صمیمیت زناشویی:  
نقش میانجی خودمهارگری اسلامی

## منابع و مآخذ

۱. ابن بابویه، محمد بن علی؛ *من لایحضره الفقیه*؛ ج، قم: دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، ۱۴۱۳ق.
۲. اولیا، نرگس و مریم فاتحی زاده و فاطمه بهرامی؛ «تأثیر آموزش غنی سازی زندگی زناشویی بر افزایش صمیمیت زوجین»؛ *خانواده پژوهی*، شماره ۲، ۱۳۸۵، ص ۱۱۹-۱۳۵.
۳. بطلانی، سعیده و سیداحمد احمدی و فاطمه بهرامی و مرضیه شاه سیاه و سیامک محبی؛ «تأثیر زوج درمانی مبتنی بر دل بستگی بر رضایت و صمیمیت جنسی»؛ *مجله اصول بهداشت روانی*، شماره ۱۲، ۱۳۸۹، ص ۴۹۶-۵۰۵.
۴. تیموری، علی و غلامعلی آسفیچی و مسعود لواسانی و علیرضا بخشایش؛ «پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک های دل بستگی و خود متمایز سازی»؛ *خانواده پژوهی*، شماره ۸، ۱۳۹۱، ص ۴۴۱-۴۶۳.
۵. جابری، سمیه و عذرا اعتمادی و رضوان السادات جزایری و سیداحمد احمدی؛ «تعیین عوامل پیش بینی کننده صمیمیت زناشویی زنان شهر اصفهان»؛ *مطالعات زن و خانواده*، شماره ۲، ۱۳۹۳، ص ۲۵-۵۲.
۶. خدابخشی کولایی، آناهیتا و زهره هاشمی اصل؛ «رابطه سبک های دل بستگی با ترس از صمیمیت در زنان سالمند مطلقه»؛ *فصلنامه پیشگیری و سلامت*، شماره ۲، ۱۳۹۵، ص ۲۵-۳۲.
۷. خرم آبادی، راضیه و زهره سپهری شاملو و جواد صالحی فدردی و ایمان الله بیگدلی؛ «مدل ساختاری کارکردهای اجرایی و روابط فرازناشویی با بررسی نقش میانجی خودکنترلی»؛ *فصلنامه روان شناسی شناختی*، شماره ۶، ۱۳۹۷، ص ۴۶-۵۷.
۸. دهقانی، مرضیه و یاسمین علیزاده؛ «تنظیم هیجانی، سبک های دل بستگی و رضامندی زناشویی معلمان»؛ *فصلنامه پژوهش ها و مطالعات علوم رفتاری*، شماره ۲۱، ۱۳۹۳، ص ۷۳-۹۰.
۹. رابهیان، فهیمه؛ «بررسی رابطه سبک های دل بستگی و صمیمیت با رضایت زناشویی در

بین زوجین»؛ دومین کنفرانس بین‌المللی مدیریت، اقتصاد و علوم انسانی (Economic and Humanities)، ۲۰۱۵، ص ۱-۱۵. دسترسی در:

[https://www.civilica.com/Paper-ICMEH01-ICMEH01\\_572.html](https://www.civilica.com/Paper-ICMEH01-ICMEH01_572.html)

۱۰. رجبی، غلامرضا و خلیل موسویان‌نژاد و منوچهر تقی‌پور؛ «رابطه سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی با رضایت و تعارض زناشویی در معلمان زن متأهل»؛ دوفصلنامه مشاوره کاربردی، شماره ۴، ۱۳۹۳. ص ۴۹-۶۶.

۱۱. رفیعی هنر، حمید؛ روان‌شناسی مهار خویشتن با نگرش به منابع اسلامی؛ چ ۱، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۹۵.

۱۲. رفیعی هنر، حمید و عباس آینه‌چی و مریم رجبی؛ «رابطه حرمت خود با خودمهارگری اسلامی؛ با توجه به جنسیت و وضعیت تأهل»؛ اسلام و پژوهش‌های روان‌شناختی، شماره ۱، ۱۳۹۴، ص ۱۱۵-۱۲۸.

۱۳. رفیعی هنر، حمید و مسعود جان‌بزرگی و عباس پسندیده و سید کاظم رسول‌زاده طباطبایی؛ «تبیین سازه‌های خودمهارگری بر اساس اندیشه اسلامی»؛ روان‌شناسی و دین، شماره ۷، ۱۳۹۳، ص ۵-۲۶.

۱۴. سرمد، زهره و عباس بازرگان هرنندی و الهه حجازی؛ روش‌های تحقیق در علوم رفتاری؛ چ ۱۱، تهران: نشر آگه، ۱۳۸۷.

۱۵. شاکر، علی و علی فتحی آشتیانی و علیرضا مهدویان؛ «بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و سلامت روانی با سازگاری زناشویی در زوجین»؛ مجله علوم رفتاری، شماره ۵، ۱۳۹۰، ص ۱۷۹-۱۸۴.

۱۶. سیادپور، زهره؛ «بررسی تحول مفهوم خانواده در کودکان پرورشگاهی و غیرپرورشگاهی»؛ مجله روان‌شناسی و علوم تربیتی، شماره ۳، ۱۳۷۶، ص ۲۳۲-۲۴۵.

۱۷. عرفانی، احمد و باقر غباری بناب و حمید رفیعی هنر؛ «نقش واسطه‌ای خودمهارگری در رابطه دلبستگی به خدا با کارکرد خانواده در میان متأهلین شهر قم»؛ فصلنامه اسلام و پژوهش‌های روان‌شناسی، شماره ۳، ۱۳۹۵، ص ۸۱-۹۶.

۱۸. محمدی، مسعود و رابرت فرنام و پریسا محبوبی؛ «رابطه بین سبک‌های دلبستگی و دشواری در تنظیم هیجانی با رضایت زناشویی در معلمان زن جزیره کیش»؛ فصلنامه علمی - پژوهشی زن و خانواده، شماره ۷، ۱۳۹۰، ص ۹-۲۰.

۱۹. منجزی، فرزانه و عبدالله شفیع آباد و منصور سودانی؛ «بررسی اثر ارتباط اسلامی و نگرش‌های مذهبی بر بهبود رضایت زناشویی»؛ *تحقیقات علوم رفتاری*، شماره ۱۰، ۱۳۹۱، ص ۳۰-۳۷.
۲۰. هادی، سعیده و حسین اسکندری و فرامرز سهرابی و عبدالله معتمدی و علی فرخی نور؛ «مدل ساختاری پیش‌بینی تعهد زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی و متغیرهای میانجی خودکنترلی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه (در افراد دارای روابط فرازناشویی عاطفی)»؛ *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*؛ سال ۷، شماره ۲۸، ۱۳۹۵، ص ۳۳-۶۰.
۲۱. هاروی، مایکل؛ *زوج‌درمانی*؛ ترجمه خدابخش احمدی، زهرا اخوی و علی‌اکبر رحیمی؛ چ ۱، تهران: نشر دانژه، ۱۳۸۸.
22. Bagarozzi D; "Enhancing intimacy in marriage"; USA: Brunner-Routledge, 2001, pp.25-26.
23. Bowlby, J; "Attachment and Loss"; v. I, New York: Basic Book; 1969-1983.
24. Bretherton I., Munholland K. A; "Internal working models in attachment relationships"; *A construct revisited*, York New: Guilford, 1999, pp.98-111.
25. Burnette, J. L., Taylor, K. W., Worthington, E. L., & Forsyth, R; " Attachment and trait forgivingness: The mediating role of angry rumination"; *Journal of Counseling & Development*, 2006, v. 8, pp.312-320.
26. Cantazaro A, Wei M; "Adult attachment, Dependence, self-criticism, and Depressive symptoms: A test of a mediational model"; *Jurnal of personality*, 2010; v.78 (4), pp.1135-1162.
27. Feldman, s.sh., Gowen, L.K., Fisher, L; "Family Relationship and Gender on Predictors of Romantic Intimacy in Young Adult: A Longitudinal Study"; *Journal of Research on Adolesences* 892, 1998, pp.283-296.
28. Hazan,C., & shaver, P.R; "Romantice love conceptualized as an attechment process"; *Jurnal of personality and social psychology*, 1987, v.52, pp.511-524.
29. Kane, H. s., Jamerka, L.,Guichards, A. C., Ford, M. B., Collins., N., Feeny, B. C; "Feeling supported and How are Partner's attachment style predicts the other partners relationship experiences"; *Journal of social and personal relationship*, 2007, v.24 (4), pp.535-555.
30. Kantor, D. & Lehr, W; "Inside the Family"; San Francisco, CA: Jossey-Bass, 1975, pp.46-47.
31. Kobak, R. R., & Hazan, C; "Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models"; *Journal of Personality and Social Psychology*, 1991, v.60, pp.861-869.
32. Lopes, P. N., Brackett, M. A., Nezlek, J., Schultz, A., Sellin, I., & Salovey, P; " Emotional intelligence and social interaction.Personality and Social PsychologyBulletin"; 2004, v.30, pp.1018-1034.

33. Magen & Gross; "Getting Our Act Together: Toward a General Model of Self-Control"; In: R. Hassin, K. Ochsner, & Y. Trope (Eds.); *Self Control in Society, Mind, and Brain*, New York: Oxford University Press, 2010, p.335.
34. Pronk, T. M., & Karremans, J. C; "Does executive control relate to sacrificial behavior during conflicts of interests?"; *Personal Relationships*, 2014, v.21(1), pp.168-175.
35. Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L; "High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success"; *Journal of personality*, 2004, v.72 (2), pp.271-324.