

سبک‌های دلبستگی و میزان بخشودگی میان زنان متقاضی طلاق و زنان عادی

زهرا اخوی ثمرین*

کارشناس ارشد مشاوره خانواده

شکوه نوایی نژاد

استاد دانشگاه خوارزمی

باقر ثنایی ذاکر

استاد دانشگاه خوارزمی

مهدی اکبری

کارشناس ارشد تحقیقات آموزشی

چکیده

این پژوهش با هدف بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و میزان بخشودگی میان زنان متقاضی طلاق و زنان عادی انجام شده است. بدین منظور با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس ۱۰۰ نفر از جامعه زنان عادی و ۱۰۰ نفر از جامعه زنان متقاضی طلاق به‌عنوان گروه نمونه در نظر گرفته شدند. ابزارهای جمع‌آوری اطلاعات عبارت بودند از مقیاس سبک‌های دلبستگی بزرگسالان (AAS) و مقیاس بخشودگی خانواده (FFS). برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آماری آزمون t و تحلیل واریانس و ضریب همبستگی استفاده شد. نتایج بیان‌کننده آن است که بین سبک‌های دلبستگی ایمن و نایمن اضطرابی با میزان بخشودگی، رابطه معناداری وجود دارد. همچنین بین زنان عادی و زنان متقاضی طلاق در سبک‌های دلبستگی و میزان بخشودگی آن‌ها تفاوت معناداری وجود دارد.

کلید واژگان

سبک‌های دلبستگی؛ میزان بخشودگی؛ زنان عادی؛ زنان متقاضی طلاق

* نویسنده مسئول

تاریخ دریافت: ۱۳۹۰/۲/۱۴

تاریخ تصویب: ۱۳۹۱/۱۰/۲۰

مقدمه و بیان مسأله

طلاق شایع‌ترین جلوهٔ تعارض شدید است که بالغ بر نیمی از ازدواج‌هایی را شامل است که در صدد مشاوره هستند، (بهاری و همکاران، ۱۳۸۹). میزان بالای طلاق در جوامع تأییدکننده این حقیقت است که بسیاری از زوجین نسبت به ماندن در ازدواج‌های ناکام تمایلی ندارند. در ایران مطابق با آمارهای ارائه شده، میزان طلاق سالانه در حال افزایش است چنانچه بر اساس آمار رسمی ثبت احوال کشور در ۹ ماهه اول سال ۱۳۸۹، نرخ طلاق نسبت به مدت مشابه در سال قبل ۷/۵ درصد افزایش داشته است (شریفی و همکاران، ۱۳۹۰). بالبی (۱۹۸۲) اظهار می‌کند که مراحل مختلف طلاق شبیه مراحلی است که کودک هنگام جدایی از مادر طی می‌کند که این مراحل به ترتیب انکار (اعتراض)، ناامیدی و سرخوردگی و بی‌اعتنایی و در نهایت جدایی و انزوای فردی است (هاروی، ۲۰۰۵). ارتباط مؤثر در بسیاری از راهنماهای ازدواج تعریف شده و توسط بسیاری از افراد به عنوان مهم‌ترین و ضروری‌ترین مهارت برای دوام ازدواج مطرح شده است (فیشر^۱ و هارت^۲، ۱۹۹۱؛ مارکهام و استنلی^۳، ۱۹۹۹؛ به نقل از هاروی^۴، ۲۰۰۵). بر طبق نظر متینسون و سنیکلر (۱۹۷۹) ازدواج و یافتن شریک، دو هدف روان‌شناختی به دنبال دارد که شامل کمک کردن به رشد روان‌شناختی و عاطفی هر چه بیش‌تر و اجتناب از دردهای روانی است (هو، ۱۹۹۵). نظریهٔ دلبستگی بالبی، نظریه‌ای از عملکرد سالم و ناسالم و روشی برای پاسخگویی به دلایل ناسازگاری زوج‌ها را ارائه می‌دهد (اسکارف و ورلا^۵، ۲۰۰۵). به نقل از هاروی، ۲۰۰۵). مؤثرترین توصیف از دلبستگی توسط کردارشناسان پیشنهاد شده است که محتوای تکاملی دارد. یکی از فرضیه‌های اساسی نظریهٔ کردارشناسی این است که همهٔ انواع از جمله انسان‌ها، با شماری از گرایشات فطری متولد می‌شوند و این گرایشات برای بقای آن‌ها ارزش حیاتی دارند (شافر^۶، ۲۰۰۰؛ به نقل از کولینز^۷، ۲۰۰۱). بالبی عنوان می‌کند که دلبستگی میل

-
1. Fisher
 2. Hart
 3. Markham & Stanley
 4. Harvey
 5. scharff & verela
 6. Shafer
 7. Collins



شاخص فرد در جهت جستجوی مجاورت و تماس با فردی ویژه است (زاوولا^۱، ۲۰۰۴). طبق نظر بالبی، روابط و رفتارهای بزرگسالی ریشه در دوران کودکی فرد دارد (کار^۲، ۱۳۸۵). دلبستگی عاطفی میان کودک و والد عنصر مهمی است که در سراسر زندگی افراد نقش بسیاری ایفا می‌کند (دنیز^۳ و همکاران، ۲۰۰۵). دلبستگی میل طبیعی و فطری انسان برای داشتن پیوندهای عاطفی قوی با فردی ویژه است. به‌طور کلی رفتار دلبستگی به اشکالی از رفتار اشاره دارد که نتیجه آن به‌دست آوردن و حفظ نزدیکی با فردی ویژه است و با تهدیدهای محیطی و درماندگی برانگیخته می‌شوند (بری و همکاران، ۲۰۰۶). بالبی (۱۹۶۹) و برترتون^۴ (۱۹۸۵) مطرح کردند که کودکان دارای یک سیستم دلبستگی فطری هستند که برای حفظ تعادل حیاتی بین آن‌ها و محیط طرح‌ریزی شده است. چنین سیستمی در جهت قرار دادن کودک در بافت خانواده و محیطی سالم، برای داشتن رشد طبیعی در آن، عمل می‌کند (هاروی و بیرد^۵، ۲۰۰۰). آیزورث و همکاران (۱۹۷۸)، کیفیت دلبستگی کودکان را با طرح ریزی «موقعیت ناآشنا» بررسی کردند. این موقعیت شامل هفت مرحله است (دالس^۶، ۲۰۰۶):

- . مادر و فرزند در اتاق هستند و با هم در تعامل دارند.
 - . غریبه وارد اتاق می‌شود و تعامل کوتاهی با مادر و کودک دارد.
 - . مادر به مدت سه دقیقه اتاق را ترک می‌کند.
 - . مادر برمی‌گردد و برای ارتباط برقرار کردن با کودک تلاش می‌کند.
 - . مادر به مدت شش دقیقه اتاق را ترک می‌کند.
 - . مادر برمی‌گردد و غریبه بیرون می‌رود.
 - . مادر برای برقراری ارتباط با کودک تلاش می‌کند.
- آیزورث بر اساس مشاهده چنین موقعیتی، سه الگوی ایمن، اجتنابی و اضطرابی را مطرح کرد:

1. Zuvela
2. Carr
3. Deniz
4. Breterton
5. Byrd
6. Dallos

دلبستگی ایمن^۱: در این نوع دلبستگی، کودک و مراقب رابطه نزدیک و گرمی با هم دارند و در نتیجه، احساسات ایمنی در کودک پرورش یافته و به او اطمینان لازم برای بررسی و کشف محیط را می‌دهد (هاروی و بیرد، ۲۰۰۰). در «موقعیت ناآشنا» کودکانی که در این طبقه جای می‌گیرند، اگرچه با جدایی از مادر در ماندگی و پرخاش نشان می‌دهند، اما با بازگشت مادر به سرعت آرام می‌گیرند، تماس چشمی برقرار کرده و احساسات مثبت از خود نشان می‌دهند. به طور کلی، کودک پاسخ‌های ایمنی از والد خود دریافت می‌کند و قادر به پیش‌بینی رفتار والد خود است. چنین کودکانی قادر هستند تا رویدادها را به خوبی پیش‌بینی کرده و هیجان‌ات مرتبط با آن وقایع را نشان دهند. آن‌ها نسبت به موقعیت‌های جدید دچار پریشانی نمی‌شوند و قادر هستند عکس‌العمل‌های مناسبی نشان دهند (دالس، ۲۰۰۶). این کودکان از مراقب خود تصویری مثبت، حمایت‌کننده و پاسخ‌دهنده در ذهن دارند (نادعلی، ۱۳۸۵). در «موقعیت ناآشنا» مادران کودکان ایمن، پاسخ‌های هیجانی هماهنگ با نیاز کودک، می‌دادند. آن‌ها با مهربانی هرچه بیشتر با کودک تماس فیزیکی برقرار کرده و با حساسیت و به سرعت واکنش نشان می‌دادند.

دلبستگی اضطرابی^۲: کودکان دارای سبک دلبستگی اضطرابی در «موقعیت ناآشنا» با بازگشت مادر، رفتارهای متناقض از خود نشان داده و ممکن است نشان دادن مفرط درماندگی و هیجان‌اتش را حفظ کند (دالس، ۲۰۰۶). کودکان اضطرابی، رابطه‌ای هراسانی با مراقب خود دارند (هاروی و بیرد، ۲۰۰۰) چرا که به شدت ترس از رها شدن و طرد شدن را تجربه می‌کنند (فرالی^۳ و فیلیپ^۴، ۱۹۹۸). چنین ترس‌هایی موجب می‌شود تا کودک برای حفظ نزدیکی با مراقب خود تلاش کند (هاروی و بیرد، ۲۰۰۰). این گروه از کودکان به جای اینکه هنگامی که در آغوش گرفته می‌شوند آرام بگیرند، بی‌قراری می‌کنند و لگد می‌زنند. بعضی از آن‌ها بسیار عصبانی به نظر می‌رسند در حالیکه بعضی نیز فعل‌پذیرتر هستند. به طور کلی این کودکان به بازی برنمی‌گردند (تاگر، لويس، ۱۹۹۳؛ اشنايدر و يانگر^۵، ۱۹۹۶ به نقل از آلن و همکاران، ۲۰۰۲).

1. Secure Attachment
2. Attachment Anxiety
3. Fraley
4. Phillip
5. Tucker, Lewis, Schnider & Younger



مادران کودکان اضطرابی با تأخیر طولانی به درماندگی کودک پاسخ می‌دهند و حساسیت کم‌تری در واکنش به کودک خود داشته (دالس، ۲۰۰۶) و ناهماهنگ و ناسازگار با نیاز کودک عمل می‌کنند (بری و همکاران، ۲۰۰۶).

دلبستگی اجتنابی^۱: کودکانی که در این گروه قرار می‌گیرند، همانند گروه اضطرابی دلبستگی ناایمن نشان می‌دهند. این کودکان به هنگام جدایی از مادر ناراحتی کمی نشان می‌دهند و معمولاً در زمان بازگشت مادر رو برمی‌گردانند، به نظر می‌رسد تماس با مادر را نادیده می‌انگارند یا از آن اجتناب می‌کنند (جویرمن^۲ و همکاران، ۲۰۰۲). این الگو زمانی ایجاد می‌شود که کودک به‌طور مکرر در دسترس نبودن والدین را تجربه می‌کند یا زمانی که کودک برای نزدیکی تلاش می‌کند، مرتباً از سوی آن‌ها طرد می‌شود (دالس، ۲۰۰۶). نحوه مراقبت مادر از آن‌ها به‌طور کلی، طردکننده، خشک و خصومت‌آمیز است (عیدی و خانجانی، ۱۳۸۵) و به ندرت پاسخ‌دهنده هستند و حساسیت بسیار کم‌تری نیز در واکنش به نیاز کودک نشان می‌دهند. چنین روندی، موجب می‌شود تا کودک دیگر احساسات خود را نشان ندهد. در روند رشد، کودک توجه خود را از نیاز به دلبستگی نادیده می‌گیرد و به جنبه‌های غیر انسانی موقعیت‌ها توجه نشان می‌دهد. شکل مفرط چنین وضعیتی، توجه به اشیاء به جای توجه به انسان‌ها است (دالس، ۲۰۰۶). بارتولومئو و هورویتس^۳ (۱۹۹۱) بر اساس نظریه دلبستگی بالبی، مدلی را با عنوان شرح سبک‌های دلبستگی ارائه دادند (به نقل از دنیز و همکاران، ۲۰۰۵). آن‌ها براساس برداشت متفاوت از خود و دیگران در روابط، دو مدل درون‌کاری متفاوت و چهار سبک دلبستگی را پیشنهاد کردند (دنیز و همکاران، ۲۰۰۵). آن‌ها ادعا کردند که الگوی دیگران می‌تواند مثبت (در دسترس و اعتمادپذیرتر) یا منفی (اطمینان‌پذیر و طردکننده) باشد. الگوی خود نیز می‌تواند مثبت (احساس ارزشمندی و حمایت شدن) یا منفی (نداشتن احساس ارزشمندی و حمایت نشدن از سوی دیگران) باشد (هوارد و مدوای^۴، ۲۰۰۴) و بر این اساس سبک‌های دلبستگی افراد می‌تواند به قرار زیر باشد:

ایمن: افرادی که به عنوان ایمن طبقه‌بندی می‌شوند، دید مثبتی نسبت به خود و دیگران

1. Attachment Avoidance
2. Joireman
3. Bartholomew & Horwitz
4. Howard & Medway

دارند. این افراد به نظر می‌رسد روابط صمیمی و عزت نفس بالایی داشته باشند و به دیگران اعتماد می‌کنند (دنیز و همکاران، ۲۰۰۵).

دل مشغول^۱: این افراد دید منفی نسبت به خود و دید مثبت از دیگران دارند. وابسته هستند و به خود اعتماد ندارند. اگرچه تمایل به برقراری ارتباط با دیگران دارند، اما از طرد شدن در روابط می‌ترسند (هوارد و مدوای، ۲۰۰۴). آن‌ها تلاش می‌کنند تا عزت نفس خود را از طریق دیگران به دست آورند (دنیز و همکاران، ۲۰۰۵).

ترسان^۲: این افراد دید منفی به خود و دیگران دارند (هوارد و مدوای، ۲۰۰۴) از روابط با دیگران اجتناب می‌کنند و عزت نفس پایینی دارند (دنیز و همکاران، ۲۰۰۵) درونگرا هستند و اعتماد به نفس ندارند (هوارد و مدوای، ۲۰۰۴).

نافی^۳: گروهی که در این طبقه جای می‌گیرند، دید مثبتی به خود و دید منفی نسبت به دیگران دارند (دنیز و همکاران، ۲۰۰۵) در روابط نزدیک احساس اطمینان و صمیمیت ندارند و به طور کلی مستقل و متکی به خود هستند (هوارد و مدوای، ۲۰۰۴). بدبین هستند و مستعد دروغ‌پردازی درباره‌ی خاطرات ناگوار و ناراحت کننده هستند (استانوجویک^۴، ۲۰۰۴).

سبک دل مشغول بارتولومئو (۱۹۹۱) با سبک دلبستگی اضطرابی هازان و شیور (۱۹۸۷) مشابهت دارد. سبک دلبستگی اجتنابی هازان و شیور نیز با سبک‌های دلبستگی نافی و ترسان بارتولومئو و هرویتس، وجه اشتراک دارند (دنیز و همکاران، ۲۰۰۵). طبقه‌بندی سبک‌های دلبستگی بارتولومئو را می‌توان به خوبی در جدول زیر مشاهده کرد:

مدل کاری خود

مدل کاری دیگران	مثبت (اضطراب پایین)	منفی (اضطراب بالا)
مثبت (اجتناب بالا) منفی (اجتناب پایین)	نافی	ترسان
بارتولومئو به نقل از (استانوجویک، ۲۰۰۴)	ایمن	دل مشغول

1. Preoccupied
2. Fearful
3. Dismissing
4. Stanojevic



دلبستگی، چارچوب شناختی را ارائه می‌دهد که چگونگی ادراک و تعامل فرد را در دوران بعدی زندگی مشخص می‌کند (دنیز و همکاران، ۲۰۰۵). چنین رابطه‌ای، پیوند عاطفی نسبتاً پایداری است که در تعامل منظم و واقعی با مراقب ایجاد می‌شود و در مراحل بعدی زندگی فرد استمرار می‌یابد (رمضانی و همکاران، ۱۳۸۶). بنابراین، رفتارهای عاطفی که کودک با مراقب خود در دوران کودکی دارد نه تنها او را در دوران کودکی، بلکه در رشد نوجوانی و بزرگسالی نیز تأثیرگذار است (هازان و شیور، ۱۹۹۴؛ روت بارد و شاور، ۱۹۹۴ به نقل از هاروی و بیرد، ۲۰۰۰). توانایی افراد برای داشتن روابط نزدیک با یکدیگر، ابزاری مهم برای داشتن شخصیتی سالم است. چنین روابطی رشد شخصی و اجتماعی افراد را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد (دنیز و همکاران، ۲۰۰۵).

روابط مربوط به خانواده از مهم‌ترین روابط است. خانواده به‌طور کلی، سیستم ارتباطی منحصر به فردی دارد (نظری، ۱۳۸۶) و یگانه سیستم اجتماعی است که اعضای آن تحت تأثیر عوامل زیستی، قانونی، هیجانی، جغرافیایی و تاریخی قرار می‌گیرند (حمیدی و همکاران، ۲۰۱۰) و به تبع آن ازدواج نیز حساس‌ترین رابطه خانوادگی قلمداد می‌شود. این حساسیت نه تنها در کسب و حفظ صمیمیت، بلکه در حفظ ساختار ازدواج نیز خود را نشان می‌دهد. وجود تعارض در روابط بین فردی اجتناب‌ناپذیر است. افراد در کنترل چنین تعارض‌هایی به‌صورت متفاوت عمل می‌کنند (المنذ، ۲۰۰۸؛ وای و ییپ، ۲۰۰۹). زمانی که در روابط میان افراد به‌ویژه اعضای خانواده و زوج‌ها، عدالت و انصاف نادیده گرفته می‌شود، افراد احساس می‌کنند که در این رابطه مغبون و متضرر شده‌اند و در نتیجه ممکن است برای گرفتن حق خود از شیوه‌های مخرب استفاده کنند (احتشام‌زاده و همکاران، ۱۳۸۹). بر طبق نظر بالبی، اینکه ما در شرایط استرس‌زا و دشوار چگونه رفتار می‌کنیم، احساسات مرتبط با آن شرایط را چگونه نشان می‌دهیم و روش‌های مواجهه ما با آن شرایط چگونه خواهد بود، تحت تأثیر تجربه‌های تعاملی نخستین ما قرار دارد (بشارت و همکاران، ۱۳۸۵). به‌طور کلی مؤفقیت در زندگی و ازدواج، ناشی از عوامل مختلفی از قبیل تحصیلات، بحران‌های تجربه شده، سن، سبک‌های دلبستگی و کیفیاتی از قبیل تعهد، صمیمیت، گذشت و بخشش و وفاداری و... است (حسینی، ۱۳۸۳). در

-
1. Allemand
 2. Wai.S.T & Yip

سال‌های اخیر، موضوع بخشش که حوزه مهمی از روان‌شناسی سلامت است (لورلو^۱ و همکاران، ۲۰۰۸) توجه بسیاری از محققان را به خود جلب کرده است (والیس^۲ و همکاران، ۲۰۰۸). رابرت اینرایت ملقب به پدر بخشودگی، پیشگام ارائه نظریه بخشودگی در اوایل دهه ۱۹۸۰ است (صلاحیان و همکاران، ۱۳۸۹). ام سی کالو^۳ و همکاران (۲۰۰۰) بیان می‌کنند که در زمینه تعریف بخشش اتفاق نظر وجود ندارد. از نظر آن‌ها بخشش غیر از عذرخواهی کردن، چشم‌پوشی کردن، فراموش کردن و آشتی کردن است (هیل^۴، ۲۰۰۱). محققان بیان می‌کنند که بخشش تغییر انگیزشی است که فرد را از پاسخ‌های مخرب در رابطه منع کرده و رفتار، احساس و تفکر مثبتی را نسبت به فرد خاطی به بار می‌آورد که موجب بهبود رابطه می‌شود (بارنت^۵ و همکاران، ۲۰۰۹). بخشش سازش میان دو بعد درون‌روانی و بین‌فردی است که به صورت تمایل فرد برای نادیده گرفتن رنجش و انتقام‌جویی در برابر فرد خاطی نیز تعریف شده است (والیس و همکاران، ۲۰۰۸). گوردن و بوکان^۶ (۱۹۹۹) سه مرحله درمان را در مدل آسیب خود، مشخص کرده‌اند که در مرحله اول که مرحله تصادم است، تأثیر رنجش را مورد توجه قرار دادن و به حالت عادی درآوردن احساسات و درک آن است. افراد متوجه می‌شوند که خیانت و آسیب به آشوب‌های رفتاری، احساسی و شناختی ملاحظه‌پذیری منجر می‌شود. در مرحله معنا، به دنبال مقصود می‌گردد و تلاش‌های فرد بررسی می‌شود. در این مرحله افراد سعی می‌کنند که علت رفتار همسر خود را درک کنند. در نهایت، در مرحله گذر، بهبود رابطه هدف است و افراد نسبت به همسر خود حس منفی کم‌تری دارند و تصمیم می‌گیرند که آیا با او ادامه دهند یا نه. در واقع، بخشش می‌تواند روش کلیدی برای ترمیم اعتماد از بین رفته باشد (بارنت و یانگبرگ^۷، ۲۰۰۴). بخشش، سازگاری، اعتماد، سازش و توافق را ارتقا داده و سلامت جسمی و روانی را به دنبال دارد (بارنت و همکاران، ۲۰۰۹). محققان برای بخشش ۴ بعد قائل هستند که شامل بعد شناختی-اجتماعی، تخطی، روابط و بعد

1. Lawler
2. Wallace
3. Mc Cullough
4. Hill
5. Burnette
6. Gordon & Baucom
7. Youngberg

شخصیتی است. بعد شناختی- اجتماعی شامل شناخت و هیجانی است که قربانی نسبت به فرد خاطی تجربه می‌کند. بعد تخطی شامل شدت آسیب و میزان عذرخواهی فرد خاطی است. بعد رابطه میزان صمیمیت و تعهد رابطه فرد قربانی و خاطی را در بر می‌گیرد و بعد شخصیتی میزان تمایل فرد قربانی برای بخشش را نشان می‌دهد (تی‌سنگ و استنفورد^۱، ۲۰۰۷). شواهد نشان می‌دهد که میزان عذرخواهی عامل مهمی در بخشش است. عذرخواهی، خشم را کاهش داده و قوی‌ترین اهرم برای جلب بخشش است (بونو^۲ و همکاران، ۲۰۰۸). پژوهش‌ها حاکی از آن است که افراد در موقعیت‌های استرس‌زا بر اساس سبک دلبستگی مختلف، به‌طور متفاوت عمل می‌کنند. افراد دارای سبک دلبستگی ایمن اغلب از راهبردهای یاری طلبی استفاده می‌کنند در حالیکه افراد دوسوگرا بیش‌تر از راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار و اجتناب‌گرا از راهبردهای اجتناب‌گری و ایجاد فاصله استفاده می‌کنند (میکولینسر^۳ و همکاران، ۱۹۹۳ به نقل از بشارت و همکاران، ۱۳۸۵).

بر اساس گزارشات براملت و موسر^۴، ۲۰٪ از دواج‌های اول بعد از پنج سال به طلاق ختم می‌شود (ناپیر^۵، ۲۰۰۰ به نقل از هاروی، ۲۰۰۵). پژوهش‌های انجام شده آثار و پیامدهای عمیق اقتصادی، اجتماعی، روانی، قانونی و والدینی طلاق بر مردان و زنان مطلقه، فرزندان و اجتماع را به خوبی نشان داده است (کلانتری و همکاران، ۱۳۹۰). حال با توجه به نرخ طلاق و پیامدهای طلاق در جامعه ایران و با توجه به اینکه سبک‌های دلبستگی یکی از عواملی است که توانایی بخشش فرد خاطی را پس از خیانت یا صدمه بین فردی، تسهیل یا مشکل می‌کند، و از آنجایی که بخشش از جمله استراتژی‌هایی است که به کاهش تعارضات در روابط منجر می‌شود، پژوهش حاضر این رابطه را بررسی کرده تا معلوم شود که کدام سبک دلبستگی و با چه میزانی با متغیر بخشش ارتباط دارد تا تدابیر لازم در این خصوص اندیشیده شود.

در زمینه ارتباط بین سبک‌های دلبستگی و میزان بخشودگی پژوهش کمی انجام شده است و می‌توان به پژوهش‌های مرتبط با این موضوع اشاره کرد.

1. Tsang & Stanford
2. Bono
3. Mikulincer
4. Bramlett & Mueser
5. Napier

شکرکن و همکاران (۱۳۸۵) در بررسی ویژگی‌های شخصیتی، مهارت‌های اجتماعی، سبک‌های دلبستگی و ویژگی‌های جمعیت شناختی به‌عنوان پیش‌بین‌های موفقیت و شکست رابطه زناشویی به این نتیجه رسیدند که زوج‌هایی که هر دو دلبسته ایمن بودند، شواهد بهتری از سازگاری زناشویی داشتند تا زوج‌هایی که هر دو دلبسته نایمن بودند. در بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و مقابله با تنیدگی، بشارت و شالچی (۱۳۸۶) نشان دادند که سبک دلبستگی ایمن با سبک مقابله‌ی مسأله محور و هیجان‌محور مثبت، رابطه مثبت و با سبک مقابله هیجان‌محور منفی رابطه منفی دارد. به عبارت دیگر افراد ایمن در مقایسه با افراد نایمن، در مواجهه با تنیدگی‌های زندگی بیش‌تر از راهبردهای مقابله مسأله‌محور و هیجان‌محور مثبت استفاده می‌کنند. بنابراین، افراد دارای سبک دلبستگی ایمن از راهبردهایی سود می‌جویند که تنیدگی را به حداقل می‌رساند و هیجان‌های مثبت را فعال می‌کند. افراد نایمن از راهبردهای نظم‌دهی هیجانی مبتنی بر هیجان‌های منفی استفاده می‌کنند، تجربه‌های هیجانی را سرکوب (اجتناب‌گرها) و موقعیت‌ها را استرس‌زاتر تجربه می‌کنند (دوسوگرها). در بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی، تنهایی و مهارت‌های اجتماعی دنیز و همکاران (۲۰۰۵) به این نتیجه رسیدند که افراد تنها، در طبقه‌بندی نایمن قرار می‌گیرند و به‌طور کلی استراتژی‌های هیجانی اجتنابی و بدبینانه افراد با تنهایی آن‌ها، در ارتباط است (نارمی^۱ و همکاران، ۱۹۹۷ به نقل از دنیز و همکاران، ۲۰۰۵). نتایج پژوهش مربوط به رابطه سبک دلبستگی و نشانگان افسردگی (وی^۲ و همکاران، ۲۰۰۵) نشان داد که افراد با دلبستگی اضطرابی نیاز به تأیید از سوی دیگران را بیش‌تر مطرح می‌کنند و در نتیجه نشانگان افسردگی را بیش‌تر نشان می‌دهند. همچنین این پژوهش‌ها نشان داد که ارتباط منفی بین دلبستگی اضطرابی و عزت نفس وجود دارد. یافته‌های بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و چگونگی کنار آمدن با استرس (هوارد و مدوای^۳، ۲۰۰۴) نشان داد که افراد ایمن در مواقع استرس‌زا حمایت خانواده و دیگران را جستجو کرده و آن را می‌پذیرند در صورتی که افراد با سبک دلبستگی نایمن از به‌کارگیری راهبردهای مثبت کناره‌گیری می‌کنند و به حمایت‌های دیگران اعتماد ندارند. برنت و

1. Nurmi
2. Wie
3. Howard & Medway

همکاران (۲۰۰۹) در بررسی روابط میان دلبستگی، همدلی، نشخوارذهنی، بخشودگی و نشانگان افسردگی به این نتیجه رسیدند که سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا با بخشودگی رابطه منفی دارد.

در بررسی رابطه بخشودگی و تعارض زناشویی (افخمی و همکاران، ۱۳۸۶) یافته‌ها نشان داد که رابطه معناداری بین آن‌ها وجود دارد. هر چه فرد بتواند درک واقع بینانه‌ای از اشتباهات خود داشته باشد و عمل خطای خود را تشخیص بدهد و آن را جبران کند، میزان بخشودگی را افزایش داده و به کاهش تعارض منجر می‌شود. مطالعه رابطه میزان بخشش و رضامندی زناشویی (حسینی، ۱۳۸۳) نیز وجود رابطه معناداری را بین آن‌ها نشان داد. در پژوهشی دیگر نشان داده شد که بین بخشش و رضایت از زندگی همبستگی وجود دارد و افراد کم گذشت نسبت به افرادی که گذشت متوسط و زیاد دارند، در زندگی رضایت کم‌تری دارند (زندى پور و یادگاری، ۱۳۸۶). همچنین تمایل برای بخشش با کاهش خشم، تفکر درباره تخطی، ارتقاء حمایت اجتماعی و بهزیستی روان‌شناختی در ارتباط است. فقدان تمایل به بخشش نیز با حمایت اجتماعی ضعیف، توانایی کنار آمدن پایین و افسردگی و اضطراب ارتباط دارد (وای و ییب، ۲۰۰۹). در مطالعه پالری^۱ و همکاران (۲۰۰۵) مشخص شد که بخشش، کیفیت رابطه زناشویی را پیش‌بینی می‌کند و ارتباط متقابلی بین آن‌ها وجود دارد. مطالعه دیگر، ارتباط مثبت بخشش و رضایت زناشویی را تأیید می‌کند (اوراتینکال^۲ و وان استین و گال، ۲۰۰۶). در مطالعه‌ای نشان داده شد که مداخله بخشودگی موجب کاهش نشانگان اضطراب، افسردگی و خشم می‌شود (مالتبی و دی، ۲۰۰۴). مطالعات دیگر بیان‌کننده سطح پایین بخشش در پرخاشگری و استمرار تعارضات زناشویی هستند (فینچام و بیچ، ۲۰۰۲) و به‌طور کلی تمایل به بخشش با ازدواج موفق و کارکرد انطباقی خانواده ارتباط دارد (والیس و همکاران، ۲۰۰۸).

پژوهش حاضر در پی پاسخگویی به سؤال‌های زیر بود:

۱. آیا بین سبک‌های دلبستگی و میزان بخشودگی در زنان متقاضی طلاق و زنان عادی رابطه معناداری وجود دارد؟

1. Paleari
2. Orathinkal
3. Maltby & Day
4. Beach

۲. آیا بین میزان بخشودگی زنان در آستانه طلاق و زنان عادی تفاوت معناداری وجود دارد؟

۳. آیا بین سبک دلبستگی زنان در آستانه طلاق و زنان عادی تفاوت معناداری وجود دارد؟

روش پژوهش

پژوهش حاضر، از نوع توصیفی و علی-مقایسه‌ای بود. جامعه مورد بررسی در پژوهش حاضر کلیه زنانی بودند که ۲ سال از زندگی مشترک آن‌ها گذشته و برای طلاق به دادگاه خانواده یک که شامل مناطق ۱ - ۸ تهران است، مراجعه کرده‌اند و در دامنه سنی ۱۸-۳۵ قرار دارند و کلیه زنانی که ۲ سال از زندگی مشترک آن‌ها گذشته و ساکن مناطق ۱ - ۸ تهران بودند، تاکنون تقاضای طلاق نداشته‌اند و در دامنه سنی ۱۸-۳۵ قرار دارند. نمونه مورد بررسی از لحاظ سن، محل سکونت، تعداد فرزندان و مدت زمان ازدواج همتا شدند. با توجه به اینکه پژوهش حاضر به گونه‌ای نبوده است که نمونه‌ها به شیوه تصادفی انتخاب شوند و از آنجا که حجم نمونه در پژوهش‌های توصیفی حداقل ۱۰۰ نفر ذکر شده است (دلاور، ۱۳۸۳) بنابراین، از جامعه زنان خانواده‌های متقاضی طلاق و زنان خانواده‌های عادی هر کدام ۱۰۰ نفر که داوطلب برای همکاری بودند به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند.

ابزارهای استفاده شده در پژوهش حاضر عبارت بودند از:

مقیاس سبک دلبستگی بزرگسالان: این آزمون که هازن و شاور (۱۹۸۷) ساخته‌اند، یک پرسشنامه خودگزارشی است که بر مبنای سبک‌های دلبستگی سه‌گانه آیزورث (ایمن، اجتنابی و دوسوگرا) و با این فرض طراحی شده که می‌توان در روابط بزرگسالان نیز سبک‌های مشابه سبک‌های دلبستگی کودکان یافت (حسینی، ۱۳۸۳). این ابزار مشتمل بر سه عبارت توصیفی از احساسات فرد درباره روابط میان فردی است که هر کدام از آن‌ها به یکی از سبک‌های دلبستگی اشاره دارد. این پرسشنامه دارای دو بخش است که در بخش اول، آزمودنی به هر کدام از سه عبارت توصیفی بر روی یک مقیاس ۹ درجه‌ای لیکرت از کاملاً نامناسب (۱) تا کاملاً مناسب (۹) پاسخ می‌دهند. نمره‌گذاری سؤال ۲ و ۳ معکوس شده است. در بخش دوم، فرد یکی از عبارت‌ها را به‌عنوان مناسب‌ترین توصیف درباره احساسات خود انتخاب می‌کند.



بالدون و فهر^۱ (۱۹۹۵)، به نقل از حسینی، ۱۳۸۳) پایایی کلی این پرسشنامه را ۰/۶۷۴ گزارش داده‌اند، به علاوه ضرایب آلفای سبک‌های ایمن، اجتنابی و دوسوگرا به ترتیب ۰/۸۰۵، ۰/۵۷۵ و ۰/۳۲ بوده است. بالدون و فهر (۱۹۹۵)، به نقل از حسینی، ۱۳۸۳) روایی این پرسشنامه را ۰/۷ گزارش کرده‌اند. در این پژوهش پایایی با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۶۸۳ به دست آمده است و پایایی همبستگی درونی از طریق فرمول اسپرمن براون ۰/۶۳۲ و روایی سازه از طریق تحلیل عاملی به دست آمده است.

مقیاس سنجش بخشش در خانواده: ابزار سنجش ویژگی‌های بخشش در این پژوهش، مقیاس بخشش در خانواده است. متن اصلی این مقیاس را در سال ۱۹۹۸، پولارد و همکاران برای غربالگری و سنجش در خانواده‌ها طراحی و تدوین کرده‌اند. این مقیاس را در سال ۱۳۸۰، سیف و بهاری در ایران هنجاریابی کرده‌اند. فرم اصلی این مقیاس شامل ۴۰ عبارت دربارهٔ وضع چشم‌پوشی‌ها و اغماض‌ها، دلخوری، رنجش و به‌طور کلی بخشش است که از طریق وضعیت بخشش عضوی از خانواده و نیز سیستم خانواده ارزیابی می‌شود. در تمامی عبارات، آزمودنی باید گزینه‌هایی را مشخص کند که با اوضاع و احوال خانوادگی او منطبق است. پاسخ هر آزمودنی به هر یک از عبارات، در یک طیف چهار درجه‌ای «تقریباً همیشه همین‌طور است»، «اغلب اوقات همین‌طور است»، «بندرت همین‌طور است» و «اصلاً این‌طور نیست» مشخص می‌شود. درجات پایین نشان‌دهندهٔ فقدان بخشش و درجات بالا حاکی از وجود بخشش در خانواده است، در برخی نیز عکس این حالت صدق می‌کند. این مقیاس مشتمل بر پنج مقیاس یا بعد فرعی است که هر یک از آن‌ها دارای ۸ ماده سؤال در دو قسمت خانواده اصلی و رابطه اولیه است. خرده مقیاس‌های تشکیل دهنده عبارت از ۱) واقع‌بینی (۲ تصدیق (۳ جبران عمل (۴ دلجویی کردن (۵ احساس بهبودی است. مدت زمان اجرای مقیاس بخشش در خانواده به‌طور متوسط در حدود ۱۳ دقیقه است. کسانی که بیش‌تر از ۲۰ دقیقه وقت خود را صرف پاسخ دادن به سؤال‌های مقیاس می‌کنند، احتمالاً در برابر پرسش‌ها از خود مقاومت نشان داده و سعی در جلوه دادن اوضاع و احوال خانواده خویش به گونهٔ دیگری دارند.

سیف و بهاری در سال ۱۳۸۰ این مقیاس را در جامعه ایرانی هنجاریابی کردند. بنابراین

گزارش آن‌ها پایایی مقیاس سنجش برابر با $0/845$ محاسبه شد که بسیار مطلوب است. در زمینه روایی، تمامی سؤال‌ها به جز سؤال ۱۹ مربوط به خرده مقیاس دلجویی و سؤال ۳۰ مربوط به خرده مقیاس احساس بهبودی از ضریب تمیز مطلوبی بهره‌مند است. میزان ضریب نسبی مقیاس نیز $8/880$ به دست آمد که معرف ضریب تمیز مطلوب برای این مقیاس است. سیف و بهاری در پژوهش خود ۵ عامل را برای تمام گویه‌ها شناسایی کردند که در پژوهش نیز همان ۵ عامل (۱) واقع بینی؛ (۲) تصدیق؛ (۳) جبران عمل؛ (۴) دلجویی کردن؛ (۵) احساس بهبودی است که بارهای آن به ترتیب $3/351$ ، $3/361$ ، $2/221$ ، $2/282$ ، $3/311$ به دست آمده است. ضریب پایایی آلفای کرونباخ نیز $0/719$ حاصل شده است که در مقایسه با پژوهش‌های انجام شده در وضعیت مطلوب قرار دارد. این مقیاس به روش طیف ساده لیکرت نمره‌گذاری می‌شود. در این روش برای هر یک از گزینه‌های پاسخ، نمره‌ای در نظر گرفته می‌شود. به‌طور کلی به گزینه الف نمره ۱ و به گزینه د ۴ امتیاز تعلق می‌گیرد. شایان ذکر است که بعضی از به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. این آیتم‌ها شامل ۱، ۲، ۵، ۷، ۸، ۹، ۱۱، ۱۴، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۴، ۲۵، ۲۷، ۲۸، ۲۹، ۳۱، ۳۲، ۳۵، ۳۶، ۳۸ است.

یافته‌های پژوهش

برای تجزیه و تحلیل اطلاعات جمع‌آوری شده در دو سطح آمار توصیفی و استنباطی از نرم افزار spss استفاده شد.

جدول ۱: جدول توزیع تعداد فرزندان آزمودنی‌های متقاضی طلاق

تعداد فرزندان	زنان متقاضی طلاق	درصد	زنان عادی	درصد
۰	۵۴	۵۴.۰	۳۹	۳۹.۰
۱	۲۸	۲۸.۰	۲۷	۲۷.۰
۲	۱۶	۱۶.۰	۱۲	۱۲.۰
۳ یا بیشتر	۲	۲.۰	۸	۸.۰
بی پاسخ			۱۴	۱۴.۰

همان‌طور که جدول ۱ نشان می‌دهد ۵۴ درصد از خانواده‌های متقاضی طلاق و نیز ۳۹ درصد از افراد خانواده عادی فرزندی نداشته‌اند.



جدول ۲: ضریب همبستگی سبک‌های دل‌بستگی و میزان بخشودگی در دو گروه

سبک‌های دل‌بستگی	میزان بخشودگی	سطح معناداری
ایمن	$r=0/292$	0/001
اجتنابی	$r=-0/131$	0/065
دوسوگرا	$r=-0/244$	0/001

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، همبستگی محاسبه شده بین دو عامل سبک دل‌بستگی ایمن و میزان بخشودگی $r=0/292$ در سطح $P<0/01$ معنادار است. در نتیجه همبستگی محاسبه شده بین این دو متغیر به لحاظ آماری معنادار است و جهت رابطه بین دو متغیر مثبت است، یعنی نمرات بالا در یک متغیر با نمرات بالا در متغیر دیگر همراه است. همبستگی محاسبه شده بین دو عامل سبک دل‌بستگی نایمن اجتنابی و میزان بخشش $r=-0/131$ در سطح $P<0/01$ معنادار نیست. در نتیجه همبستگی محاسبه شده بین این دو متغیر از لحاظ آماری معنادار نیست، اما جهت رابطه بین دو متغیر منفی است؛ یعنی نمرات بالا در یک متغیر با نمرات پایین در متغیر دیگر همراه است. همبستگی محاسبه شده بین دو عامل سبک دل‌بستگی نایمن دوسوگرا و میزان بخشودگی $r=-0/244$ در سطح $P<0/01$ معنادار است. در نتیجه همبستگی محاسبه شده بین این دو متغیر از لحاظ آماری معنادار است و جهت رابطه بین دو متغیر منفی است؛ یعنی نمرات بالا در یک متغیر با نمرات پایین در متغیر دیگر همراه است.

جدول ۳: آزمون آماری تحلیل واریانس دوره‌ها ۵ در ۲

منبع تغییرات	SS	df	MS	مقدار F	Sig	نتیجه
بخشودگی	۴۹۹۱	۴	۱۲۴۵.۷۵	۲۴.۲۸	0/001	معناداری تفاوت‌ها
متقاضی طلاق و عادی	۱۹۵	۱	۱۹۵	۳.۷۹	0/001	معناداری تفاوت‌ها
بخشودگی × متقاضی طلاق و عادی	۷۹۸	۴	۱۹۹.۵۰	۳.۸۸	0/001	معناداری تفاوت‌ها
خطا	۹۸۰۹	۱۹۰	۵۱.۴۲			

نتایج تجزیه و تحلیل نشان می‌دهد که مقدار معناداری به‌دست آمده از مقدار معناداری بحرانی کم‌تر است. بنابراین، فرض صفر رد می‌شود و فرض یک نتیجه‌گیری می‌شود. فرض یک به این اشاره دارد که حداقل بین دو گروه از چند گروه تفاوت معنادار است. با توجه به اینکه نتایج آزمون تحلیل واریانس دوراهه معنادار به‌دست آمده است می‌توان از آزمون تعقیبی LSD برای معناداری تناظرها استفاده کرد. نتایج آزمون معناداری تفاوت‌ها نیز در جدول زیر آمده است.

جدول ۴: نتایج آزمون تعقیبی LSD برای مقایسه میانگین‌های بخشودگی

نتیجه	سطح معناداری	خطای استاندارد	اختلاف میانگین	متقاضی	سبک بخشش
معنادار	۰/۰۰۱	۱.۴۵	۴.۲۱	طلاق	واقع بینی
معنادار	۰/۰۰۱	۱.۵۲	۴.۲۱	عادی	تصدیق
		۱.۶۳	۵.۱۱	طلاق	
معنادار	۰/۰۰۱	۱.۶۶	۵.۱۱	عادی	جبران عمل
		۱.۳۲	۴.۸۹	طلاق	
معنادار	۰/۰۰۱	۱.۲۶	۴.۸۹	عادی	دلجویی
		۱.۱۱	۲.۸۲	طلاق	
معنادار	۰/۰۰۱	۱.۲۵	۲.۸۲	عادی	احساس بهبودی
		۱.۶۹	۱.۴۸	طلاق	
معنادار	۰/۰۰۱	۱.۱۴	۱.۴۸	عادی	

نتایج آزمون تعقیبی LSD نشان می‌دهد که سطح معناداری به‌دست آمده در همه تناظرها از سطح معناداری بحرانی کم‌تر است، پس می‌توان نتیجه گرفت که تفاوت در سطح بخشودگی در مقیاس‌های واقع‌بینی، تصدیق، جبران عمل و دلجویی در بین زوج متقاضی طلاق و عادی معنادار است ($P < 0/01$)؛ اما در مقیاس احساس بهبودی این تفاوت در متقاضی طلاق و عادی معنادار نیست ($P > 0/01$).



جدول ۵: آزمون آماری تحلیل واریانس دوره‌ها ۲ در ۳

منبع تغییرات	SS	df	MS	مقدار F	Sig	نتیجه
سبک دل‌بستگی	۵۲۳	۲	۲۶۱.۵	۸.۳۰	۰/۰۰۱	معناداری تفاوت‌ها
متقاضی طلاق و عادی	۸۵۶	۱	۸۵۶	۲۷.۲۰	۰/۰۰۱	معناداری تفاوت‌ها
دل‌بستگی x متقاضی طلاق و عادی	۱۲۳۹	۲	۶۱۹.۵	۱۹.۶۹	۰/۰۰۱	معناداری تفاوت‌ها
خطا	۶۱۰۶	۱۹۴	۳۱.۴۷			

نتایج تجزیه و تحلیل نشان می‌دهد که مقدار معناداری به دست آمده از مقدار معناداری بحرانی کم‌تر است. بنابراین، فرض صفر رد می‌شود و فرض یک نتیجه‌گیری می‌شود. فرض یک به این اشاره دارد که حداقل بین دو گروه از چند گروه تفاوت معنادار است. با توجه به اینکه نتایج آزمون تحلیل واریانس دوره معنادار به دست آمده است می‌توان از آزمون تعقیبی LSD برای معناداری تناظرها استفاده کرد. نتایج آزمون معناداری تفاوت‌ها نیز در جدول ۶ آمده است.

جدول ۶: نتایج آزمون تعقیبی LSD برای مقایسه میانگین‌ها

سبک دل‌بستگی	متقاضی	اختلاف میانگین	خطای استاندارد	سطح معناداری	نتیجه
ایمن	طلاق	۲.۳۱	۱.۲۳	۰/۰۰۱	معنادار
	عادی	۲.۳۱	۱.۲۴	۰/۰۰۱	معنادار
ناایمن اجتنابی	طلاق	۱.۱۰	۱.۲۲	۰/۰۰۱	معنادار
	عادی	۱.۱۰	۱.۱۸	۰/۰۰۱	معنادار
ناایمن دوسوگرا	طلاق	۱.۲۹	۱.۱۸	۰/۰۰۱	معنادار
	عادی	۱.۲۹	۱.۱۴	۰/۰۰۱	معنادار

نتایج آزمون تعقیبی نشان می‌دهد که تفاوت نمره سبک دل‌بستگی ایمن و ناایمن اجتنابی و ناایمن دوسوگرا در بین متقاضی طلاق و عادی در سطح آلفای $P < 0/01$ معنادار است. این نشان

می‌دهد در سبک‌های مختلف دل‌بستگی بین متقاضی طلاق و عادی تفاوت آشکاری وجود دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

داده‌های توصیفی در رابطه با توزیع تعداد فرزندان آزمودنی‌های دو گروه بیان‌کننده این است که بین توزیع فراوانی تعداد فرزندان آزمودنی‌های دو گروه و همچنین میانگین تعداد فرزندان، تفاوت معناداری وجود ندارد و دو گروه از این لحاظ تقریباً همسان هستند. بنابراین، نمی‌توان گفت داشتن یا نداشتن فرزند در طلاق مؤثر بوده است. در راستای سؤال اول، نتایج این پژوهش نشان داد که بین سبک‌های دل‌بستگی و میزان بخشش رابطه وجود دارد. نتایج حاکی است که بین سبک دل‌بستگی ایمن با میزان بخشش رابطه مثبت معنادار وجود دارد بدین معنی که افراد دارای سبک دل‌بستگی ایمن در مقایسه با افراد دارای سبک دل‌بستگی نایمن، میزان بخشش بالاتری دارند. یافته‌های پژوهش به‌طور غیرمستقیم با یافته‌های هوارد و مدوای (۲۰۰۴) و بشارت و همکاران (۱۳۸۶) همسو است. سبک دل‌بستگی افراد شاخص پیش‌بینی‌کننده قوی در نوع واکنش افراد و چگونگی نظم‌دهی هیجانی نسبت به تعارض در روابط است (فارل، ۲۰۱۰). بزرگسالان ایمن با توجه به ویژگی‌هایی که دارند به خوبی می‌توانند از بخشش در روابط خود استفاده کنند. همان‌طور که قبلاً مطرح شد، بزرگسالان ایمن از راهبردهایی سود می‌جویند که تنیدگی را به حداقل می‌رساند و در مواقع استرس‌زا حمایت خانواده و دیگران را جستجو می‌کنند.

پژوهش‌هایی که هازان و شیور (۱۹۷۸) و فنی و نولر^۲ (۱۹۹۰) انجام دادند، نشان داد که سبک‌های دل‌بستگی بزرگسالی، نوع روابط رمانتیک آن‌ها را نشان می‌دهد. به‌طور معمول، این مطالعات نشان داد که بزرگسالان دارای سبک‌های دل‌بستگی ایمن، برداشت‌های مثبتی از رابطه خانوادگی خود گزارش می‌دهند و برای به‌دست آوردن روابطی مثل آن‌ها، تلاش می‌کنند. همچنین نتایج نشان داد که افراد دارای سبک دل‌بستگی نایمن در مقایسه با افراد دارای سبک دل‌بستگی ایمن، میزان بخشش کم‌تری دارند. به عبارت دیگر بین سبک دل‌بستگی نایمن و

-
1. Farrell
 2. Feeney& Noller



میزان بخشش رابطه منفی وجود دارد. این یافته‌ها به‌طور مستقیم با نتایج پژوهش برنت و همکاران (۲۰۰۹) همسو است. بزرگسالان با سبک دلبستگی اجتنابی، احساس شک و سوء ظن در روابط را گزارش می‌دهند و بزرگسالان اضطرابی میل به روابط عمیق دارند، اما به شدت از طرد شدن در رابطه هراس دارند. در ارتباط با سبک دلبستگی اجتنابی اگرچه ارتباط معناداری وجود ندارد، اما رابطه منفی است. افراد اجتنابی با خودآشکارسازی مشکل دارند و از مهارت‌های اجتماعی نیز بی بهره‌اند. در روابط خود، احساس شک و سوء ظن را گزارش می‌کنند و بر اساس مدل دلبستگی بارتولومئو و هورویتس (۱۹۹۱) الگوهای فعال درونی افراد دارای سبک دلبستگی اجتنابی درباره دیگران کاملاً منفی است و در مواجهه با موقعیت‌های تنش از راهبردهای اجتنابی و ایجاد فاصله بیش‌تر سود می‌جویند (استانوجویک، ۲۰۰۴). بخشش، به‌طور کلی احساس منفی فرد را کاهش داده و از نوسان مثبتی را نسبت به فرد به‌وجود می‌آورد و این نوید را به فرد می‌دهد که مجدداً ارتباط برقرار شده است (بونو و همکاران، ۲۰۰۸). از آنجا که افراد نایمن اجتنابی دید منفی نسبت به دیگران دارند و به برقراری روابط صمیمی درازمدت با دیگران تمایلی ندارند، در مواجهه با تنیدگی‌ها به پاسخ‌های خصمانه و سرکوبی تجربه‌های هیجانی و تخلیه هیجانی منفی متوسل می‌شوند. نتایج پژوهش‌های پیشین نیز نشان داده است که افراد دارای سبک دلبستگی اجتنابی در مقایسه با افراد دوسوگرا از مشکلات بین شخصی کم‌تری رنج می‌برند. در واقع ویژگی اجتنابگری و اعتماد به خود به آن‌ها این امکان را می‌دهد که با کناره‌گیری از موقعیت‌ها در روابط بین شخصی دارای مشکلات کم‌تری در مقایسه با دوسوگراها باشند. در پژوهش حاضر بین سبک دلبستگی دوسوگرا و میزان بخشش، رابطه منفی معنادار به‌دست آمده است. افراد دارای سبک دلبستگی دوسوگرا از طرد شدن بیم دارند، اما به‌رغم مخاطرات روابط صمیمی، مشتاق برقراری چنین روابطی هستند (هوارد و مدوای، ۲۰۰۴). بخشش نیازمند ارزیابی واقع‌بینانه از موقعیت‌های تنش‌زا است در حالی که افراد دوسوگرا به دلیل نگرانی از طرد شدن از سوی دیگران و عزت نفس پایین، توانایی چنین ارزیابی دقیق و منطقی را ندارند و بیش‌تر از روش‌های متمرکز بر هیجان استفاده می‌کنند. ویژگی دیگر این افراد، این است که عزت نفس خود را از طریق دیگران به‌دست می‌آورند و به خود اعتماد ندارند. نتایج پژوهش وی و همکاران (۲۰۰۵) ارتباط

منفی بین دلبستگی اضطرابی و عزت نفس را نشان می‌دهد. یک بعد از بخشش، بعد عاطفی است که احساس عزت نفس زیاد را شامل می‌شود. افراد نایمن اضطرابی برعکس افراد ایمن که میزان بخشش بالایی دارند، نمرات پایینی در عزت نفس می‌گیرند و این می‌تواند تبیین دیگری بر نمرات کم افراد نایمن دوسوگرا در میزان بخشش باشد.

در ارتباط با سؤال دوم، نتایج پژوهش حاضر نشان داد که بین میزان بخشش زنان متقاضی طلاق و زنان عادی تفاوت وجود دارد. چنین نتیجه‌ای نشان می‌دهد که زنان متقاضی طلاق و عادی با مسائل و مشکلات زندگی به گونه‌ای متفاوت عمل می‌کنند. اثرات مثبت بخشش شاید به این دلیل باشد که تمایل به بخشش، به فرد کمک می‌کند تا پاسخ‌های منفی نسبت فرد خاطی را به پاسخ‌های مثبت انتقال دهد (لوکاس^۱ و همکاران، ۲۰۱۰)، درد هیجانی قربانی را کاهش داده و عاطفه مثبت و عزت نفس قربانی را افزایش می‌دهد (والیس و همکاران، ۲۰۰۸). نتایج پژوهش به‌طور غیر مستقیم با پژوهش پالری و همکاران (۲۰۰۵) همسو است مبنی بر اینکه بخشش، کیفیت رابطه زناشویی را پیش‌بینی می‌کند. افراد کم‌گذشت نسبت به افرادی که گذشت بیش‌تری دارند، از رضایت کم‌تری در زندگی بهره‌مند هستند (زندلی پور و یادگاری، ۱۳۸۶). از سوی دیگر هر چه فرد بتواند درک واقع بینانه‌ای از اشتباهات خود داشته باشد و در جهت جبران آن عمل کند، میزان بخشودگی را افزایش داده و به کاهش تعارض منجر می‌شود. در خانواده‌های متقاضی طلاق، ارتباط بیش‌تر به‌صورت غیر صریح است و پیام‌ها ناآشکار هستند و موجب سردرگمی و ابهام در مخاطب شده و بر نارضایتی فرد دامن می‌زند (آخرتی، ۱۳۸۶). ازدواجی که در آن افراد با احترام و صریح صحبت می‌کنند و خطاهای یکدیگر را می‌بخشند، معمولاً با سطوح بالاتری از رضایت همراه است.

نتایج پژوهش در ارتباط با سؤال سه، نشان داد که بین سبک‌های دلبستگی افراد خانواده‌های متقاضی طلاق و افراد خانواده‌های عادی، تفاوت وجود دارد. یافته‌های پژوهش با یافته‌های پژوهش مظاهری (۱۳۷۹) و شکرکن و همکاران (۱۳۸۵) و همچنین با یافته‌های دنیز و همکاران (۲۰۰۵) به‌طور غیرمستقیم همسو است. افراد خانواده‌های عادی در طبقه‌بندی ایمن قرار می‌گیرند و پژوهش‌ها نشان داده است که افراد ایمن بالاترین سازگاری را در روابط زناشویی خود دارند. با توجه به ویژگی‌های افراد دارای سبک دلبسته ایمن مبنی بر داشتن



روابط صمیمی و عزت نفس بالا و همچنین توانایی اعتماد کردن به دیگران، این مسأله تبیین‌پذیر است. افراد خانواده‌های متقاضی طلاق، نمرات بالاتری در سبک دلبستگی ناایمن داشتند. افرادی که دارای سبک دلبستگی دوسوگرا هستند، بیش‌تر درباره روابط خود ذهن‌درگیری دارند و محتوای روان‌بند‌های عاطفی آن‌ها اضطراب، تردید درباره وفاداری طرف مقابل رابطه و درماندگی در رابطه است. چنین افرادی در روابط خود زیاد پایدار نبوده و ترس از جدایی آن‌ها را از روابط صمیمی باز می‌دارد. افراد اجتنابی نیز به دیگران اعتماد نمی‌کنند و همواره فاصله خود را با دیگران حفظ می‌کنند. هر قدر افراد فقدان امنیت در روابط را نشان دهند، روابط آن‌ها گسسته‌تر و در پاسخگویی در روابط خود حساسیت کم‌تری دارند.

در پژوهش حاضر، پیش‌بینی میزان بخشش از روی سبک‌های دلبستگی نیز بررسی شد که نتایج حاکی است سبک‌های دلبستگی ایمن و ناایمن دوسوگرا میزان بخشش را پیش‌بینی می‌کنند. سبک دلبستگی ایمن بیش‌ترین واریانس مشترک را با میزان بخشودگی دارد. بدین معنا که سبک دلبستگی ایمن واریانس معناداری از میزان بخشش را تبیین می‌کند. در واقع باید گفت افرادی که دارای سبک دلبستگی ایمن هستند، مهارت‌های ارتباطی قوی‌تر دارند و همچنین به شریک خود اعتماد کرده و پاسخگو و حساس هستند، به همین دلیل می‌توانند با دیگران بهتر ارتباط برقرار کنند و در مواقع لازم دیگران را راحت‌تر می‌بخشند.

پیشنهاد‌های برخاسته از این پژوهش عبارت هستند از:

۱. به مشاورانی که با خانواده‌ها کار می‌کنند، توصیه می‌شود تا مداخله بخشش را در ارتباط با زوج‌های در آستانه طلاق به‌کار ببرند.
۲. پیشنهاد می‌شود مشاوران و خانواده‌درمانگران در مواجهه با مراجعان دارای مشکلات ارتباطی به پیشینه روابط توجه کرده و افراد را در فضای روابط دلبستگی‌شان مطالعه کنند.
۳. به مسئولان ذیربط دادگاه‌های خانواده توصیه می‌شود با توجه به تفاوت‌های معنادار به‌دست آمده، ترتیبی اتخاذ کنند تا زوج‌های در آستانه طلاق بتوانند قبل از طلاق در جلسات مشاوره با مداخله بخشودگی شرکت کنند.

منابع

- آخرتی، محمود (۱۳۸۶). بررسی و مقایسه عملکرد خانواده‌های عادی و خانواده‌های متقاضی طلاق. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده. تهران: دانشگاه تربیت معلم
- احتشام‌زاده، پروین، احدی، حسن، عنایتی، میرصلاح الدین و حیدری، علیرضا (۱۳۸۹). ساخت و اعتباریابی مقیاسی برای سنجش بخشودگی بین فردی. *مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران*. ۱۶(۴): ۴۴۳-۴۵۵.
- افخمی، ایمانه، بهرامی، فاطمه، فاتحی زاده، مریم (۱۳۸۶). بررسی رابطه بین میزان بخشودگی و تعارض زناشویی زوجین در استان یزد. *مجله خانواده‌پژوهی* ۳(۹): ۴۳۱-۴۴۲.
- بشارت، محدعلی و شالچی، بهزاد (۱۳۸۶). سبک‌های دلبستگی و مقابله با تیدگی. *فصلنامه روانشناسان ایرانی*. ۳(۱۱): ۲۲۵-۲۳۵.
- بشارت، محمد علی، فرهادی، مهران و گیلانی، بیژن (۱۳۸۵). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و احساس غربت. *فصلنامه علمی - پژوهشی روانشناسی دانشگاه تبریز*. ۱(۳-۲): ۳۳-۵۶.
- بهاری، فرشاد، فاتحی‌زاده، مریم، سید احمدی، احمد، مولوی، حسین و بهرامی، فاطمه (۱۳۸۹). تأثیر مشاوره زناشویی مبتنی بر امید، بخشش و ترکیبی از این دو بر میزان تحریف‌های شناختی بین فردی زوج‌های متقاضی طلاق. *تحقیقات علوم رفتاری*. ۸(۱): ۲۵-۳۳.
- حسینی، اشرف السادات (۱۳۸۳). بررسی سنجش در خانواده‌های اصلی (نسل اول) و خانواده‌های هسته‌ای (زوجین) و رضامندی زناشویی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علوم بهزیستی و توان بخشی
- حسینی، سید حسن (۱۳۸۳). بررسی رابطه سبک‌های شناختی و سبک‌های دلبستگی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه شهید بهشتی.
- دلاور، علی (۱۳۸۳). روش تحقیق در روانشناسی و علوم تربیتی. تهران: ویرایش.



- رضضانی، ولی الله، شمس اسفند آباد، حسن و طهماسبی، شهرام (۱۳۸۶). بررسی پیامدهای هیجانی سبک‌های دلبستگی در دانشجویان. *پژوهش در سلامت روانشناختی*. ۱۱(۱): ۳۸-۴۷
- زندى پور، طيبه و يادگارى، هاجر (۱۳۸۶). ارتباط بخشش با رضایت از زندگی در بانوان دانشجویان متأهل غیر بومی دانشگاه‌های تهران. *مطالعات زنان*. ۵(۳): ۱۰۹-۱۲۲.
- سیف، سوسن و بهاری، فرشاد (۱۳۸۰). *استانداردسازی و هنجاریابی مقیاس سنجش خانواده، برای خانواده‌های ایران*. تهران، دانشگاه الزهراء (س).
- شریفی، مرضیه، کارسولی، سلیمان و بشلیده، کیومرث (۱۳۹۰). اثر بخشی بازآموزی اسنادی در کاهش فرسودگی زناشویی و احتمال وقوع طلاق در زوجین متقاضی طلاق. *مشاوره و روان درمانی خانواده* ۱(۲): ۲۱۲-۲۲۵.
- شکرکن، حسین، خجسته مهر، رضا، عطاری، یوسفعلی، حقیقی، جمال و شهنی ییلاق، منیجه (۱۳۸۵). بررسی ویژگی‌های شخصیتی، مهارت‌های اجتماعی، سبک‌های دلبستگی و ویژگی‌های جمعیت شناختی به عنوان پیش‌بینی‌های مؤفقییت و شکست رابطه زناشویی در زوج‌های متقاضی طلاق و عادی در اهواز. *مجله علوم تربیتی و روانشناسی* ۱۳(۱) (ویژه روانشناسی): ۱-۳۰.
- صلاحیان، افشین، صادقی، مسعود، بهرامی، فاطمه، شریفی، مریم (۱۳۸۹). بررسی رابطه بین هوش هیجانی و بخشودگی با تعارضات زناشویی. *مطالعات روان شناختی*. ۶(۲): ۲۰۱-۱۷۵.
- عیدی، رقیه، خانجانی، زینب (۱۳۸۵). بررسی رضایت زناشویی در سبک‌های مختلف دلبستگی. *فصلنامه علمی - پژوهشی روان‌شناسی تبریز*. ۱(۳-۲): ۱۷۵-۲۰۱.
- کار، آلان (۱۳۸۵). *روان‌شناسی مثبت*. ترجمه حسن پاشا شریفی و جعفر نجفی زند. تهران: اطلاعات.
- کلاتری، عبدالحسین، روشن فکر، پیام و جواهری، جلوه (۱۳۹۰). آثار و پیامدهای طلاق، مرور نظام‌مند تحقیقات انجام شده در ایران با تأکید بر ملاحظات جنسیتی. *زن در توسعه و سیاست (پژوهش زنان)* ۹(۳) (پیاپی ۳۴): ۱۱۱-۱۳۱.

مظاهری، محمد علی (۱۳۷۹). نقش دلبستگی بزرگسالان در کنش ورزشی ازدواج. مجله روانشناسی. ۴(۳) (پیاپی ۱۵): ۲۸۶-۳۱۸.

نادعلی، حسین (۱۳۸۵). تحلیل اکتشافی رابطه سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تهران.

نظری، علی محمد (۱۳۸۶). مبانی زوج درمانی و خانواده درمانی. تهران: علمی.

Allemand, M. (2008). Age differences in forgivingness: The role of future time perspective. *Journal of Research in Personality*, 42 : 1137-1147.

Allen, J. P., Marsh, P., Marsh, P., Mcfarland, C., Boykin, M., Land, D., Kathleen, J. M & Peak, Sherly. (2002). Attachment and autonomy as predictors of the development of social skills and delinquency during midadolescence. *Journal of counseling and clinical psychology*, 70(1):36-66.

Barnett, J. K. & Youngberg, C. (2004). Forgiveness as a ritual in couples therapy. *The family journal*, 12(1):14-20.

Berry, K., Barrowclough, C & Wearden, A. (2006). A review of the role adult attachment style in psychosis: unexplored issues and questions for further research. *clinical psychology review*, 17:458-475.

Bono, G., Mc cullough, M & Root, L. M. (2008). Forgiveness, feeling connected to others and well-being: Two longitudinal studies. *Society for personality and social psychology*, 34(2):182-195.

Burnette, J., Davis, D. E., Green, J. D., Wortingtonjr, E. I., & Bradfield, E. (2009). Insecure attachment and depressive symptoms; the mediating role of ruminatin empathy, and forgiveness. *Personality and Individual Differences*, 46(3):276-280.

Collins, N. (2001). Working model of attachment: implications for explanation, emotion and behavior. *Personality and social psychology*, 71(4):810-832.

Dallos, R. (2006). *Attachment narrative therapy*. New York: Open university press

Deniz, M. E., Hamarta, E., and Ari, R. (2005). An investigation of social skills and loneliness levels of university students with respect to their attachment styles in a sample of Turkish students. *Social behavior and personality*, 33(1):19-32.

Farrell, J. (2010). Forgiveness, Mood, and Attachment Style. published by University of Dayton and OhioLINK.

Fenny, I. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationship. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 281.

Fincham, F. D & Beach, S. R. H. (2002). Forgiveness in marriage: Implications for psychological aggression and constructive communication. *Personal relationships*, 9:239-251.



- Fraley,C., and Phillip,R.S.(1998) Airport separation: A naturalistic study of adult attachment dynamics in separating couples. *Journal of personality and social psychology*. 25(5):1198-1212.
- Hamidi.F, Abbasi Makwand.Z and Mohamad Hosseinic.Z(2010) Couple therapy: forgiveness as an Islamic approach in counseling. *Procedia Social and Behavioral Sciences* ,5:1525–1530.
- Harvey,m & Byrd,M.(2000) Relationships between adolescents ‘ attachment styles and family functioning. *Journal of adolescence*. 35(138):345-56.
- Harway,M.(2005) *Handbook of couples therapy*.New Jersey: Hoboken.
- Hill,W.(2001). *Understanding forgiveness as discovery: Implications for marital and family therapy*. *Contemporary Family Therapy*. 23(4): 369-384.
- Howard,M.S & Medway,F.J(2004). Adolescents’ attachment and coping with stress. *Psychology in the schools*. 41(3):391-402.
- Howe,D.(1995).*Attachment theory for social work practice*.Londen: Macmillan press.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Joirman,J.A., Needman,L.T & Cummings,L.A(2002). Relationship between dimensions of attachment and empathy.*North American journal of psychology*. 4(1):63-81.
- Lawler-Row.K.A, Karremans.J.C, Scott.C, Edlis-Matityahou.M & Edwards.L(2008).Forgiveness, physiological reactivity and health: The role of anger. *International Journal of Psychophysiology*.68:51–58.
- Lucas,T, Young.J.D, Zhdanova.L & Alexander.S(2010). Self and other justice beliefs, impulsivity, rumination, and forgiveness: Justice beliefs can both prevent and promote forgiveness. *Personality and Individual Differences*.49 :851–856.
- Maltby,J & Day,L.(2004) Forgiveness and defense style. *Journal of genetic psychology*.Vol.105(1).99-109.
- Orathinkal,J & vansteenwegan, A.(2006).. The effect forgiveness on marital satisfaction in relation to marital stability. *Contemp famther*. 28:251 – 260
- Palari, F.G.,Regaia, C., & fincham , F.D (2005) Marital quality , forgiveness , empathy and rumination : A longitudinal analysis. *Journal of social behavior and personality*. 3 :388 – 378
- Stefanović Stanojević.T(2004). Adult attachment and prediction of closerelationship, *philosophy, Sociology and Psychology* 3(1):67 - 81
- Tsang.J.A & Stanford.M.S(2007). Forgiveness for intimate partner violence: The influence of victim and offender variables.*Personality and Individual Differences*.42:653–664
- Wai.S.T & Yip.T.H.J(2009). Relationship among dispositional forgiveness of others, interpersonal adjustment and psychological well-being: Implication for

interpersonal theory of depression. *Personality and Individual Differences*.46 : 365-368

Wallace.H.M, Exline.J.J & Baumeister.R.F(2008) Interpersonal consequences of forgiveness: Does forgiveness deter or encourage repeat offenses? *Journal of Experimental Social Psychology*.44 :453-460.

Wei , M., Vogel ,D. L., Ku , T. U., & zakalik , R. A. (2005) Adult attachment , affect regulation , negative mood and interpersonal problem. *Journal of counseling psychology* , 52:24 – 14

Zuvela,B.(2004)Affective bonding of adolescents in partner relationships. *Philosophy,sociology and psychology*. 3 (1): 83-7



نویسندگان

Zahra_akhavi@yahoo.com

زهرا اخوی ثمرین

سوابق آموزشی: کارشناسی روانشناسی بالینی دانشگاه خوارزمی (رتبه ۶۳۶ منطقه ۱ سال ۱۳۸۱) / کارشناسی ارشد مشاوره خانواده دانشگاه خوارزمی (رتبه ۱۱ منطقه ۱ سال ۱۳۸۵) / دانشجوی دکتری مشاوره دانشگاه خوارزمی ۱۳۹۱

سوابق پژوهشی: همکاری با مرکز تحقیقات علوم رفتاری دانشگاه علوم پزشکی بقیه ا... / ترجمه کتاب زوج درمانی هاروی با آقای دکتر خدابخش احمدی / دارای مقالات ISI، علمی پژوهشی داخلی و خارجی و ارائه مقالات در همایش‌های مختلف

دکتر شکوه نوابی نژاد

دکتر باقر ثنایی ذاکر

مهدی اکبری

سوابق آموزشی: کارشناسی مدیریت برنامه‌ریزی آموزشی / کارشناسی ارشد تحقیقات آموزشی / رتبه ۱ کنکور ارشد سال ۱۳۸۶

سوابق پژوهشی: دارای مقالات علمی پژوهشی در مجلات داخلی و همایش‌های مختلف / جوان برتر در جشنواره حضرت علی اصغر شهرستان آمل / عضو بنیاد ملی نخبگان / تدریس در دانشگاه آمل

