

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



**دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی**

**پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد رشته مشاوره خانواده**

**عنوان :**

**بررسی رابطه طرحواره های ناسازگار اولیه و الگوهای ارتباطی معلمان زن مقطع متوسطه شهر کرج و همسرانشان در سال تحصیلی ۹۱-۹۰**

**استاد راهنما**

**دکتر باقر ثنایی ذاکر**

**استاد مشاور**

**دکتر علی محمد نظری**

**پژوهشگر: مهدیه قوامی**

**اسفند ۱۳۹۰**

نهال را باران باید  
تا بشوید غبار نشسته بر برگهایش  
و سیرابش کند از آب حیات  
و آفتاب باید تا بتاباند، نور را  
و محکم کند  
شاخه های تازه روئیده اش  
تقدیم به آغاز زندگی، مادرم  
که می شوید، غبار خستگی روزگار را  
و سیراب می کند، روح تشنه ام  
و پدرم  
که می تاباند امید را  
و محکم می کند، استواری پایه های زیستن ام  
با سپاس از برادرم  
که دست یاری داد مرا

## تقدیر و تشکر

سپاس بی کران، پروردگار یکتا را که به طریق علم رهنمونمان شده، به همنشینی با رهروان دانش  
مفتخرمان نمود، خوشه چینی از مزرع دانایی را روزی مان ساخت و در نهایت عطوفت، رخصت به اتمام  
رساندن این پایان نامه را به نگارنده عطا فرمود.

از جناب آقای دکتر ثنائی، استاد فرهیخته و فرزانه ام که از محضرشان بهره ها برده ام، کمال تشکر را  
دارم.

از جناب آقای دکتر نظری، استاد گرانمایه ام که با مساعدت های بی شائبه خویش، راهگشای نگارنده  
بودند، صمیمانه تشکر می کنم.

از جناب آقای دکتر زهراکار که زحمت مطالعه و داوری این پایان نامه را متقبل شدند، بسیار سپاسگزارم.

از اساتید گرامی، آقایان دکتر حسن آبادی و دکتر رسولی و سایر بزرگوارانی که به نوعی مرا در انجام  
این مهم یاری فرمودند، نیز تشکر می کنم.

## چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه طرحواره های ناسازگار اولیه و الگوهای ارتباطی زوج ها بود. جامعه آماری را دبیران زن دبیرستانهای شهر کرج و همسرانشان تشکیل می دادند. به روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای ابتدا از بین مناطق چهار گانه آموزشی شهر کرج، منطقه چهار و از بین مدارس این منطقه ۱۰ دبیرستان به طور تصادفی انتخاب شد و در مجموع ۱۸۰ نفر (۹۰ زوج) در این پژوهش شرکت داده شدند. روش انجام پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. برای سنجش طرحواره های ناسازگار از فرم کوتاه ۹۰ ماده ای پرسشنامه طرحواره یانگ و برای سنجش الگوهای ارتباطی از پرسشنامه الگوهای ارتباطی کریستنسن و سالوی استفاده شد. داده های بدست آمده با استفاده از ضریب همبستگی (پیرسون) و تحلیل رگرسیون چندگانه (گام به گام) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد بین طرحواره های ناسازگار اولیه و الگوی ارتباطی سازنده متقابل همبستگی منفی و معنادار و بین طرحواره های ناسازگار اولیه و الگوهای توقع/کناره گیری و الگوی اجتناب متقابل همبستگی مثبت و معنادار وجود دارد ( $p \leq /$ ). در تحلیل رگرسیون گام به گام هم از بین هجده طرحواره ناسازگار اولیه، طرحواره های اطاعت، استحقاق/بزرگ منشی و وابستگی/بی کفایتی  $0/30$  از واریانس الگوی سازنده متقابل، طرحواره های محرومیت هیجانی، آسیب پذیری به ضرر یا بیماری و بازداری هیجانی  $0/19$  از واریانس الگوی اجتناب متقابل، طرحواره های استحقاق/بزرگ منشی و خویشنداری/خود انضباطی ناکافی  $0/19$  از الگوی توقع مرد/کناره گیری زن و طرحواره های تنبیه و استحقاق/بزرگ منشی  $/$  از واریانس الگوی توقع زن/کناره گیری مرد را به صورت معناداری پیش بینی کردند.

**واژگان کلیدی:** طرح واره های ناسازگار اولیه، الگوهای ارتباطی، زوج ها

## فهرست مطالب

صفحه

عنوان

چکیده

### فصل اول: کلیات پژوهش

۲	..... ۱-۱ مقدمه
۴	..... ۲-۱ بیان مساله
۷	..... ۳-۱ ضرورت و اهمیت پژوهش
۸	..... ۴-۱ هدفهای پژوهش
۹	..... ۵-۱ فرضیه های پژوهش
۱۰	..... ۶-۱ تعریف مفاهیم و واژگان اختصاصی

### فصل دوم: ادبیات و پیشینه پژوهش

	..... ۱-۲ مقدمه
	..... ۲-۲ گفتار اول
۱۴	..... ۱-۲-۲ مفهوم ارتباط و اهمیت آن
۱۵	..... ۲-۲-۲ اصول اولیه ارتباط
۱۷	..... ۳-۲-۲ اهمیت ارتباط زناشویی
۱۸	..... ۴-۲-۲ بنیادهای ارتباط زناشویی
۱۹	..... ۵-۲-۲ تفاوت های جنسیتی در ارتباط
۱۹	..... ۶-۲-۲ نقش بی پرده گویی در رابطه زوج ها
۲۱	..... ۷-۲-۲ تاریخچه رویکردهای ارتباطی در خانواده

۲۲	.....انواع رویکردهای ارتباطی نظریه محور.....
۲۲	.....۱-۸-۲-۲ ارتباط و شناخت.....
۲۳	.....۲-۸-۲-۲ ارتباط و قدرت.....
۲۳	.....۳-۸-۲-۲ ارتباط و احساس.....
۲۴	.....۹-۲-۲ تاریخچه الگوهای ارتباطی.....
۲۴	.....۱-۹-۲-۲ الگوهای خطی.....
۲۵	.....۲-۹-۲-۲ الگوهای تعاملی.....
۲۵	.....۳-۹-۲-۲ الگوهای تبادلی.....
۲۶	.....۱۰-۲-۲ انواع الگوهای ارتباطی زوج ها.....
۲۶	.....۱-۱۰-۲-۲ مدل گاتمن و فیتزپاتریک.....
۲۷	.....۲-۱۰-۲-۲ مدل السون و فاورز.....
۲۸	.....۳-۱۰-۲-۲ مدل استوارت.....
۲۸	.....۴-۱۰-۲-۲ مدل کوگلین.....
۲۹	.....۵-۱۰-۲-۲ مدل استرین.....
۲۹	.....۶-۱۰-۲-۲ مدل ستیر.....
۳۰	.....۷-۱۰-۲-۲ مدل کریستنسن و سالوی.....

### ۳-۲ گفتار دوم

۳۲	.....۱-۳-۲ طرحواره و طرحواره های ناسازگار اولیه.....
۳۲	.....۱-۱-۳-۲ تاریخچه سازه طرحواره.....
۳۴	.....۲-۱-۳-۲ تعریف طرحواره های ناسازگار اولیه و طرحواره درمانی.....
۳۵	.....۳-۱-۳-۲ ریشه های تحولی طرحواره های ناسازگار اولیه.....
۳۶	.....۴-۱-۳-۲ خصوصیات طرحواره های ناسازگار اولیه.....
۳۸	.....۵-۱-۳-۲ نقش خلق و خوی هیجانی در ایجاد طرحواره ها.....
۳۹	.....۶-۱-۳-۲ طرحواره های شرطی و غیر شرطی.....
۴۱	.....۷-۱-۳-۲ بیولوژی طرحواره های ناسازگار اولیه.....

- ۴۲ ..... ۸-۱-۳-۲ نتایج ضمنی نظریه لدو برای طرحواره
- ۴۳ ..... ۲-۳-۲ حوزه های طرح واره
- ۴۳ ..... ۱-۲-۳-۲ حوزه اول: بریدگی / طرد
- ۴۴ ..... ۱-۱-۲-۳-۲ رها شدگی / بی ثباتی
- ۴۴ ..... ۲-۱-۲-۳-۲ بی اعتمادی / بدرفتاری
- ۴۵ ..... ۳-۱-۲-۳-۲ محرومیت هیجانی
- ۴۵ ..... ۴-۱-۲-۳-۲ نقص / شرم
- ۴۶ ..... ۵-۱-۲-۳-۲ انزوای اجتماعی / بی گانگی
- ۴۶ ..... ۲-۲-۳-۲ حوزه دوم: خودگردانی و عملکرد مختل
- ۴۷ ..... ۱-۲-۲-۳-۲ وابستگی / بی کفایتی
- ۴۷ ..... ۲-۲-۲-۳-۲ آسیب پذیری نسبت به ضرر یا بیماری
- ۴۷ ..... ۳-۲-۲-۳-۲ خود تحول نیافته / گرفتار
- ۴۸ ..... ۴-۲-۲-۳-۲ شکست
- ۴۸ ..... ۳-۲-۳-۲ حوزه سوم: محدودیت های مختل
- ۴۹ ..... ۱-۳-۲-۳-۲ استحقاق / بزرگ منشی
- ۴۹ ..... ۲-۳-۲-۳-۲ خویشتن-داری / خود انضباطی ناکافی
- ۴۹ ..... ۴-۲-۳-۲ حوزه چهارم: دیگر جهت مندی
- ۵۰ ..... ۱-۴-۲-۳-۲ اطاعت
- ۵۱ ..... ۲-۴-۲-۳-۲ ایثار
- ۵۱ ..... ۳-۴-۲-۳-۲ پذیرش جویی / جلب توجه
- ۵۱ ..... ۵-۲-۳-۲ حوزه پنجم: گوش به زنگی بیش از حد و بازداری
- ۵۲ ..... ۱-۵-۲-۳-۲ منفی گرایی / بدبینی
- ۵۳ ..... ۲-۵-۲-۳-۲ بازداری هیجانی
- ۵۳ ..... ۳-۵-۲-۳-۲ معیار های سرسختانه / عیب جویی افراطی
- ۵۴ ..... ۴-۵-۲-۳-۲ تنبیه
- ۵۴ ..... ۳-۳-۲ سبک های مقابله ای طرح واره ها



۵۴	..... ۱-۳-۳-۲ تداوم طرح واره
۵۵	..... ۱-۱-۳-۳-۲ تسلیم طرح واره
۵۶	..... ۲-۱-۳-۳-۲ اجتناب طرح واره
۵۷	..... ۳-۱-۳-۳-۲ جبران افراطی طرح واره
۵۷	..... ۲-۳-۳-۲ بهبود طرح واره
۵۸	..... ۴-۳-۲ ذهنیت های طرح واره ای
۵۸	..... ۱-۴-۳-۲ توصیف کلی ذهنیت های طرح واره ای
۵۹	..... ۲-۴-۳-۲ ده ذهنیت طرح واره ای مرکزی یانگ
۵۹	..... ۱-۲-۴-۳-۲ ذهنیت های کودکانه
۶۰	..... ۲-۲-۴-۳-۲ ذهنیت های مقابله ای ناکارآمد
۶۰	..... ۳-۲-۴-۳-۲ ذهنیت والد ناکارآمد
۶۱	..... ۴-۲-۴-۳-۲ ذهنیت بزرگسال سالم
۶۲	..... ۴-۲ پژوهش های انجام شده در داخل و خارج از کشور
۶۲	..... ۱-۴-۲ پژوهش های داخلی
۶۳	..... ۲-۴-۲ پژوهش های خارجی

### فصل سوم: روش شناسی پژوهش

۶۶	..... ۱-۳ مقدمه
۶۶	..... ۲-۳ روش پژوهش
۶۶	..... ۳-۳ جامعه آماری
۶۶	..... ۴-۳ نمونه و روش نمونه گیری
۶۷	..... ۵-۳ ابزارهای پژوهش
۶۷	..... ۱-۵-۳ پرسشنامه طرح واره های ناسازگار اولیه
۶۷	..... ۱-۱-۵-۳ شیوه نمره گذاری پرسشنامه طرحواره های ناسازگار
۶۸	..... ۲-۱-۵-۳ پایایی و روایی پرسشنامه طرحواره های ناسازگار

۷۰	..... ۲-۵-۳ پرسشنامه الگوهای ارتباطی
۷۰	..... ۱-۲-۵-۳ شیوه نمره گذاری پرسشنامه الگوهای ارتباطی
۷۲	..... ۲-۲-۵-۳ روایی و پایایی پرسشنامه الگوهای ارتباطی
۷۴	..... ۶-۳ شیوه اجرای پژوهش
۷۴	..... ۷-۳ شیوه تجزیه و تحلیل داده ها

### فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده ها

۷۶	..... ۱-۴ مقدمه
۷۶	..... ۲-۴ یافته های توصیفی
۷۹	..... ۳-۴ یافته های استنباطی

### فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

۸۸	..... ۱-۵ مقدمه
۸۸	..... ۲-۵ بحث و نتیجه گیری
۱۰۱	..... ۳-۵ پیشنهادهای پژوهش
۱۰۱	..... ۴-۵ محدودیت های پژوهش

### منابع

۱۰۴	..... منابع فارسی
۱۰۸	..... منابع انگلیسی

## ضمائم

- پر سشنامه طرحواره های ناسازگار اولیه ..... ۱۱۷
- پر سشنامه الگوهای ارتباطی ..... ۱۲۳

## فهرست جداول

- جدول شماره ۳-۱: آلفای کرونباخ آزمون طرحواره های ناسازگار اولیه ..... ۶۹
- جدول شماره ۳-۲: آلفای کرونباخ آزمون الگوی ارتباطی ..... ۷۳
- جدول شماره ۴-۱: توزیع گروه نمونه بر اساس میزان تحصیلات ..... ۷۶
- جدول شماره ۴-۲: توزیع گروه نمونه بر اساس مدت ازدواج ..... ۷۷
- جدول شماره ۴-۳: میانگین و انحراف استاندارد نمرات الگوهای ارتباطی ..... ۷۷
- جدول شماره ۴-۴: میانگین و انحراف استاندارد طرحواره های ناسازگار ..... ۷۸
- جدول شماره ۴-۵: ماتریس همبستگی طرحواره های ناسازگار اولیه و الگوهای ارتباطی ..... ۷۹
- جدول شماره ۴-۶: تحلیل رگرسیون گام به گام برای پیش بینی الگوی توقع مرد/کناره گیری زن ..... ۸۳
- جدول شماره ۴-۷: تحلیل رگرسیون گام به گام برای پیش بینی الگوی توقع زن/کناره گیری مرد ..... ۸۴
- جدول شماره ۴-۸: تحلیل رگرسیون گام به گام برای پیش بینی الگوی اجتناب متقابل ..... ۸۴
- جدول شماره ۴-۹: تحلیل رگرسیون گام به گام برای پیش بینی الگوی سازنده متقابل ..... ۸۵

# فصل اول

## کلیات پژوهش

وقتی از مردم پرسیده می‌شود که چه چیزی زندگی‌شان را معنی دار می‌سازد، اغلب افراد بی‌اختیار به روابط صمیمانه و نزدیک خود اشاره می‌کند. همراه بودن در یک رابطه رضایت بخش و پایدار در واقع توسط اکثر مردم به عنوان جزء مهم شادکامی و رفاه در زندگی پذیرفته شده است (نولر و فینی<sup>۱</sup>، ۲۰۰۶). یکی از جنبه‌های طنز آمیز تمدن نوین آن است که اگرچه توسعه ابزارهای مکانیکی ارتباط، از آخرین مرزهای دست یافتنی تخیل نیز گذشته است، اما اغلب مردم برقراری ارتباط رویاروی را کاری دشوار می‌یابند و متأسفانه امروزه شدیدترین نوع تنهایی در خانواده دیده می‌شود (بولتون، ۱۹۸۷؛ ترجمه سهرابی، ۱۳۸۴).

اولین و مهم‌ترین زیر مجموعه در نهاد خانواده، زیر مجموعه زن و شوهری می‌باشد و رابطه زناشویی اساسی‌ترین رابطه انسان توصیف شده چون ساختاری اولیه را برای بنا نهادن رابطه خانوادگی و تربیت نسل آینده فراهم می‌کند (لارسون و هالمن، ۱۹۹۴). از طرفی هم ازدواج به عنوان منبع رفاه و شادی فردی، مفهومی مدرن است که در نتیجه آن عشق، اساس انتخاب افراد قرار گرفته است. اما رضایت بلند مدت از رابطه، عشق حمایت کننده بین زن و مرد را به وجود می‌آورد که آن هم از طریق گفتگو و ارتباط خوب حفظ می‌شود (کرو و ریڈلی، ۲۰۰۰؛ ترجمه موسوی، ۱۳۸۴). در حقیقت درد و درمان انسان هر دو در چگونگی روابط است، خصوصاً رابطه زناشویی و رابطه صمیمانه که سکوی حمایتی و پناهگاه انسان در مقابله با دشواری‌های دنیای واقعی به حساب می‌آید (ثنایی، ۱۳۷۵). در واقع ارتباط عامل گسترش روابط صمیمی بوده و در سطح کاربردی به زوج‌ها اجازه می‌دهد که مشکلاتشان را مورد بحث قرار داده و حل کرده و عاملی برای تبادل اطلاعات بین زوج‌ها است (جکوبسن، واردن و مور، ۱۹۸۰؛ به نقل از نظری، ۱۳۸۶).

از عوامل تأثیر گذار در حیطه ارتباط زناشویی مسائل شناختی و ویژگی‌های شخصیتی همسران می‌باشد. در دهه ۱۹۸۰ عوامل شناختی در کانون اصلی توجه منابع پژوهشی و درمانی زوج‌ها قرار گرفتند و مستقیم‌تر و ساختارمند تر از آنچه در سایر رویکردهای نظری زوج درمانی بود، وارد درمان شدند و مفهوم طرح واره هم از آن زمان اساس درمان شناختی معاصر شده است (باکوم، ۱۹۸۷؛ باکوم، سائرز و شر<sup>۲</sup>، ۱۹۸۹؛ بک<sup>۳</sup>، ۱۹۸۸؛ داتیلیو<sup>۳</sup>، ۱۹۸۹؛ اپشتاین، ۱۹۸۲؛ اپشتاین

<sup>1</sup> Noller & feeny

<sup>2</sup> Sayers&Sher

<sup>3</sup>Dattilio

اپشتاین وایدلسون<sup>۱</sup>، ۱۹۸۱؛ فینچام، بیچ و نلسون، ۱۹۸۷؛ وایس، ۱۹۸۴؛ به نقل از داتیلیو و بیرشک، ۱۳۸۵). نظریه شناختی شناخت‌ها را به سه دسته تقسیم می‌کند: افکار خودکار، باورهای میانی و طرح‌واره‌های شناختی (ریسو و مک براید<sup>۲</sup>، ۲۰۰۷). در اصطلاح کلی طرح‌واره<sup>۳</sup> می‌تواند به عنوان ساختار، چارچوب، تم یا الگوی محتوای شناختی تعریف شود (ویشمن و ابلکر<sup>۴</sup>، ۲۰۰۷). بر اساس مدل شناختی، محتوای دریافت‌ها و استنباط‌های هر فرد در اثر طرح‌واره‌ها یا ساختارهای شناختی نسبتاً ثابت شکل می‌گیرد. طرح‌واره‌ها شامل باورهای بنیادی درباره ذات انسان‌ها و روابط آن‌هاست که نسبتاً ثابت و گاهی انعطاف‌ناپذیر هستند (جانسون و دنتون، ۲۰۰۲).

بک معتقد است به همان اندازه که سیستم قلبی - عروقی برای عملکرد بدن انسان ضروری است، طرح‌واره‌ها هم برای افکار و ادراکات یک فرد بنیادی هستند و تأثیری کامل بر رفتار و هیجان‌های او دارند. در اصل طرح‌واره‌ها به عنوان قالبی برای تجارب زندگی یک شخص و به همان نسبت چگونگی پردازش اطلاعات توسط او به کار می‌رود (بالدوین<sup>۵</sup>، ۱۹۹۲).

بسیاری از طرح‌واره‌ها که در حوزه زوجی تأثیرگذار است در سال‌های اولیه زندگی و از منابعی چون خانواده اولیه، تجربیات عاطفی و سایر روابط آموخته می‌شوند (جانسون و دنتون، ۲۰۰۲). طرح‌واره اغلب به صورت واضح در ذهن فرد شکل نگرفته‌اند، بلکه به صورت مفاهیم مبهمی از آنچه هست یا باید باشد وجود دارد (بک، ۱۹۸۸؛ اپشتاین و باکوم، ۲۰۰۲).

در زمان کاربرد این رویکرد در حوزه زوج‌ها و خانواده روی موضوعات ریشه‌ای که در پویایی روابط منعکس می‌یابند تمرکز می‌شود. با در نظر گرفتن این موضوعات به مراجع در درک تعارض، بن‌بست‌های زناشویی یا الگوهای تعاملی ناکارآمد که در مشکلات ارتباطی نقش دارند، کمک می‌شود (داتیلیو، ۲۰۱۰).

---

<sup>1</sup>Epstein&Eidelson

<sup>2</sup>Riso&Mc Bride

<sup>3</sup>Schema

<sup>4</sup>Whisman & Uebelacker

<sup>5</sup>Baldwin

## ۱-۲ بیان مسئله

بی شک انسان‌ها در "رابطه‌ها" است که متولد می‌شوند و می‌میرند و از این رو ارتباط و تعامل با دیگران یکی از اساسی‌ترین نیازها به شمار می‌رود. انسان در دامان این ارتباط نیازهایش را از هر نوعی که باشد برطرف می‌کند و رشد و تکامل می‌یابد. در نتیجه سعادت و خوشبختی انسان تا حد زیادی به چگونگی ارتباط او با دیگران بستگی دارد (میلر، ۱۹۹۷؛ ترجمه بهاری، ۱۳۸۳). با وجود آنکه ارتباط بین فردی جزو بزرگ‌ترین پیشرفت‌های بشر به شمار می‌آید، اما امروزه اکثر انسان‌ها قادر به برقراری یک ارتباط خوب و موثر نیستند. بسیاری از افرادی که آرزو می‌کنند با دیگران رابطه‌ای صمیمی، مثبت و معنادار داشته باشند، از تجربه آن ناتوان به نظر می‌رسند (بولتون، ۱۹۸۷؛ ترجمه سهرابی، ۱۳۸۴).

در این زمینه اهمیت برخی از ارتباط‌ها بیش از سایرین است، زیرا برخی از انواع ارتباط اقتصادی، برخی اجتماعی و برخی زیستی و روانی است. اما یکی از طولانی‌ترین و عمیق‌ترین نوع ارتباط که همه ابعاد فوق را یک جا در بر می‌گیرد ارتباط زناشویی است (سیاوشی و نوایی نژاد، ۱۳۸۴).

ارتباط زناشویی عبارت است از فرآیندی که در طی آن زن و شوهر چه به صورت کلامی در قالب گفتار و چه به صورت غیر کلامی در قالب گوش دادن، مکث، حالت چهره و ژست‌های مختلف با یکدیگر به تبادل افکار و احساسات می‌پردازند (ترنهلیم و یانسن<sup>۱</sup>؛ ۱۹۹۶؛ به نقل از فاتحی زاده و احمدی، ۱۳۸۴). این ارتباط از یک سو آن‌ها را قادر می‌سازد تا نیازها، خواسته‌ها و علایق خود را با هم در میان گذارند و از سوی دیگر می‌تواند زمینه کشمکش‌های فراوان، انتقادهای مکرر یا پناه بردن به سکوت را فراهم کند. (بولتون، ۱۹۸۷؛ ترجمه سهرابی، ۱۳۸۴). امروزه شواهد زیادی وجود دارد که زوجها مشکلات شدید و فراگیری را هنگام برقراری رابطه تجربه می‌کنند. همسرانی که نمی‌توانند احساساتشان را برای یکدیگر بیان کنند، گاهی برای حل مشکلاتشان به سرزنش هم می‌پردازند که این عمل باعث می‌شود دامنه‌ی مشکلات آن‌ها گسترش پیدا کند (نظری، ۱۳۸۶).

تلاش برای کاهش تعارض‌های مخرب زناشویی به انجام تحقیقات زیادی در جهت شناخت پویایی‌های رابطه زناشویی و فرآیندهای ارتباط منجر شده است. طبق این پژوهش‌ها الگوهای ارتباط و حل مسئله ضعیف پیش زمینه تعارض زناشویی می‌باشد (بلانچارد<sup>۲</sup>، ۲۰۰۸؛ به نقل از رسولی، ۱۳۸۷). الگوهای ارتباطی، کانال‌های ارتباطی است که به وفور در یک خانواده اتفاق می‌افتد (ترنهلیم و یانسن، ۱۹۹۳؛ به نقل از رسولی، ۱۳۸۷). این الگوها قواعد آشکار و

---

<sup>1</sup>Trenholm&Jenson

<sup>2</sup>Blanchard

پنهان خانواده است که نشان می‌دهد چه کسی، کجا، چگونه و با چه کسی ارتباط برقرار می‌کند (تبریزی و همکاران، ۱۳۸۵).

امروزه شواهد فراوانی وجود دارد که الگوی ارتباطی مشاهده شده زوج‌ها با رضایت فعلی از رابطه همبستگی داشته و رضایت آتی را هم پیش بینی می‌کند (هالوگ<sup>۱</sup> و سایرین، ۲۰۰۰). در یک مطالعه طولی دو ساله توسط هاستن و ونگ لیستی (۱۹۹۱؛ به نقل از عبادت پور، ۱۳۷۹) مشخص شد که وجود ارتباطات منفی و مخرب بهترین پیش بین نارضایتی‌ها و عدم موفقیت در زندگی زناشویی است. همچنین کارنی و برادبوری<sup>۲</sup> (۱۹۹۵) در تحقیق طولی خود نشان دادند که روابط متعارض مشاهده شده در تعامل زوج‌ها رضایتمندی ارتباطی آینده آن‌ها را معین می‌کند. گاتمن (۱۹۹۴) نیز در تحقیقی نشان داد که ارتباطات زناشویی ناشاد اغلب نتیجه الگوهای ارتباطی منفی است. یک رویکرد برای مطالعه رابطه زناشویی تبیین الگوهای ارتباط زوج‌ها از طریق جستجو برای یافتن مکانیسم‌های علی نحوه شکل‌گیری این الگوهاست (نولر و فیتز پاتریک، ۱۹۹۰؛ به نقل از رسولی، ۱۳۸۰). بدین معنی که چه عواملی ممکن است در شکل‌گیری الگوهای ارتباطی نقش داشته باشند. به نظر می‌رسد وجود نقطه ضعف‌های خاصی زوج‌ها را برای مشکلات ارتباطی مستعد می‌کند. از جمله: مهارت ارتباطی پایین، ناهماهنگی در ایفای وظایف و باورها و انتظارات غیر واقع‌بینانه و ... یکی از جنبه‌های تأثیرگذار در این زمینه، مشخصات فردی است که به پیشینه خانوادگی، عوامل شخصیتی و تجربی اشاره دارد (هالفورد، ۲۰۰۳؛ ترجمه تبریزی و همکاران، ۱۳۸۷). به بیان دیگر ما نه تنها از انبوه روابطی که در حال حاضر درگیرشان هستیم تأثیر می‌پذیریم، بلکه از تجارب و انتظاراتی که ناشی از روابط اولیه مان است هم متأثر می‌شویم (نولر و فینی، ۲۰۰۶).

از این رو برخی از مطالعات تلاش کرده‌اند به این سؤال پاسخ دهند که چگونه تجارب اولیه فرد در دوران کودکی می‌تواند نوع روابط وی را در بزرگسالی تحت تأثیر قرار دهد. از عوامل مهمی هم که در سال‌های اخیر به آن توجه شده و بر رضایت زناشویی هم تأثیر دارد تجارب دوران کودکی با والدین می‌باشد. به جرأت می‌توان گفت که ازدواج از گهواره شروع می‌شود و این مهم بیانگر اهمیت دوران کودکی به عنوان تاریخچه ای طلایی در شکل‌گیری باورها، نگرش‌ها و طرح واره‌های افراد می‌باشد (امانی، ۱۳۸۹).

در واقع مراحل رشد کودکی به خصوص روابط اولیه با والدین بر روابط زناشویی تأثیر دارد. انتخاب همسر و روابط زناشویی تنها یک فرایند آگاهانه نیست، بلکه بخش مهمی از آن ناخودآگاه بوده و در نتیجه نیاز به تکمیل مراحل

<sup>1</sup>Hahlweg

<sup>2</sup>Karney&Bradbury



ناتمام دوران کودکی و التیام زخم‌های عاطفی است (هندریکس، ۱۹۹۳؛ لیبرت، ۱۹۹۴؛ به نقل از اعتمادی و همکاران، ۱۳۸۴).

طبق نظریه طرح واره درمانی که توسط یانگ و همکارانش بسط یافته، طرح واره های ناسازگار اولیه<sup>۱</sup> الگوهای عمیق و فراگیری هستند که در دوران کودکی یا نوجوانی شکل گرفته، در مسیر زندگی تداوم دارند، به رابطه فرد با خود و دیگران مربوط می‌شوند و به شدت ناکارآمدند و تأثیر عمیق و قدرتمندی در شناخت و هیجان‌های فرد دارند (یانگ، گلاسکو و ویشار، ۲۰۰۳؛ ترجمه حمیدپور و اندوز، ۱۳۸۶). بدین صورت که روابط صمیمانه دوران کودکی به شکل‌گیری طرح واره‌ها در افراد منجر می‌شود و این طرح واره‌ها به عنوان مدل‌های فعال شناختی در مورد رابطه صمیمانه عمل می‌کنند. طرح واره نوعی الگوی رفتاری را تنظیم می‌کند (هالفورد، ۲۰۰۳؛ ترجمه تبریزی و همکاران، ۱۳۸۷). یا به عبارت دیگر طرح واره‌ها به عنوان الگوهای گزینشی برای تعیین آنچه پردازش شده عمل می‌کنند. در نتیجه درک اطلاعات را تحریف و توأم با سوگیری می‌سازند (مک‌براید، فارولدن و سوالو<sup>۲</sup>، ۲۰۰۷). طرح واره‌های ناسازگار اولیه همیشه خود را در جریان یک رابطه نشان می‌دهند و باعث تأثیر در کنش ورزی رابطه می‌شوند.

بر همین اساس استیلز (۲۰۰۴) در پژوهش خود رابطه معنا داری را بین طرح واره‌های ناسازگار اولیه و صمیمیت در روابط عاشقانه بزرگسالی یافت. نتایج پژوهش هریس و کورتین (۲۰۰۲) نشان داد که طرح واره‌های ناسازگار اولیه پیش‌بینی‌کننده‌ی قدرتمندی برای بدبینی، افسردگی، ناامیدی در پیشرفت و اضطراب بین زوج‌ها می‌باشد. ذوالفقاری، فاتحی‌زاده و عابدی (۱۳۷۸) رابطه طرح واره‌های ناسازگار اولیه را با ابعاد صمیمیت زناشویی و در پژوهشی دیگر رابطه آن‌را با تعارض زناشویی مورد بررسی قرار دادند. ذوالفقاری (۱۳۸۷) در پژوهشی به تأثیر طرح واره درمانی بر اسناد‌های زناشویی و باورهای ارتباطی زوج‌ها پرداخت. یوسفی و همکاران (۱۳۸۸) هم طرح واره‌های ناسازگار اولیه را به عنوان پیش‌بین طلاق بررسی کرده‌اند. از آنجا که زوج‌ها باورها، رفتارها و نگرش‌هایی را دارند که در تعاملات و پویایی‌های بین فردی شان آشکار می‌شود و در کل به عنوان عوامل زیر ساختی و به صورت افکار و باورهای اتوماتیک طرحواره‌ای خود را نشان می‌دهد، سوال اصلی پژوهش حاضر این است که این طرحواره‌های ناسازگار با الگوهای ارتباطی زوج‌ها چه رابطه‌ای می‌توانند داشته باشند و اینکه مشخص شود هر یک از آنها تا چه میزان می‌توانند پیش‌بینی‌کننده الگوهای ارتباطی باشند.

---

<sup>1</sup>Early maladaptive schemas

<sup>2</sup> McBride, Farvolden & Swallow

### ۳-۱- ضرورت و اهمیت پژوهش

خانواده به عنوان اولین کانونی که فرد در آن قرار می‌گیرد دارای اهمیت شایان توجهی است. اولین تأثیرات محیطی که فرد دریافت می‌کند از محیط خانواده است و حتی تأثیر پذیری فرد از سایر محیط‌ها می‌تواند نشأت گرفته از همین محیط خانواده باشد. خانواده پایه گذار بخش مهمی از سرنوشت انسان است و در تعیین سبک و خط مشی زندگی و عملکرد او در آینده نقش بزرگی بر عهده دارد زوج‌ها عناصر اولیه شکل‌گیری خانواده هستند. درصد بسیاری از افراد در مراحل از زندگی‌شان وارد روابط زناشویی می‌شوند و امروزه اکثریت جوانان ازدواج و روابط زناشویی را منبع اولیه حمایت عاطفی می‌دانند. هیچ بنیانی این چنین صمیمانه زندگی افراد بشر را تحت تأثیر قرار نداده است. به عبارت دیگر اکثر مردم جهان زندگی خانوادگی را به عنوان مهم‌ترین جنبه از زندگی‌شان در نظر می‌گیرند (هالفورد، ۲۰۰۳؛ ترجمه تبریزی و همکاران، ۱۳۸۷). مشکلات خانواده و زوج‌ها تقریباً نیمی از کل مراجعات به مراکز روان‌درمانی تخمین زده می‌شود. تحقیقات زمینه‌یابی اخیر گویای این است که بیشتر درمانگرانی که در حوزه خانواده درمانی تخصص دارند در وهله اول کارشان با زوج‌ها است (داتیلو، ۲۰۱۰). مشکلات ارتباطی بالاترین نرخ را در تحقیقات زمینه‌یابی انجام گرفته در حوزه زوج‌ها به خود اختصاص داده است و مسائل ارتباطی بیشترین شکایت زوج‌هایی است که برای درمان مراجعه می‌کنند (برلسون و دنتون<sup>۱</sup>، ۱۹۹۷).

در حقیقت بعد از مرگ ناگهانی در خانواده، آشفتگی روابط زناشویی شدیدترین فشارهایی است که افراد تجربه می‌کنند. مشکلات ارتباطی و اختلالات روانی به طور متقابل و دو سویه بر هم تأثیر دارند. علاوه بر اختلالات روانی، مشکلات این حوزه با بیماری جسمی نیز همبستگی دارد (هالفورد، ۲۰۰۳؛ ترجمه تبریزی و همکاران، ۱۳۸۷). مجاورت بدون صمیمیت همیشه مخرب است. هنگامی که ارتباط متوقف می‌شود انرژی عشق به آزردهی و خشم تبدیل شده و در نتیجه منازعه‌های فراوان، طعنه‌ها و انتقادهای مکرر و پناه بردن به سکوت را به وجود می‌آورد. در واقع وقتی جریان ارتباط موثر مسدود می‌شود رابطه به سرعت رو به اضمحلال می‌رود (بولتون، ۱۹۸۷؛ ترجمه سهرابی، ۱۳۸۴).

از آنجا که ارتباط ضعیف عامل عمده مشکلات است، تعیین علل مختلف ایجاد مشکلات ارتباطی ضروری به نظر می‌رسد. یکی از متغیرهای موثر بر مشکلات ارتباطی علاوه بر فرایندهای سازگاران درون سیستم زوج‌ها و رویدادهای استرس‌زای زندگی، ویژگی‌های فردی است و منظور از آن عوامل شخصی و تجربی است که هر یک از همسران با خود به رابطه می‌آورند (هالفورد، ۲۰۰۳؛ ترجمه تبریزی و همکاران، ۱۳۸۷).

<sup>1</sup> Burleson&Denton

به عبارتی باید بر این واقعیت تاکید کرد که گذشته در زمان حال فعال است و حضور دارد و به خصوص تجربه های نخستین ناشی از پیوند و ارتباط عاطفی مهم هستند. خاطره های این دوران و الگوهای اولیه تعامل تأثیر خود را بر سطوح فعلی عملکرد به طریقه های گوناگون ادامه می دهند (اعتمادی و همکاران، ۱۳۸۴). طرح واره های ناسازگار اولیه که بر اساس تجارب کودکی و نوجوانی شکل گرفته اند به عنوان میراث های تربیتی-آموزشی می تواند در نقش مؤلفه های آسیب زا زندگی زوجها را تحت تأثیر قرار دهند. در واقع تجربه های حل نشده درون - روانی فرد که از خانواده اصلی او مشتق شده، در روابط صمیمی بعدی فرد با افرادی مانند همسر برون ریزی می شود که منجر به شکل گیری الگوهای ارتباطی ناسالم و غیر واقع بینانه بین زوجها است که این الگوها حالت تکرار شونده ای به خود می گیرند (گلادینگ، ۲۰۰۱؛ ترجمه بهاری و همکاران، ۱۳۸۶).

در واقع برنامه های پنهان ذهن، علت مشکلات و مانعی در برقراری ارتباط می باشد (کین و کین، ۲۰۰۴، ترجمه فرود، ۱۳۸۷). قرار گرفتن در یک رابطه صمیمانه مستلزم این است که تمامی مباحث فیصله نیافته کودکی را حل و فصل کرد (هندریکس، ۲۰۰۱، ترجمه قراچه داغی، ۱۳۸۳). از آنجا که طرح واره ها در رابطه زناشویی و ارتباطی در پشت پرده نهفته هستند از این رو بهبود وضعیت زندگی زوجها نیز مستلزم کسب آگاهی ها، بینش و بصیرت ها در این حوزه می باشد (امانی، ۱۳۸۹). در واقع اندیشمندان به زخم ها و درد های گذشته نگرستن و تاریخ گذشته عواطف خود را کاویدن دل و جرأت می طلبد. ولی انجام آن با قصد و نیتی روشن برای بهبود بخشیدن به روابط کنونی و آتی، ارزش تلاش را دارد. نسبت به گذشته روشن شدن، به زوج ها اجازه می دهد مسائل دیروز را از واقعیت های امروز جدا کنند. به آنها اجازه می دهد در روابط جاری شان حضور بیشتری داشته باشند. همین حضور کامل داشتن و آگاه بودن برای بهبود بخشیدن به فرآیند بیان خواسته ها و انتظارات، بسیار حیاتی و مهم است (گاتمن، ۲۰۰۲؛ ترجمه علیزاده، ۱۳۸۶).

## ۱-۴ هدف های پژوهش

هدف کلی:

تعیین رابطه بین طرح واره های ناسازگار اولیه با الگوهای ارتباطی زوج ها

اهداف جزئی:

- ۱- تعیین رابطه بین حیطه های طرح واره های ناسازگار اولیه با الگوی ارتباطی سازنده متقابل زوجها
- ۲- تعیین رابطه بین حیطه های طرح واره های ناسازگار اولیه با الگوی ارتباطی اجتناب متقابل زوجها

- ۳- تعیین رابطه بین حیطه های طرح واره های ناسازگار اولیه با الگوی ارتباطی توقع/کناره گیری زوج ها
- ۴- تعیین رابطه بین حیطه های طرح واره های ناسازگار اولیه با الگوی ارتباطی توقع مرد/کناره گیری زن  
زوج ها
- ۵- تعیین رابطه بین حیطه های طرح واره های ناسازگار اولیه با الگوی ارتباطی توقع زن/کناره گیری مرد  
زوج ها

## ۱-۵ فرضیه های پژوهش

فرضیه اصلی:

بین طرح واره های ناسازگار اولیه و الگوهای ارتباطی زوج ها رابطه وجود دارد.

فرضیه های فرعی:

- ۱- بین حیطه های طرح واره های ناسازگار اولیه و الگوی ارتباطی سازنده متقابل زوج ها رابطه وجود دارد.
- ۲- بین حیطه های طرح واره های ناسازگار اولیه و الگوی ارتباطی اجتناب متقابل زوج ها رابطه وجود دارد.
- ۳- بین حیطه های طرح واره های ناسازگار اولیه و الگوی ارتباطی توقع/کناره گیری زوج ها رابطه وجود دارد.
- ۴- بین حیطه های طرح واره های ناسازگار اولیه و الگوی ارتباطی توقع مرد/کناره گیری زن زوج ها رابطه وجود دارد.
- ۵- بین حیطه های طرح واره های ناسازگار اولیه و الگوی ارتباطی توقع زن/کناره گیری مرد زوج ها رابطه وجود دارد.
- ۶- طرحواره های ناسازگار اولیه می توانند الگوهای ارتباطی زوج ها را پیش بینی کنند.