

مطالعه رابطه بین سبک‌های دلبستگی و رضایت زناشویی در کارکنان مرد متأهل

شفایق توکلی^۱، حمیدرضا شمس راوندی^۲

^۱ دانش‌آموخته گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کاشان، کاشان، ایران

^۲ دکترای تخصصی روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کاشان، کاشان، ایران (نویسنده مسئول)

چکیده

رضایت زناشویی نقش بسزایی در سلامت خانواده دارد. بنابراین مطالعه عوامل مؤثر بر آن از اهمیت زیادی برخوردار است. از این رو در این پژوهش به مطالعه رابطه بین سبک‌های دلبستگی و رضایت زناشویی پرداخته شده است. روش پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه کارکنان مرد متأهل شاغل در شرکت اطلس پمپ سپاهان اصفهان در زمستان ۱۴۰۱ با حجم ۳۰۰ نفر بود. از این جامعه طبق جدول مورگان نمونه‌ای به حجم ۱۶۹ نفر و به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شد. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه سبک دلبستگی کولینز و رید (۱۹۹۰) و مقیاس رضایت زناشویی انریچ (۱۹۸۹) بود. نتایج پژوهش نشان داد که بین سبک دلبستگی ایمن و رضایت زناشویی همبستگی مثبت معنادار و بین سبک دلبستگی اضطرابی و رضایت زناشویی همبستگی منفی معنادار وجود دارد ($P < 0/001$)، اما بین سبک دلبستگی اجتنابی و رضایت زناشویی همبستگی وجود ندارد. لذا سبک‌های دلبستگی نقش پیرنگی در رضایت زناشویی زوجین ایفا می‌کند. بنابراین یافته‌های چنین مطالعاتی به روان‌شناسان بالینی و مشاوران خانواده، در تبیین همسرگزینی و یافتن علل جدایی یا صمیمیت میان همسران کمک خواهد کرد.

واژه‌های کلیدی: رضایت زناشویی، سبک دلبستگی ایمن، سبک دلبستگی اجتنابی، سبک دلبستگی اضطرابی

مقدمه

ازدواج به عنوان اساسی ترین و مهم ترین رابطه انسانی شناخته می شود. درحقیقت این رابطه ساختار ابتدایی تشکیل خانواده را مهیا می کند. رضایت از رابطه زناشویی از اهمیت زیادی برخوردار است [۱]. رضایت زناشویی جنبه ای بسیار مهم در رابطه زوجین است، وجود رضایت زناشویی در زندگی باعث می شود زن و شوهر آرامش را در زندگی تجربه کنند و آثار آن را از خود نشان دهند. نارضایتی زناشویی موجب اختلافات و مشکلات زیادی در جنبه های گوناگون زندگی می شود که عواقب بسیار بدی به همراه خواهد داشت. جنبه اصلی زندگی عاطفی یک فرد ارتباط با همسر است. نارضایتی زناشویی آسیب زیادی به توانایی زوجین برای برقراری روابط مناسب و رضایتمندانه با فرزندان و افراد خارج از خانواده می رساند. زوجین زمانی می توانند نیازهای عاطفی و روانی خود را تأمین کنند که رابطه زناشویی آن ها یک رابطه رضایت بخش برای آن ها باشد [۲].

رضایت زناشویی زمانی محقق می شود که بین آنچه فرد در زندگی خود تجربه می کند و انتظاراتی که از زندگی زناشویی دارد انطباق وجود داشته باشد [۳]. رضایت زناشویی تأثیر مثبتی بر خانواده دارد و موجب می شود اعضای خانواده عملکرد مناسب و بهینه ای در کارکردها و مسئولیت های خود داشته باشند. همچنین رضایت از رابطه زناشویی بر میزان سلامت جسمانی، روانی، ارتباطات اجتماعی و موفقیت شغلی اثرگذار بوده و منجر به رضایت از زندگی خواهد شد. بنابراین در صورت توجه به عوامل مؤثر بر رضایت زناشویی می توان انتظار داشت که با افزایش سطح رضایتمندی زناشویی بسیاری از مشکلات روانی، اجتماعی و عاطفی خانواده ها کاهش یابد و با کنار هم قرار گرفتن خانواده هایی سالم جامعه ای سالم محقق شود. عوامل متعددی وجود دارد که در رضایت زناشویی مؤثر می باشد، یکی از این عوامل نوع رابطه هیجانی فرد با والدین خود یا تجارب اولیه فرد با والدین در دوران کودکی است [۴]. کیفیت و چگونگی رابطه بین نوزاد و مراقب او موردتوجه بسیاری از روانکاوان و روان شناسان قرار گرفته است؛ که در این بین بالبی به طور منسجم به مطالعه این رابطه تحت عنوان دلبستگی پرداخته است [۵]. دلبستگی عبارت است از پیوند عاطفی عمیقی که با افراد خاص در زندگی خود برقرار می کنیم. طوری که باعث می شود وقتی با آن ها تعامل داریم احساس نشاط و شغف کنیم و به هنگام استرس از این که آن ها را در کنار خود داریم، احساس آرامش کنیم [۶]. طبق این نظریه نوع رابطه ی مادر-کودک در سال های اولیه زندگی و میزان قابلیت دسترسی به مادر، میزان حمایت مادر هنگام احساس خطر، درجه حساسیت مادرانه و تکیه گاه ایمن بودن مادر برای کودک، سبک دلبستگی فرد را معین می کند [۷]. طرفداران این نظریه معتقدند به احتمال زیاد سبک دلبستگی کودک بر اساس الگوهای فعال درونی از خود و چهره ی دلبستگی تا بزرگسالی ادامه می یابد و در روابط بزرگسالی فرد منعکس می شود [۸]. پژوهش ها نشان می دهند روابط نزدیک و صمیمانه در بزرگسالی تحت تأثیر همین الگوهای فعال درونی قرار می گیرند [۷]. این ثورث نظریه بالبی را گسترش داده و سبک های دلبستگی را به سه دسته ی ایمن، نایمن اجتنابی و نایمن دوسوگرا تقسیم کرده است [۹].

کودکان ایمن در اکثر موقعیت ها احساس راحتی و امنیت می کنند و تجسمی مثبت، حمایتگر و پاسخ دهنده از مادر خود دارند [۱۰]. بررسی های صورت گرفته در مورد ویژگی های افراد با سبک های مختلف دلبستگی و تأثیر آن در روابط با دیگران بیانگر آن است که دو شاخص ترس از طرد شدن و احساس آسودگی در روابط، دو عنصر مهم رفتار دلبستگی در ازدواج هستند به این صورت که فقدان ترس از طرد شدن و احساس آسودگی در روابط بیانگر دلبستگی ایمن است [۱۱]. افراد دارای سبک دلبستگی ایمن تجارب استرس زا را به صورت مثبت ارزیابی می کنند، در نتیجه از سطح اعتماد و رضایت بالاتر و سطح پایین تری از تعارضات برخوردارند [۱۲]. در نقطه مقابل افراد اجتنابی در روابط صمیمانه خود احساس آسودگی نمی کنند و افراد دوسوگرا معمولاً در روابط خود ترس از طرد شدن دارند [۱۱]. افراد دارای سبک های دلبستگی نایمن نسبت به همسرشان بی اعتمادند در تعهد مشکل دارند و سطوح پایینی از رضایتمندی روابط را گزارش می کنند [۱۳].

یافته های پژوهش بک، استیر و گاربین [۱۴] نشان داد که بین سبک دلبستگی ایمن با رضایت زناشویی زوجین رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ولی بین سبک دلبستگی نایمن اجتنابی و دوسوگرا با رضایت زناشویی رابطه منفی به دست آمد. در پژوهش هیرچبرگر و همکاران [۱۵] یافته ها نشان داد رضایت زناشویی و طلاق به شدت تحت تأثیر سبک های دلبستگی زوجها بوده است. به طوری که سبک های دلبستگی نایمن بیشتر پیش بینی کننده طلاق و عدم رضایت از روابط زناشویی بوده

است. همچنین بر اساس یافته‌های به‌دست‌آمده از پژوهش فریلی [۱۶] سبک‌های دلبستگی اکثر زوج‌های در شرف طلاق به‌صورت ناایمن بوده است و همین امر در روابط صمیمانه آن‌ها با همسرشان اثرات سوئی داشته است.

بر این اساس و با توجه به مطالعه پیشینه و اطمینان از فقدان پژوهش در جامعه مورد مطالعه، محقق درصدد پاسخگویی به این سؤال است که آیا بین سبک‌های دلبستگی و رضایت زناشویی رابطه معناداری وجود دارد؟ با مطالعه عوامل مؤثر بر رضایت زناشویی می‌توان انتظار داشت که افزایش سطح رضایتمندی زناشویی بسیاری از مشکلات روانی، عاطفی و اجتماعی خانواده‌ها را کاهش دهد و بر اساس یافته‌های چنین مطالعاتی درمانگران و مشاوران خانواده و ازدواج می‌توانند راهکارهایی مؤثر جهت رفع مشکلات زوجین ارائه دهند.

ابزار و روش پژوهش:

این پژوهش از نظر هدف، از نوع کاربردی و از نظر شیوهی جمع‌آوری داده‌ها از نوع توصیفی با طرح همبستگی است. جامعه آماری تحقیق شامل کلیه کارکنان مرد متأهل شاغل در شرکت اطلس پمپ سپاهان اصفهان در زمستان ۱۴۰۱ با حجم ۳۰۰ نفر است. از این جامعه طبق جدول مورگان نمونه‌ای به حجم ۱۶۹ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شد. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه سبک دلبستگی کولینز و رید (۱۹۹۰) و مقیاس رضایت زناشویی انریچ (۱۹۸۹) بود. داده‌های جمع‌آوری‌شده در ۲ بخش آمار توصیفی شامل تهیه جدول فراوانی، محاسبه میانگین و انحراف معیار و آمار استنباطی شامل آزمون آماری ضریب همبستگی پیرسون و با استفاده از نرم‌افزار spss26 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

پرسشنامه دلبستگی بزرگسالان کولینز و رید (RAAS):

مقیاس دلبستگی بزرگسالان که چگونگی ارزیابی فرد از مهارت‌های ارتباطی و سبک رابطه صمیمانه وی را مورد بررسی قرار می‌دهد، دارای ۱۸ عبارت است که پاسخ‌دهندگان در یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای میزان موافقت یا مخالفت خود با هر یک از عبارات را بیان می‌کنند. این پرسشنامه دارای سه زیر مقیاس است. بر اساس دستورالعمل پرسشنامه، برای گزینه‌های ۱ تا ۵ به ترتیب نمرات ۰ تا ۴ در نظر گرفته می‌شود. سؤالات ۱، ۶، ۸، ۱۳، ۱۲، ۱۷ دلبستگی ایمن را می‌سنجد. سؤالات ۵، ۲، ۱۶، ۱۴، ۷، ۱۸ دلبستگی اجتنابی را مورد ارزیابی قرار می‌دهد و سرانجام سؤالات ۳، ۴، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۵ دلبستگی دوسوگرا/اضطرابی را می‌سنجد. در عبارات ۱، ۸، ۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸ نمره‌گذاری به‌صورت معکوس انجام می‌شود. برای به دست آوردن نمرات مربوط به هر زیرمقیاس، امتیاز عبارات مربوط به آن باهم جمع می‌شود. کولینز و رید نشان دادند که مقادیر آلفای کرونباخ در تمامی موارد بیش از ۰/۸۰ است، بنابراین آزمون از اعتبار بالایی برخوردار است [۱۷]. همچنین میزان اعتبار آزمون با استفاده از آزمون مجدد به صورت همبستگی بین این دو اجرا در پژوهش پاکدامن [۱۷] مشخص شده است. این پرسشنامه در مورد ۱۰۰ دختر و پسر کلاس دوم دبیرستان که به طور تصادفی انتخاب شده بودند اجرا گردید. نتایج حاصل از دو بار اجرای این پرسشنامه با فاصله زمانی یک ماه از یکدیگر بیانگر آن بود که این آزمون در سطح ۰/۹۵ دارای اعتبار است.

پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ:

نسخه‌ی اصلی این آزمون شامل ۱۱۵ سؤال است که با توجه به طولانی بودن سؤالات مقیاس اولیه فرم ۴۷ سؤالی آن ساخته شد. پاسخ به سؤالات این پرسشنامه بر اساس مقیاس لیکرت پنج‌تایی (کاملاً موافق، موافق، نه موافق و نه مخالف، مخالف، کاملاً مخالف) می‌باشد. نمره بالا در این پرسشنامه نشانه رضایت و نمره پایین نشانه نارضایتی از رابطه زناشویی است. فوورس و همکاران [۱۸] اعتبار فرم اخیر را با استفاده از روش ضریب آلفا ۰/۹۲ گزارش کرده‌اند. سلیمانان [۱۹] پایایی پرسشنامه را در فرم کوتاه از طریق محاسبه ضریب آلفا ۰/۹۵ گزارش کرده است. در یک پژوهش مهدویان [۲۰] در کار روی اعتبار آزمون با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و با روش بازآزمایی، به فاصله یک هفته برای مردان ۰/۹۳ و برای زنان ۰/۹۴ به دست آوردند.

یافته‌ها

در این پژوهش ۱۶۹ نفر مورد بررسی قرار گرفتند که ۱۱/۲ درصد از افراد مورد مطالعه دارای سن کمتر از ۳۰ سال، ۷۵/۱ درصد بین ۳۰ تا ۴۶ سال و ۱۳/۶ درصد بالای ۴۵ سال سن می‌باشند. تعداد افرادی که از ازدواجشان ۲ تا ۱۰ سال می‌گذرد ۷۶ نفر، ۱۱ تا ۲۰ سال ۷۱ نفر و ۲۰ سال به بالا ۲۲ نفر گزارش شدند که بیشترین فراوانی ۷۶ نفر برابر ۴۵٪ برای مدت ۲ تا ۱۰ سال می‌باشد. ۲۰/۱ درصد از افراد مورد مطالعه بدون فرزند، ۲۹/۶ درصد دارای یک فرزند، ۳۹/۶ درصد دارای دو فرزند، ۱۰/۱ درصد دارای سه فرزند و ۰/۶ درصد دارای ۴ فرزند بوده‌اند که افراد دارای دو فرزند با ۳۹/۶٪ بیشترین درصد گروه نمونه را تشکیل دادند. توزیع فراوانی‌ها برحسب تحصیلات شامل ۲۴/۳ درصد دارای سطح تحصیلات زیر دیپلم، ۴۹/۱ درصد دیپلم، ۶/۵ درصد فوق دیپلم، ۱۸/۳ درصد لیسانس و ۱/۸ درصد فوق لیسانس بوده‌اند که افراد دارای مدرک تحصیلی دیپلم بیشترین میزان فراوانی و افراد دارای مدرک کارشناسی ارشد، کمترین میزان فراوانی را دارند. افرادی که به صورت سنتی ازدواج کرده‌اند با ۸۰٪/۵ بیشترین درصد گروه نمونه را تشکیل دادند.

جدول ۱- شاخص‌های توصیفی متغیرهای اصلی پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	کمترین نمره	بیشترین نمره	کجی	خطای استاندارد	کشیدگی	خطای استاندارد
ایمن	۱۱/۸۳	۲/۲۴	۷	۱۹	۰/۱۱۱	۰/۱۸۷	۰/۱۹۹	۰/۳۷۱
اجتنابی	۱۲/۵۳	۲/۷۶	۶	۲۰	۰/۲۴۱	۰/۱۸۷	-۰/۰۹۳	۰/۳۷۱
اضطرابی	۱۱/۲۷	۵/۰۰۷	۰	۲۴	۰/۰۳۴	۰/۱۸۷	-۰/۴۵۳	۰/۳۷۱
نمره کل رضایت	۱۵۵/۲۸	۲۵/۵۰	۹۰	۲۲۶	۰/۰۵۲	۰/۱۸۷	-۰/۲۹۲	۰/۳۷۱

بررسی مقادیر کجی و کشیدگی نشان می‌دهد با توجه به اینکه مقادیر کجی و کشیدگی تمامی متغیرها در دامنه‌ی ۱،۵+ تا ۱،۵- به دست آمده است تمامی متغیرها از توزیع نرمال یا نزدیک به نرمال برخوردارند.

فرضیه اول: بین سبک دلبستگی ایمن و رضایت زناشویی کارکنان رابطه معنادار وجود دارد.

جدول ۲- نتیجه آزمون همبستگی پیرسون بین سبک دلبستگی ایمن و رضایت زناشویی

متغیر	شرح	سبک دلبستگی ایمن
رضایت زناشویی	ضریب همبستگی	۰/۳۹۹**
	سطح معنی داری	۰/۰۰۰

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود ضریب همبستگی بین سبک دلبستگی ایمن و رضایت زناشویی برابر ۰/۳۹۹ با سطح معناداری (۰/۰۰۰) است، لذا فرضیه اول محقق مبنی بر وجود رابطه بین سبک دلبستگی ایمن و رضایت زناشویی کارکنان تأیید می‌شود.

فرضیه دوم: بین سبک دلبستگی ناایمن اضطرابی و رضایت زناشویی کارکنان رابطه معنادار وجود دارد.

جدول ۳- نتیجه آزمون همبستگی پیرسون بین سبک دلبستگی اضطرابی و رضایت زناشویی

متغیر	شرح	سبک دلبستگی اضطرابی
رضایت زناشویی	ضریب همبستگی	$0/482^{**}$
	سطح معنی داری	$0/000$

همان طور که در جدول ۳ مشاهده می شود ضریب همبستگی بین سبک دلبستگی اضطرابی و رضایت زناشویی برابر $0/482$ - با سطح معناداری ($0/000$) است، لذا فرضیه دوم محقق مبنی بر وجود رابطه بین سبک دلبستگی اضطرابی و رضایت زناشویی کارکنان تأیید می شود.

فرضیه سوم: بین سبک دلبستگی ناایمن اجتنابی و رضایت زناشویی کارکنان رابطه معنادار وجود دارد.

جدول ۴- نتیجه آزمون همبستگی پیرسون بین سبک دلبستگی اجتنابی و رضایت زناشویی

متغیر	شرح	سبک دلبستگی اجتنابی
رضایت زناشویی	ضریب همبستگی	$0/006$
	سطح معنی داری	$0/937$

همان طور که در جدول ۴ مشاهده می شود ضریب همبستگی بین سبک دلبستگی اجتنابی و رضایت زناشویی برابر $0/006$ - با سطح معناداری ($0/937$) است، لذا فرضیه سوم محقق مبنی بر وجود رابطه بین سبک دلبستگی اجتنابی و رضایت زناشویی کارکنان تأیید نمی شود.

نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه سبک های دلبستگی و رضایت زناشویی انجام شد. با توجه به نتایج به دست آمده بین سبک دلبستگی ایمن و رضایت زناشویی رابطه معنی دار مثبت وجود دارد به این معنا که سبک دلبستگی ایمن موجب افزایش رضایت زناشویی در زوجین می گردد. این یافته با پژوهش های عیدی و خانجانی [۷]، سجادی و فقیرپور [۲۱]، مغزی و دشتی [۲۲]، زارع و همکاران [۲۳] و فینی [۲۴] همسو و با پژوهش رسولی و فرحبخش [۲۵] ناهمسو می باشد. در تبیین این یافته می توان گفت که افراد با سبک دلبستگی ایمن در اکثر موقعیت ها احساس راحتی و امنیت می کنند و تجسمی مثبت و حمایتگر از همسر خود دارند. افراد با سبک دلبستگی ایمن دارای باورها و عقاید مشخصی در زندگی هستند و از هویت شخصی قوی و نیرومندی برخوردارند و در نتیجه اضطراب کمتری تجربه می کنند و تحت شرایط تنش زا دچار آشفتگی کمتری شده و رفتارهای ناسالم را نشان نمی دهند [۲۶]. آن ها دارای ویژگی هایی از قبیل اعتماد به خود و دیگران، درک مثبت و حمایت اجتماعی، رفتار اکتشافی و انفعال پذیری، تمایل به بخشش و مهار هیجان های منفی می باشند که این ویژگی ها موجب استحکام روابط زوجین شده و زمینه صمیمیت و اعتماد بین زوجین را افزایش می دهد و کمک می کند تا زوجین با ثبات روانی بیشتری

به زندگی زناشویی بپردازند که به تبع آن رضایت زناشویی افزایش خواهد یافت. بنابراین وجود رابطه مثبت بین سبک دلبستگی ایمن با رضایت زناشویی قابل توجه می‌باشد [۳].

همچنین نتایج نشان داد بین سبک دلبستگی ناایمن اضطرابی و رضایت زناشویی رابطه معنادار منفی وجود دارد، به این معنا که سبک دلبستگی ناایمن اضطرابی موجب کاهش رضایت زناشویی در زوجین می‌گردد. این پژوهش با پژوهش سجادی و فقیرپور [۲۱] همسو و با پژوهش عزیزی و بیرانوند [۲۷] و محمدی اسفیدان [۱] ناهمسو بود؛ اما بین سبک دلبستگی ناایمن اجتنابی و رضایت زناشویی رابطه معناداری وجود ندارد و این یافته با پژوهش محمدی اسفیدان [۱] همسو و با پژوهش‌های مغزی و دشتی [۲۲]، سجادی و فقیرپور [۲۱]، فینی [۲۴]، هیرچبرگر [۱۵] و بک و همکاران [۱۴] ناهمسو بود. در تبیین رابطه منفی بین سبک ناایمن اضطرابی با رضایت زناشویی می‌توان گفت، افراد با سبک دلبستگی ناایمن دوسوگرا معمولاً در روابط خود ترس از طرد شدن دارند [۱۱]. یک کودک ناایمن دوسوگرا در دوران کودکی نسبت به برقراری ارتباط با دیگران بی‌اعتماد است و درعین حال خواهان روابط با همسالان است. این دسته از کودکان دائم دیگران را طرد می‌کنند، زود عصبانی می‌شوند و دائم احساس بی‌اعتمادی می‌کنند. چنین کودکانی در بزرگسالی همسرانی می‌شوند که بیش از اندازه خواهان رابطه و صمیمیت هستند و وقتی همسرشان به قصد برآورده شدن این نیاز نزدیک می‌شود، عصبانی می‌شوند [۲۱].

با توجه به اینکه دو فرضیه فرعی پژوهش تأیید شد، فرضیه اصلی پژوهش نیز تأیید می‌شود و بین سبک‌های دلبستگی و رضایت زناشویی رابطه معنادار وجود دارد و این پژوهش با پژوهش‌های سالاری و رحیمی [۲۸] و گلو سین و فیتزجرالد [۲۹] همسو است. افرادی که سبک دلبستگی ایمن دارند بیشتر به حمایت همسرشان اعتماد می‌کنند، ارتباط زنده‌تر و خودابرازگری صمیمانه‌تری دارند و از زندگی زناشویی خود رضایت بیشتری دارند. آن‌ها نسبت به دیگران متعهدترند و روابط بلندمدت‌تری برقرار می‌کنند. افراد دوسوگرا عموماً وابسته، از نظر هیجانی بی‌ثبات و در روابط رمانتیک و عاشقانه حسود هستند. افراد دارای سبک دلبستگی دوسوگرا به جای پرداختن به نیازهای همسر، بر نگرانی‌های شخصی خودشان تمرکز می‌کنند و این بی‌توجهی به نیازهای همسر و تمرکز بر افکار پریشان‌کننده می‌تواند به تعارض‌های اساسی در روابط مشترک منجر شود. افراد دوسوگرا در هنگام تعارض، افراد مقابل را مورد توهین و تحقیر قرار می‌دهند. معمولاً همسران مضطرب دوسوگرا توقعات زیادی دارند، بسیار حساس و زودرنج هستند و معمولاً از بی‌توجهی همسرشان شکایت دارند. بیشتر زوج‌هایی که برای طلاق به دادگاه مراجعه می‌کنند دارای سبک دلبستگی ناایمن هستند، وقتی کسی به آن‌ها نزدیک می‌شود به سرعت احساس بی‌اعتمادی می‌کنند و این بی‌اعتمادی بر زندگی زناشویی آن‌ها تأثیر می‌گذارد [۲۱].

هر پژوهشی از ابتدای امر یعنی انتخاب موضوع تا مراحل اجرا و تجزیه و تحلیل و نتیجه‌گیری دارای محدودیت‌هایی است. از محدودیت‌های پژوهش حاضر، می‌توان به عدم امکان استنباط رابطه علت معلولی به دلیل توصیفی بودن روش پژوهش اشاره نمود. همچنین ابزار مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه می‌باشد و از آنجایی که پرسشنامه یک ابزار خودگزارش دهی است، بنابراین امکان سوگیری پاسخ برای پاسخ‌دهندگان وجود دارد. پیشنهاد می‌شود پژوهشگران بعدی، پژوهش حاضر را در جامعه آماری بزرگتر و از هر دو جنس (زنان و مردان) به میزان یکسان تکرار نموده و مورد مقایسه قرار دهند. همچنین از آنجایی که عوامل اقتصادی نقش پررنگی در تمامی جنبه‌های رضایت زناشویی دارد پیشنهاد می‌شود پژوهشگران نمونه آماری خود را از جامعه‌ای با رده شغلی بالاتر و دارای درآمد مکفی انتخاب نمایند. بر اساس یافته‌های پژوهش برگزاری کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی به منظور ارتقای سطح آگاهی زوجین و آگاهی والدین در خصوص روش‌های درست تعامل با فرزندان و همچنین آموزش الگوی پرورش فرزند به صورت دلبسته ایمن در سطح کشور می‌تواند مؤثر باشد. یافته‌های چنین مطالعاتی به روانشناسان بالینی و مشاوران خانواده، در تبیین همسرگزینی و یافتن علل جدایی یا صمیمیت میان همسران کمک خواهد کرد.

منابع

۱. محمدی اسفیدان، طیبه (۱۳۹۴). رابطه ذهن آگاهی و سبک‌های دلبستگی با رضایت زناشویی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد واحد شاهرود.
۲. کرمی دره‌نارنجی، فرخنده (۱۳۹۳). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی، هوش معنوی، رضایت شغلی با رضایت زناشویی در بین زوجین کارمند شهرستان لنده. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره‌ی خانواده. دانشگاه هرمزگان.
۳. رحیمی، مهسا (۱۳۹۴). رابطه بین سبک‌های دلبستگی و نگرش مذهبی با رضایت زناشویی زوجین شهر شیراز. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده. دانشگاه آزاد واحد مرودشت.
۴. قضاوی خوراسگانی، زهرا (۱۳۹۳). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و سبک زندگی با رضایت زناشویی در بین کارکنان شرکت پخش و پالایش نفت بندرعباس. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده. دانشگاه هرمزگان.
۵. شعبی، فاطمه (۱۳۹۴). سبک دلبستگی و روابط اجتماعی. انتشارات کتاب ارشد.
۶. Bowlby, J. (1969). Attachment, Vol. 1 of Attachment and loss: New York: Basic Books.
۷. عیدی، رقیه و خانجانی، زینب (۱۳۸۵). بررسی رضایت زناشویی در سبک‌های مختلف دلبستگی. فصلنامه علمی-پژوهشی روانشناسی دانشگاه تبریز، سال اول، شماره ۲ و ۳.
8. Feeney, JA. (1999). Adult attachment, emotional control, and marital satisfaction. J Pers Relat. 6: 169-83.
9. Cassidy, J., & Marvin, RS. (2008). Attachment organization in preschool children: Procedures and coding manual. 4th ed. Virginia: University of Virginia.
10. Cassidy J. (2007). Child-mother attachment and the self in six-years old. J Child Dev, 59: 34- 121.
11. Robyn, AP., & Evelyn, DS. (1998). Attachment and marital adjustment. Proceeding of the 6th Australian Institute of Family Studies Conference, Changing Family, Challenging Futures; 1998; November 25-27, Melbourne, Australia.
12. Mikulincer, M., & Florian, V. (1998). The relationship between adult attachment styles and emotional and cognitive reactions to stressful events. In Simpson, J. A., & Rholes, W. S. (Eds.), Attachment theory and close relationships (pp. 143- 165). New York: The Guilford Press.
13. Steuber, K. R. (2005). Adult attachment, conflict style and relationship satisfaction: comprehensive model. Unpublished master's thesis, Delaware university.
14. Beck, A. T., Steer, R. A., & Garbin, M. G. (2015). Relationship between. Attachment Styles and Marital Satisfaction: Twenty-five years of evaluation. Clinical Psychology Review, Journal of Family Violence, 8, 77-100.

15. Hirschberger, G., Srivastava, S., Marsh, P., Pape Cowan, C & Cowan P.A. (2009). Attachment, Marital Satisfaction, and Divorce During the First Fifteen Years of Parenthood. *Pers Relatsh. Sep*; 16(3): 401-420.

16. Fraley, R.C. (2012) Information on the Experiences in Close Relationships Revised (ECR-R) Adult Attachment Questionnaire.

۱۷. پاکدامن، شهلا (۱۳۸۰). بررسی ارتباط بین دلبستگی و جامعه طلبی در نوجوانان. *مجله علوم روانشناختی*، دوره چهل و هفتم، شماره ۹. ۲-۳.

۱۸. Fowers, B; Monted, H. & Olson D. H. (1996). Prediction of marriage success, *journal of marital and familt therapy*. Vol 22, PP 103-111.

۱۹. سلیمانیان، علی اکبر (۱۳۷۶). بررسی تفکرات غیر منطقی بر نارضایتی زناشویی. پایان نامه کارشناسی ارشد، تهران، دانشگاه تربیت معلم.

۲۰. مهدویان، فاطمه (۱۳۷۶). بررسی تأثیرات آموزش و ارتباط بر رضایت مندی زناشویی و سلامت روانی. پایان نامه کارشناسی ارشد. انستیتو روان پزشکی ایران.

۲۱. سجادی، فرانک و فقیرپور، مقصود (۱۳۹۵). رابطه سبک‌های دلبستگی با رضایت زناشویی دانشجویان زن متأهل. *کنگره علوم اسلامی، علوم انسانی*.

۲۲. مغزی، الهام و دشتی، مهرداد (۱۳۹۴). رابطه رضایت زناشویی با انواع دلبستگی در زنان متأهل نجف‌آباد. *فصلنامه چشم‌انداز امین*، شماره ۱.

۲۳. زارع، حسین؛ غباری بناب، باقر؛ شمس نطنزی، علیرضا و صادق خانی، اسدالله (۱۳۹۱). رابطه بین سبک‌های دلبستگی و بخشش با رضایت زناشویی زوجها، *فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، شماره ۱. ۲۲-۴۳.

۲۴. Feeney, J. A. (2005). Attachment, caregiving & marital satisfaction. *Personal relationship*. Vol.3, issue.4, pp 401-416.

۲۵. رسولی، زینب و فرحبخش، کیومرث (۱۳۸۸). رابطه‌ی سبک‌های دلبستگی و منبع کنترل با سازگاری زناشویی. *مجله اندیشه و رفتار*، شماره ۱۳. ۱۷-۲۴.

۲۶. کرمی، احسان (۱۳۹۶). بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی، روابط اجتماعی با رضایت زناشویی معلمان مرد متأهل دبیرستان‌های گچساران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی. دانشگاه آزاد واحد گچساران.

27. Azizi, A; Beyranvand, H. (2018). The Relationship between attachment styles with marital satisfaction among nurses. *Iranian Journal of Rehabilitation Research* 4 (2), 8-14

۲۸. سالاری، مهلا و رحیمی، بهاره (۱۴۰۱). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و رضایت زناشویی. *چهارمین همایش ملی پژوهش‌های حرفه‌ای در روانشناسی و مشاوره با رویکرد از نگاه معلم، میناب*.

29. Gleeson, G. & Fitzgerald, A. (2014). Exploring the Association between Adult Attachment Styles in Romantic Relationships, Perceptions of Parents from Childhood and Relationship Satisfaction. *Journal of Health*, 6, 1643-1661.