بررسی رابطه ادراک رفتارهای فداکارانه همسر و نارسایی هیجانی با دلزدگی زناشویی معلمان

دکتر قدرت‌اله عباسی[1]

علیرضا رستمی[2]

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه ادراک رفتارهای فداکارانه همسر و نارسایی هیجانی با دلزدگی زناشویی معلمان متأهل مقطع تحصیلی ابتدایی شهر آمل بود. جامعه آماری این پژوهش همهٔ معلمان مقطع ابتدایی شهر آمل بود که از میان آنها ۲۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. داده‌ها از طریق مقیاسهای ادراک رفتارهای فداکارانه همسر هارپر و فیگرس (۲۰۰۸)، نارسایی هیجانی تورنتو (۱۹۹۴) و دلزدگی زناشویی پاینز (۱۹۹۶) گردآوری شدند و با ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه مورد تحلیل قرارگرفتند. یافته‌های پژوهش نشان دادند که میان متغیر ادراک رفتارهای فداکارانه همسر با دلزدگی زناشویی رابطه منفی و معنادار و میان نارسایی هیجانی با دلزدگی زناشویی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد ($P<۰/۰۰۱$). همچنین، تحلیل رگرسیون نشان داد که متغیر ادراک رفتارهای فداکارانه همسر به شکلی منفی و نارسایی هیجانی به شکلی مثبت در پیش‌بینی دلزدگی زناشویی نقش دارند. همچنین، این تحلیل نشان داد که از میان متغیرهای پیش‌بین، نارسایی هیجانی مهم‌ترین پیش‌بین کننده دلزدگی زناشویی است. بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر، می‌توان گفت روان‌شناسان و مشاوران مدرسه می‌توانند با بهره‌گیری از آموزش مهارتهای زندگی زمینه را برای تقویت رفتارهای فداکارانه و کاهش مشکلات مربوط به نارسایی هیجانی معلمان متأهل فراهم کنند و دلزدگی زناشویی‌شان را کاهش دهند.

کلیدواژگان: ادراک رفتارهای فداکارانه همسر، نارسایی هیجانی، دلزدگی زناشویی معلمان

تاریخ دریافت: ۹۶/۹/۲۹ تاریخ پذیرش: ۹۷/۸/۱۲

۱. استادیار گروه روان‌شناسی، واحد ساری، دانشگاه آزاد اسلامی، ساری، ایران (نویسنده مسئول) abasighodrat@gmail.com

۲. کارشناسی ارشد روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی آیت اله آملی alirezarostami186@yahoo.com

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-11-12]

[DOR: 20.1001.1.26766728.1398.16.3.3.2]

مقدمه

یکی از مهم‌ترین مشکلاتی که افراد در زندگی با آن روبه‌رو می‌شوند، دلزدگی است (پاموک و دورموش[1]، ۲۰۱۵). دلزدگی حالتی است رنج‌آور در افرادی که انتظار دارند عشق رمانتیک به زندگی‌شان معنا بخشد. ازدواج رضایت‌بخش صمیمیت عاطفی، اجتماعی و جسمی برای زوجین فراهم می‌کند اما وقتی که با گذشت زمان سحر و جادوی عشق رمانتیک از میان می‌رود، زندگی معنایش را از دست می‌دهد و زوجین دچار احساس ناامیدی و دلزدگی می‌شوند (پاینز[2]، ۱۹۹۷). دلزدگی حالتی بسیار مخرب است که بر همه زمینه‌های زندگی فردی به دلیل احساس ترس مداوم، ناامیدی، یأس و در دام افتادگی اثر می‌گذارد و وقتی اتفاق می‌افتد که افراد تشخیص دهند با وجود تلاششان، رابطه آنها به زندگی معنا نداده است و نخواهد داد. آثار دلزدگی به‌صورت جسمی، هیجانی و روانی مانند عدم لذت از رابطه، احساس خستگی جسمی مداوم و باور به غیرقابل‌حل بودن مشکلات برای همیشه بروز می‌کند. علاوه بر این، نه‌تنها افرادی که تحت تأثیر دلزدگی هستند بلکه خانواده و روابط اجتماعی‌شان نیز از آن تأثیر می‌پذیرند (شیرین و دنیز[3]، ۲۰۱۶).

ازدواج با دلزدگی می‌تواند ناامیدکننده و غم‌انگیز باشد. دلزدگی از عشق که با ترکیبی از انتظارات غیرواقعی و فراز و نشیبهای زندگی به وجود می‌آید، فرایندی تدریجی است که در آغاز به‌ندرت اتفاق می‌افتد ولی با بروز ناراحتیها و پریشانیهای عمومی زندگی منجر به از میان رفتن صمیمت و عشق و در شدیدترین حالت، به انحلال رابطه می‌انجامد. از سویی هم، دلزدگی زناشویی می‌تواند در دو جنبه نقشی مثبت برای زوجین داشته باشد: اول اینکه نشان‌دهندهٔ جنبه‌ای از رابطه است که باید به‌منظور آماده شدن برای شروع یک رابطه جدید پایان یابد و دوم اینکه، نقطه عطفی برای زوجینی است که خواهان نجات زندگی‌شان هستند. بنابراین، مقابله با دلزدگی زناشویی از طریق حل مشکلات ازدواج (پاینز، ۱۹۹۶) و شناخت عوامل مؤثر در کاهش دلزدگی زناشویی می‌تواند مفید باشد و به یک فرصت تبدیل شود.

یکی از عواملی که می‌تواند در کاهش دلزدگی نقش داشته باشد، رفتارهای فداکارانه[4] همسران است. فداکاری به منزلهٔ تمایل به رها کردن علاقه‌مندی خود و ارتقا یا بهبود بهزیستی همسر و رابطه توصیف می‌شود (ون‌لانگ، رازبالت، دریگوتاز، آریاگا، ویچر و کوکس[5]، ۱۹۹۷). فداکاری به

1. Pamuk & Durmuş
2. Pines
3. Şirin & Deniz
4. Sacrificing behavior
5. Van Lange, Rusbult, Drigotas, Arriaga, Witcher & Cox

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-11-12]

[DOR: 20.1001.1.26766728.1398.16.3.3.2]

دو قسمت فعال و منفعل تقسیم می‌شود. فداکاری منفعل، عمل رها کردن رفتاری است که برای فرد لذت‌بخش است و فداکاری فعال مستلزم انجام دادن رفتاری است که برای فرد خوشایند نیست (هال و هال[1]، ۲۰۱۱). زوجهای فداکار به فکر منافع روابط اند و وقتی‌که منافع شخصی خود را برای رابطه با شریک زندگی‌شان کنار می‌گذارند، برقراری رابطه و آغاز تعهد به شریک زندگی‌شان را تسهیل می‌بخشند. درواقع، دریافت پاسخهای همدلانه از سوی همسر به مثابه یک ضربه‌گیر در برابر اثرات منفی نشانگان افسردگی در شریک زندگی عمل می‌کند (استفنسون، دلونگیس، ازدیل و لهمن[2]، ۲۰۱۴). فداکاری با سطوح بالای رضایت زناشویی، تعهد، عملکرد و سرمایه‌گذاری زوجین (ون‌لانگ و همکاران، ۱۹۹۷) و سلامت و تداوم ازدواج (مانک، ونوم، اگالسکی و فینچام[3]، ۲۰۱۴) رابطه دارد. نتایج پژوهش استنلی، ویتون، سدبری و کلمنتس و مارکمن[4] (۲۰۰۶) نشان می‌دهد که نگرش به فداکاری می‌تواند در طول زمان زوجهای پریشان را از زوجهای غیر پریشان متمایز نماید. همچنین، نگرش به فداکاری، حفظ سازگاری را در طول زمان حتی بهتر از سازگاری اولیه پیش‌بینی می‌کند. این تحقیق نشان داد که فداکاری میانجی میان تعهد و سازگاری در رابطه است.

نارسایی هیجانی یکی دیگر از متغیرهایی است که می‌تواند در دلزدگی زناشویی نقش داشته باشد. نارسایی هیجانی به‌دشواری در خودتنظیم‌گری هیجانی و ناتوانی در پردازش شناختی اطلاعات هیجانی و تنظیم هیجانها گفته می‌شود (تایلور[5]، ۲۰۰۰) و دربرگیرنده ویژگیهایی چون دشواری در تشخیص و شناسایی احساسات و تمرکز روی تجارب بیرونی است (لاملی، نیلی و برگر[6]، ۲۰۰۷). درواقع نارسایی هیجانی، اختلال در فرایند پردازش هیجانات، به‌ویژه قابلیت کاهش‌یافته در کلامی‌سازی و تحقق بخشیدن به هیجانات است (چن، ژو، جینگ و چان[7]، ۲۰۱۱) و رابطه مثبتی با سلامت روان پایین دارد (دوبی و پاندی[8]، ۲۰۱۳). افراد دارای نارسایی هیجانی در بازشناسی، آشکارسازی، پردازش و نظم‌دهی هیجانها با دشواریهایی مواجه‌اند و در تمایز احساسات درونی از احساسات بدنی مشکل دارند (سوارت، کورتیکاس و آلمن[9]، ۲۰۰۹). افرادی با نقص در تشخیص و توصیف احساسات معمولاً عواطف مثبت کمتری را تجربه می‌کنند و بیشتر

1. Hall & Hall
2. Stephenson, Delongis, Esdaile & Lehman
3. Monk, Vennum, Ogolsky & Fincham
4. Stanley, Whitton, Sadberry, Clements & Markman
5. Taylor
6. Lumley, Neely & Burger
7. Chen, Xu, Jing & Chan
8. Dubey & Pandey
9. Swart, Kortekaas & Aleman

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-11-12]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1398.16.3.3.2]

محافظه‌کارند و درگیری کمتری در تعاملات اجتماعی (گانتر، ماتِس، کرستینگ، اگلوف و ساسلو[1]، ۲۰۱۶)، مشکلات بیشتری در توانایی بیان کردن احساسات و کاهش خودآگاهی و آگاهی بدنی (هربرت، هربرت و پولاتوس[2]، ۲۰۱۱) و همچنین، مشکلات تعاملی و اجتماعی بسیار مانند اجتناب از صمیمیت، عدم همدلی و جدایی از روابط با دیگران دارند (گاتمن و لاپورت[3]، ۲۰۰۲). شواهد پژوهشی نشان می‌دهد که نارسایی هیجانی رابطهٔ معنادار با کیفیت زناشویی (اپوزدمیر[4]، ۲۰۱۲؛ بوردن، فیشر و نیهویس[5]، ۲۰۱۰، فرای- کوکس و هسه[6]، ۲۰۱۳) و مشکلات میان- فردی مانند دوری/ سردی و عملکرد اجتماعی غیر جرأتمندانه (ونهیوله، دسمت، مگانک و بوگارتس[7]، ۲۰۰۷) دارد.

درمجموع و با توجه به رشد فزاینده بی‌ثباتی زناشویی و نرخ بالای طلاق به منزلهٔ پیامد دلزدگی زناشویی که در دهه‌های اخیر به عوارض گرانباری برای خانواده و جوامع منجر شده است و با توجه به اینکه خانواده محل رشد و شکل‌گیری شخصیت انسان است و اختلال در سازمان و عملکرد آن می‌تواند مسائل و مشکلات روانی و اجتماعی متعدد را در پی داشته باشد، بررسی زمینه‌های بروز دلزدگی زناشویی از اهمیتی بسزا برخوردار است. بنابراین، هدف پژوهش حاضر پاسخگویی به این سؤال است که آیا میان ادراک رفتارهای فداکارانه همسر و نارسایی هیجانی با دلزدگی زناشویی معلمان متأهل رابطه وجود دارد؟

روش

پژوهش حاضر، پژوهشی توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش همه معلمان متأهل زن و مرد مقطع تحصیلی ابتدایی شهر آمل بودند که از این عده، بر اساس حجم جامعه (۹۰۰ نفر) و با توجه به جدول کرجسی و مورگان[8] (۱۹۷۰)، ۲۶۴ معلم متأهل به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای برگزیده شدند. در این روش ابتدا شهر آمل با توجه به نقشه جغرافیایی به سه ناحیه تقسیم شد و پس از فهرست کردن کل مدارس ابتدایی دولتی و غیرانتفاعی موجود در سه ناحیه که برابر با ۵۱ مدرسه بود (۲۸ مدرسه پسرانه و ۲۳ مدرسه دخترانه)، از هر ناحیه ۱۱ مدرسه و از هر مدرسه چهار پایه تحصیلی و از هر پایه تحصیلی شش

1. Günther, Matthes, Kersting, Egloff & Suslow
2. Herbert, Herbert & Pollatos
3. Guttman & Laporte
4. Epözdemir
5. Borden, Fischer & Niehuis
6. Frye-Cox & Hesse
7. Vanheule, Desmet, Meganck & Bogaerts
8. Krejcie & Morgan

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-11-12]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1398.16.3.3.2]

معلم متأهل به‌صورت تصادفی انتخاب شدند و پرسشنامه‌های پژوهش در میان آنها توزیع شد. شایان ذکر است که از میان ۲۶۴ پرسشنامه توزیع شده ۶۴ پرسشنامه به دلیل عدم همکاری برخی از معلمان و ناقص بودن از نمونه حذف شدند. لیندمن، مرندا و گولد[1] (۱۹۸۰، برگرفته از هومن، ۱۳۸۵) قویاً تأکید می‌کنند که حجم گروه نمونه در تحلیل رگرسیون دست کم صد و یا دست کم ۲۰ برابر تعداد متغیرها باشد. همچنین، دارلینگتون[2] (۱۹۹۰، برگرفته از سرمد، ۱۳۸۸) بیان می‌کند که تعداد نمونه باید حداقل ده برابر تعداد متغیرها باشد. به‌طورکلی تعداد ۲۰۰ پرسشنامه مورد تجزیه‌وتحلیل قرار گرفته است. حداقل و حداکثر سن شرکت‌کنندگان به ترتیب ۲۸ و ۴۶ سال و میانگین و انحراف معیار سن آنها در کل نمونه به ترتیب ۳۵/۲۴ و ۴/۰۳ بود. در این پژوهش ابزارهای زیر مورد استفاده قرار گرفته است.

الف) مقیاس ادراک رفتارهای فداکارانه همسر: مقیاس ادراک رفتارهای فداکارانه هارپر و فیگرس[3] (۲۰۰۸) یک مقیاس ۵۰ سؤالی است که دربرگیرنده ادراک فرد از رفتارهای فداکارانه خود و همسرش است. در این مقیاس ۲۵ سؤال اول شامل رفتارهای فداکارانه خود فرد و ۲۵ سؤال دوم شامل ادراک فرد از رفتارهای فداکارانه شریک زندگی‌اش است. این مقیاس فراوانی و میزان رفتارهای فداکارانه فرد و شریک زندگی او را در طول ۶ ماه گذشته مورد بررسی قرار می‌دهد. در پژوهش حاضر از ۲۵ سؤال دوم استفاده شده است که ادراک فرد از رفتارهای شریک زندگی‌اش را می‌سنجد. نمره‌گذاری این بخش از مقیاس به‌صورت لیکرتی پنج‌درجه‌ای از ۱=هرگز تا ۵=همیشه است. دامنه نمرات میان ۱۲۵ تا ۲۵ است و نمره بالا در این مقیاس دلالت بر ادراک فداکاری بیشتر دارد. فیگرس (۲۰۰۸) در بررسی خود پایایی این مقیاس را به روش آلفای کرونباخ برای مردان متاهل ۰/۸۴ و برای زنان متاهل ۰/۸۱ گزارش کرده است. در ایران اولین بار کاوند (۱۳۹۰) این مقیاس را ترجمه و مورد استفاده قرار داده است. او پایایی این مقیاس را با استفاده از آلفای کرونباخ برای ۲۵ سؤال اول در شوهران ۰/۹۰ و زنان ۰/۸۸ و ۲۵ سؤال دوم را هم برای شوهران و هم برای زنان ۰/۹۲گزارش کرده است. همچنین، روایی سازه این مقیاس را با پرسشنامه کیفیت زناشویی نورتون[4] (۱۹۸۳) در نمونه شوهران ۰/۵۵ و ۰/۶۵ و در نمونه زنان ۰/۵۱ و ۰/۶۸ گزارش کرده که همگی در سطح ($P<۰/۰۰۱$) معنادارند. در پژوهش حاضر ضریب پایایی سنجه مذکور با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به‌دست آمده که از لحاظ آماری معنادار است.

1. Lindeman, Merenda & Gold
2. Darlington
3. Perception of Sacrifice Scale (Harper & Figuerres)
4. Norton's Quality of Marriage Index (QMI)

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-11-12]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1398.16.3.3.2]

ب) مقیاس نارسایی هیجانی تورنتو[1]: مقیاس نارسایی هیجانی تورنتو را که باگبی[2]، تایلور و پارکر[3] (۱۹۹۴) ساخته اند، یک مقیاس خودسنجی و ۲۰ سؤالی است که برای ارزیابی نارسایی هیجانی مورداستفاده قرار می‌گیرد. این مقیاس دارای سه بعد دشواری در شناسایی احساسات (۷ سؤال)، دشواری در توصیف احساسات (۵ سؤال) و تمرکز بر تجارب بیرونی (۸ سؤال) است. شیوه نمره‌گذاری این مقیاس پنج لیکرتی از کاملاً موافقم=۱ تا کاملاً مخالفم=۵ است و سؤالات ۴، ۱۰، ۱۸ و ۱۹ به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. دامنه نمرات میان ۱۰۰ تا ۲۰ می‌باشد و نمرات ۶۰ به بالا به‌عنوان نارسایی هیجانی بالا و نمرات ۵۲ به پایین به‌عنوان نارسایی هیجانی پایین (بدون نارسایی هیجانی) در نظر گرفته می‌شود (مولر، آلپرز، رایم و ساب[4]،۲۰۰۴). همچنین روایی همگرا و افتراقی مقیاس مذکور از طریق همبستگی با مقیاسهای پرسشنامه نئو در نمونه‌های دانشجویی مورد تائید قرارگرفته است (باگبی و همکاران، ۱۹۹۴). در پژوهش فوگلی، وارمن و لیساکر[5] (۲۰۱۴) ثبات درونی کل این مقیاس ۰/۷۵ گزارش شده است. در ایران این مقیاس را بشارت (۲۰۰۷) ترجمه کرده و روایی و پایایی آن را مورد آزمون قرار داده است. او روایی این مقیاس را با مقیاسهای هوش هیجانی ۰/۸۰-، بهزیستی روانی ۰/۷۸- و استرس روان‌شناختی ۰/۴۴ به دست آورده که همگی معنادار بوده اند. همچنین، او پایایی این مقیاس را با بهره‌گیری از آلفای کرونباخ برای دشواری در شناسایی احساسات ۰/۸۲، برای دشواری در توصیف احساسات ۰/۷۵ و برای تمرکز بر تجارب بیرونی ۰/۷۲ و برای کل مقیاس ۰/۸۵ به‌دست آورده است. در پژوهش حاضر پایایی این مقیاس به روش آلفای کرونباخ برای خرده مقیاسهای دشواری در شناسایی احساسات ۰/۷۷، دشواری در توصیف احساسات ۰/۶۶ و تمرکز بر تجارب بیرونی ۰/۷۰ و برای کل مقیاس ۰/۷۱ به‌دست آمده که از لحاظ آماری معنادار است.

ج) مقیاس دلزدگی زناشویی[6]: مقیاس دلزدگی زناشویی پاینز (۱۹۹۶) یک ابزار خودسنجی است که برای اندازه‌گیری درجه دلزدگی زناشویی در میان زوجین طراحی شده و شامل ۲۱ گویه است. این موارد روی یک مقیاس هفت‌درجه‌ای در دامنه‌ای از ۱=هرگز تا ۷=همیشه نمره‌گذاری می‌شود و ۱۷ ماده آن شامل عبارتهای منفی مانند خستگی، ناراحتی و بی‌ارزش بودن و چهار ماده آن شامل عبارات مثبت مانند خوشحال بودن و پرانرژی بودن است که نمره‌گذاری این چهار ماده

1. Toronto Alexithymia Scale
2. Bagby
3. Parker
4. Muller, Alpers, Reim & Sub
5. Fogley, Warman & Lysaker
6. Couple Burnout Measure

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-11-12]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1398.16.3.3.2]

به‌صورت معکوس است. نمرات این مقیاس در محدوده ۲۱ تا ۱۴۷ قرار می‌گیرد و نمره بالا نشان‌دهندهٔ دلزدگی زناشویی بیشتر است. ضریب پایایی مقیاس با روش بازآزمایی در یک دوره یک‌ماهه برابر با ۰/۷۶ محاسبه شده است (پاینز، ۱۹۹۶). در پژوهش نادری و آزادمنش (۱۳۹۱) آلفای کرونباخ و تنصیف مقیاس دلزدگی زناشویی به ترتیب ۰/۹۲ و ۰/۹۰ به‌دست‌آمده است. همچنین اعتبار مقیاس مذکور برحسب همبستگی با مقیاس رضایت زناشویی انریچ ($P<۰/۰۰۱$، $r=-۰/۴۰$) بررسی و مورد تائید قرارگرفته است (نادری، افتخار و آملازاده، ۱۳۸۸). در پژوهش حاضر پایایی این مقیاس با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۴ و ضریب روایی همزمان آن با مقیاس ۱۳ سؤالی رضایت زناشویی رجبی (۱۳۸۸) ۰/۵۸- به‌دست آمده که از لحاظ آماری معنادار است.

یافته‌ها

فرضیه اصلی پژوهش حاضر این است که میان ادراک رفتارهای فداکارانه همسر و نارسایی هیجانی با دلزدگی زناشویی معلمان رابطه وجود دارد. ازاین‌رو، ابتدا به یافته‌های توصیفی و همبستگی میان متغیرها اشاره می‌شود و پس از بررسی مفروضه‌های تحلیل آمار پارامتریک، این فرضیه با استفاده از تحلیل رگرسیون چندگانه مورد آزمون قرار می‌گیرد. جدول شماره ۱ شاخصهای آماری مانند میانگین و انحراف معیار و ضریب همبستگی میان متغیرهای مورد مطالعه را نشان می‌دهد.

جدول ۱: شاخصهای آماری متغیرهای پژوهش

شاخصهای آماری / متغیرها	معلمان زن		معلمان مرد		کل نمونه			
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	ضریب همبستگی	سطح معناداری
ادراک رفتارهای فداکارانه همسر	۶۸/۵۲	۳/۲۲	۶۸/۹۷	۳/۲۷	۶۸/۷۴	۳/۲۵	-۰/۲۱۸**	<۰/۰۰۲
دشواری در شناسایی احساسات	۲۰/۲۷	۳/۲۵	۲۱/۵۸	۳/۷۰	۲۰/۹۲	۳/۵۳	۰/۱۶۲*	<۰/۰۲۲
دشواری در توصیف احساسات	۱۷/۴۷	۲/۴۶	۱۸/۴۲	۲/۳۶	۱۷/۹۴	۲/۴۵	۰/۲۱۸**	<۰/۰۰۲
تفکر معطوف به بیرون	۲۷/۲۴	۲/۴۲	۲۶/۷۱	۲/۲۸	۲۶/۹۷	۲/۳۶	۰/۲۰۵**	<۰/۰۰۴
نمره کل نارسایی هیجانی	۶۴/۹۸	۵/۱۷	۶۶/۷۱	۵/۵۰	۶۵/۸۴	۵/۳۹	۰/۲۹۵**	<۰/۰۰۰
دلزدگی زناشویی	۹۵/۷۸	۵/۰۰	۹۳/۱۵	۴/۶۶	۹۴/۴۶	۵/۰۰	---	---

همان‌گونه که مندرجات جدول ۱ نشان می‌دهد، میانگین و انحراف معیار متغیرهای ادراک رفتارهای فداکارانه همسر در کل نمونه ۶۸/۷۴ و ۳/۲۵، دشواری در شناسایی احساسات ۲۰/۹۲ و ۳/۵۳، دشواری در توصیف احساسات ۱۷/۹۴ و ۲/۴۵، تفکر معطوف به بیرون ۲۶/۹۷ و ۲/۳۶، نمره کل نارسایی هیجانی ۶۵/۸۴ و ۵/۳۹ و دلزدگی زناشویی ۹۴/۴۶ و ۵/۰۰ است. همچنین، میان

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-11-12]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1398.16.3.3.2]

ادراک رفتارهای فداکارانه همسر رابطه ای منفی و معنادار (P< ۰/۰۰۱) و میان خرده مقیاسهای دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات، تفکر معطوف به بیرون و نمره کل نارسایی هیجانی رابطه مثبت و معنادار (P< ۰/۰۰۱) با دلزدگی زناشویی به دست آمده است.

پیش از تحلیل داده‌های مربوط به سؤال اصلی پژوهش یعنی بررسی رابطه چندگانه ادراک رفتارهای فداکارانه همسر و نارسایی هیجانی با دلزدگی زناشویی برای اطمینان از اینکه داده‌های این پژوهش مفروضه‌های زیربنایی تحلیل رگرسیون چندگانه را برآورده می‌کنند، به بررسی مفروضه‌های آن پرداخته و ازجمله از آزمون نرمال بودن، عدم همخطی چندگانه متغیرهای پژوهش و آزمون دوربین واتسون[1] استفاده شده است. یافته‌ها نشان داده اند که هر سه مفروضه مورد تائید قرار گرفته است. نتایج آزمون کلموگروف اسمیرنوف در متغیرهای ادراک رفتارهای فداکارانه همسر (z=۰/۷۵۴، p=۰/۶۲۱)، نارسایی هیجانی (z=۰/۹۲۰، p=۰/۳۶۵) و دلزدگی زناشویی (z=۱/۲۰۵، p=۰/۱۱۰) نشان داده که همگی تابع توزیع نرمال هستند. برای بررسی مفروضه عدم همخطی بودن متغیرهای پیش‌بین از عامل تحمل[2] و تورم واریانس[3] استفاده شده است. نتایج حاصل از این آزمون نشان داده که برای همه متغیرهای پیش‌بین (ادراک رفتارهای فداکارانه T=۰/۹۹۳، VIF=۱/۰۰، نارسایی هیجانی T=۰/۹۹۳، VIF=۱/۰۰) مقادیر تحمل کمتر از ۰/۰۱ و مقادیر تورم واریانس کوچک‌تر از ۱۰ است و عدم همخطی تائید می‌شود. همچنین، برای بررسی استقلال متغیرهای مستقل و به‌عبارت‌دیگر، عدم ارتباط نمره‌های خطای متغیرهای مستقل با یکدیگر از آزمون دوربین واتسون استفاده شده است. نتایج حاصل از آزمون دوربین واتسون در تحلیل رگرسیون به روش ورود برابر با ۱/۷۹ به‌دست‌آمده است که با توجه به اینکه مقدار آماره این آزمون بین ۱/۵ الی ۲/۵ قرار دارد، نشان‌دهنده استقلال متغیرهای پیش‌بین است.

برای مشخص کردن رابطه چندگانه ادراک رفتارهای فداکارانه همسر و نارسایی هیجانی با دلزدگی زناشویی از رگرسیون چندگانه استفاده شده است. نتایج ضریب رگرسیون نشان داده که میزان R یا ضریب رگرسیون ۰/۳۵ است و استفاده از آزمون F نشان داده که این مقدار در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است. این امر نشان‌دهنده وجود رابطه معنادار میان این عوامل و دلزدگی زناشویی است. میزان R^2 یا ضریب تعیین رگرسیون چندگانه نیز برابر ۰/۱۲ است. این مقدار بیانگر آن است

1. Durbin-Watson
2. Tolerance
3. Variance Inflation Factor (VIF)

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-11-12]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1398.16.3.3.2]

که ۱۲ درصد تغییرات دلزدگی زناشویی ناشی از این عوامل و مابقی از عوامل ناشناخته دیگر به وجود می‌آید.

جدول ۲: محاسبه ضریب بتا و سطح معناداری ادراک رفتارهای فداکارانه همسر و نارسایی هیجانی برای دلزدگی زناشویی

متغیرهای پیش‌بین	ضریب استاندارد نشده		ضریب استانداردشده	مقدار T	سطح معناداری P
	B	خطای استاندارد	Beta		
ادراک رفتارهای فداکارانه	۰/۲۹۹-	۰/۱۰۳	۰/۱۹۵-	۲/۹۱۰-	۰/۰۰۴
نارسایی هیجانی	۰/۲۵۸	۰/۰۶۲	۰/۲۷۸	۴/۱۵۷۸	۰/۰۰۱

همچنین، برای مشخص کردن سهم نسبی هر یک از متغیرهای پیش‌بین در پیش‌بینی متغیر ملاک از ضریب بتا استفاده شده است. با این ضریب می‌توانیم تعیین کنیم که کدام یک از متغیرهای ادراک رفتار فداکارانه همسر و نارسایی هیجانی بیشترین تأثیر را بر متغیر ملاک یعنی دلزدگی زناشویی می‌گذارد. همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، ضریب بتا برای ادراک رفتارهای فداکارانه همسر ۰/۱۹۵- و برای نارسایی هیجانی ۰/۲۷۸ است. این یافته‌ها نشان می‌دهند که نارسایی هیجانی همسر قوی‌ترین پیش‌بین کننده دلزدگی زناشویی است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه ادراک رفتارهای فداکارانه همسر و نارسایی هیجانی با دلزدگی زناشویی معلمان بود. برای بررسی این هدف از تحلیل همبستگی و رگرسیون استفاده شده است. یافته‌های پژوهش نشان دادند که میان ادراک رفتارهای فداکارانه همسر و دلزدگی زناشویی رابطه منفی و معنادار وجود دارد. این یافته با یافته‌های راپل و کارن[1] (۲۰۱۲)، مانک و همکاران (۲۰۱۴) و کائو، فانگ، فاین، جو، لن و ژو[2] (۲۰۱۶) همسو است.

راپل و کارن (۲۰۱۲) در پژوهش خود دریافتند که میان نداشتن فداکاری و رضایت زناشویی رابطه منفی وجود دارد و تعداد روزهای ادراک فداکاری با رضایت زناشویی ارتباط مثبت دارد. به‌طورکلی این محققان دریافتند که فداکاری نقشی مهم در رضایت از رابطه دارد. مانک و همکاران (۲۰۱۴) در پژوهش خود دریافتند که میان تعهد و رضایت از فداکاری ارتباط وجود دارد. آنها دریافتند که رضایت از فداکاری می‌تواند فداکاریهای دیگری را در رابطه به همراه داشته باشد و به رضایت از رابطه بینجامد. همچنین، مطالعه کائو و همکاران (۲۰۱۶) نیز که با هدف بررسی رابطه

1. Ruppel & Curran
2. Cao, Fang, Fine, Ju, Lan & Zhou

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-11-12]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1398.16.3.3.2]

میان فداکاری، تعهد و کیفیت زناشویی در سالهای نخست ازدواج انجام شده نشان داده است که فداکاری با تعهد و کیفیت زناشویی ارتباط دارد.

در تبیین این یافته می‌توان گفت به‌محض اینکه زوجین تصمیم به ازدواج می‌گیرند، ماجراجویی‌های آنان برای حفظ یک رابطه طولانی‌مدت نیز شروع می‌شود. همان‌طور که زوجین در زندگی زمان بیشتری را با هم سپری می‌کنند، بیشتر با هم درگیر می‌شوند و به ناچار باید با تعارضهای یکدیگر نیز روبه‌رو شوند. شیوه‌ای که افراد تعارضهای خود را با آن مدیریت می‌کنند، نقشی مؤثر در حفظ ازدواجشان خواهد داشت (لین، لی و چن[1]، ۲۰۱۷). بر اساس نظریه وابستگی متقابل[2] کلی و تیبو[3] (۱۹۷۸، به نقل از فیگرس، ۲۰۰۸) در ساختار بسیاری از روابط گاهی اوقات افراد به چشم‌پوشی از اولویتهای خود به سبب حفظ رابطه نیازمندند. اگر منافع یا علایق زوجین مشابه باشد، پیامدها برابر خواهد بود. در چنین حالتی فداکاری ضرورتی نخواهد داشت. اما وقتی که علایق زوجین هماهنگ یا مرتبط با هم نباشد، افراد ناگزیرند میان علایق شخصی خود و فداکاری برای شریک زندگی‌شان یکی را انتخاب کنند. در مواردی که افراد اولویتهای‌شان را فدا می‌کنند، علاقه‌های شخصی‌شان را جایگزین نگرانی عمیق می‌کنند. بنابراین، یکی از راهبردهایی که افراد بر اساس آن می‌توانند به حل‌وفصل تعارضهای میان شخصی‌شان بپردازند، فداکاری است. در شرایطی که زوجین در زندگی زناشویی ادراک فداکاری کنند، احساس رضایت زناشویی بیشتر، عملکرد زوجی سالم‌تر و تعهد بالاتری خواهند داشت (ون‌لانگ و همکاران، ۱۹۹۷). در همین زمینه استنلی و همکاران (۲۰۰۶) معتقدند که ادراک فداکاری با تعهد زناشویی رابطه ای نزدیک دارد که منجر به کاهش دلزدگی زناشویی در زندگی می‌شود. بنابراین، ادراک فداکاری، زوجین را به مکانیزمی مجهز می‌کند که می‌تواند به مثابه یکی از شیوه‌های حل تعارض منجر به تقویت عشق، صمیمیت و تعهد در زندگی روزانه شود و در کاهش بسیاری از آشفتگیهای روانی و دلزدگی زناشویی نقشی اساسی ایفا کند.

نتایج دیگر این پژوهش نشان داد میان نارسایی هیجانی با دلزدگی زناشویی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد که این یافته با یافته‌های فرای- کوکس و همه (۲۰۱۳)، اپوزدمیر (۲۰۱۲) و اونتاس، کولک، بونر و ایدیر[4] (۲۰۱۴) همسوست. براساس یافته‌های پژوهشی که فرای- کوکس و همه (۲۰۱۳) با هدف بررسی نقش میانجی تنهایی و رابطه صمیمی در زمینهٔ نارسایی هیجانی و

1. Lin, Li & Chen
2. Interdependence theory
3. Thibaut
4. Untas, Koleck, Bonnaire & Idier

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-11-12]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1398.16.3.3.2]

کیفیت زناشویی انجام دادند، میان نارسایی هیجانی با کیفیت زناشویی ارتباط وجود دارد. براساس یافته‌های پژوهشی که اپوزدمیر (۲۰۱۲) با هدف بررسی رابطه نارسایی هیجانی زوجین با سازگاری زناشویی انجام داد، نارسایی هیجانی زوجین پیش‌بین کننده سازگاری زناشویی آنهاست. مطالعه اونتاس و همکاران (۲۰۱۴) نیز نشان داد که میان نارسایی هیجانی و مقابله زوجی رابطه وجود دارد. این پژوهشگران دریافتند که نارسایی هیجانی بالا با مقابلهٔ زوجی پایین رابطه دارد. به‌عبارت‌دیگر، نارسایی هیجانی بر چگونگی روبه‌رو شدن با استرس و سایر مشکلات اثرگذار است.

در تبیین این یافته می‌توان گفت نارسایی هیجانی، یک سبک شخصیتی به معنای فقدان یا بروز مشکلاتی در شناسایی، توصیف و درگیر شدن با احساسات فردی است که اغلب به عدم درک احساسات دیگران نیز منجر می‌شود (پاگوستین، شون‌برون، سانتورلی، لاندکوئیست و ردی[1]، ۲۰۱۴). این حالت گسیختگی از خود و عدم ارتباط عاطفی با دیگران سبب می‌شود که چنین افرادی نه‌تنها روابط میان- فردی معیوبی داشته باشند، بلکه رضایت از زندگی نیز در آنها کاهش یابد (مک‌لارن[2]، ۲۰۰۶). بر اساس نظریه مبادله محبت[3] (فلوید[4]، ۲۰۰۶) که یک نظریه نو داروینی است، ارتباط محبت‌آمیز، سازگارانه است و به افراد اجازه می‌دهد که به منابع از طریق ساخت و حفظ رابطه دسترسی پیدا کنند. افرادی که بیشتر به ارتباط محبت‌آمیز و صمیمانه مجهز باشند بیشتر در رابطه‌هایشان موفق می‌شوند؛ ازاین‌رو، سلامتی روانی و جسمانی بهتری از خود به نمایش می‌گذارند؛ درحالی‌که نیاز به داشتن ارتباط محبت‌آمیز ذاتی است ولی ظرفیت عمومی افراد برای برقراری ارتباط محبت‌آمیز متغیر و متفاوت است، یعنی افراد در دریافت و ارائه محبت متفاوت اند. براساس این نظریه، افرادی که نارسایی هیجانی بالایی دارند، ظرفیت کمتری برای تجربه محبت دارند و مشکلات بیشتری را در روابط میان- فردی تجربه می‌کنند. این افراد تمایل به همرنگی اجتماعی و اجتناب از تعارض دارند و به دیگران به‌صورت غیرهمدلانه، سرد و بافاصله نزدیک می‌شوند. نارسایی هیجانی سبب می‌شود که افراد از روابط اجتماعی نزدیک جلوگیری کنند و در صورت برقراری ارتباط با دیگران تمایل به موقعیتی وابسته و غیرشخصی دارند؛ مثلاً ارتباط‌شان سطحی باقی می‌ماند (ونهیوله و همکاران، ۲۰۰۷). بنابراین، ناتوانی در شناسایی، بیان و تشخیص احساسات و عواطف و عدم مهارتهای عاطفی به این دلیل که در روابط صمیمانه زوجین اختلال

1. Pogostin, Schoenbrun, Santorelli, Lundquist & Ready
2. Mac Laren
3. Affection exchange theory
4. Floyd

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-11-12]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1398.16.3.3.2]

ایجاد می‌کند و منجر به ناتوانی در همدلی و همدردی می‌شود سبب می‌شود زوجین دچار مشکلات میان–فردی شوند و دلزدگی زناشویی بیشتری را در زندگی تجربه کنند.

علاوه بر این، نتایج حاصل از تجزیه وتحلیل رگرسیون نشان داد که متغیر ملاک دلزدگی زناشویی از روی متغیرهای پیش‌بین قابل تبیین است که از این میان متغیر نارسایی هیجانی از قدرت پیش‌بینی بیشتری نسبت به متغیر ادراک فداکارانه همسر برخوردار است. پژوهشی در این زمینه یافت نشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که بر اساس، نظر کترال[1] (۲۰۰۷)، ارائه‌دهنده مدل امنیت هیجانی، زیربنای بیشتر تعارضات در روابط صمیمانه، احساس رنجش یکی از زوجین است. آنچه در ارتباطات جریحه‌دار می‌شود، احساس مثبت فرد درباره خودش یا دیگری است. هنگامی که احساسات مربوط به خود جریحه‌دار می‌شود، غرور کاهش‌یافته، شرم فعال‌شده و عزت‌نفس تهدید می‌شود و هنگامی که احساسات درباره دیگری جریحه‌دار می‌شود، اعتماد کاهش می‌یابد، بی‌اعتمادی فعال و دلبستگی تهدید می‌شود. از آنجایی‌که تنظیم هیجانات بعد ذاتی یک ارتباط سازنده در زمینه‌های تعارضات زناشویی است، این اعتقاد وجود دارد که افراد دارای نارسایی هیجانی مشکلات زیادی در برقراری ارتباط به یک شیوه سازنده در طول تعارضات دارند و این امر تأثیر منفی بر شریک زندگی‌شان می‌گذارد (پروس، بوشه و فرنت[2]، ۲۰۱۲)؛ چراکه سطوح بالای نارسایی هیجانی منجر به کاهش توانایی جهت بیان و ارسال پیامهای محبت‌آمیز و صمیمی می‌شود (هسه و فلوید، ۲۰۱۱). درواقع، درصورتی‌که یکی از زوجین یا هردوی آنها کاستیهای خاصی در ابراز هیجان داشته باشند، احتمال عمیق‌تر شدن شکاف عاطفی میان آنها افزایش می‌یابد و درنهایت این وضعیت موجب آسیب‌پذیری و گسستن پیوند میان آنها و دلزدگی زناشویی می‌شود.

جامعه آماری این پژوهش گروهی خاص از جامعه، یعنی معلمان مقطع تحصیلی ابتدایی شهر آمل و طرح آن از نوع همبستگی است، بنابراین محدودیت عمده این پژوهش در زمینهٔ روایی بیرونی و درونی است و امکان تعمیم نتایج به کل جامعه با محدودیت روبه‌رو است و نمی‌توان گفت تنها متغیرهای پیش‌بین یعنی رفتارهای فداکارانه همسر و نارسایی هیجانی در پیش‌بینی دلزدگی زناشویی نقش دارند. همچنین، با توجه به نقش ادراک رفتارهای فداکارانه همسر و نارسایی هیجانی در دلزدگی زناشویی پیشنهاد می‌شود که سازمان آموزش‌وپرورش از یافته‌های این پژوهش بهره بگیرد. همچنین پیشنهاد می‌شود که مشاوران و روان‌شناسان مدارس با برگزاری کلاسهای آموزش مهارتهای زندگی و ارائه خدمات مشاوره‌ای و روان‌درمانی به معلمان متأهل زمینه را برای ارتقا و تقویت توانایی بیان عواطف و هیجانات و رفتارهای فداکارانه آنها فراهم کنند.

1. Catherall
2. Pérusse, Boucher & Fernet

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-11-12]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1398.16.3.3.2]

منابع

رجبی، غلام‌رضا. (۱۳۸۸). ساختار عاملی مقیاس رضایت زناشویی در کارکنان متأهل دانشگاه شهید چمران. *مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*، *۱۵*(۴)، ۳۵۱-۳۵۸.

سرمد، زهره. (۱۳۸۸). *آمار استنباطی: گزیده‌ای از تحلیل‌های آماری تک متغیری*. چاپ سوم. تهران: انتشارات سمت.

کاوند، مهری. (۱۳۹۰). *بررسی رابطه رفتارهای فداکارانه، انگیزه‌های فداکاری و ادراک انصاف با صمیمیت زناشویی در والدین دانش آموزان مقطع ابتدایی شهر بروجرد*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه شهید چمران اهواز.

نادری، فرح؛ افتخار، زهرا و آملازاده، صغری. (۱۳۸۸). رابطه ویژگی‌های شخصیت و روابط صمیمی همسر با دلزدگی زناشویی در همسران معتاد مرد اهواز. *مجله روان‌شناسی اجتماعی*، ۴ (۱۱)، ۶۱-۷۸.

نادری، فرح و آزادمنش، پونه. (۱۳۹۱). مقایسه دلزدگی زناشویی، عملکرد خانواده و صمیمت کارکنان مرد و زن. *مجله یافته‌های نو در روان‌شناسی*، *۷* (۲۲)، ۹۷-۱۱۲.

هومن، حیدرعلی. (۱۳۸۵). *تحلیل داده‌های چندمتغیری در پژوهش رفتاری*. چاپ دوم. تهران: موسسه چاپ و انتشارات پیک فرهنگ.

Bagby, R. M., Taylor, G. J., & Parker, J. D. (1994). The Twenty-item Toronto Alexithymia Scale--II. Convergent, discriminant, and concurrent validity. *Journal of Psychosomatic Research*, *38*(1), 33-40.

Besharat, M. A. (2007). Reliability and factorial validity of a Farsi version of the 20-item Toronto Alexithymia Scale with a sample of Iranian students. *Psychological Reports*, *101*(1), 209-220.

Borden, J. S., Fischer, J. L., & Niehuis, S. (2010). Predicting marital adjustment from young adults' initial levels and changes in emotional intimacy over time: A 25-year longitudinal study. *Journal of Adult Development*, *17*(3), 121-134.

Cao, H., Fang, X., Fine, M.A., Ju, X., Lan, J., & Zhou, N. (2016). Sacrifice, commitment and marital quality in the early years of Chinese marriage. An actor–partner interdependence moderation model. *Journal of Social and Personal Relationships*, *34*(7), 1122-1144.

Catherall, D.R. (2007). *Emotional safety: Viewing couples through the lens of affect*. New York, NY: Routledge.

Chen, J., Xu, T., Jing, J., & Chan, R. C. K. (2011). Alexithymia and emotional regulation: A cluster analytical approach**.** *BMC Psychiatry*, *11*(33), 2-6.

Dubey, A., & Pandey, R. (2013). Mental health problems in alexithymia: Role of positive and negative emotional experiences. *Journal of Projective Psychology and Mental Health*, *20*(2), 128-136.

Epözdemir, P. (2012). The effect of alexithymic characteristics of married couples on their marital adjustment. *Journal of Family Psychotherapy*, *23*(2), 116-130.

Figuerres, K.S. (2008). *Sacrifice in marriage: Motives, behaviors, and outcomes*. MSc. Thesis, Brigham Young University.

Floyd, K. (2006). *Communicating affection: Interpersonal behavior and social context*. Cambridge, United Kingdom: Cambridge University Press.

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-11-12]

[DOR: 20.1001.1.26766728.1398.16.3.3.2]

Fogley, R., Warman, D., & Lysaker, P. H. (2014). Alexithymia in schizophrenia: Associations with neurocognition and emotional distress. *Journal of Psychiatry Research, 218*(1-2), 1-6.

Frye-Cox, N. E., & Hesse, C. R. (2013). Alexithymia and marital quality: The mediating roles of loneliness and intimate communication. *Journal of Family Psychology, 27*(2), 203-211.

Günther, V., Matthes, A., Kersting, A., Egloff, B., & Suslow, T. (2016). Alexithymia and the implicit self-concept of extraversion in women. *Journal of Personality and Individual Differences, 88*, 21-25.

Guttman, H., & Laporte, L. (2002). Alexithymia, empathy, and psychological symptoms in a family context. *Journal of Comprehensive Psychiatry*, *43*(6), 448-455.

Hall, M., & Hall, J. (2011). S*acrifice and marital satisfaction.* Retrieved from http://counselingoutfitters.com/vistas/vistas11/Article_20.pdf

Harper, J.M., & Figuerres, K. S. (2008). *Perception of sacrifice scale*. Unpublished measure. Brigham Young University, Provo, UT.

Herbert, B.M., Herbert, C., & Pollatos, O. (2011). On the relationship between interoceptive awareness and alexithymia: Is interoceptive awareness related to emotional awareness? *Journal of Personality*, *79*(5), 1149-1175.

Hesse, C., & Floyd, K. (2011). The impact of alexithymia on initial interactions. *Personal Relationships*, *18*(3), 453-470.

Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement, 30*(3), 607-610.

Lin, W. F., Li, T. S., & Chen, L. H. (2017). Sacrifice in a supportive marriage: Social support as a moderator buffers the negative effects of sacrifice in marriage. *Journal of Happiness Studies, 18*(2), 575-589.

Lumley, M.A., Neely, L.C., & Burger, A.J. (2007). The assessment of alexithymia in medical settings: Implications for understanding and treating health problems. *Journal of Personality Assessment*, *89*(3), 230-246.

Mac Laren, K. (2006). Emotional disorder and the mind-body problem: A case study of alexithymia. *Chiasmi International*, *8*, 139-154.

Monk, J.K., Vennum, A.V., Ogolsky, B.G., & Fincham, F.D. (2014). Commitment and sacrifice in emerging adult romantic relationships. *Marriage & Family Review*, *50*(5), 416-434.

Muller, J., Alpers, G.W., Reim, N., & Sub, H. (2004). Abnormal attentional bias in alexithymia. *Journal of Psychosomatic Research*, *56*(6), 581-673.

Norton, R. (1983). Measuring marital quality: A critical look at the dependent variable. *Journal of Marriage and the Family*, *45*(1), 141-151.

Pamuk, M., & Durmuş, E. (2015). Investigation of burnout in marriage. *International Journal of Human Sciences*, *12*(1), 162-177.

Pérusse, S., Boucher, S., & Fernet, M. (2012). Observation of couple interactions: Alexithymia and communication behaviors. *Personality and Individual Differences*, *53*(8), 1017-1022.

Pines, A. M. (1996). *Couple burnout: Causes and cures*. London: Routledge.

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-11-12]

[DOR: 20.1001.1.26766728.1398.16.3.3.2]

_____. (1997). Gender differences in burnout: Israelis' responses to the intifada. *European Psychologist*, *2*(1), 28-34.

Pogostin, B. H., Schoenbrun, B., Santorelli, G. D., Lundquist, T. S., & Ready, E. (2014). A relationship between alexithymia and one's thoughts of the emotional experiences of others. *Journal of Experimental Secondary Science*, *3*(2), 1-7.

Ruppel, E.K., & Curran, M.A. (2012). Relational sacrifices in romantic relationships: Satisfaction and the moderating role of attachment. *Journal of Social and Personal Relationships*, *29*(4), 508-529.

Şirin, H.D., & Deniz, M.E. (2016). The effect of the family training program on married women's couple-burnout levels. *Education Sciences: Theory and Practice*, *16*(5), 1563-1585.

Stanley, S.M., Whitton, S.W., Sadberry, S.L., Clements, M.L., & Markman, H.J. (2006). Sacrifice as a predictor of marital outcomes. *Family Process*, *45*(3), 289-303.

Stephenson, E., Delongis, A., Esdaile, J.M., & Lehman, A.J. (2014). Depressive symptoms and rheumatoid arthritis: Spouse empathic responding as a buffer. *Arthritis Care and Research*, *66*(4), 532-541.

Swart, M., Kortekaas, R., & Aleman, A. (2009). Dealing with feelings: Characterization of trait alexithymia on emotion regulation strategies and cognitive-emotional processing. *PloS one*, *4*(6), 1-10.

Taylor, G.J. (2000). Recent developments in alexithymia theory and research. *Canadian Journal of Psychiatry*, *45*(2), 134-142.

Untas, A., Koleck, M., Bonnaire, C., & Idier, L. (2014). Is alexithymia associated with dyadic coping in couples?. *The American Journal of Family Therapy*, *43*(2), 1-13.

Vanheule, S., Desmet, M., Meganck, R., & Bogaerts, S. (2007). Alexithymia and interpersonal problems. *Journal of Clinical Psychology*, *63*(1), 109-117.

Van Lange, P.A., Rusbult, C.E., Drigotas, S.M., Arriaga, X.M., Witcher, B.S., & Cox, C.L. (1997). Willingness to sacrifice in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, *72*(6), 1373-1395.

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-11-12]

[DOR: 20.1001.1.26766728.1398.16.3.3.2]

[DOR: 20.1001.1.26766728.1398.16.3.3.2]
[Downloaded from qjfr.ir on 2026-11-12]