



مروری سیستماتیک بر مطالعات حوزه ی سبک های عشق ورزی و افزایش اعتماد زناشویی و بهبود کیفیت زندگی

مهران محبیان فر

کارشناس ارشد مشاوره خانواده، واحد علوم تحقیقات دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز، ایران. (نویسنده مسئول)

Mehran.mohebian@gmail.com

سرور نوراله

کارشناسی روان شناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد دزفول، ایران.

Sorour.noroullah21@gmail.com

فاطمه مرعشی

کارشناسی روان شناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد دزفول، ایران.

Parya.marashi@gmail.com

مهرنوش ملک زاده

کارشناسی ارشد راهنمایی و مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز، ایران.

Mehrnoshmalekzadh14@gmail.com

امیرعلی رجنی

کارشناس روان شناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرگان، ایران. (عضو باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی، گرگان، ایران).

Amirali.Rajani1996@yahoo.com

مهلا عربیان

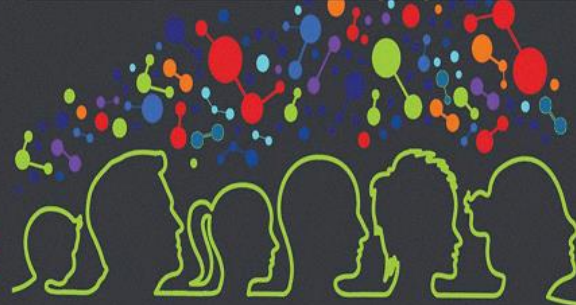
کارشناسی روانشناسی عمومی، دانشگاه پیام نور واحد اردکان یزد، ایران.

Mahla.arabian@yahoo.com

چکیده

امروزه سبک های عشق ورزی یک موضوع جدید در حوزه روانشناسی مورد توجه بساری قرار گرفته است. **مطالعاتی** که در این زمینه انجام شده است، مبین نقش و اهمیت کیفیت زندگی و مولفه ی آن در جنبه های مختلف زندگی فرد همچون عشق ورزی، ازدواج، بهبود کیفیت زندگی، روابط اجتماعی می باشد. **سبک های عشق**، فرایندی است که از طریق آن انسان ها جذب یکدیگر می شوند و ممکن است به عنوان ترکیبی از دوستی و رابطه جنسی در نظر گرفته شود و امروز در فرهنگ غرب به عنوان چارچوبی برای انتخاب شریک زندگی تعریف می- شود. همچنین **افزایش اعتماد زناشویی**، اعتماد، به میزان آسیب پذیری تمایلات و اشتیاق یک طرف تعامل به اقدامات طرف مقابل بدون در نظر گرفتن توانایی کنترل و نظارتی که فرد بر طرف مقابل دارد، گفته می شود. اعتماد شامل سه بُعد اعتماد مبتنی بر شناخت، اعتماد مبتنی بر تاثیر و گرایش به اعتماد است. **بهبود کیفیت زندگی**، کیفیت زندگی زناشویی را به عنوان موفقیت و عملکرد یک ازدواج توصیف کرده اند. **لذا این پژوهش** به مرور مطالعات حوزه سبک های عشق ورزی و افزایش اعتماد زناشویی و بهبود کیفیت زندگی می پردازد.

کلمات کلیدی: سبک های عشق ورزی، افزایش اعتماد زناشویی، بهبود کیفیت زندگی، خانواده



۱-مقدمه

خانواده به عنوان یک نهاد اجتماعی و سلول اصلی جامعه توصیف شده است و یکی از جوانب بسیار مهم پس از شکل گیری خانواده اعتمادیست که همسران در ازدواج تجربه می کنند. اعتماد زمینه ساز پیوند میان انسان هاست که از نزدیک ترین نوع رابطه یعنی رابطه میان نوزاد و مادر آغاز می شود، سپس در خانواده شکل می گیرد، و آنگاه به جامعه تسری می یابد و یکی از مطلوب ترین کیفیت ها در هر رابطه نزدیک و صمیمی است و اغلب در کنار تعهد و عشق به عنوان هسته مرکزی یک رابطه ایده ال در نظر گرفته می شود (براون، ۲۰۰۱). سطح اعتماد یک فرد از عواملی است که بطور بالقوه روی کارکرد مناسب او در رابطه زناشویی تأثیر می گذارد. اعتماد در فرهنگ لغت به عنوان اعتقاد قوی به یکپارچگی و توانایی، فرد یا یک چیز تعریف شده است. (موریس، ۱۹۸۱). اعتماد، احساس امنیت در مورد رفتارهای پیش بینی نشده ی فرد دیگری است.

اعتماد متقابل بین فردی حاصل روابط مستقیم و چهره به چهره میان اعضای جامعه است. این اعتماد معطوف به افرادی است که آن ها را به اسم می شناسیم ویا آن ها به عنوان دوست، همسایه، همکار و شریک تجاری رابطه ی چهره به چهره داریم (زومیکا، ۱۳۸۶: ۸۵-۸۰). رمپل، هولمز و زانا (۱۹۸۶) ابراز تعجب کرده اند که اعتماد به عنوان یکی از ویژگی های مطلوب در روابط زناشویی در ادبیات پژوهشی گذشته زیاد مورد توجه قرار نگرفته است. آنها اعتماد بین فردی در رابطه زناشویی را در سه بعد شامل « وفاداری، پیش بینی پذیری و قابلیت اعتماد» مورد بررسی قرار دادند، آنها دریافتند که، وفاداری، مهم ترین عامل اعتماد در روابط زناشویی است و زمانی افراد بطور مکرر نسبت به همسر خود بی توجه می شوند، وفاداری همسرشان به آنها سست می شود و در نتیجه کمتر قابل اعتماد می شوند. هنگامی که در زندگی زناشویی تعارضات افزایش می یابند، اعتماد بین زوجین شروع به کاستن خواهد کرد و زوج-ها نسبت به یکدیگر تعهد کمتری خواهند داشت (رتزینگر، ۲۰۰۱؛ پونزتی و کیت، ۱۹۸۶؛ لافولت و گراهام، ۱۹۸۶؛ جانسون و توماس، ۱۹۹۶).

یکی دیگر از مهم ترین عوامل تعیین کننده طلاق عاطفی در زوجین وجود عشق و کیفیت آن و بعبارت دیگر سبک های عشق ورزی^۱ است (حفاظتی طبقه، فیروز آبادی و حق شناس، ۱۳۸۵). استرنبرگ^۲ بنیانگذار نظریه مثلثی عشق معتقد است عشق کامل عشقی است که شامل سه مولفه صمیمیت، تعهد و اشتیاق باشد و در تفاوت بین عشق رمانتیک و عشق کامل معتقد است در عشق رمانتیک تنها صمیمیت و اشتیاق وجود دارد در این نوع عشق عشاق از نظر جنسی و عاطفی به یکدیگر جذب می شوند بدون اینکه در چنین رابطه ای تعهد وجود داشته باشد (جواهری و تاجیک اسماعیلی، ۱۳۹۱).

در مشکلات ارتباطی زوجین، نحوه ی مقابله ی زوجین با هیجانات شان که در طول رابطه ظاهر میشوند، از اهمیت قابل توجهی برخوردار است و رویکرد حضور ذهن و فراشناخت علاوه بر فرایند شناختی بر روی عواطف نیز تمرکز دارد، که یکی از مهمترین عوامل تأثیرگذار بر افزایش کیفیت روابط زناشویی در رابطه است. بنابراین، به نظر میرسد استفاده از این رویکردها برای اصلاح پردازش هیجانات، بهبود

۱: Love Styles

۲: Stenberg



مهارت های عاطفی، صمیمیت و کیفیت روابط زناشویی زوجین موثر باشد. این نتیجه با پژوهش های قبلی مبتنی بر حضور ذهن (بورپی ولانگر، ۲۰۰۵؛ گاتمن، ۱۹۹۴؛ بونک و مسرز، ۱۹۹۹؛ کیم، مارتین و مارتین، ۱۹۸۹) و روشهای مبتنی بر فراشناخت (از جمله هالفورد، سندرز و بهرنز، ۲۰۰۱) نیز همسو است. در تبیین این یافته میتوان گفت، افراد با حضور ذهن بالا به علت اشراف داشتن بر زمان و نترسیدن از تغییرات میتوانند محیطی دائمی پویا و انعطاف پذیر در زندگی خود ایجاد کنند (بورپی ولانگر، ۲۰۰۵). این محیط پویا و انعطاف پذیر مانع رشد تعارضات مزمن و فاصله های روانی و عاطفی طولانی مدت میشود؛ که این تعارضات خود ایجاد کننده زنجیر های از مشکلات بعدی خواهند بود. نکته مهم، افراد با حضور ذهن بالا به نقطه نظرات خود و همسر خود توجه بالایی دارند و این نکته به عنوان وسیله ای برای پویا نگه داشتن و جلوگیری از سردی روابط، و در نهایت موجب افزایش کیفیت روابط در زندگی مشترک خواهد شد.

برای برخورداری از یک جامعه و افراد با سلامت روانی و روابط مطلوب با یکدیگر، باید بر روی سالم-سازی و بهبود روابط تلاش کرد. با تأکید بر ارتباط صحیح میان زن و شوهر و با اصلاح نتیجه-گیری آن-ها در قبال یکدیگر، با کاستن از شدت خصومت-ها می-توان روابط منطقی-تری میان خانواده-ها ایجاد کرد (بک، ۱۳۸۲).

با توجه به نقش حساس و با اهمیت سبک هاس عشق ورزی و افزایش اعتماد زناشویی و بهبود کیفیت زندگی، این مطالعه به بررسی مفاهیم و مطالعات مرتبط با این سه متغیر خواهد پرداخت.

۲- بررسی مفاهیم متغیر ها

۲-۱- ماهیت و اهمیت سبک های عشق ورزی

۱- عشق

عشق یکی از موضوعات مهمی است که در چند دهه گذشته در روانشناسی اجتماعی مطرح شده است. عشق فرایندی است که از طریق آن انسانها جذب یکدیگر می شوند و ممکن است به عنوان ترکیبی از دوستی و رابطه جنسی در نظر گرفته شود و امروز در فرهنگ غرب به عنوان چارچوبی برای انتخاب شریک زندگی تعریف می شود (فولر^۳، ۲۰۰۷).

مطالعه علمی در مورد عشق از قرن بیستم شروع شده است. اولین تمرکز روی عشق انسانی صورت گرفته است. با این وجود، عشق محدود به انسان نیست. هارلو^۴ (۱۹۷۴)، به نقل از گریفین^۵ (۲۰۰۶) دریافت که فرزندان میمون ها به عشق مادرانه وابسته هستند. او اظهار داشت که عشق مادرانه و پرستاری فرزندان میمون ها بریا رشد طبیعی آنها لازم است. کودکانی که از عشق مادرانه بی بهره هستند به احتمال کمتری کامیاب بوده و یا پیشرفت و ترقی می کنند و به احتمال زیاد در زندگی آینده مشکل خواهند داشت.

استورم استورم^۶ (۱۹۸۴) عشق را یک حالت عاطفی و روانی می دانند که به عنوان شیفتگی به دیگری (شریک، فرزند، خویشاوندان)، تمایل به با دیگری بودن، همانندسازی با دیگری، احساس غمگینی و شکست در غیاب دیگری، تمایل به احساسی بدون چشم داشت، با ارزش دانستن دیگری، تمایل به موافقت و دلسوزی برای دیگری، تمایل به در انحصار قرار دادن دیگری یا اولویت قرار دادن خود به منظور از خودگذشتگی برای دیگری تعریف می شود.

هاتفیلد^۷ (۱۹۸۹) با تأکید بر هیجان، عشق را به این صورت تعریف می کند: عشق تمایل شدید و مدت دار برای پیوند با دیگری و حالتی از برانگیختگی عمیق فیزیولوژیک است. عشق دو طرفه با خرسندی رضایت خاطر، شور و شمع همراه است و عشق یک طرفه با احساس پوچی، اضطراب و یاس همراه است. به نظر او عشق در ابتدا یک برانگیختگی هیجانی-فیزیولوژیک است اما اجزاء شناختی و رفتاری نیز در آن وجود دارد. وجه شناختی شامل افکار ناخوانده، اشتغال ذهنی به فرد مورد علاقه، ایده آل ساختن او یا ایده آل ساختن ارتباط با او و

۳: Fowler

۴: Harlow

۵: Griffin

۶: Storm & Storm

۷: Hatfield



آرزوی آشنایی با او می‌باشد. رفتارهای معطوف به حفظ نزدیک بودن فاصله مکانی، تاثیرگذاری بر عواطف، کنجکاوی و خدمت هر چه بیشتر به فرد مورد نظر می‌باشد.

۲- انواع عشق

لی^۸ (۱۹۷۳، ۱۹۷۹، بلاس و هامن^۹، ۱۹۹۷) در کتاب خود به نام رنگ‌های عشق انواع عشق را با رنگ‌های اصلی مقایسه کرده است. او به گسترش و طبقه بندی عشق پرداخت که شامل شش نوع سبک می‌باشد که عبارتند از:
اروس^{۱۰} (عشق شهوانی)

این سبک عشق به عنوان عشق شهوانی یا پرشور نامیده می‌شود که به وسیله جاذبه جسمانی آنی مشخص می‌شود. افراد با این نوع عشق به عشق در اولین نگاه معتقدند. افراد دارای این نوع عشق خواهان صمیمیت از جمله صمیمیت جنسی بلافاصله پس از شروع رابطه هستند. آنها مهربان و خونگرم بوده، ارتباط بازی برقرار می‌کنند، تجربه عاطفی شدید و فشار اور دارند، اما نسبت به شریک‌شان وسواس نداشته و حسادت نمی‌ورزند. آنها در عشق استوار بوده و قادرند در روابط عاشقانه متعهد شوند. آنها نسبت به کمبود و کاستی شریک‌شان آگاه بوده و به طور کلی در عشق کور نیستند (بلاس و هامن، ۱۹۹۷؛ به نقل از جواهری و تاجیک اسماعیلی، ۱۳۹۱).

اگیپ^{۱۱} (عشق الهی، یا عشق فارغ از خود)

این نوع سبک عشق مبتنی بر نوع دوستی و بدون چشم داشت می‌باشد. این سبک عشق ایده‌آل تر از سایر سبک‌های عشق می‌باشد. این افراد عشق‌شان را به دیگران نثار می‌کنند و آن را نوعی وظیفه می‌دانند که انتظاری برای جبران آن ندارند. این افراد هیچگونه اولویت فیزیکی نداشته، عموماً صبور، بدون چشم داشت، بسیار بخشنده، فداکار و کمک کننده هستند. همچنین آنها به صداقت در روابط معتقدند و عاطفی و احساسی نیستند. آنها به تمام هموعان عشق می‌ورزند و دوست دارند خود در رنج و زحمت باشند تا دیگران در آسایش و راحتی به سر ببرند (بلاس و هامن، ۱۹۹۷؛ نقل از زندی دره غریبی، ۱۳۸۱).

عشق لودوس (عشق بازیگرانه)

سبک عشق لودوس عشق بازیگرانه نام دارد. افراد دارای این نوع سبک عشق کثرت گرا نسبت به شریک عاشقانه بوده و مشکل در آشنایی با چند شریک در یک زمان ندارند. آنها معتقدند که هر فردی می‌تواند عاشق دو یا چند نفر در یک زمان باشد. افراد لودیک احساسی نیستند، روابط جدی با شریک‌شان ندارند. سعی نمی‌کنند زمان زیادی را با یک شخص بگذرانند، در روابط‌شان با دیگران متعهد نیستند، در مورد رابطه‌شان با دیگران گفتگو نمی‌کنند و هیچ نیازی به مطرح کردن احساساتشان با دیگران ندارند. به طور کلی، لودوس ابراز ظاهری عشق می‌باشد و افراد دارای این نوع سبک عشق خواهان تعهد دراز مدت نمی‌باشند، آنها عشق زود گذر دارند. آنها بدون اینکه در روابط خود با دیگران از خود صمیمیت، تعهد و وفاداری نشان دهند، نسبت به دیگران تمایل جنسی دارند (بلاس و هامن، ۱۹۹۷؛ به نقل از جواهری و تاجیک اسماعیلی، ۱۳۹۱).

عشق وابسته و سواسی (مانیا): ترکیب اروس و لودوس. آن‌ها فاقد اعتماد به نفس و کنترل نفسی که در اروس و لودوس رسوبی ویژه می‌شود هستند. آنها عشاق و سواسی و حسودی هستند که نمی‌توانند احساسات طرف مقابل را باور کنند و احساس مالکیت زیادی نسبت به معشوق دارند و به همین دلیل احساسات منفی بر رابطه آنها غلبه دارد. آنها اغلب مضطرب یا نایمن هستند (جواهری و تاجیک اسماعیلی، ۱۳۹۱).

پراگما^{۱۲} (عشق منطقی)

افراد دارای سبک عشق پراگما، واقع بین و عمل گرا بوده و در پی دسترسی به سازگاری در زمینه کیفیت‌های شخصی و اجتماعی می‌باشند و ملاک مهم در انتخاب شریک‌شان این است که آیا فرد مقابل‌شان در آینده پدر یا مادر خوبی برای فرزندان‌شان خواهد بود یا نه؟

۸: Lee

۹: Blasé & Hahn

۱۰: Eros

۱۱: Agape

۱۲: Pragma



برای افراد دارای سبک عشق پراگما، ویژگی‌های زمینه‌ای مانند مذهب، تحصیلات و زمینه‌های خانوادگی بجای ویژگی‌های مانند جذابیت فیزیکی مهم می‌باشد. این افراد زمانی که بخواهند به شخصی متعهد شوند، محتادانه و هوشیارانه عمل می‌کنند معیارشان این است که یک فرد قبل از شروع رابطه باید شایسته آنها باشد. این افراد قبل از اینکه با شخصی صمیمی شوند، می‌خواهند شریک مقابل‌شان را به خوبی بشناسند، آن‌ها می‌خواهند مطمئن شوند که شریک‌شان معیارهای لازم برپا روابط متعهدانه را دارد. به هر حال، پراگما یک سبک عشق هیجانی و احساسی نیست بلکه بیشتر یک سبک عشق منطقی می‌باشد (بلاس و هامن، ۱۹۹۷).

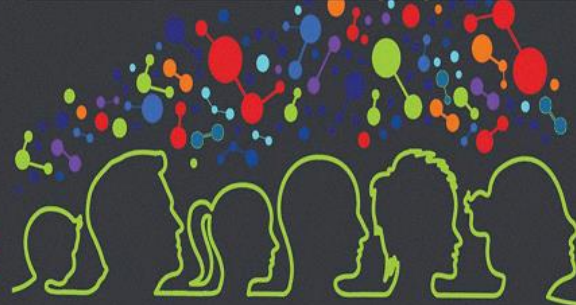
عشق استورگ
استورگی از نظر لی به عنوان عشق بدون تب تعبیر می‌شود. این رابطه یک رابطه باثبات است که احترام، اعتماد و دوستی بر آن حاکم است. در واقع دو طرف رابطه به یکدیگر به عنوان دوستان قدیمی نگاه می‌کنند. ترجیح می‌دهند در مورد علایق مشترک به گفت و گو بپردازند تا آنکه درگیر، بیان احساسات شوند. در مورد رابطه جنسی، خجالتی بوده و احساسات خود را به اشکال غیر جنسی نشان می‌دهند. برای فردی که این شیوه را در پیش می‌گیرد، عشق دنباله دوستی و قسمت مهمی از زندگی است ولی به خودی خود هدف نیست. احساس مسئولیت بالا بخصوص در قبال دوستان خود دارند و افرادی برون‌گرایی هستند. همانند رنگهای اصلی، این شیوه‌های اولیه هم می‌توانند ترکیب شده و انواع ثانویه را ایجاد کنند (جوهری و تاجیک اسماعیلی، ۱۳۹۱).

۳- دوست داشتن^{۱۳} و عشق ورزیدن^{۱۴}: یک تمایز مفهومی
با توجه به تلویحات محسوس در بر چسب زدن احساسهای یک نفر نسبت به دیگری به عنوان عشق، به جای دوست داشتن، روانشناسان بالاخره مجبور شدند دست از این عقیده بردارند که عشق چیزی جز دوست داشتن شدید نیست. جالب اینکه، اولین کوشش برای تفاوت قایل شدن بین این دو نوع احساس در تلاشی برای ایجاد مقیاس نگرش آشکار شد که مقدار دوست داشتن یک نفر نسبت به شخص دیگر را از مقدار عشق یک نفر نسبت به شخص دیگر متمایز می‌کرد (هایدر^{۱۵}، ۱۹۵۸؛ نقل از جوهری و تاجیک اسماعیلی، ۱۳۹۱).

۴- جنسیت و عشق ورزی
اینکه آیا تجربه عشق برای مردان و زنان متفاوت است، یک موضوع بحث همیشگی بوده است. ستون‌های توصیه روزنامه‌ها. همینطور گفت و شنودهای رادیو و تلویزیون، پر از شکایتهای افرادی است که احساس می‌کنند همسرشان آنها را دوست ندارد. بارها چنین شکایت‌های برپایه تصور فقدان هم‌نشینی، صمیمیت یا رابطه جنسی بوده است. اما باید به خاطر داشته باشیم که به ازای هر شخصی که درباره موضوع عشق در زندگی‌اش شکایت می‌کند، احتمالاً هزاران نفر وجود دارند که به نظر می‌رسد مشکلی در این باره ندارند. پس تعجبی ندارد که پژوهش‌ها درباره تفاوت‌های جنسیتی تصویر نسبتاً ناقص و ناهمسانی ایجاد کرده باشد. به نظر می‌رسد که به ازای هر مطالعه که بر اساس مقیاس‌هایی از قبیل مقیاس عشق روبین (بلاک^{۱۶}، آنجلیس^{۱۷}، ۱۹۷۴؛ دیون، ۱۹۷۵) گرایش به رومانتیک بودن (برای مثال اسپرچر، ۱۹۸۹) یا عشق پرشور (آرون، هنکمر، ۱۹۹۵) انجام شده است، وجود تفاوت‌های جنسیتی را گزارش داده‌اند، به تعداد برابر، مطالعاتی وجود دارد که نتوانسته‌اند تفاوت‌های جنسیتی در این زمینه‌ها بیابند (با مطالعات کانینگهام^{۱۸}، آنتیل^{۱۹}، ۱۹۸۱؛ هاتفیلد، راپسون^{۲۰}، ۱۹۸۷؛ هاتفیلد، اسپرچر، ۱۹۸۶ مقایسه شود). بنابراین، به نظر می‌رسد هرگونه اثر جنسیت بر تجربه خاص عشق احتمالاً تحت تاثیر متغیرهای واسطه‌ای دیگری قرار می‌گیرد (نقل از جوهری و تاجیک اسماعیلی، ۱۳۹۱).

۵- تفاوت‌های وابسته به سن و عشق
سن یک متغیر مهم است که ممکن است بر تجربه عشق بین مردان و زنان تاثیر بگذارد. دلیلی وجود دارد که معتقد باشیم حتی کودکان خیلی کوچک هم می‌توانند احساساتی را تجربه کنند که شبیه به عشق پرشور مطرح شده توسط هاتفیلد و همکارانش می‌باشد (دیاموند، ۲۰۰۱). مقیاس عشق نوجوان^{۲۱}، که نسخه کودکان مقیاس عشق پرشور^{۲۲}، است در بین شرکت‌کنندگان ۴ سال تا ۱۸ سال اجرا شد و

۱۳: liking
۱۴: loving
۱۵: Haider
۱۶: Black
۱۷: Angelis
۱۸: Cunningham
۱۹: Antilles
۲۰: Rapson
۲۱: Juvenile Love Scales



مشخص شد که ۴ ساله‌ها دقیقاً به اندازه ۱۸ ساله‌ها عشق پرشور را تجربه می‌کنند (هاتفیلد و همکاران، ۱۹۸۸). تنها استثنا برای این الگو این یافته بود که پسران حدود ۱۲ سال گزارش دادند که کمتر ویژگیهای عشق پرشور را تجربه کرده‌اند، شاید به این خاطر که آنها در سنی قرار دارند که فکر کردن به دختران و شاید هر چیز زنانه را زشت می‌دانند. در نگاه اول، این یافته که حتی کودکان کوچک هم می‌توانند عشق پرشور را تجربه کنند ممکن است نشان‌دهنده این موضوع باشد که فروید به درستی پیشنهاد داده است که در کودکی هم میل جنسی وجود دارد. اما، تبیین محتمل‌تری هم وجود دارد. هاتفیلد، برنتون و کارنلیوس^{۲۳} (۱۹۸۹)؛ نقل از جواهری و تاجیک اسماعیلی، (۱۳۹۱) دریافته‌اند که در بین کودکان، عشق پرشور با اضطراب وضعیتی^{۲۴} همبستگی دارد که با بخش صفت مقیاس اضطراب حالت-صفت اسپیلبرگر^{۲۵} (۱۹۶۶) سنجیده شد. بنابراین ممکن است در تلاش برای توجیه برانگیختگی مربوط به اضطراب کودکان خیلی مضطرب، با نسبت دادن آن به عشق پرشور از الگوهای بزرگسالان تقلید شود.

مطالعه‌ای که تجربه عشق در بین بزرگسالان جوان، والدین‌شان، و پدربزرگ و مادر بزرگشان را مقایسه کرده بود، پیشنهاد کرد که سن بر دیدگاه رومانیتیک از زندگی تاثیر دارد (هیگر، ترو^{۲۶}، ۱۹۷۳). در حالی که زنان بزرگسال جوان، رومانیتیک‌تر از مردان بودند، هنگامی که محققان کل نمونه را مدنظر قرار می‌دادند، نتیجه‌ای بدست آمد که دقیقاً عکس آن بود. پدربزرگ و مادر بزرگ‌های نمونه، کمتر از بزرگسالان جوان، رومانیتیک بودند. این یافته به چند دلیل جالب است. یکی اینکه به نظر می‌رسد زوجهای جوان نسبت به زوجهای مسن‌تر تمایل به انجام رفتارهایی دارند که نشان‌دهنده شور جنسی و رومانیتیک بودن است، برای مثال، در آغوش گرفتن و بوسیدن در ملا عام یا گرفتن دست همدیگر. دلیل دیگر اینکه، یک نظریه (برشاید^{۲۷}، ۱۹۸۳) پیشنهاد می‌کند که تجربه عشق و سایر هیجانها در روابط، با گذشت زمان کاهش می‌یابد. دلیل این وضع آن است که خیلی از چیزها برای اولین بار، هیجان آور هستند. بر طبق نظر سیمون^{۲۸} (۱۹۶۷) و مندلر^{۲۹} (۱۹۷۵)، هیجان ناشی از وقفه در رفتار جاری است (جواهری و تاجیک اسماعیلی، ۱۳۹۱)

این نظریه کاهش تدریجی و مداوم عشق در طول زمان را پیش بینی می‌کند. اساساً، عاشق شدن یک وقفه اصلی در زندگی ما ایجاد می‌کند و بنابراین منجر به تجربه هیجانی قوی می‌شود. هنگامی که تمرکز رابطه در جهت رشد فرزندان و برابری دخل و خرج تغییر می‌کند، تجربه عشق تا حدی کاهش می‌یابد، هر چند پتانسیل آن هنوز وجود دارد. تجربه عشق دوباره بعد از اینکه بچه‌ها خانه را ترک می‌کنند و امنیت مالی بدست می‌آید، کاهش می‌یابد. تحت این شرایط، زندگی افراد کمتر به هم پیچیده می‌شود و بنابراین امکان اینکه وقفه ایجاد شده منجر به تجربه عشق و سایر هیجانها بشود کمتر خواهد بود (جواهری و تاجیک اسماعیلی، ۱۳۹۱)

۶- نظریه‌های عشق

دانشمندان علوم اجتماعی و روانشناسی نظریه‌های زیادی در مورد عشق پیشنهاد کرده اند که در زیر به تعدادی از آنها اشاره می‌شود:

۷- عشق از دیدگاه فروید^{۳۰}

زیگموند فروید که عشق را با غریزه جنسی پیوند می‌دهد عقیده دارد که معنی و مفهوم کامل عشق در غریزه جنسی خلاصه شده است. او اگر چه به نیروی عشق احترام می‌گذارد، ولی آن را به علت اینکه مانند محرکی برای دستگاه روانی کار می‌کند نیازمندی بدن می‌نامد، به عبارت دیگر آن را غریزه می‌نامد. بر طبق نظریه فروید این غریزه می‌خواهد ارضا شود، غریزه ای که نیروی نها از آن سرچشمه می‌گیرد. به هر حال، وی کلمه عشق را از بین می‌برد و به جای آن از غریزه جنسی استفاده می‌کند و به ندرت فرقی بین غریزه زن و مرد می‌گذارد. بلکه فقط می‌گوید، مرد از راه غریزه تحریک می‌شود و زن از راه عشق. فروید معتقد است اگر غرایز نهاد از جمله عشق یا غریزه جنسی ارضا نشوند، انسان غیر قابل تحمل می‌شود. تجربه نشان می‌دهد که وضع و شرایط ارضاء کننده فقط با محیط دنیای خارج ممکن است

-
- ۲۲:-Passionate Love Scale
 - ۲۳:Brenton & Cornelius
 - ۲۴:-dispositional anxiety
 - ۲۵:-Spielbergers(1966) state – trait anxiety scale
 - ۲۶:-Hieger & Troll
 - ۲۷:Bershaed
 - ۲۸:Simón
 - ۲۹:-Simon & Mandler
 - ۳۰:Frouid



ایجاد شود. به عبارت دیگر، اگر چه نیروی غریزی نهاد، فعالیت و پیشروی را فراهم می‌کند، ولی این من^{۳۱} است که هدایت و تنظیم این نیروها را بر عهده دارد و بدون آن به هیچ هدفی نمی‌توان دست یافت (دژکام، ۱۳۸۷).

۸- عشق از دیدگاه مازلو^{۳۲}

مازلو عشق را در دو طیف وسیع، عشق با انگیزه‌های کاستی و عشق با انگیزه‌های کمال توصیف می‌کند. در عشق با انگیزه کاستی فرد به این دلیل عاشق می‌شود که نیازمند و مشتاق محبت است و مجبور است که این کمبود بیماری‌زا را جبران کند. به عبارتی، عشق با انگیزه‌های کاستی، نوعی از دوست داشتن است که از خواسته‌های ناکام‌کننده در مراحل رشد روانی سرچشمه می‌گیرد. در عشق با انگیزه‌های کمال افراد هیچ گونه کمبود جدی ندارند که در این حال بایستی به آنان با این دیدگاه نگریند که در جهت رشد، بلوغ، پیشرفت و در یک کلام در جهت کمال و خودشکوفایی والاترین فطرت فردی و نوعی خود آزاد شده‌اند. آنچه این افراد انجام می‌دهند از رشد ناشی می‌شود، آنها دوست می‌دارند زیرا افرادی هستند با محبت و در عین حال مهربان صادق و طبیعی. به عبارت دیگر، به این دلیل دوست می‌دارند که فطرت آنها این است که خودانگیخته باشند (مازلو، ۱۹۷۰، ترجمه رضوانی، ۱۳۸۶).

۹- عشق از دیدگاه هورنای^{۳۳}

هورنای نظریه پردازی است که بر ارضای عشق و محبت تاکید زیادی دارد. به نظر او مهم‌ترین و اولین عامل ایجاد بیماری‌های روان‌نژندی فقدان محبت صادقانه است. به عقیده هورنای کسی که خود از محبت اصیل، صمیمی و ایمن محروم بوده هرگز نمی‌تواند نسبت به دیگران و حتی فرزندان خود احساس محبت متعالی داشته باشد. او دو نوع محبت و نیاز به محبت را بیان می‌کند: ۱- محبت روان‌نژندی ۲- محبت غیر روان‌نژندی (واقعی) (زندگی دره غریبی، ۱۳۸۱).

از نظر هورنای محبت روان‌نژندی با محبت واقعی فرق دارد. در دوستی واقعی انسان از دیگران انتظار خودخواهانه ندارد که معشوق و محبوب تمام محبت علاقه و توجه‌اش را منحصرأ وقف او کند و حال آنکه در احتیاج روان‌نژندی به محبت، شخص روان‌نژند انتظار دارد که شخص مقابل همه چیز را وقف او نماید. مثلاً، یک مرد روان‌نژند از علاقه همسرش نسبت به پدر و مادرش هم احساس حسادت می‌کند، فردی که طرف مورد علاقه‌اش را صرفاً به خاطر احتیاجات و تمایلاتش می‌خواهد یک شخص روان‌نژند است. در محبت غیر واقعی محبت هدف نیست بلکه وسیله‌ای برای رسیدن به هدف است، در حالی که تعامل محبت در افراد سالم جزئی از ماهیت و طبیعت آنهاست (زندگی دره غریبی، ۱۳۸۱).

۱۰- عشق از دیدگاه الن برشاید و هاتفیلد

الن برشاید^{۳۴} و هاتفیلد (۱۹۶۹)، به نقل زندگی دره غریبی، (۱۳۸۱) تمایز بین دو نوع عشق شهوانی^{۳۵} عشق دوستانه^{۳۶} را پیشنهاد کردند. این نویسندگان عشق شهوانی را یک حالتی از اشتیاق شدید برای یکی شدن با دیگری می‌دانند، که به عاشق شدم اشاره دارد و با ویژگی‌های شیفنگی، وسواسی، افکار مزاحم، ناپایداری و خلق متغیر مشخص می‌شود. عشق دوستانه شدت و اشتیاق کمتری نسبت به عشق شهوانی دارد و ترکیبی از دل بستگی، وفاداری، تعهد و صمیمیت می‌باشد و به دوستی عمیق اشاره دارد که در فعالیت‌ها و علایق مشترک، سهیم می‌باشد و الزاماً به معنای میل جنسی و علاقه جنسی نیست. دیدگاه‌های زیادی وجود دارد که معتقدند عشق شهوانی به عشق دوستانه تبدیل می‌شود.

۱۱- عشق از دیدگاه استرنبرگ

استرنبرگ (۱۹۸۶)؛ به نقل از گریفین^{۳۷}، (۲۰۰۶) نظریه مثلثی عشق را مطرح کرد. مطابق با این نظریه، عشق شامل سه مولفه صمیمیت^{۳۸}، شهوت^{۳۹} و تعهد^{۴۰} می‌باشد. او صمیمیت را احساس نزدیکی و پیوند مشترک دو نفر در یک رابطه عاشقانه، شهوت را جاذبه

۳۱: ego

۳۲: Maslow

۳۳: Horney

۳۴: Berscheid

۳۵: -Passionate Love

۳۶: Companionship Love

۳۷: Griffin

۳۸: intimacy

۳۹: passion



جنسی و فیزیکی بین دو نفر و سرانجام، تعهد را تمایل به ماندن با یک شخص در طول زمان تعریف کرد. او دریافت که در طول زمان در زن و شوهر سطح صمیمیت و تعهد افزایش می‌یابد و از سطح شهوت کاسته می‌شود. همچنین، از ترکیب سه مؤلفه عشق، هشت نوع رابطه عشقی ممکن است به وجود بیاید که عبارتند از:

فقدان عشق^{۴۱}: در این رابطه هیچ یک از عناصر عشق وجود ندارد. عشق دوستانه^{۴۲}؛ یعنی رابطه‌ای که تنها صمیمیت وجود دارد. عشق شیفتگی^{۴۳}؛ در این رابطه عاشقانه تنها هوس وجود دارد. عشق پوچ^{۴۴}؛ در این نوع رابطه تنها تعهد وجود دارد. عشق خیال انگیز^{۴۵}؛ رابطه‌ای که همراه با صمیمیت و هوس است. عشق اشتراکی^{۴۶}؛ در این رابطه، صمیمیت همراه با تعهد وجود دارد. عشق ابلهانه^{۴۷} در این رابطه، هوس همراه با تعهد وجود دارد. عشق کمال یافته^{۴۸}؛ این رابطه شامل هر سه مؤلفه عشق یعنی صمیمیت، تعهد و هوس می‌باشد که از نظر استرنبرگ عشق کامل نامیده می‌شود.

۲-۲- مفهوم اعتماد بین فردی

اعتماد در زبان فارسی مترادف با تکیه کردن، واگذاشتن کار به کسی، اطمینان، وثوق، باور و اعتقاد، به کار گرفته می‌شود (عمید، ۱۳۶۹: ۲۰۱). زیمبل اعتماد را معادل کلمه ایمان به کار می‌برد و به اعتقاد او، اعتماد نوعی ایمان و اعتقاد به افراد جامعه است. مورتن دوپچ نیز معتقد است که اعتماد عبارتست از انتظار وقوع یک رویداد، به طوری که این انتظارات منجر به رفتاری می‌گردد که در صورت برآورده شدن انتظارات فرد، پیامدهای انگیزشی مثبتی در وی ایجاد کند و در غیر این صورت پیامدهای منفی در پی داشته باشد (هنسلین، ۱۹۶۸: ۱۳۹). در فرهنگ وبستر "اعتماد" عبارتست از اعتقاد یا اطمینان راسخ به صداقت، درستی و عدالت یک شخص، گروه یا حاکمیت جامعه (شوستر، ۱۹۸۹: ۱۵۲۷). اعتماد متقابل میان زوجین در این تحقیق با در نظر گرفتن ابعاد ۳ گانه "صداقت، تعهد و پذیرش متقابل" و شاخص‌های مربوطه برای هر کدام و در سطح فاصله‌ای سنجش شده است.

روان شناسی، زندگی با اعتماد آغاز می‌شود که بستر مهرورزی و موجبات رشد و انسجام آن را فراهم می‌آورد. در روان شناسی اعتماد یعنی باور و اتکاء به کسی که بر اساس آن چه از او انتظار می‌رود عمل می‌کند. اعتماد در رابطه مادر و نوزاد شکل می‌گیرد و در محیط خانواده امکان رشد پیدا می‌کند.

اعتماد زیربنای زندگی مشترک همسران را تشکیل می‌دهد، با وجود آن می‌توان با خیالی راحت و همراه با عشق زندگی کرد. اعتماد زیربنای استحکام روابط زوجین هست و بدون آن مشکلات زیادی در زندگی ایجاد میشود که میتواند به سرد شدن ارتباط بین زوجین بینجامد. برای برگرداندن اعتماد باید برنامه هدفمندی داشت. اعتماد زیر بنای اصلی یک ارتباط هست و بدون آن تمامی ساختارهای یک ارتباط به راحتی از هم جدا می‌شوند حتی اگر در یک ارتباط تمام دارایی و احساس خود را سرمایه گذاری نماییم ولی اعتماد درون آن جای نداشته باشد به طور حتم آن ارتباط به جایی نخواهد رسید.

مشکلات زوجین زمانی شروع میشود که اعتماد یکدیگر را از دست میدهند رفتن اعتماد از ارتباط به معنای ورود بدبینی و شک به زندگی مشترک هست که کم کم زمان منجر به از بین رفتن صمیمیت و محبت زوجین میشود اختلافات شروع و شعله‌ور میگردد.

اعتماد در زندگی فردی و اجتماعی افراد سه نقش عمده را ایفاء می‌کند. اولاً زندگی را پیش بینی پذیر می‌سازد. ثانیاً به وجود آورنده یک احساس تعلق اشتراکی با گروهی است. ثالثاً کارکردن افراد با یک دیگر را سهل و امکان پذیر می‌کند. در روان شناسی اجتماعی، اعتماد به

-
- ۴۰: commitment
 - ۴۱: nonlove
 - ۴۲: liking love
 - ۴۳: infatuation love
 - ۴۴: empty love
 - ۴۵: romantic love
 - ۴۶: Companionate love
 - ۴۷: fatuous love
 - ۴۸: consummate love



مثابه یک مفهوم در سه سطح عمل می کند که عبارتند از:
۱- اعتماد به یک شخص خاص (اعتماد رابطه ای)

۲- اعتماد به دیگران و مردم در کل (اعتماد کلی یا عمومی)

۳- اعتماد به سیستم های انتزاعی (مانند اینترنت)

برخی از محققین اعتماد را دارای دو مولفه عمده دانسته اند؛ یکی مولفه نگرشی-احساسی که جنبه کلی دارد و دیگری مولفه موقعیتی شناختی که معطوف به موقعیت است و جنبه اختصاصی دارد. بنابراین اعتماد متضمن ابعاد احساسی (عاطفی) و شناختی (عقلی) است. بعد احساسی کلی با ساختار و خصوصیات احساسی شخص مرتبط است که منطبق با مبانی ژنتیک و سرشتی و تجربیات رابطه ای قبلی او شکل می گیرد.

در بعد شناختی موقعیتی یا وضعیتی پنج عامل تعیین کننده دخیل اند که عبارتند از :
ارتباط (communication) ، ریسک، اعتبار پذیری وعده ها، ارزیابی اجتماعی و اعتماد عمومی. به هریک از این عوامل در ارتباط با رویدادهای گذشته، حال و آینده نگریسته می شود و براین اساس احتمال بروز اعتماد یا افزایش آن تعیین می شود. درنوشته های مربوط به اعتماد توجه زیادی به ریسک یا خطر پذیری مبذول شده است. اعتماد به دیگری همیشه متضمن آسیب پذیری در برابر اوست و در نتیجه ملازم با ریسک و خطر پذیری خواهد بود. در بسیاری از روابط شخصی و کاری ما به این ریسک تن در می دهیم زیرا زندگی بدون آن امکان پذیر نیست.

در یک رابطه دو نفره برای شکل گیری صمیمیت باید به ریسک و پی آمدهای احتمالی منفی رابطه تن داد وگرنه رابطه شکل نمی گیرد. اگر کسی وارد این موقعیت آسیب پذیر شد و نتیجه منفی بود یا به کلی از دیگری سلب اعتماد می کند یا در آینده اعتماد کمتری به او خواهد داشت. و حتی شاید این بی اعتمادی را به دیگران نیز تعمیم دهد.

بنابراین هرچند اعتماد در روابط اجتماعی ضروری و اجتناب ناپذیر است ولی همیشه همراه میزانی از تردید و ریسک یا خطر پذیری است. به عبارت دیگر رفتارهای ریسک پذیر و خطر طلبانه که به نوعی زمینه ساز پیشرفت و موفقیت انسان بوده اند همیشه توسط اعتماد میسر و همراهی می شوند.

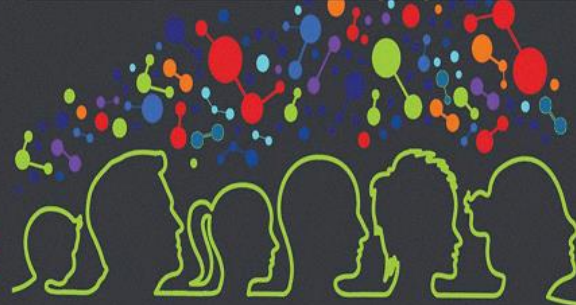
اعتماد به دیگری نشان دهنده باور به صداقت، شایستگی و نیکی اوست. البته می توان به جای نیکی از نوعی تشابه ارزشی یا اخلاقی نیز سخن راند. خدشه دار شدن هریک از این ارکان اعتماد را متزلزل یا نابود می کند. البته همیشه ضعف در شایستگی و قابلیت آسان تربخشیده می شود تا این که درصداقت یا نیکخواهی فرد مورد اعتماد تردید به وجود آمده باشد.

اصولاً کسانی که سطح اعتماد در آن ها پائین است ویا دستخوش بی اعتمادی هستند نسبت به افرادی که از اعتماد بالاتر بهره مند اند استرس بیشتری را تجربه می کنند و از تشویش جسمانی و احساسی بیشتری رنج می برند. همچنین بی اعتمادی در سطح بسیار بالا نوعی آسیب شناسی روانی را رقم می زند که به عنوان نمونه در شخصیت ها و اختلالات پارانوئیدی (paranoid) دیده می شود که مداخله درمانی را طلب می کند.

مبانی نظری اعتماد بین فردی

از دیدگاه پژوهشگران معاصر در حوزه فلسفه بی اعتمادی و بدگمانی در جوامع کنونی روبه افزایش است و اعتماد در بسیاری از نهادهای مهم زندگی انسان ها روبه زوال است تا جایی که از بحران اعتماد سخن رانده می شود. نتیجه گیری غم انگیز این قبیل نظریه ها آن است که قابل اعتماد بودن انسان تقلیل یافته است.

از دیدگاه تکاملی، اعتماد به سازگاری و انطباق بشر کمک کرده و در بقای او موثر بوده است. بدون وجود اعتماد بشر نمی توانست دوره های گذار زیستی، اجتماعی و تاریخی و به طور کلی تکاملی خود را سپری کند. در بسیاری از گونه های حیوانی نیز اعتماد یا چیزی شبیه



به آن نقش مشابهی را ایفا کرده و به بقاء آن ها کمک می کند و در آن جا نیز در میان واحد (یونیت) زیستی خانواده و گروه های متعلق به یک گونه به چشم می خورد.

به منظور دستیابی به یک مدل نظری روشن و قابل سنجش، در این تحقیق عمدتاً از نظریات پیتر زومپکا استفاده شده است. زومپکا وجهه یا اعتبار افراد را برآیند ثبت اعمال گذشته می داند و معتقد است اعتماد، در واقع حاصل تجربه چند ساله ای است که کسب کرده ایم. ممکن است ما دارای تجربه برخورد مستقیم با برخی افراد بوده و بر پایه آن تجربیات به آنان اعتماد کرده باشیم یا اعتماد خود را از دست بدهیم. بنابراین هرچه آشنایی ما با افراد بهتر و بیشتر و ثبت رفتار قابل اعتماد آن ها منظم تر باشد، تمایل ما به اعتماد بالاتر خواهد بود. دومین منبع اعتماد از نظر زومپکا، عملکرد است. عملکرد به معنای اعمال واقعی است؛ یعنی رفتاری که در حال حاضر نتایجی را به بار آورده است. ارزیابی این عملکرد با استفاده از روش های گوناگون انجام می گیرد؛ مثلاً رفتار حکومت ها با نگاهی به نرخ رشد، میزان بیکاری و سطح تورم در کشور مورد ارزیابی قرار می گیرند. در رابطه با زوجین برخی خصوصیات آن ها: نظیر خوش قولی، عمل به وعده ها، برآوردن خواسته ها و انتظارات و ... در این زمینه موثر است. مفهوم اعتماد در جامعه شناسی و مباحث مربوط به فرهنگ را چنین بازگو می کند (زومپکا، ۱۹۹۹: ۱۶-۱۵ به نقل از غفاری، ۱۳۸۳: ۱۰):

- ۱- اعتماد بعد مهمی از فرهنگ مدنی است. جامعه مدنی است. به این معنی که اجتماع منسجم، متعهد و وفادار نسبت به اقتدار سیاسی، بدون اعتماد اقوی افراد نسبت به یکدیگر و اعتماد عمودی در بین نهادهای مختلف نمی تواند برقرار باشد.
- ۲- اعتماد بعد مهمی از اعتماد بعد مهمی از جامعه مدنی است. به این معنی که اعتماد اجتماعی است. اعتماد یکی از مولفه های مهم و حیاتی سرمایه اجتماعی است.
- ۳- اعتماد یکی از مولفه های مهم و حیاتی سرمایه اجتماعی است. فرامادی پیوند دارد، به گونه ای که کیفیت زندگی و بهزیستی روانی پیوستگی مستحکمی با اعتماد تعمیم یافته دارد.
- ۴- اعتماد با ارزشهای اجتماعی، به گونه ای که کیفیت زندگی و بهزیستی روانی پیوستگی مستحکمی با اعتماد تعمیم یافته دارد.
- ۵- اعتماد یکی از عناصر صلاحیت و کفایت تمدنی است و پیش نیاز مشارکت سیاسی، اقدامات کارفرمایانه و آمادگی برای اخذ فن آوری جدید است.

همه ما ناگزیر از اعتماد کردن هستیم. اعتماد به دیگران، اعتماد به محیط زندگی، اعتماد به زمان و اعتماد به همه عرصه های زندگی اجتماعی. از اعتماد تعاریف متعدد و گاه متفاوتی ارائه شده است. به رغم تنوع و تفاوت این تعاریف وجه مشترک مهمی در همه آن ها می توان یافت که همانا وجود دو عنصر پایه ای «امید به دستیابی به نتایج مورد انتظار» و «اتکا به صداقت طرف متقابل» است که تقریباً در همه رویکردهای تعریفی به طور صریح یا ضمنی لحاظ شده اند.

لایان اعتماد را باور قومی به اعتبار، صداقت و توان افراد، انتظاری مطمئن و اتکاء به ادعا یا اظهار نظر دیگران بدون آزمون آن می داند (لایان، ۲۰۰۰). از دید میزتال، اعتماد اطمینان به دیگران به رغم احتمال و امکان فرصت طلبی، عدم قطعیت و مخاطره آمیز بودن آنان است (میزتال، ۱۸: ۱۹۹۸). و زومپکا اعتماد را شرط بندی درباره کنش هایی می داند که دیگران در آینده انجام خواهند داد (زومپکا، ۱۳۸۴).

به این ترتیب به طور کلی می توان گفت که اعتماد پذیرفتن دیگران در ارتباط با مصالح فرد است؛ انتظار رفتار مفید داشتن از دیگران یا دست کم مضر نبودن کنش آن ها برای مصالح و منافع اعتماد کنند. اعتماد در معنای کلی بازگویی این باور است که دیگران با کنش خود به آسایش یا رفاه اعتماد کنندگان کمک کرده و از آسیب زدن به آنها یا منافع شان خوداری نکنند.

صاحب نظران بسیاری در چند دهه اخیر به بحث جامعه شناختی درباره اعتماد، الزامات و پیامدهای آن پرداخته اند که برخی از این آثار به زبان فارسی نیز ترجمه و منتشر شده که از آن جمله می توان از فیلد (۱۳۸۸)؛ گیدنز (۱۳۸۴)، میزتال (۱۳۸۰)؛ افه (۱۳۸۵)؛ پاتنام (۱۳۸۰)؛ اینگلهارت (۱۳۷۳)؛ زومپکا (۱۳۸۷)؛ کلمن (۱۳۷۷) و ... نام برد.

بنا به تعریف افه، اعتماد فرضی شناختی است که کنشگران فردی یا جمعی / گروهی در تعامل با دیگران به کار می بندند. این فرض شناختی، با ترجیحات و تمایلات رفتاری دیگران از لحاظ آمادگی آن ها برای کمک، همکاری، و پرهیز از اقدامات خودخواهانه،



فرصت طلبانه و خصمانه ارتباط دارد (افه؛ ۱۳۸۵، ۲۰۸). اعتماد تسهیل کننده رفتار جمعی، ایجاد کننده فضای اجتماعی مبتنی بر مشارکت و مشوق توجه به منافع و علایق جمعی است (زمرلی و نیوتن، ۲۰۰۸: ۱).

به اعتقاد گیدنز اعتماد ابراز اطمینان نسبت به اشخاص یا نظام‌های مجرد، بر اساس نوعی جهش به ایمان است، که معمولاً مشکل نادانی یا بی‌اطلاعی را برطرف می‌سازد (گیدنز، ۱۳۷۸: ۳۲۳). او اعتماد را عامل احساس امنیت وجودی می‌داند که موجود انسانی منفرد را در نقل و انتقال‌ها، در بحران‌ها و در حال و هوای آکنده از خطرهای احتمالی قوت قلب می‌بخشد و به پیش می‌برد (همان، ۶۳).

گیدنز همچنین اعتماد را از عناصر و مؤلفه‌های اصلی مدرنیته می‌داند و معتقد است که چهار زمینه محلی اعتماد یعنی خویشاوندی، اجتماع محلی، سنت و کیهان‌شناسی مذهبی بر فرهنگ‌های پیش از مدرن تسلط دارند، حال آنکه در دوران مدرن اعتماد به نظام‌های انتزاعی و نمادها و نظام‌های کارشناسی جای این نوع اعتماد را گرفته است (گیدنز، ۱۳۸۰: ۱۲۰).

نگاه کریستوفر مور به اعتماد با مفهوم تضاد و خصومت گره خورده است. او با رویکردی روانشناختی به این دو مفهوم می‌نگرد و به دنبال این است که دریابد که چگونه می‌توان اعتماد را جایگزین تضاد کرد. به باور او تضاد بین گروهها نتیجه پنج عامل کلی می‌داند که ماهیتی روانشناختی دارد: ۱ (وجود احساسات منفی در بین گروهها؛ ۲) وجود تصورات قالبی آنها نسبت به هم؛ ۳) عدم اطمینان به همدیگر؛ ۴) عدم مشروعیت افراد و نیازهای آنان؛ و ۵) فقدان ارتباطات. مور معتقد است که تنها در صورتی می‌توان اعتماد را جایگزین تضاد کرد که این موانع وجود نداشته باشد (مور؛ ۱۹۸۹: ۱۲۵-۱۲۴). وقتی ما اعتماد می‌کنیم چنان است که گویی در مورد آینده آگاهی داریم. «نشان دادن اعتماد، نوعی پیش‌بینی آینده است. یعنی به نوعی رفتار می‌کنیم که گویی، آینده تعیین شده است» (لومان، ۱۹۷۹: ۱۰). به نظر آلموند و وربا اعتماد به یکدیگر شرط تشکیل روابط ثانوی است (اینگلهارت، ۱۳۷۳: ۲۴).

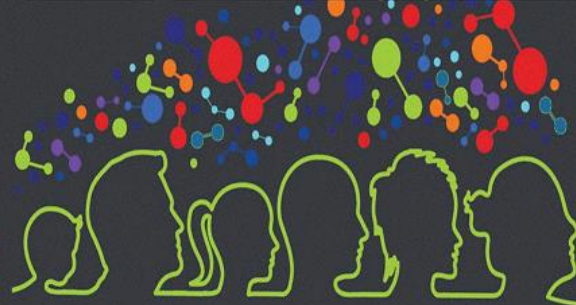
به نظر کلمن "در هر رابطه مبتنی بر اعتماد حداقل دو جزء وجود دارد، اعتماد کننده و اعتماد شونده و فرض بر این است که در کنش هر دو جزء هدفمند بوده و به دنبال ارضای نیازهای خود هستند. طرف اعتماد کننده باید تصمیم بگیرد که با دیگری وارد معامله شود یا نه (یعنی خطر را بپذیرد یا نه) و طرف اعتماد شونده نیز باید بین حفظ اعتماد و یا شکستن آن دست به انتخاب بزند. بنابراین یک رابطه مبتنی بر اعتماد، یک رابطه دوجانبه است و بر مبنای اصل به حداکثر رساندن فایده تحت شرایط مخاطره قرار دارد" (کلمن، ۱۳۷۷: ۲۷۱). به عقیده کلمن "اصولاً در یک رابطه مبتنی بر اعتماد ما با کنشگرانی عقلانی مواجه هستیم، در این رابطه اگر برای کنشگر شانس پیروزی در مقایسه با شانس شکست بیشتر باشد اعتماد خواهد کرد، زیرا او موجودی عقلانی است و باید اعتماد کند. این بیان ساده مبتنی بر اصل به حداکثر رساندن سودمندی تحت شرایط ریسک است. اعتماد کننده بالقوه باید بین اعتماد نکردن (که در این صورت هیچ تغییری در سودمندی او حاصل نمی‌شود) و اعتماد کردن (که در این صورت به کنش طرف مقابل بستگی دارد) تصمیم‌گیری کند" (Coleman, 1990: 91). بنابر آنچه ذکر گردید، طبق نظر کلمن چون انسان موجودی عقلانی است که کنش‌های او مبتنی بر گزینش معقولانه است، لذا همیشه در فکر این است که در روابط خود حداکثر سود ممکن را کسب کند. او برای این کار ابتدا مقداری از منابع را از طرف خود هزینه می‌کند که به عنوان هزینه اعتماد در نظر گرفته می‌شود تا بتواند در جریان اعتماد به سودی متناسب با آن هزینه دست یابد. لذا اگر جریان و رابطه اعتمادی سودآور باشد، اعتماد و روابط اعتمادی بیشتر خواهد شد ولی اگر این رابطه اعتماد سودآور نباشد و یا اینکه باعث ریسک بالا و عدم کسب سود متناسب باشد آنگاه اعتماد و رابطه اعتمادی کاهش می‌یابد

زیمل با مبنا قرار دادن مبادله، اعتماد را شکلی از رابطه (اعتماد) به مثابه وابستگی مطمئن به یک نفر یا یک اصل و صور انتزاعی مثل پول تعریف می‌کند. او مبنای اعتماد را ارتباط می‌داند. بحث‌های زیمل در مورد اعتماد، برخی ویژگیهای آن را در جوامع مدرن آشکار می‌سازد. عدم قطعیت و تجربه متفاوت اجتماعی، همراه با افزایش فردگرایی، نیاز به اعتماد را دوچندان می‌کند؛ روابط اجتماعی را مستحکم می‌سازد و یکی از مهمترین نیروهای ترکیبی در جامعه است. راجرز عنصری همچون

بی‌اعتمادی متقابل در روابط شخصی را در کنار عناصری چند به عنوان ویژگی‌های خرده فرهنگ دهقانی، مانع مشارکت می‌داند (ازکیا، ۱۳۷۹: ۴۵). به نظر راجرز یکی از ویژگی‌های مهم جوامع سنتی، عدم اعتماد متقابل، بدگمانی و حيله‌گری در روابط با یکدیگر است.

۲-۳- تعریف بهبود کیفیت زندگی

کیفیت زندگی مفهوم وسیعی است که همه ابعاد زندگی از جمله سلامت را در بر می‌گیرد. یکی از حیطه‌های بزرگ کیفیت زندگی، کیفیت زندگی زناشویی است، از مفاهیم بسیاری از قبیل تعهد برای کیفیت زناشویی به کار رفته است (لوپس و اسپانیز، ۱۹۷۹، به نقل از



الیس (۲۰۰۴) . در مورد معنای هر یک از این مفاهیم توافق وجود ندارد. علت آن به نبود یک نظریه ی واحد در مورد چیستی کیفیت زناشویی باز می گردد (گلن، ۱۹۹۰؛ به نقل از الیس، ۲۰۰۴). کُل و اسپانیر (۱۹۷۶) کیفیت زناشویی را به عنوان موفقیت و عملکرد یک ازدواج توصیف کرده اند. (هارپر و همکاران، ۲۰۰۰). لارسون و هولمان (۱۹۹۴) بیان کردند کیفیت زناشویی یک مفهوم پویا است زیرا ماهیت و کیفیت روابط میان افراد در خلال زمان تغییر می یابد که این مطلب امکان شناسایی عوامل تأثیرگذار بر کیفیت یک رابطه را فراهم می نماید. هرچند ممکن است که این قبیل روابط پیچیده بوده و حاوی تعاملات میان متغیرهای بسیار باشند. این اصطلاح که در زمینه های گوناگون سیاسی، اجتماعی و اقتصادی هم استفاده می شود، اغلب در مطالعات پزشکی کاربرد دارد و از نظر بیشتر متخصصان شامل ابعاد مختلف فیزیکی، فیزیولوژیکی، اجتماعی، جسمی و معنوی می باشد. کیفیت زندگی از نظر لغوی به معنی چگونگی زندگی کردن است. با وجود این مفهوم آن برای هر کس منحصر به فرد و با دیگران متفاوت می باشد. عده ای از محققان این واژه را پیچیده تر از آن می دانند که بتوان آن را در یک جمله توصیف نمود. علیرغم اینکه در مورد تعریف کیفیت زندگی چالش های متعددی وجود دارد، ولی متخصصین در محدوده ای از مفاهیم با هم اتفاق نظر دارند. بعضی از متخصصان در مورد ذهنی بودن و پویا بودن این مفهوم توافق دارند. اغلب آنها معتقدند کیفیت زندگی یک مفهوم چند بعدی و در برگیرنده حقایق مثبت و منفی زندگی است. از طرفی عده ای آن را یک مفهوم فردی قلمداد می نمایند، به این معنا که حتماً باید توسط خود شخص، بر اساس نظر او و نه فرد جایگزین تعیین گردد. سازمان جهانی بهداشت تعریف جامعی از کیفیت زندگی ارائه داده است: درک فرد از وضعیت کنونی اش با توجه به فرهنگ و نظام ارزشی که در آن زندگی می کند و ارتباط این دریافت ها با اهداف، انتظارات، استانداردها و اولویت های مورد نظر

از عوامل مؤثر در کیفیت زندگی زناشویی می توان به عوامل فردی، عوامل ارتباطی و عوامل خارجی اشاره کرد. عوامل فردی عبارتند از:

- ۱-جنسیت: بین دیدگاه مردان و زنان نسبت به کیفیت زناشویی چند تفاوت مشاهده شده است. مثلاً لاکسلی (۱۹۸۰) گزارش کرده است که خانمها نارضایتی و ناکامی بیشتری را در قبال رابطه گزارش می کنند، و معتقدند که بیش از همسرانشان مورد سوء تفاهم واقع می شوند. (الیس، ۲۰۰۴) هیتون و بلیک (۱۹۹۹) معتقدند که از آنجایی که مردان و زنان از نقشهای متفاوتی برخوردارند و دید متفاوتی نسبت به ابعاد گوناگون رابطه (از قبیل تقسیم وظایف، فرزندپروری و جمعیت جنسی) دارند به شکل متفاوتی به ارزیابی رابطه می پردازند. آنها همچنین معتقدند که ارزیابی زنان از رابطه دقیق تر از مردان است چون آنها بر رابطه تأکید بیشتری می ورزند .
- ۲-سلامتی: ممکن است نقصان در سلامتی با کاهش کیفیت زناشویی رابطه داشته باشد که تحت تأثیر عواملی همچون کاهش درآمد، تغییر در بازار کار، فعالیتهای مشترک اندک یا رفتار مشکل زا قرار می گیرد (بوث و جانسون، ۱۹۹۴؛ به نقل از الیس، ۲۰۰۴). همچنین ممکن است اثرات کیفیت زناشویی برای همسری که سالم است قوی تر باشد و کیفیت زناشویی زنان ممکن است نسبت به بیماری مزمن همسر حساس تر باشد (الیس، ۲۰۰۴). بررسی تحقیقات مختلف نشان می دهد که کیفیت پایین زندگی زناشویی، آشفتگی زناشویی و طلاق، با افزایش آشفتگی روانشناختی و کاهش سلامتی کلی همبستگی دارد و تأثیرات بسیار مخربی بر بهزیستی کلی ایجاد می کند (هاوکینز و بوث، ۲۰۰۵)
- ۳-نحوه فرزندپروری: فرزندپروری ضعیف می تواند از طریق میانجیگری عوامل دیگر نظیر تعارض زناشویی بر کارکرد رابطه تأثیر بنهد. اثرات فرزندپروری ضعیف ظاهراً به جنسیت، شدت سوء استفاده و بعد خاص کیفیت زناشویی بستگی پیدا می کند (بلت و آیدین، ۱۹۹۶). به عنوان مثال کلی و کونلی (۱۹۸۷) گزارش کرده اند که ابعاد محیط اجتماعی اولیه همانند عدم ثبات روانی - اجتماعی و نزدیکی هیجانی پیش بینی های قوی تری برای کیفیت زناشویی زنان محسوب می شوند. (الیس، ۲۰۰۴)

ویژگیهای کیفیت زندگی

علیرغم اینکه یک توافق کلی در تعریف کیفیت زندگی وجود ندارد بیشتر پژوهشگران بر سه ویژگی کیفیت زندگی اتفاق نظر دارند این



ویژگی ها عبارتند از: چند بعدی بودن، ذهنی بودن و پویا بودن.

الف) چند بعدی بودن: همه متخصصان دنیا معتقدند کیفیت زندگی موضوعی چند بعدی است. دانشمندان توافق دارند که مفهوم کیفیت زندگی همواره ۵ بعد زیر را در بر می گیرد: بعد جسمی: بعد جسمی به دریافت فرد از توانایی هایش در انجام فعالیت ها و وظایف روزانه که نیاز به صرف انرژی دارد اشاره می کند و می تواند در بردارنده مقیاس هایی چون تحرک، توان و انرژی، درد و ناراحتی، خواب و استراحت و ظرفیت توان کاری باشد.

بعد روانی: جنبه های روحی مانند افسردگی، ترس، عصبانیت، خوشحالی و آرامش را در بر می گیرد. بعضی از زیر گروه های این بعد عبارتند از تصویر از خود، احساس مثبت، احساس منفی، اعتقادات مذهبی، فکر کردن، یادگیری، حافظه و تمرکز حواس. بعد اجتماعی: به توانایی برقرار کردن ارتباط با اعضای خانواده، همسایگان، همکاران و سایر گروه های اجتماعی، و نیز وضعیت شغلی و شرایط اقتصادی کلی مربوط می شود. بعد روحی: درک فرد از زندگی و هدف و معنای زندگی را در بر می گیرد. ثابت شده است که بعد روحی زیر مجموعه بعد روانی نبوده و یک دامنه مهم و مستقل محسوب می شود.

بعد علائم مربوط به بیماری یا تغییرات مربوط به درمان: مواردی مانند درد، تهوع و استفراغ را می توان نام برد. ب) ذهنی بودن: کیفیت زندگی را باید بیشتر به صورت یک مفهوم ذهنی به کار برد. ارزیابی فرد از سلامت و خوب بودنش عامل کلیدی در مطالعه کیفیت زندگی می باشد. قضاوت فرد در مورد بیماری، درمان و سلامتی خود اهمیت بیشتری نسبت به ارزیابی عینی از سلامتی دارد. به عنوان

مثال ممکن است فردی از یک یا چند بیماری مزمن رنج ببرد ولی خودش را سالم بداند در صورتیکه فرد دیگری با وجود آنکه هیچ نشان عینی از بیماری ندارد خود را بیمار می پندارد. عامل اصلی تعیین کننده کیفیت زندگی عبارتست از تفاوت درک شده بین آنچه هست و آنچه از دیدگاه فرد باید باشد.

ج) پویا بودن: پویایی کیفیت زندگی به این معناست که با گذشت زمان تغییر می کند و به تغییرات فرد و محیط او بستگی دارد. این مشخصه در یک رابطه طولی قابل مشاهده است.

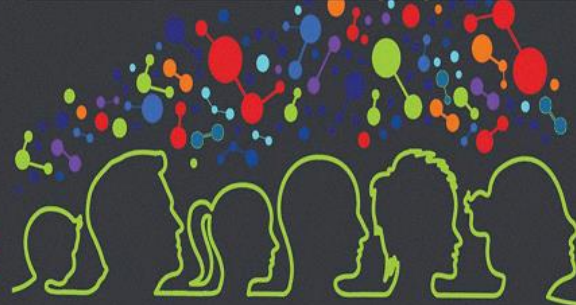
تاریخچه مطالعات کیفیت زندگی

مفهوم کیفیت زندگی به دوران ارسطو در ۳۸۵ سال قبل از میلاد مسیح باز می گردد، در آن دوران ارسطو « زندگی خوب» یا « خوب انجام دادن کارها» را به معنی شاد بودن در نظر گرفته است، لیکن در عین حال به تفاوت مفهوم شادی در افراد مختلف پرداخته است و ذکر نموده است سلامتی که باعث شادی در یک فرد بیمار می شود با ثروت که فرد فقیری را شاد می کند یکسان نمی باشند و به طور مشخص بیان نموده است که شادی نه تنها برای افراد مختلف معانی متفاوتی دارد بلکه برای یک فرد نیز در شرایط متفاوت معنی یکسانی نخواهد داشت. واژه کیفیت زندگی

نخستین بار توسط Pigou در سال ۱۹۲۰ در کتاب « اقتصاد و رفاه» مورد استفاده قرار گرفت. او در این کتاب در مورد حمایت دولتی از اقشار پائین و تاثیر آن بر زندگی آنها و سرمایه های ملی به بحث پرداخته بود. این مطلب تا بعد از جنگ جهانی دوم مسکوت ماند تا اینکه در اثر دو حادثه مهم مورد توجه قرار گرفت. اول آنکه سازمان جهانی بهداشت تعریفی از سلامت منتشر کرد که شامل

سلامت جسمی، روانی و اجتماعی بود. این امر منجر به بحث گسترده ای در مورد سلامت و چگونگی اندازه گیری آن شد. دومین اتفاق وجود نابرابری های گسترده اجتماعی در جوامع غربی و سایر کشورها به دنبال پیامدهای جنگ جهانی و پیشرفت در زمینه علوم انسانی و علوم تجربی بود که موجب افزایش فعالیت های اجتماعی و در نتیجه ابتکارات سیاسی گردید.

به مرور زمان محققین متوجه شدند که کیفیت زندگی می تواند یکی از پیامدهای پر اهمیت در ارزیابی های سلامت باشد، چنانچه تعریف سازمان بهداشت جهانی از سلامت نیز بر این نکته تاکید دارد.



در سال ۱۹۸۵ در شمال غرب انگلستان برای اولین بار تحقیقات کیفیت زندگی انجام شد. محور اصلی این مطالعات محدود به بیماری های روانی مزمن بود و از آن به عنوان شاخصی در جهت ارزیابی سلامت روانی استفاده می شد. امروزه از این مفهوم در اندازه گیری کارایی درمان ها، داروها، جراحی ها و بررسی شاخص های سلامت استفاده می گردد.

به اعتقاد فیشر و شوسلر عبارت کیفیت زندگی به صورت خاص اولین بار در سال ۱۹۶۰ در گزارش کمیسیون ریاست جمهوری درباره اهداف ملی آمریکا مطرح شد (وود، ۱۹۹۹). گزارش کمیسیون مذکور متمرکز بر برنامه های اجتماعی مانند آموزش و نیروی انسانی، توسعه اجتماعی و مسکن، سلامتی و رفاه بود (لیندا و دیانا، ۲۰۰۵). بر همین اساس گزارش کمیسیون ریاست جمهوری آمریکا در زمینه اهداف ملی و تحقیق باوئر در سال ۱۹۶۶ در زمینه اثرات ثانویه برنامه های مکانی ملی در آمریکا را می توان به عنوان اولین کارهایی ذکر کرد که به مقوله کیفیت زندگی به عنوان یک حوزه تحقیقاتی خاص پرداخته اند (شوسلر و فیشر، ۱۹۸۵). از اواخر دهه ۱۹۷۰ علاقه به مفهوم کیفیت زندگی به شکل معناداری افزایش یافت. از این تاریخ به بعد بحث های کیفیت زندگی بیشتر در سه حوزه پزشکی، روانشناسی و علوم اجتماعی متمرکز شد. بیشترین تمرکز تحقیقات انجام شده بر روی حوزه پزشکی می باشد. همانگونه که در نمودار شماره (۱) مشاهده می شود از سال ۱۹۶۶ تا ۲۰۰۵ تعداد ۷۶۶۹۸ مقاله از سوی پایگاه داده های پایمد منتشر شده که عبارت "کیفیت زندگی" عنوان موضوعی یا چکیده آنها را شامل می شود. از نیمه دهه ۱۹۶۰ تعداد کارهای منتشر شده با این موضوع رشد تصاعدی داشته است. در سال ۱۹۶۶، ۰/۰۰۲ درصد از کل کارهای منتشر شده در پایمد با موضوعیت کیفیت زندگی بوده در حالیکه همین مقدار در سال ۲۰۰۵ به ۱/۳۶ درصد رسیده است (مونز و همکاران، ۲۰۰۵).

- کاربردهای اندازه گیری کیفیت زندگی
- گیری کیفیت زندگی را می توان به این شکل خلاصه کرد:
- ۱- پزشکی: این ابزار در کنار سایر اقدامات تعیین کننده می تواند اطلاعات با ارزشی در مورد مواردی که روی فرد بیشترین اثر را دارند فراهم نموده و در یافتن بهترین انتخاب در مراقبت بیمار مفید باشد.
 - ۲- بهبود روابط پزشک- بیمار: با افزایش درک پزشک از اثرات بیماری در زندگی بیمار روابط پزشک و بیمار بهتر شده و بیمار نیز خدمات پزشکی را موثرتر حس می کند.
 - ۳- تعیین کارایی درمان های مختلف: جهت ارزیابی درمان های مختلف می توان از این ابزار جهت سنجش کیفیت زندگی به عنوان یک پیامد استفاده کرد.
 - ۴- ارزیابی خدمات بهداشتی: در مرور کفایت و کیفیت خدمات پزشکی اولویت های بیمار قطعاً مهم هستند که این ابزار مکمل با ارزشی جهت این ارزیابی فراهم می کند.
 - ۵- تحقیقات: این ابزار بوسیله تعیین اثرات بیماری در تمام وجوه بیمار بصیرت جدیدی در مورد سیر طبیعی بیماری ایجاد می کند.
 - ۶- سیاست گذاری: در تعیین اثرات سیاست های جدید بر کیفیت زندگی افراد می توان از این ابزار سود جست. سیاست گذاران با در نظر گرفتن این پیامد می توانند تخصیص منابع محدود را با بینش وسیعتری انجام دهند.

در بررسی های بار بیماری ها یا شاخص هایی چون QALY در این موارد از این اندازه ها جهت اندازه گیری وضعیت سلامت افراد استفاده می گردد.

۳- مروری بر پژوهش های انجام شده

۳-۱- پژوهش های انجام شده در ایران

رحیمی، پرنده و نقی پور (۱۳۹۴)، در مقاله ای با عنوان بررسی جامعه شناختی رابطه شبکه های اجتماعی مجازی و سردی روابط زناشویی زوجین شهر خلخال نشان دادند که بین استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی و سردی روابط عاطفی زوجین، سردی روابط



جنسی زوجین، سردی روابط خانوادگی زوجین، سردی روابط خویشاوندی زوجین و سردی روابط اجتماعی زوجین رابطه‌ی معناداری وجود دارد.

هدایتی دانا و صابری (۱۳۹۳)، در پژوهشی به پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک های عشق ورزی (صمیمیت، میل، تعهد) و اضطراب پرداختند. نتایج این پژوهش نشان داد که از میان عشق و سبک های آن مولفه های صمیمیت و تعهد بیشترین سهم را در رضایت زناشویی داشتند اما متغیر میل (شور و شوق) پیش بین معناداری برای رضایت زناشویی نبود. اضطراب کل و پنهان پیش بینی کننده های مناسبی برای رضایت زناشویی بودند. حال آن که، اضطراب آشکار پیش بین معناداری برای رضایت زناشویی نبود.

یوسفی، بشیلده، عیسی نژاد، اعتمادی و شیرنگی (۱۳۹۰)، در پژوهشی به رابطه سبک های عشق ورزی و کیفیت زناشویی در میان افراد متاهل پرداختند. نتایج این پژوهش با استفاده از مدل تحلیل مسیر نشان داد که سبک های عشق ورزی دوستانه، رومانیک و واقع گرایانه با رضایت زناشویی، انسجام زناشویی و توافق زناشویی رابطه مثبت و سبک های عشق ورزی شهوانی، بازیگرانه و فداکارانه با رضایت زناشویی، انسجام زناشویی و توافق زناشویی رابطه منفی دارند. یافته های این پژوهش می تواند در انجام مشاوره قبل از ازدواج و پیش بینی یک ازدواج موفق کاربردپذیر باشد.

کاویانی، حاتمی و شفیع آبادی (۱۳۹۱) در تحقیقی که تحت عنوان بررسی تاثیر اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر افزایش کیفیت زندگی در افراد افسرده غیر بیمار بر روی ۳۰ دانشجوی دانشگاه اصفهان انجام دادند، مشخص کردند که درمان ذهن آگاهی کیفیت زندگی را افزایش و افسردگی را کاهش می دهد و تمرین های شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی با افزایش آگاهی افراد از لحظه حال از طریق فنونی مثل توجه به تنفس و بدن، توجه دادن آگاهی به اینجا و اکنون، بر نظام شناختی و پردازش اطلاعات اثر می گذارد.

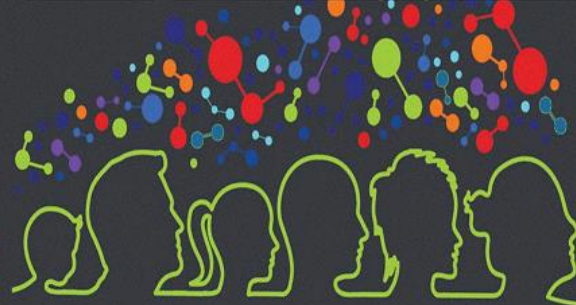
محمد جواد بگیان، مجتبی بختی (۱۳۹۳) در پژوهشی تحت عنوان اثربخشی دو رویکرد آموزشی مبتنی بر پذیرش و تعهد، و روایت درمانی گروهی بر تعدیل طرحواره های ناسازگار اولیه که اعتماد یکی از این طرحواره ها می باشد در مراجعان متقاضی طلاق عنوان کردند که این دو رویکرد در افزایش اعتماد بین زوجین از اهمیت ویژه ای برخوردارند.

۲-۳- پژوهش های انجام شده در خارج

آوربک، کمپ و اینگلز^{۴۹} (۲۰۰۷)، در پژوهشی بیان کردند بین مولفه های عشق (صمیمیت، میل و تعهد) با تداوم رابطه عاشقانه رابطه مثبت وجود دارد.

لورنز، کانگر، میبلی و برایانت^{۵۰} (۲۰۰۶)، طی پژوهشی نشان داد که خود افشایی احساسی در بین همسرانی که الگوی ارتباط سازنده دارند بیشتر وجود دارد و همچنین این افراد از میزان آشفستگی زناشویی کمتری برخوردارند.

لاسی^{۵۱} و همکاران (۲۰۰۴)، در پژوهش خود نشان دادند که بین سبک های عشق ورزی و معیارهای انتخاب همسر رابطه وجود دارد. کیت^{۵۲} و هالی لتی^{۵۳} (۱۹۸۶)، در پژوهش خود نشان دادند که شش سبک عشق از شش جنبه از کیفیت ارتباط مشتق شده. اروس و آگاپه مثبت به گزارش فردی کیفیت رابطه مربوط می شد. شیدایی مثبت به شور مرتبط بود. تفاوت بین زن و شوهر در سبک های عشق ورزی مربوط به اختلاف کیفیت رابطه اروس، آگاپه و لودوس است.



توحید الرحمان و همکارانش (۲۰۰۳)، در مطالعه خود تلاش نموده‌اند تا تحلیلی جامع از روابط میان عوامل تعیین کننده کیفیت زندگی برای برنامه‌ریزی ارائه نمایند. این مطالعه با اثبات نارسایی شاخص سرانه تولید ناخالص داخلی برای ارزیابی و مقایسه کیفیت زندگی آغاز می‌شود. آن‌ها بر این باورند که کیفیت زندگی را نمی‌توان به طور مستقیم سنجید. از این رو در کار خود بر تحلیل داده‌های ثانویه تمرکز دارند و داده‌های مورد نیاز برای مقایسه کشورهای مورد مطالعه را از گزارش برنامه توسعه سازمان ملل متحد و بانک جهانی گردآوری می‌کنند. اینان عوامل موثر بر کیفیت زندگی را بهداشت، اشتغال، بهره‌وری، بهزیستی مادی، احساس تعلق به جماعت محلی، امنیت شخصی، کیفیت محیطی، بهزیستی روانی و روابط خانوادگی و دوستانه می‌دانند. این پژوهشگران، پس از معرفی شاخص‌های کیفیت فیزیکی زندگی، اینان شاخص‌های اجتماعی، نیازهای اساسی و توسعه انسانی، ۴۳ کشور جهان را بر اساس ۲۶ شاخص در قالب هشت بعد مورد مقایسه قرار داده‌اند (Rahman et al, 2003: 30-31).

مقاله‌ای با عنوان "مطالعه تطبیقی کیفیت زندگی فرهنگی در شهرهای ایران از منظر توسعه پایدار" از ۱۲ شاخص برای بررسی کیفیت زندگی در شهرهای ایران استفاده نموده‌اند. نتایج این مقاله نشان می‌دهد شهرهای ایران دارای تفاوت‌های زیادی از لحاظ شاخص‌های فرهنگی کیفیت زندگی می‌باشند. تفاوت این پژوهش با مقاله حاضر در برخی از تکنیک‌ها و دوره‌های مطالعه می‌باشد. (Marsousi et al, 2013:69-95)

اسماعیل علی اکبری و مهدی امینی (۲۰۱۰)، مطالعه‌ای با عنوان "کیفیت زندگی شهری در ایران" را انجام داده‌اند. محققان در این مطالعه بیان می‌نمایند کیفیت زندگی شهری در ایران به شدت از شهری شدن جامعه متأثر است. شهرنشینی کمی، سهم و سرانه بسیاری از شاخص‌ها را پایین آورده، تغییرات مثبت آن را کنترل نموده و از این طریق بر جنبه‌های اجتماعی شهرنشینی تأثیر جدی گذاشته است. در چنین شرایطی مطالعات ارزیابی کیفیت زندگی شهری بایستی به عنوان یک ضرورت در کنار مطالعات کمی و کالبدی شهرها در برنامه‌های توسعه شهرها در سطح ملی و محلی مورد توجه قرار گیرد. ظرفیت و سرعت شهرنشینی در ایران همواره باید با بررسی اثرات آن بر کیفیت زندگی شهری بررسی شود (Amini, 2010:121-148 & Aliakari).

۴- بحث و نتیجه گیری

یکی دیگر از مهم ترین عوامل تعیین کننده طلاق عاطفی در زوجین وجود عشق و کیفیت آن و عبارت دیگر سبک‌های عشق ورزی^{۵۴} است (حفاظتی طرقله، فیروز آبادی و حق شناس، ۱۳۸۵). استرنبرگ^{۵۵} بنیانگذار نظریه مثلثی عشق معتقد است عشق کامل عشقی است که شامل سه مولفه صمیمیت، تعهد و اشتیاق باشد او در تفاوت بین عشق

۵۴: Love Styles

۵۵: Stenberg



رومانتیک و عشق کامل معتقد است در عشق رومانیتیک تنها صمیمیت و اشتیاق وجود دارد در این نوع عشق عشاق از نظر جنسی و عاطفی به یکدیگر جذب می شوند بدون اینکه در چنین رابطه ای تعهد وجود داشته باشد (جواهری و تاجیک اسماعیلی، ۱۳۹۱).

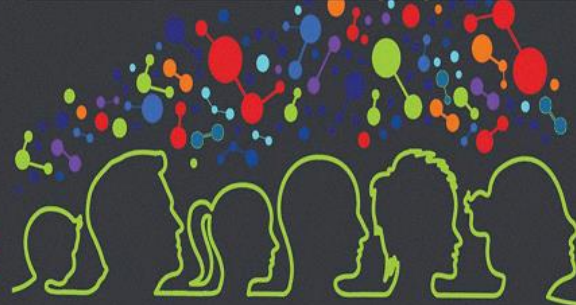
کیفیت روابط درون خانواده، نقش بسزایی در شکل نگرش ها و بازخوردهای اجتماعی اعضای خانواده دارد و پایه و اساس روابط درون خانواده بر محور روابط زن و شوهر استوار است. طلاق عاطفی نماد وجود مشکل در ارتباطی سالم و صحیح بین زن و شوهر است. این مشکل ارتباطی در سطح خانواده می تواند در جامعه نیز شیوع و گسترش یابد و ارتباط انسانی را مختل نماید. وقتی بنیان خانواده دچار تزلزل شود، بنیان های اخلاقی و اجتماعی کل نظام اجتماعی متزلزل شده و جامعه بسوی مشکلات گوناگونی سوق داده می شود؛ از این رو بررسی مسئله طلاق عاطفی از اهمیت و ضرورت خاصی برخوردار است (باستانی، گلزاری و روشنی، ۱۳۸۹).

مرور جدیدترین آمار ثبت احوال کشور در ایران هم نشان می دهد که میزان طلاق در پنج سال گذشته، ۳۷ درصد رشد داشته و بیشترین آنها مربوط به زوج های زیر ۳۰ سال است. براساس آمار منتشر شده از سوی سازمان ثبت احوال کشور، سیر صعودی طلاق در سال ۱۳۸۹ به ۱۳۷ هزار ۲۰۰ مورد افزایش یافته و رکورد عجیبی به جای می گذارد. در واقع طلاق در طول این چند سال گذشته ۳۷/۵۹ درصد رشد مثبت داشته است (سایت اداره ثبت احوال ایران، ۱۳۹۰). لذا اهمیت شناخت و بررسی عواملی که سبب قوام و استحکام این نهاد اجتماعی میگردند میتواند گامی مفید در راستای ارتقای سطح فرهنگ جامعه باشد.

خانواده گروهی است که فرد بیش از هر گروه دیگری زندگی خویش را در آن می گذراند و فراگیری هنجارهای مربوط به زندگی خانوادگی را عمدتاً در خانواده و در تعامل با دیگر افراد خانواده می آموزد. با ورود رسانه ها به خانواده و رواج پیدا کردن رسانه ها از جمله اینترنت و موبایل برای ارتباط بجای ارتباط رودرو بسیاری از روابط درون خانواده رو به سست شدن پیش می رود و منجر به اختلال در کارکردهای خانواده می شود. از این رو بررسی نقش رسانه های جدید از جمله نقش اینترنت در استحکام روابط اعضای خانواده از جمله زوجین از اهمیت ویژه ای برخوردار است (رجب زاده و همکاران، ۱۳۸۲).

پیامدهای منفی غیر قابل تصویری که از نبود صمیمیت و عشق در زندگی روانی - اجتماعی زوجین به وجود می آید. ضرورت تحقیقات گسترده تر در باب روابط زناشویی و بررسی روابط متغیرهای مختلف موثر بر آن که خود پیش بینی کننده روابط زناشویی آتی است، در پرتو یافته های تجربی اهمیت این پژوهش را دو چندان می کند. لذا با انجام پژوهش حاضر در خصوص رابطه بین سبک های عشق ورزی و اعتیاد اینترنتی با طلاق عاطفی می توان اطلاعاتی را به مسولین و خانواده ها داد، تا با آموزش افراد و تربیت درست فرزندان در ارتقای سطح سلامت روان فرزندان و کاهش ایجاد طلاق عاطفی در زندگی زناشویی و مسائل مشکلات ناشی از آن در افزایش سطح رضایت زناشویی اقدامات لازم را بعمل آورند.

و کاویانی و همکاران (1393) است .حبیبی (1392) در پژوهشی اثربخشی درمان ذهن آگاهی را

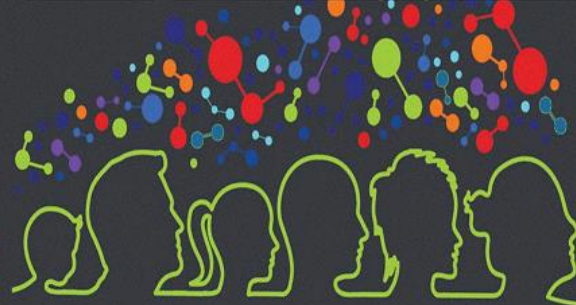


بر ارتقاء کیفیت زندگی سوء مصرف کنندگان مواد مخدر تریاک تایید کرده بود. ناصر یوسفی و احمد سهرابی (1390) هم با مقایسه اثربخشی رویکردهای خانواده درمانی مبتنی بر حضور ذهن و فراشناخت بر کیفیت روابط زناشویی در مراجعان در آستانه طلاق اثربخشی خانواده درمانی ذهن آگاهی را بر کیفیت روابط زناشویی تایید کرد. کاویانی، حاتمی و شفیع آبادی (1393) در پژوهشی به بررسی اثر شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر کیفیت زندگی افراد افسرده غیر بالینی پرداخت. تانی، لوتان و برنستین (۲۰۱۲) در بررسی پیامدهای آموزشی ذهن آگاهی بیان کردند که آموزش مهارت های ذهن آگاهی به لحاظ آماری و بالینی به طور معنی داری موجب کاهش نشانه های خلق آسیب پذیر و اضطراب میشود . کینگستون و همکاران (2004) در پژوهشی نشان دادند که نتایج به دست آمده در مرحله پیگیری در یک ماه پس از پایان جلسات آموزش ذهن آگاهی باقی میماند و آزمودنی ها از مهارت های یاد گرفته در موقعیت های مهم زندگی خود استفاده میکنند. این راهکارها برای کاهش نشخوار فکری، کنترل توجه و کاهش قضاوتها مفید است. این مطالعه توانست با بررسی جامع مطالعات این حوزه و یک مرور سیستماتیک، مطالعات مشابه این حوزه را دسته بندی نماید تا مطالعات آتی بتواند با تاکید بر شکاف های تحقیقاتی موجود، به سوالات بیشتر در این حوزه پاسخ دهند.



منابع

- آقاپور، اسلام (۱۳۸۷)، بررسی عوامل اقتصادی اجتماعی مرتبط با کیفیت زندگی مهاجران حصارک کرج، پایان نامه کارشناسی ارشد جامعه‌شناسی دانشگاه شیراز.
- آقایوسفی، علیرضا؛ اورکی، محمد؛ زارع، مریم و ایمانی، سعید (۱۳۹۲). اثربخشی ذهن آگاهی بر کاهش استرس، اضطراب و افسردگی در سومصرف کنندگان مواد. اندیشه و رفتار. دوره هفتم، شماره ۲۷. ص ۱۷-۲۷.
- آزاد ارمکی، تقی و دیگری. (۱۳۸۳). اعتماد، اجتماع و جنسیت؛ بررسی تطبیقی اعتماد متقابل در بین دو جنس. مجله جامعه‌شناسی ایران. دوره پنجم. شماره ۳.
- احمدوند، زهرا (۱۳۹۱). واری اعتبار و پایایی پرسشنامه پنج وجهی ذهن آگاهی در نمونه‌های غیر بالینی ایرانی. پایان نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشگاه شاهد.
- احمدوند، زهرا؛ حیدری نسب، لیلیا؛ شعیری، محمدرضا (۱۳۹۱). تبیین بهزیستی روان‌شناختی بر اساس مولفه‌های ذهن آگاهی، فصلنامه علمی پژوهشی، شماره ۲، تابستان ۱۳۹۱، ص ۶۰-۶۹.
- اشرف، احمد (۱۳۸۰)، نگرشی در مفهوم کیفیت زندگی و اجزای آن، فصلنامه رفاه اجتماعی، سال دوم، شماره ۶، صص ۶۳-۵۶.
- انعام، راحله. (۱۳۸۰). بررسی اعتماد بین شخصی در میان روستاییان شهریار، پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه الزهراء.
- بگیان محمد جواد، مجتبی بختی (۱۳۹۳) در پژوهشی تحت عنوان اثربخشی دو رویکرد آموزشی مبتنی بر پذیرش و تعهد، و روایت درمانی گروهی بر تعدیل طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه که اعتماد یکی از این طرح‌واره‌ها می‌باشد در مراجعان متقاضی طلاق عنوان کردند که این دو رویکرد در افزایش اعتماد بین زوجین از اهمیت ویژه‌ای برخوردارند.
- بهداری، محمدرحیم (۱۳۸۹) در پژوهشی بر اثربخشی درمان فراشناختی بر کاهش علائم باورهای فراشناختی مثبت در مورد نگرانی و اعتماد شناختی پایین در بیماران دچار هراس اجتماعی تاکید می‌کند.
- بیرامی، منصور؛ موحدی، یزدان؛ محمدرزادگان، رضا؛ موحدی، معصومه و وکیلی، سجاد (۱۳۹۲). اثربخشی شناخت درمانی گروهی مبتنی بر ذهن آگاهی در کاهش اضطراب و افسردگی دانش‌آموزان مدارس دبیرستانی. دست‌آوردهای روان‌شناختی (علوم تربیتی و روان‌شناسی) دانشگاه شهید چمران اهواز. دوره ۴، سال ۳-۲، شماره ۲، ص ۱-۱۸.
- پورمحمدی، سمیه؛ باقری، فریبرز (۱۳۹۳)، اثربخشی آموزش ذهن آگاهی بر حل مساله دانش‌آموزان دختر پایه پنجم دبستان، مجله روانشناسی و روان پزشکی شناخت، دوره ۱، شماره ۵۰، ص ۵۰-۶۱.
- توحید الرحمان و همکارانش (۲۰۰۳)، در مطالعه خود تلاش نموده‌اند تا تحلیلی جامع از روابط میان عوامل تعیین‌کننده کیفیت زندگی برای برنامه‌ریزی ارائه نمایند. (Rahmanet al, 2003: 30-31).
- حبیبی، مجتبی (1392) اثر بخشی درمان ذهن آگاهی بر ارتقاء کیفیت زندگی سوء مصرف کنندگان مواد مخدر (تریاک). فصلنامه روانشناسی سلامت ۲(۵): ۶۱-۸۳.
- حفاربان، لیلیا (۱۳۸۶)، مقایسه عزت نفس، شادمانی، کیفیت زندگی و امید به زندگی زنان مطلقه و غیر مطلقه شیراز، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد واحد خوراسگان
- دهستانی، مهدی (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی بر افسردگی، اضطراب و استرس دانش‌آموزان دختر. اندیشه و رفتار. دوره نهم، شماره ۳۷، ص ۷-۱۰.
- رجبلو، موسی. (۱۳۸۵). بررسی میزان اعتماد اجتماعی بر حسب پایگاه اجتماعی، اقتصادی در میان دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران شمال. پایان نامه کارشناسی ارشد پژوهش علوم اجتماعی. واحد تهران شمال: دانشکده مدیریت و علوم اجتماعی.
- رستمی، آرین و صالحی، مسعود (۱۳۷۸)، کیفیت زندگی و مفهوم آن، سمینار کیفیت زندگی، دانشکده پرستاری، دانشگاه تربیت مدرس.



رضوانی، محمدرضا و منصوریان، حسین (۱۳۸۷)، «سنجش کیفیت زندگی: بررسی مفاهیم، شاخص‌ها، مدل‌ها و ارائه مدل پیشنهادی برای نواحی روستایی»، فصلنامه روستا و توسعه، شماره ۳: ۱-۲۶.

زومکا، پیوتر. (۱۳۸۶). اعتماد یک نظریه جامعه شناختی. (مترجم، فاطمه گلایی). تهران: چاپ افست اتحاد.
عبدی، سلمان (۱۳۸۷)، رابطه بین آگاهی و کمال گرایی با سلامت عمومی، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی دانشگاه تبریز.
علی اکبری اسماعیل و مهدی امینی (۲۰۱۰). مطالعه‌ای با عنوان "کیفیت زندگی شهری در ایران" را انجام داده‌اند. محققان در این مطالعه بیان می‌نمایند کیفیت زندگی شهری در ایران به شدت از شهری شدن جامعه متأثر است. (Amini, & Aliakari, 2010:121-148)

کاظمینی، تکتتم (۱۳۸۹). مقایسه اثربخشی درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی با درمان شناختی رفتاری به شیوه گروهی بر کاهش خشم و پرخاشگری رانندگان. پایان نامه کارشناسی دانشگاه مشهد، شماره بازیابی: ۳۹۸.

کاویانی، حسین؛ جواهری، فروزان و بحیرایی، هادی . (1384) اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی در کاهش افکار، خودآیند منفی، نگرش ناکارآمد، افسردگی و اضطراب: پیگیری 60 روزه. فصلنامه تازه های علوم شناختی. بهار ۱۳۸۴، سال ۷، شماره ۱ (مسلسل ۲۵)، ۴۹-۵۹.

کاویانی، ندا؛ حاتمی، ندا و شفیع آبادی، عبدالله . (1393) اثر شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر کیفیت زندگی افراد افسرده (غیربالینی). فصلنامه تازه های علوم شناختی، سال ۱۰، شماره ۴، صص ۳۹-۴۸.
گلایی، فاطمه. (۱۳۸۴). نقش اعتماد در امر توسعه با تأکید بر عملکرد و نقش شوراها اسلامی. پایان نامه کارشناسی ارشد پژوهش علوم اجتماعی. دانشکده علوم اجتماعی: دانشگاه تهران.

مرصوسی و همکاران (۲۰۱۳)، در مقاله‌ای با عنوان "مطالعه تطبیقی کیفیت زندگی فرهنگی در شهرهای ایران از منظر توسعه پایدار" از ۱۲ شاخص برای بررسی کیفیت زندگی در شهرهای ایران استفاده نموده‌اند. (Marsousi et al, 2013:69-95)
نریمانی، محمد؛ زاهد، عادل؛ گل پور، رضا (۱۳۹۰). رابطه ذهن آگاهی، سبک های مقابله ای و هوش هیجانی با سلامت روانی در دانشجویان. فصلنامه علوم تربیتی، سال پنجم، شماره ۱۹، صص ۹۱-۱۰۵.

یوسفی، ناصر و سهرابی، احمد . (1390) مقایسه اثر بخشی رویکردهای خانواده درمانی مبتنی بر حضور ذهن و فراشناخت بر کیفیت روابط زناشویی در مراجعان در آستانه طلاق. فصلنامه مشاوره و روان درمانی خانواده، ۱(۲): ۱۹۲-۲۱۱.
ابراهیم پور، رقیه. (۱۳۹۲). رابطه طلاق عاطفی و تعارضات زناشویی با سازگاری اجتماعی دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی گنبد کاووس، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرگان

اشرفی، فریفته (۱۳۸۸). بررسی جامعه شناختی طلاق عاطفی (مطالعه موردی منطقه ۶ تهران). پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علوم و تحقیقات تهران.

اعزازی، شهلا. (۱۳۸۷). جامعه شناسی خانواده، تهران: روشنگران و مطالعات زنان.
افروز، غلامعلی. (۱۳۸۹). روانشناسی رابطه ها، تهران؛ انتشارات دانشگاه تهران

امیدوار، احمدعلی، و صارمی، علی اکبر (۱۳۸۱)، اعتیاد به اینترنت: توصیف، سبب‌شناسی، پیشگیری، درمان و مقیاسهای سنجش اختلال اعتیاد به اینترنت، مرکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی پردیس، مشهد: انتشارات تمرین.

ابراهیم پور، رقیه. (۱۳۹۲). رابطه طلاق عاطفی و تعارضات زناشویی با سازگاری اجتماعی دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی گنبد کاووس، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد آزادشهر

باستانی، سوسن؛ گلزاری، محمود و روشنی، شهره. (۱۳۸۹). طلاق عاطفی: علل و شرایط میانجی، مسائل اجتماعی ایران. دانشکده علوم اجتماعی دانشگاه تهران.



- بنی اسدی، حسن. (۱۳۸۸). بررسی و مقایسه عوامل مؤثر اجتماعی- فردی و شخصیتی در زوج‌های سازگار و زوج‌های ناسازگار در شهر کرمان، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تربیت مدرس
- بردی‌فزل، ر. (۱۳۸۷). بررسی علل و عوامل مؤثر بر طلاق در جامعه، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، مشهد: دانشگاه علوم بهزیستی.
- بخارایی، احمد (۱۳۸۶) جامعه‌شناسی زندگی های خاموش در ایران (طلاق عاطفی)، تهران: پژوهک جامعه
- پاتو، مژگان. (۱۳۸۵). بررسی رابطه بین خودپنداره و نگرش های مربوط به عشق، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید بهشتی.
- رجب زاده، احمد؛ ملکی، حسن و ناصری، محمدمهدی. (۱۳۸۲). مطالعات اجتماعی، تهران، شرکت چاپ و نشر کتب درسی ایران
- زمانی، ساره؛ احدی، حسن و عسگری، پرویز. (۱۳۹۳). رابطه طلاق عاطفی با تصویر بدنی و کمال‌گرایی، مجله مطالعات روانشناختی، ۱۰(۴): ۱۱۹-۱۳۶
- پورماجد، مجید؛ صباغ، صمد و علمی، محمود. (۱۳۹۳). طلاق عاطفی و عوامل مرتبط با آن در شهرستان نقدة، مجله مطالعات جامعه‌شناسی، ۵(۱۷): ۳۷-۲۵
- پور مقدس، علی، (۱۳۶۷) روانشناسی سازگاری، تهران: انتشارات مشعل
- جیلانی، ک. (۱۳۸۷). بررسی علل طلاق زوجین در شهر تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس: دانشکده ادبیات و علوم انسانی.
- جوهری، عبدین وتاجیک اسماعیلی، عزیزالله (۱۳۹۱). روابط صمیمانه؛ مسائل، نظریه‌ها و اصول پژوهشی، تهران، نشر ارجمند
- حمیدزاده، امان محمد. (۱۳۹۲). بررسی آسیب‌های تلفنی همراه و اینترنت در جنبه‌های مختلف شخصیت دانش‌آموزان متوسطه شهرستان کلاله، پایان نامه کارشناسی ارشد علوم تربیتی، دانشگاه آزاد آردشهر
- حسینی بیرجندی، مهدی، (۱۳۹۳) مشاوره در آستانه ازدواج، تهران: آوای نور
- چلبی، مسعود. (۱۳۷۵). جامعه‌شناسی نظم، تشریح تحلیل نظری نظم اجتماعی، تهران. نشر نی
- دژ کام، مسعود. (۱۳۸۷). روانشناسی اختلالات جنسی. تهران: انتشارات منشاء دانش.
- رجبلو، اعظم. (۱۳۹۵). بررسی رابطه بین جهت‌گیری مذهبی و سبک‌های هویت با اعتیاد به اینترنت در دانشجویان دانشگاه آزاد واحد آردشهر، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه آزاد گرگان
- زندی دره غریبی، تاج محمد (۱۳۸۱). عشق و زندگی، آثار روانی اجتماعی و تربیتی عشق در زندگی، تهران، نشر روح
- ستار، پروین؛ داوودی، مریم و محمدی، فریبرز. (۱۳۹۱). عوامل جامعه‌شناختی مؤثر در طلاق عاطفی در بین خانواده‌های تهرانی (عنوان عربی: العناصر الاجتماعية المؤثرة للطلاق العاطفی بین العوائل فی طهران)، مجله مطالعات راهبردی زنان، ۱۴(۵۶): ۱۱۹-۱۵۳
- ساعی ارسى، ایرج، (۱۳۸۲) درآمدی بر جامعه‌شناسی و آسیب‌شناسی خانواده نابسامان، انتشارات دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ابهر
- ساعتچی، محمود. (۱۳۶۸). اصول روان‌شناسی. تهران: انتشارات امیرکبیر.
- ساروخانی، باقر. (۱۳۸۵). مقدمه‌ای بر جامعه‌شناسی خانواده، تهران: سروش
- سعادت، فرزانه. (۱۳۹۱). بررسی رابطه عزت نفس، انیزش تحصیلی با اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان دختر دبیرستانهای شهر گرگان، پایان نامه کارشناسی ارشد علوم تربیتی، دانشگاه آزاد آردشهر
- سرمد، زهره و همکاران، (۱۳۷۹) روش‌های تحقیق در علوم رفتاری، تهران: انتشارات دفتر نشر آگاه
- شافر، لارنس و فردریک. (۱۳۶۷). روان‌شناسی سازگاری. ترجمه پورمقدس، علی تهران: انتشارات مشعل



شرفی، محمدرضا. (۱۳۸۳). خانواده متعادل. تهران. انجمن اولیا و مربیان
شریعتمداری، علی. (۱۳۶۹). خانواده‌ی متعادل. تهران: انجمن اولیا و مربیان.

شعبان زاده، شقایق، (۱۳۸۲) مقایسه میزان سازگاری زناشویی براساس سن به هنگام ازدواج در بین کارکنان متأهل دانشگاه آزاد قوچان،
دانشگاه آزاد اسلامی واحد قوچان

صادقی، نسترن. (۱۳۸۸). اعتیاد اینترنتی، علل و انگیزه‌ها. نشریه اسرار. بیست و دوم اردیبهشت
صادقی، مسعود؛ احمدی‌فرد، فاطمه؛ اعتمادی، عذرا، پورسید، سیدرضا. (۱۳۹۱). بررسی تاثیر آموزش به شیوه تحلیل متقابل بر
سبکهای عشق ورزی زوجین، مجله پژوهش‌های روانشناختی، ۳(۲): ۸۴-۷۱
علوی، سلمان. جنتی فرد، فرشته. اسلامی، مهدی و رضا پور. حسین. (۱۳۸۹). ارزیابی ملاک‌های تشخیصی DSM-IV-TR برای تشخیص
اختلال اعتیاد به اینترنت، مجله تحقیقات علوم پزشکی زاهدان، ۱۳(۶): ۳۵-۳۱

عبدالله زاده، علی اکبر. (۱۳۸۹). پیامدهای اینترنت کنترل نشده بر کودکان و نوجوانان، تکنولوژی آموزشی

فاضلی، مسعود. (۱۳۹۲). بررسی رابطه بین احساس تنهایی و خودکارآمدی با اعتیاد به اینترنت در دانشجویان، پایان نامه کارشناسی ارشد
علوم تربیتی، دانشگاه آزاد آذربایجان

فرشاد، ساحل. (۱۳۸۸). اعتیاد اینترنتی، علل و انگیزه‌ها. تهران: مرکز تحقیقات و مطالعات رسانه‌ای همشهری
فلیک، اووه. (۱۳۸۷). درآمدی بر تحقیق کیفی، ترجمه هادی جلیلی، تهران نشر نی.
فرهنگی، علی اکبر (۱۳۷۹) ارتباطات انسانی، جلد اول، تهران: خدمات فرهنگی رسا.

قصایبان، محمد رضا، (۱۳۸۴) نظام خانواده در اسلام و ایران. تهران: برگ سبز.
کرمشاهی، فائزه؛ پناهی، امین؛ صادق‌نیا، احمد و زیدی، یاسر. (۱۳۹۱). بررسی اعتیاد به اینترنت و فضاهای مجازی در بین جوانان و
نوجوانان، همایش ملی صنایع فرهنگی نقش آن در توسعه پایدار
کفاشی، مجید و سرآبادی، سمیه. (۱۳۹۳). عوامل اقتصادی - اجتماعی مؤثر بر طلاق عاطفی دو گروه زنان متأهل خانه‌دار و شاغل شهر قم،
دو فصلنامه پژوهش‌های جامعه‌شناسی معاصر، ۳(۵): ۱۵۳-۱۲۵
کلینکه، کریس. ال (۱۳۸۰). مهارت‌های زندگی، ج ۱، شهرام محمد خانی، چ اول، تهران، اسپند.
گلدنبرگ، ایرنه؛ گلدبرگ، هربرت. (۱۳۸۷). خانواده درمانی. (ترجمه حمیدرضا شاهی براتی، سیامک نشق بندی و الهام ارجمند). تهران،
انتشارات روان.

گود، و. ج. (۱۳۸۲). خانواده و جامعه. ترجمه: و. صالحی. تهران: بنگاه ترجمه و نشر.

گلاسر، ویلیام. (۱۳۸۴). ازدواج بدون شکست، ترجمه خوشبخت، سمیه. برازنده، هدی. مشهد: محقق (انتشار به زبان اصلی، ۲۰۰۰).
لطیفیان، مریم؛ عرشی، ملیحه و اقلیما، مصطفی. (۱۳۹۵). ارتباط اعتیاد به اینترنت با طلاق عاطفی در زنان متأهل شهر تهران، مجله
دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، ۱۶(۶): ۵۲۸-۵۱۷

لعل زاده، انسیه؛ اصغری ابراهیم آبادی، محمدجواد و حصارسرخ، ربابه. (۱۳۹۴). بررسی نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه در پیش بینی
طلاق عاطفی، مجله روانشناسی بالینی، ۸(۲): ۲۵-۱۵

مزلو، ابراهام. (۱۹۷۰). انگیزش و شخصیت. ترجمه احمد رضوانی (۱۳۶۷). مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی

مهابادی، ناهید. (۱۳۸۲). روانشناسی ازدواج و تشکیل خانواده، تهران، نشر حافظ

مظاهری، علی اکبر، (۱۳۸۳) جوانان و انتخاب همسر، تهران: انتشارات پارسیان

مزلو، ابراهام. (۱۹۷۰). انگیزش و شخصیت. ترجمه احمد رضوانی (۱۳۸۶). مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی



وحدت نیا، فاطمه. (۱۳۹۱). اعتیاد اینترنتی (کتاب راهنما برای ارزیابی و درمان)، تهران: آسیم وفادار ، راحله ، (۱۳۸۵) بررسی تفاوت میزان سازگاری زناشویی زوجین شهرستان کرج ، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج

نوری، زینب السادات. (۱۳۹۰). اعتیاد به اینترنت، تهران، پرتو خورشید

نوابی نژاد، شکوه. (۱۳۷۶). مشاوره ازدواج و خانواده درمانی. انتشارات انجمن اولیا و مربیان تهران.

یوسفی لویه، وحید و یوسفی لویه، مجید. (۱۳۸۸). سنجش گرایش دانشجویان نسبت به اینترنت. مجله فرهنگ در دانشگاه اسلامی، ۱۳(۲): ۱۱۷-۱۳۵

وحدت نیا، فاطمه. (۱۳۹۱). اعتیاد اینترنتی، تهران؛ نشر آسیم

یوسف زاده، حسن. (۱۳۸۳). اعتیاد اینترنتی (۱) تحلیلی اکتشافی از ماهیت اجتماعی، معرفت، شماره ۸۵: ۸۵-۹۶

Cooper, A. (ed.) (2002). *Sex and the Internet: A Guidebook for Clinicians*, New York: Brunner-Routledge.

Fowler, A. C. (2007). Love and marriage through the lens of sociological theories. *Journal of The Sociology of self-Knowledge*, 2, 61-72

Hatfield, E., Brinton, C., & Cornelius, J. (1989). Passionate love and anxiety in young adolescents. *Motivation and Emotion*, 13, 271-289

Hatfield, E. (1988). Assessing the Rahim Organizational Conflict Inventory-II (ROCI-II). *Management Communication Quarterly*, 1(3): 350-366.

Griffin, S. A. (2006). A qualitative inquiry into how romantic love has been portrayed by contemporary media and researcher. Degree Doctor of philosophy in the Graduate School of the Ohio State University.

Jackson, L. A., Ervin, K. S., Gardner, P. D., & Schmitt, N. (2001). Gender and the internet: Women communicating and men searching. *Sex Roles*, 44, 363-380.

Kraled, Hold. (2008). "Family and divorce". *Journal of personality*. Vole (12).

Laur, Robert H & Laur, Jeanette C. (2007). *Marriage & Family: The Quest for Intimacy*. New York: Mc Graw Hill.

Markz, Stephen R. (1989). "Toward a systems thory of marital quality". *Journal of marriage and the family*, 51, pp15-26.

Olson, David H, & Defrain, John (2006). *marriage and families*, New York: McGraw Hill



Young KS.(1998). Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychology and Behavior*;1:237-24

Spielberger, C. D. (1966). Theory and research on anxiety. In C.D. Spielberger (Ed.), *Anxiety and Behavior*. New York: Academic Press

Berscheid, E., Dion, K., Walster, E., & Walster, G. W. (1971). **Physical attractiveness and dating choice**: A test of the matching hypothesis. *Journal of Experimental social psychology*, 7, 171-184.

Brown, K. W. & Ryan, R.M. (2003). The benefits of being present: mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4), 822-48.

Brown, K. W., Ryan, R. M. (2004). Perils and promise in defining and measuring mindfulness: Observation from experience. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 11(3), 242-246

Burpee, L. C. & Langer, E. J. (2005). Mindfulness and marital satisfaction. *Journal of Adult Development*, (12)1, 43-51

Buunk, B. P., & Mutsaers, W. (1999). Equity perceptions and marital satisfaction in former and current marriage: A study among the remarried. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16(1), 123-132.

New York: John Wiley and Sons, LTD..Car, A. (2000). *Family Therapy*

Carmody, J., & Baer, R. A. (2008). Relationships between mindfulness practice and levels of mindfulness, medical and psychological symptoms and well-being in a mindfulness-based stress reduction program. *Journal of Behavioral Medicine*,31(1), 23-33.

Craighead, W. E. & Craighead, L. W. (2003). Behavioral and cognitive psychotherapy. In G. Stricker & T. A. Widiger (Eds.), *Clinical Psychology*, 279-300.

Emanuel, A. S., Updegraff, J. A., Kalmbach, D. A., & Ciesla, J. A. (2010). The role of mindfulness facets in affective forecasting. *Personality and Individual Differences*, (49), 815-818.

Esch, L. V., Oudsten, B. D., De Vries, J. (2010). The World Health Organization Quality of Life Instrument-Short Form (WHOQOL-brief) in women with breast problems. *International Journal of Clinical and Health Psychology*. 11(1), 5-22.

Gardner-Nix, J. (2009). Mindfulness-based stress reduction for chronic pain management. Didonna F, Editor, *Clinical Handbook of Mindfulness*. New York: Springer, 369-81.

Gottman, J. M. (1994). What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.



- Gottman, J., Coan, J., Carrere, S., & Swanson, C. (1998). Predicting marital happiness and stability from newlywed interactions. *Journal of Marriage and Family*, 60, 3-22.
- B. C. (2001). Can skills training prevent relationship problem in at-risk couple? Four-year effects of a behavioral relationship education program. *Journal of Family Psychology*, 15, 750-768.
- Hollis-Walker, L. & Colosimo, K. (2011). Mindfulness, self-compassion and happiness in non-meditators: A theoretical and empirical examination. *Personality and Individual Differences*, 50(2), 222-227.
- Ivanovski, B. & Malhi, G. (2007). The Psychological and neurophysiological concomitants of mindfulness form meditation. *Acta Neuropsychiatrica*. 76-91.
- Kabat-Zinn, I. (1982). An outpatient program in behavioral medicine for chronic pain patients based on the practice of mindfulness meditation: Theoretical considerations and preliminary results. *General Hospital Psychiatry*. 4(1), 33-47.
- Kabat-Zinn, J. (1994). *Wherever you go, there you are: Mindfulness meditation in everyday life*. New York: Hyperion.