

پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس مؤلفه‌های بلوغ عاطفی

مینا کوفیکر

دانشجوی ارشد رشته روانشناسی بالینی

چکیده

خانواده، به عنوان بنیادی‌ترین نهاد فرهنگی و اجتماعی، پایدارترین اثرگذاری را بر اعضای خویش دارد، به طوریکه نگرش‌ها، رفتارها، باورها و عواطف افراد عمیقاً تحت تأثیر بستر خانواده است. ازدواج و رابطه زناشویی منبع حمایت، صمیمیت و لذت انسان می‌باشد و سبب پیدایش همکاری، همدردی، یگانگی، علاقه و مسئولیت‌پذیری نسبت به خانواده خواهد شد پژوهش حاضر به منظور پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس بلوغ عاطفی زنان متأهل شهر اصفهان انجام شد. این پژوهش کاربردی و از نوع مطالعات توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری عبارت بود از کلیه زنان متأهل شهر اصفهان که به مراکز مشاوره در سال ۱۴۰۰ مراجعه کرده بودند. نمونه آماری ۱۵۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس برآورد شد که با توجه به ریزش نمونه تعداد ۱۲۰ نفر مورد مطالعه قرار گرفتند. ابزارهای پژوهش عبارت بودند از: مقیاس زناشویی انریچ (۱۹۹۸)، مقیاس بلوغ عاطفی سینگ و بهارگاوا (۱۹۸۴). به‌منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی (میانگین، میانه و انحراف استاندارد) و استنباطی (آزمون کولموگروف اسمیرنوف، آزمون رگرسیون گام به گام و رگرسیون همزمان) استفاده شد. نتایج به دست آمده نشان داد بین مؤلفه‌های بلوغ عاطفی رضایت زناشویی رابطه معنادار وجود دارد.

واژه‌های کلیدی: رضایت زناشویی، بلوغ عاطفی، زنان متأهل

مقدمه

خانواده در زمره‌ی مهمترین نظام‌های اجتماعی است که بر اساس ازدواج بین دونفر شکل می‌گیرد. حفظ تداوم خانواده اهمیت زیادی دارد. همچنین خانواده به عنوان واحدی اجتماعی کانون رشد و تکامل التیام، تغییر و تحول آسیب‌ها و عوارض و هم‌بستر شکوفایی یا فروپاشی روابط بین اعضایش تلقی می‌شود (شعاع کاظمی و سیف، ۱۳۹۶). به تحقق پیوستن اهداف ازدواج پس برقراری رابطه زناشویی موجب احساس رضایت و خوشبختی فرد می‌شود و خلاف این امر، اختلاف زناشویی و در نهایت نارضایتی از ازدواج را به همراه خواهد داشت. و در صورتیکه با مشکل روبه‌رو شود، اثرات منفی و ماندگاری مثل افسردگی و اضطراب و دیگر اختلالات بر جای خواهد گذاشت (اولسن و دفرین^۱، ۲۰۱۶).

رضایت زناشویی یکی از اصلی‌ترین عوامل پیشرفت و دستیابی به اهداف زندگی و تحت تأثیر ثبات عاطفی زوجها و انسجام خانوادگی است، تا جایی که متخصصان روانشناسی خانواده، عمدتاً ملاک خود را در بررسی کیفیت زناشویی زوجها و سطح رضایت زناشویی آنها قرار می‌دهند (نوبین و احسان، ۱۳۹۵). علی‌رغم اینکه رضایت زناشویی یکی از عوامل اصلی در رسیدن به اهداف زندگی است، جنبه بسیار مهم از رابطه زناشویی محسوب می‌شود (فروغی، باقری، احدی و مظاهری، ۱۳۹۶). همچنین رضایت زناشویی یکی از عوامل مهم و بسیار تأثیرگذار در پایداری زناشویی می‌باشد (روز، اندرسون، میلر، مارکز، هاتچ و کارد^۲، ۲۰۱۹). رضایت زناشویی، یکی از عوامل مؤثر در ثبات و پایداری خانواده‌هاست. رضایت یک فرد از زندگی زناشویی به منزله رضایت وی از خانواده محسوب می‌شود و رضایت از خانواده به مفهوم رضایت از زندگی بوده و در نتیجه تسهیل در امر رشد و تعالی و پیشرفت مادی و معنوی جامعه خواهد شد طبیعتاً زن یا مرد وظایف خود را زمانی بطور کامل انجام می‌دهند که احساس رضایت از زندگی زناشویی خود داشته باشند (یزدان پناه، ۱۳۹۷). رضایت زناشویی انطباق بین وضعیت موجود فرد در روابط زناشویی با وضعیت موردانتظار اوست و پژوهشگران عوامل متعددی را در رضایتمندی زناشویی مانند (عوامل هیجانی و عاطفی، عوامل فیزیولوژیکی و بدنی، مهارت‌های ارتباطی، مهارت‌های حل مسئله، خشونت، استرس و روابط جنسی) دخیل می‌دانند همچنین احساس رضایت مندی می‌تواند توان مقابله در برابر فشارهای روانی را افزایش دهد و سبب ارتقاء سطح بهداشت روانی و جسمانی زن یا مرد و در نهایت افراد جامعه شود (نوبی نژاد، ۱۳۹۲). رضایت زناشویی یک ارزیابی کلی از کیفیت ازدواج است، و همچنین تا چه اندازه نیازها، تمایلات و انتظارات در ازدواج برآورده می‌شود، تعریف شده است (جیکسون، میلر، اوکا و هنری^۳، ۲۰۱۴). همچون مارکمن^۴ (۱۹۹۳) معتقد است که بیشتر همسران در شروع زندگی سطح یکسانی از رضایت زناشویی را نشان می‌دهند اما بنابر دلایل مختلف در طی زمان درجات مختلفی از رضایت زناشویی را نشان می‌دهند. شکی نیست که در بروز اختلافات زناشویی، عوامل مختلفی مؤثرند و هر پژوهشگری از زاویه دید خود و منظر خاصی به بررسی و علت‌یابی آن پرداخته است. رضایت زناشویی معلول زیادی است. اما از آنجایی که ورود به دنیای زناشویی نیازمند نوعی پختگی و بلوغ عاطفی است لذا به نظر می‌رسد که بین رضایت زناشویی و بلوغ عاطفی ارتباط وجود دارد.

یکی از عواملی که در زندگی زناشویی و روابط زوجین دارای اهمیت است، بلوغ زوجین در زمینه‌های مختلف علی‌الخصوص بلوغ عاطفی است (زمانی و عسگری، ۱۳۹۳). یکی از مهم‌ترین عوامل موفقیت در روابط عاشقانه رشد و بلوغ عاطفی است. پژوهش‌های کومار^۵ (۲۰۱۴)، گلارد^۱ (۲۰۱۶) و گلید^۲ (۲۰۱۶) حاکی از آن است که بین بلوغ عاطفی افراد با روابط خانوادگی‌شان

1- Olson, & Defray

2- RoseQ, Anderson, Miller, Marks, Hatch, &Card,N

3- Jackson, Miller, Oka, Henry

4- Markon

5- Komar

و رضایت زناشویی ارتباط معناداری وجود دارد. چامبرلین^۳ (۱۹۹۴) افرادی دارای بلوغ عاطفی کسانی هستند که زندگی هیجانی خود را بتوانند به خوبی تحت اختیار خود بگیرند. آسیب عاطفی در شرایطی که بلوغ عاطفی فرد پایین باشد، تشدید می‌شود و در واقع می‌توان بلوغ عاطفی را به عنوان یک عامل محافظت کننده نگاه کرد (خراسانی و شعبانی، ۱۳۹۶). لازمه ازدواج موفق نه تنها بلوغ جسمانی است بلکه بلوغ عاطفی با آمادگی‌های احساسی-هیجانی از جمله شرایط لازم برای آن است. از مهمترین عوامل موفقیت در روابط عاشقانه رشد و بلوغ عاطفی است. بوئن یکی از محققین نظریه سیستمی در خانواده درمانی اعلام می‌کند نوع نظام عاطفی بر ساختار خانواده حاکم است که قابلیت انتقال میان نسلی دارد و سلامت روانی فرد در گرو جدای از این نظام است (سعیدپور و اصغری، ۱۳۹۹). اینطور به نظر می‌رسد زن و مردی که بلوغ عاطفی پایینی دارند موقع ازدواج، بلوغ هیجانی کمتر و ظرفیتی محدود برای صمیمیت داشته باشد. در مقابل، در نظام‌های زناشویی با بلوغ عاطفی، همسران به یکدیگر این اجازه را می‌دهند که نقشی انعطاف پذیرتر داشته باشند و تفاوت عقاید یکدیگر را تحمل کنند و واکنش هیجانی کمتری را تجربه کنند. آندرسون برجسته‌ترین علامت بلوغ عاطفی، توانایی تحمل تنش و در کنار آن بی تفاوتی به محرک‌هایی که بر فرد اثر می‌گذارد و او را متحمل احساسات می‌نماید (شارما^۴، ۲۰۱۲). اسکورن (۲۰۱۸) در مطالعه خود به بررسی بلوغ عاطفی و الگوهای ارتباطی با سازگاری زناشویی پرداخت. نتایج نشان داد بین بلوغ عاطفی و الگوهای ارتباطی با سازگاری زناشویی رابطه وجود دارد. یافته پژوهش پنت (۲۰۱۷) تحت عنوان بررسی ارتباط بلوغ عاطفی و خوددلسوزی در زندگی زناشویی نشان داد بین بلوغ عاطفی و خوددلسوزی ارتباط معنیداری وجود ندارد. پژوهش گوپتا و شارما (۲۰۱۷) با موضوع بررسی بلوغ عاطفی و جو عاطفی در زندگی زناشویی حاکی از آن بود که بلوغ عاطفی به توانایی فرد در درک و مدیریت احساسات خود اشاره دارد. بنابر این فردی که توانایی تحمل استرس و بی توجهی به محرکات آزاردهنده را داشته باشد؛ از نظر عاطفه در زندگی زناشویی بسیار موفق است.

با توجه به نتایج پژوهش‌های ذکر شده به نظر می‌رسد بلوغ عاطفی قابلیت پیش بینی رضایت زناشویی را دارد، بنابراین در این پژوهش محقق به دنبال پاسخگویی به این سؤال بود که آیا بلوغ عاطفی می‌تواند رضایت زناشویی را پیش بینی کند؟

چارچوب نظری پژوهش

عواطف به آن دسته از رفتارهایی گفته میشود که با حالات خوشایند یا ناخوشایند همراه است. مانند غم، شادی، ترس، محبت، نفرت، خشم این رفتارها بتدریج در انسان تغییر می یابد و تکامل پیدا میکند که این تغییر و تکامل عاطفی را بلوغ عاطفی مینامند در هر مرحله از بلوغ عاطفی شخص قادر میشود هماهنگی و تعادل بیشتری در بروز رفتارهای عاطفی خود بدست آورد (احمدی، ۱۳۸۷).

بلوغ عاطفی توانایی تمایل به رفتار کاملاً مسئولانه و متعهد بودن در قبال نگرش‌ها، احساسات و عواطف فرد است. بلوغ عاطفی یعنی داشتن آگاهی بیشتر در مورد انتخاب‌هایمان و اثرات آن انتخاب‌ها افزایش شناخت پذیرش و مالکیت آن چیزی که در مورد خود و رفتارمان نمی پذیریم یا انکار میکنیم با رسیدن به یک سن معین، بلوغ عاطفی در فرد رخ نمیدهد و یا با پایان یافتن مدرسه، کسب شغل، ازدواج یا موقعیت سیاسی، بلکه این بلوغ در نتیجه انتخاب آگاهانه افراد برای مسئول بودن در برابر

1- Glard

2- Glade

3- Chambarlain

4- Sharma

اعمالشان رخ می دهد (مرلر، ۲۰۰۴، به نقل از مهرانی (۱۳۸۶). از نظر گلمن (۲۰۰۰) بلوغ عاطفی یعنی آگاهی داشتن نسبت به احساسات خود در زمان بروز آنها. این آگاهی داشتن، نسبت به احساسات توانایی اساسی عاطفی است که سایر تواناییها از قبیل خویشتن داری عاطفی پایه آن بنا می شود (پارسا، ۱۳۸۵).

گلمن معتقد است مهارتهای عاطفی مؤلفه هایی همچون خودآگاهی، تشخیص، ابراز و مهار احساسات کنترل تکانه و به تأخیر انداختن، کامیابی کنار آمدن با فشار روانی و اضطراب را شامل میشود عمده ترین توانایی در امر کنترل تکانه و به تأخیر انداختن، کامیابی کنار آمدن با فشار روانی و اضطراب را شامل میشود و همچنین شناخت تفاوت میان احساسات و اعمال و یادگرفتن این مطلب است که در صورتی میتوان تصمیمهای عاطفی بهتری اتخاذ کرد که بتوان نخست تکانه عمل را کنترل کرد و سپس واکنش های متفاوت ممکن و پیامدهای آنها را قبل از عمل بررسی نمود. گوتلاریب (۲۰۱۰) می گوید: افرادی که از لحاظ عاطفی بالغ هستند دارای ویژگی هایی می باشند که آنها را از افراد نابالغ عاطفی متمایز می سازد.

از نظر لازاروس عواطف شامل همه هیجاناتی است که ما تجربه میکنیم؛ مانند اضطراب، پشیمانی یأس، خشم و احساس گناه بر خلاف سایر ابعاد شخصیت، عواطف مستقیماً قابل دستکاری نیستند. ما نمی توانیم عواطف را تغییر دهیم مگر اینکه از طریق ابعاد دیگر اقدام کنیم. مثلاً می توانیم از طریق تغییر شیوه تفکر درباره یک واقعه (شناخت) ترس خود را کاهش دهیم. همه تغییرات در عواطف از تغییر در دیگر ابعاد ایجاد می شود. پژوهشگران تا پیش از دهه هشتاد میلادی به نقش بلوغ در تحول نوجوانان توجه زیادی نداشتند، شاید به این علت که در آن سالها بررسی الگوهای بدنی و جنسی اشخاص جالب توجه نمودند. تعاریف روانشناسان از بلوغ عاطفی عبارتست از:

از نظر والتر، دی، اسمیت سون^۱ (۱۹۷۴) بلوغ عاطفی جریانی است که طی آن شخصیت فرد مداوماً برای احراز بیش از بیش سلامت عاطفی از لحاظ روانی وفردی می کوشد.

آل. ای هو لینگ ورث^۲ (۱۹۲۸) برخی از خصوصیات اشخاصی که بلوغ عاطفی دارند را این چنین بر می شمارد: او قادر به پاسخگویی تدریجی یا درجه ای از پاسخهای عاطفی است، او به طریق همه یا هیچ پاسخ نمی دهد. بلکه حد خود را نگه می دارد. اگر کلاش را بادیبرد دستپاچه نمی شود.

همچنین می تواند پاسخهای خود را به تأخیر اندازد. آنچنان که تکنانشوری خردسالی را به تأخیر می انداخت.

کنترل ترحم نسبت به خود؛ او به جای نشان دادن ترحم به خود ناآرام، می کوشد آن را برای خود احساس کند.

طبق نظر بارنارد (۱۹۵۴) معیارهای رفتار عاطفی بالغ به شرح زیر است:

بازداری بیان مستقیم عواطف منفی

پرورش عواطف مثبت و پیشرو

تکامل تحمل در شرایط نامطلوب

افزایش رضایت از پاسخهای اجتماعی مطلوب

افزایش رضایت وابستگی به اعمال

توانایی انتخاب از میان شقوق گوناگون

رهایی از ترس نامعقول

^۱ Walter, Dee, Smithson

^۲ - L I Ho Ling Worth

درک و عمل مطابق محدودیت‌ها

آگاهی از توان و پیشرفت دیگران

توانایی انجام اشتباه بدون احساس رسوایی

توانایی کسب پیروزی و حیثیت با متانت

توانایی تأخیر ارضای تکانش‌ها

لذت از زندگی روزمره.

از نظر کول (۱۹۴۴) برجسته‌ترین علامت بلوغ عاطفی توانایی تحمل تنش است یک علامت دیگر بی تفاوتی به برخی از انواع محرکات است که بر کودکان یا نوجوانان اثر می‌کند و او را بی حوصله یا دستخوش احساسات می‌نماید. بعلاوه شخص بالغ از نظر عاطفی پیوسته دارای گنجایش شادی و تفریح است. او از کار و تفریح هردو لذت می‌برد و توازن بین آنها را حفظ می‌کند. از دید مورگان (۱۹۴۳) یک نظریه کارآمد درباره بلوغ عاطفی باید تمام حیطه فردیت، نیروها و توانایی لذت از این نیروها را در نظر بگیرد (هاشمی، ۱۳۹۴).

روش تحقیق

پژوهش حاضر کاربردی و از نوع مطالعات توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری پژوهش عبارتست از کلیه زنان متأهل شهر اصفهان که به مراکز مشاوره مراجعه کرده بودند.

با توجه به اینکه تعداد جامعه آماری زنان متأهل مشخص نیست جهت تعیین حجم نمونه، پس از انجام یک مطالعه مقدماتی بر روی گروهی از زنان متأهل جامعه آماری به منظور، تعیین واریانس جامعه با استفاده از فرمول زیر تعیین شد.

$$N = \frac{Z^2 pq}{d^2} = \frac{1/96^2 \times 0/07}{0/05^2} = 150$$

نمونه‌گیری به صورت در دسترس از بین زنان متأهل مراجع کننده به مراکز مشاوره هورام و شمس شهر اصفهان در سال ۱۴۰۰ انجام شد، به دلیل شدت گرفتن ویروس کرونا بنده در گروه‌های مراکز عضو شدم و پرسشنامه در همان گروه‌ها خدمت افراد نمونه توزیع گردید. در پژوهش حاضر به منظور جمع‌آوری اطلاعات مورد نیاز از پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ (۱۹۹۸)، پرسشنامه بلوغ عاطفی (۱۹۸۴) استفاده گردید. و تجزیه و تحلیل نتایج در سطح آمار توصیفی از شاخص‌های گرایش مرکزی، انحراف استاندارد، نمودارهای فراوانی و درصد استفاده شد و در سطح آمار استنباطی از روش همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون گام به گام از طریق نرم افزار آماری SPSS (نسخه ۲۰) محاسبه گردید.

فرضیه پژوهش

مؤلفه‌های بلوغ عاطفی (عدم ثبات عاطفی، بازگشت عاطفی، ناسازگاری اجتماعی، فروپاشی شخصیت و فقدان استقلال) قابلیت پیش بینی رضایت زناشویی را در زنان متأهل شهر اصفهان دارند.

نتایج پژوهش

مولفه‌های بلوغ عاطفی (عدم ثبات عاطفی، بازگشت عاطفی، ناسازگاری اجتماعی، فروپاشی شخصیت و فقدان استقلال) قابلیت پیش بینی رضایت زناشویی را در زنان متأهل شهر اصفهان دارند.

نتایج ضریب رگرسیون ساده پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس مولفه‌های بلوغ عاطفی زنان متأهل

منبع	ضریب Beta	خطای معیار	ضریب رگرسیون	ارزش t	ضریب تعیین	سطح معناداری
عدم ثبات عاطفی	-۰/۱۵	۰/۰۵	-۰/۱۶	۲/۸۴	۰/۳۴	۰/۰۰۵
بازگشت عاطفی	-۰/۳۵	۰/۰۸	-۰/۲۳	۴/۲۱	۰/۳۴	۰/۰۰۱
ناسازگاری اجتماعی	-۰/۱۸	۰/۰۸	-۰/۱۹	۲/۹۴	۰/۳۴	۰/۰۰۱
فروپاشی شخصیت	-۰/۲۲	۰/۰۴	-۰/۳۰	۴/۷۹	۰/۳۴	۰/۰۰۱
فقدان استقلال	-۰/۱۴	۰/۰۴	-۰/۲۰	۳/۲۷	۰/۳۴	۰/۰۰۱

بنابر نتایج حاصله، پنج متغیر عدم ثبات عاطفی، بازگشت عاطفی، ناسازگاری اجتماعی، فروپاشی شخصیت و فقدان استقلال توان پیش بینی رضایت زناشویی زنان متأهل را دارد و در صورتی که زنان متأهل از عدم ثبات عاطفی، بازگشت عاطفی، ناسازگاری اجتماعی، فروپاشی شخصیت و فقدان استقلال کمتری برخوردار باشند، می توان پیش بینی کرد که رضایت زناشویی آنها بیشتر شود. بنابراین برای ساخت معادله رگرسیون، باید پنج متغیر عدم ثبات عاطفی، بازگشت عاطفی، ناسازگاری اجتماعی، فروپاشی شخصیت و فقدان استقلال در کنار متغیر رضایت زناشویی قرار داشته باشد. براساس نتایج مربوط به ضریب تعیین، میزان تاثیرگذاری پنج متغیر عدم ثبات عاطفی، بازگشت عاطفی، ناسازگاری اجتماعی، فروپاشی شخصیت و فقدان استقلال بر متغیر رضایت زناشویی ۳۴ درصد بود.

نتایج مدل هم خطی بین متغیرهای پژوهش

منبع	R	R Square	Adjusted R Square	خطای معیار	آماره دوربین واتسون
مدل ۱	۰/۵۸	۰/۳۴	۰/۳۳	۲/۷۰	۱/۹۲

از آنجایی که در مدل ۱ معادله ضریب همبستگی ($R=0/58$) و ضریب تعیین ($R\text{ Square}=0/34$) و همچنین «ضریب تعیین اصلاح شده» ($\text{Adjusted R Square}=0/33$)، محاسبه شده در مدل رگرسیونی حاصله برای متغیرها مناسب است. همچنین آماره دوربین واتسون برابر با ۱/۹۲ نشان می‌دهد، نشان از مستقل بودن باقی‌مانده‌ها خواهد داد. به این ترتیب باز هم شرط دیگری از شروط مربوط به رگرسیون خطی (OLS) برآورده می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری

مولفه‌های بلوغ عاطفی (عدم ثبات عاطفی، بازگشت عاطفی، ناسازگاری اجتماعی، فروپاشی شخصیت و فقدان استقلال) قابلیت پیش‌بینی رضایت زناشویی را در زنان متأهل شهر اصفهان دارند.

بنابر نتایج حاصله، پنج متغیر عدم ثبات عاطفی، بازگشت عاطفی، ناسازگاری اجتماعی، فروپاشی شخصیت و فقدان استقلال توان پیش‌بینی رضایت زناشویی زنان متأهل را دارد و در صورتی که زنان متأهل از عدم ثبات عاطفی، بازگشت عاطفی، ناسازگاری اجتماعی، فروپاشی شخصیت و فقدان استقلال کمتری برخوردار باشند، می‌توان پیش‌بینی کرد که رضایت زناشویی آنها بیشتر شود. بنابراین برای ساخت معادله رگرسیون، باید پنج متغیر عدم ثبات عاطفی، بازگشت عاطفی، ناسازگاری اجتماعی، فروپاشی شخصیت و فقدان استقلال در کنار متغیر رضایت زناشویی قرار داشته باشد. براساس نتایج مربوط به ضریب تعیین، میزان تاثیرگذاری پنج متغیر عدم ثبات عاطفی، بازگشت عاطفی، ناسازگاری اجتماعی، فروپاشی شخصیت و فقدان استقلال بر متغیر رضایت زناشویی ۳۴ درصد بود. نتایج این فرضیه با پژوهش‌های غبرائی لنگرودی، بهاران؛ فقیرپور، مقصود (۱۳۹۸) اسکورن (۲۰۱۸)، گوپتا و شارما (۲۰۱۷)، کومار (۲۰۱۴) و گلاد (۲۰۱۶) همسو می‌باشد.

در تبیین یافته‌های پژوهش می‌توان گفت، افراد با بلوغ عاطفی بالا، همسری را انتخاب می‌کنند که از نظر میزان بلوغ عاطفی شبیه خودشان باشد و در نتیجه هر چه میزان بلوغ عاطفی همسران بیشتر باشد احتمال بروز تعارض و بی‌ثباتی در رابطه زناشویی آنها کاهش می‌یابد، زیرا همسران برای حل مشکلات خود از روش‌های سازنده تری استفاده می‌کنند. از این رو، برای اینکه افراد در ازدواجشان موفق باشند نیاز دارند تا نسبت به اثرات منفی احتمالی مقاوم باشند. داشتن یک حس قوی از هویت شخصی برای این مقاومت ضروری است. این حس قوی هویت شخصی که همان بلوغ عاطفی است موجب حس داشتن اهداف شخصی، شناخت خود و هدایت خود است. همچنین، حل مسائل شخصی، اصلاح خود و تغییر را ممکن می‌سازد. این ویژگی‌ها، یعنی حل مسائل شخصی و تغییر خود که از بلوغ عاطفی ناشی می‌شوند، به نظر میرسد برای غلبه بر الگوهای تعاملی منفی آموخته شده در محیط خانوادگی آشفته ضرورت دارند و از آوردن این الگوهای منفی در روابط دوران بزرگسالی مانند ازدواج جلوگیری میکنند که منجر به خشنودی و رضایت بیشتر از ازدواج می‌گردند.

در تبیینی دیگر، معیار عدم ثبات عاطفی شامل مجموعه‌ای از عدم قابلیت در حل و فصل مشکلات، زودرنجی، نیازها، نیاز به کمک در کارهای روزمره، آسیب‌پذیری، لجاجت و تندخویی می‌باشد. معیار بازگشت عاطفی گروه بزرگی از عواملی است که نماینده‌ی عواملی چون احساس حقارت، بی‌قراری، خصومت، پرخاشگری و خودمداری است و هرچه این خصوصیات در زنان بیشتر باشد، کمتر می‌توانند پایه‌های زندگی زناشویی خود را محکم نگه داشته و رضایت از زندگی در طرفین ایجاد کنند. همچنین ناسازگاری اجتماعی ویژگی شخصیتی است که فرد فاقد قابلیت انطباق اجتماعی است، دچار نفرت است، گوشه‌گیر و در عین حال متکبر است، دروغ می‌گوید و تنبلی می‌کند و این ویژگی‌ها همه در گستن یک زندگی و نارضایتی زناشویی بسیار تأثیر گذار است. معیار فروپاشی شخصیت نیز شامل تمام علایمی است که نشان دهنده‌ی فروپاشی شخصیت است مانند واکنش‌سازی، هراس، دلیل تراشی، بدبینی و رفتار ضد اخلاقی، که اینها نیز در فروپاشی یک رابطه خانوادگی مؤثر است ولی در نتایج این پژوهش این بین فروپاشی شخصیت و رابطه زناشویی رابطه وجود نداشت. مؤلفه دیگر فقدان استقلال می‌باشد، که چنین فردی وابستگی انگلی نسبت به دیگران نشان می‌دهد، خودبین است، رغبت‌های محسوس ندارد و مردم او را غیر قابل اعتماد میدانند که این مورد نیز به نارضایتی زناشویی منجر می‌گردد.

منابع

- احمدی، س. (۱۳۹۵). بررسی نقش بلوغ عاطفی در زندگی انسان کلیات و مفاهیم، چهارمین همایش علمی پژوهشی علوم تربیتی و روانشناسی، آسیب‌های اجتماعی و فرهنگی ایران، تهران
- شعاع کاظمی، م؛ سیف، س. (۱۳۹۶). خانواده درمانی با رویکرد ستیر، تهران: انتشارات الزهرا.
- هاشملو، ج. (۱۳۹۴). جهت گیری مذهبی و سبک های هویت در دانشجویان. کنگره انجمن روانشناسی ایران
- Anderson, C., & Kennedy, J. A. (1992). Status hierarchies in teams: Micropolitics and the negotiation of rank. *Research on managing groups and teams*, 15[H1], 49-80.
- Batt, V.J., Nick Gabion, S. & Foley, F. (201۸), Perspectives on the Provision of Counselling to Women in Ireland. Dublin: Women's Health Council.
- Bovol'ár, J. & Orosova, O. (2015). Decision-making styles and their associations with decision-making competencies and mental health. *Judgment and Decision Making*, 10(1): 115-122.
- Greeff, A.P. and De Bruyne, A.T. (20۱۵). Conflict management style and marital satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 26(4), 321-334.
- Halford, W. K., Moore, E. M., Wilson, K. L., Dyer, C., & Farrugia, C. (20۱4). Benefits of a flexible delivery relationship education: An
- Jackson, J. B., Miller, R. B., Oka, M., & Henry, R. G. (2014). Gender differences in marital satisfaction: A meta-analysis. *Journal of marriage and family*, 76(1), 105-129.
- Jiang, H., Wang, L., Zhang, Q., Liu, D.X., Ding, J., Lei, Z., Lu, Q., & Pan, F. (2015). Family functioning, marital satisfaction and social support in hemodialysis patients and their spouses. *Stress Health*, 31(2), 166-74.
- Lai, E. R. (2011). Metacognition: A literature review. Pearson Assessments Research Reports. Retrieved from [http:// images. Pearson assessments. com/ images/ tmrs/ metacognition _literature _review _final.pdf](http://images.pearsonassessments.com/images/tmrs/metacognition_literature_review_final.pdf)
- Olson, D. H., & Defray, J. (2016). *Marriages & families' intimacy, diversity and strengths* (5th Ed). New York: McGraw-Hill.
- Rafeedali, E. (2017). Influence of self-consented emotional maturity on leadership Behavior of secondary schools Heads in Kerala India. *European Journal of Education Studies*, 8(11), 11-19.
- RoseQ,A,Anderson,s.,Miller,R.,Marks,L.,Hatch,T.,&Card,N. (2019).Longitudinal Test if Forgiveness and Perceived Forgiveness as Mediators between
- Sharma, B. (2012). Adjustment and emotional maturity among first year college students. *Pakistan journal of social and clinical psychology*, 10(2), 32-37.
-