

Research Article

The causal relationship between time perspective and the marital instability based on the mediator role of communication patterns in married women and men

S. Noroozi¹, S. D. Rezakhani^{1*} & P. Vakili¹

1. Department of Counseling, Faculty of Counseling and Educational Sciences, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

Abstract

Aim: The aim of this research was to determine the causal relationship between time perspective and marital instability considering the mediation role of communication patterns. **Method:** The research method was correlational descriptive. Statistical population of six thousands married men and women at least three years after their marriage who referred to counseling centers located in District 2 of Tehran city between May and September 2018. 11 centers were randomly selected among the above centers and According to Howit & Cramer, 2004, 308 qualified volunteers were selected as the sample through convenient method. **Instruments:** were marital instability questionnaires by Edwards, Johnson and Booth 1980, communication patterns by Christensen and Sallavy 1984 and time perspective by Zimbardo and Boyd 1999. Data were analyzed applying path analysis. **Results:** results showed that negative past dimension ($\beta = 0.272$, $P = 0.001$) prospects marital instability positively meanwhile, future dimensions ($\beta = -0.33$, $P = 0.001$), positive past dimension ($\beta = -0.245$, $P = 0.001$), Hedonistic present ($\beta = -0.095$, $P = 0.005$), and mutual constructive communication pattern ($\beta = -0.240$, $P = 0.001$) predict it negatively. Also indirect path's coefficients showed a positive relationship between negative past dimension and marital instability ($\beta = 0.51$, $P = 0.001$), and a negative relationship between future dimensions ($\beta = -0.090$, $P = 0.001$), Hedonistic present ($\beta = -0.035$, $P = 0.005$), and marital instability. It is clear that the communication patterns mediate between the dimensions of negative past, future, and Hedonistic present and marital instability. **Conclusion:** Based on findings of the present research, it is suggested that family counselors in order to develop and improve marital stability, consider a shift in couples' time perspective and also train constructive communication patterns to couples in their counseling sessions.

Key words: communication patterns, marital instability, time perspective

Citation: Noroozi, S., Rezakhani, S. D., & Vakili, P. (2019). The causal relationship between time perspective and the marital instability based on the mediator role of communication patterns in married women and men. *Quarterly of Applied Psychology*, 13(3): 433-451.

Available Online:
15 August 2019

Received: 26 December 2018
Accepted: 14 August 2019

Corresponding Author:
Rezakhani@riau.ac.ir

رابطه علی بین چشم انداز زمان و بی ثباتی ازدواج بر اساس نقش میانجیگر الگوهای ارتباطی در زنان و مردان متأهل

سوده نوروزی^۱، سیمین دخت رضاخانی^{۱*} و پریوش وکیلی^۱

۱. گروه مشاوره، دانشکده مشاوره و علوم تربیتی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

چکیده

هدف: هدف پژوهش تعیین رابطه علی بین چشم انداز زمان و بی ثباتی ازدواج با نقش میانجیگر الگوهای ارتباطی بود. **روش:** روش پژوهش همبستگی و جامعه آماری شامل ۶۰۰۰ نفر زن و مرد متأهل مراجعه کننده در ماه‌های اردیبهشت تا شهریور ۱۳۹۷ به ۳۷ مرکز مشاوره منطقه ۲ شهر تهران با حداقل ۳ سال سابقه زندگی مشترک بود. به صورت تصادفی ۱۱ مرکز از میان مراکز فوق انتخاب و بر اساس نظر هویت و کرامر ۲۰۰۴، حجم نمونه ۳۰۸ نفر تعیین و آزمودنی‌های واجد شرایط به صورت در دسترس انتخاب شد. ابزار پژوهش پرسشنامه شاخص بی ثباتی ازدواج ادواردز، جانسون و بوث ۱۹۸۰، الگوهای ارتباطی کریستنسن و سالووی ۱۹۸۴ و چشم انداز زمان زیمباردو و بوید ۱۹۹۹ بود. داده‌ها با استفاده از تحلیل مسیر تحلیل شد. **یافته‌ها:** یافته‌ها نشان داد که بُعد گذشته منفی ($\beta = ۰/۲۷۲$)، $P = ۰/۰۰۱$ به صورت مثبت و ابعاد آینده ($\beta = -۰/۳۳۰$)، $P = ۰/۰۰۱$ ، گذشته مثبت ($\beta = -۰/۲۴۵$)، $P = ۰/۰۰۱$ ، حال لذت‌گرا ($\beta = -۰/۰۹۵$)، $P = ۰/۰۰۵$ و الگوی ارتباطی سازنده متقابل به صورت منفی ($\beta = -۰/۲۴۰$)، $P = ۰/۰۰۱$ بی ثباتی ازدواج را پیش بینی می‌کنند. ضرایب مسیر غیر مستقیم نشان داد که رابطه بین بُعد گذشته منفی و بی ثباتی ازدواج مثبت ($\beta = ۰/۵۱$)، $P = ۰/۰۰۱$ ، رابطه بین ابعاد آینده ($\beta = -۰/۰۹۰$)، $P = ۰/۰۰۱$ و حال لذت‌گرا ($\beta = -۰/۰۳۵$)، $P = ۰/۰۰۵$ و بی ثباتی ازدواج منفی است و الگوهای ارتباطی رابطه بین ابعاد گذشته منفی، آینده و حال لذت‌گرا و بی ثباتی ازدواج را میانجیگری می‌کنند. **نتیجه‌گیری:** بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر به مشاوران حوزه خانواده پیشنهاد می‌شود که برای ایجاد و افزایش ثبات زندگی زناشویی، در جلسه‌های مشاوره تغییر در چشم انداز زمان و آموزش الگوهای ارتباطی سازنده به زوج‌ها را در دستور کار خود قرار دهند.

انتشار: ۹۸/۰۵/۲۴

دریافت مقاله: ۹۷/۱۰/۰۵
پذیرش مقاله: ۹۸/۰۵/۲۳

نویسنده مسئول:
Rezakhani@riau.ac.ir

کلیدواژه‌ها: الگوهای ارتباطی، بی ثباتی ازدواج، چشم انداز زمان

استناد به این مقاله: نوروزی، سوده، رضاخانی، سیمین دخت، و وکیلی، پریوش. (۱۳۹۸). رابطه علی بین چشم انداز زمان و بی ثباتی ازدواج بر اساس نقش میانجیگر الگوهای ارتباطی در زنان و مردان متأهل. فصلنامه روان‌شناسی کاربردی، ۱۳ (۳) پاییز (۵۱): ۴۳۳-۴۵۱.

مقدمه

بدون تردید ازدواج، بزرگ‌ترین و مهم‌ترین رویداد زندگی هر انسانی است (یوکا، اوبیدوا و اوزوچینا، ۲۰۱۳). این در حالی است که گسترش بی‌ثباتی ازدواج^۱ در جامعه امروز نگرانی‌های زیادی را به وجود آورده است (امونبی اویافونک، فالو و سالو، ۲۰۱۴). بنابراین، برخی پژوهشگران معتقدند بی‌ثباتی ازدواج زمانی مطرح است که یک عضو زوج یا هر دو عضو، درباره طلاق یا جدایی می‌اندیشند و یا اعمالی انجام می‌دهند که به خاتمه دادن به ازدواج گرایش دارد (هالوگ و ریچر، ۲۰۱۰). رشد شخصی مجزا از یکدیگر و علایق متفاوت، عدم توانایی در گفتگو با یکدیگر، مشکلات شخصی همسر و عدم توجه کافی (هاوکینز، ویلویی و دوهرتی، ۲۰۱۲)، بی‌مسئولیتی شوهر، خیانت، خشونت، الکلیسم، خویشاوندان سببی، بیکاری، تفاوت سنی و تعدد زوجین (موسا، کیسوی و اوتور، ۲۰۱۵)، تفاوت اجتماعی و فرهنگی، عوامل روان‌شناختی، اقتصادی، سلامتی، رابطه جنسی و تعارض از جمله عوامل مؤثر در بی‌ثباتی ازدواج است (آسا و نکان، ۲۰۱۷). لازمه تقویت زندگی خانوادگی، ثبات و دوام آن و نوع نگرش و طرز تعامل زوجها با یکدیگر است (فتح اله زاده، میر صیفی فرد، کاظمی، سعادت و نوایی نژاد، ۱۳۹۶).

برخی پژوهشگران معتقدند که در این ارتباط می‌توان چشم انداز زمان^۲ را به‌عنوان ویژگی شخصیتی ثابتی که برگرفته از موقعیت‌های فرهنگی، اجتماعی، مذهبی، سن، خصوصیات فردی، وضعیت خانواده، وضعیت اقتصادی، سطح تحصیلات و عوامل دیگر است؛ تفسیر کرد (زابلینا، چستونینا، تروشینا و ودنیوا، ۲۰۱۸). چشم انداز زمان از پنج عامل شامل گذشته منفی یا بدبینی نسبت به گذشته، گذشته مثبت یا احساسات شادی آور نسبت به گذشته، حال لذت‌گرایانه یعنی لذت بردن از تجارب حاضر، حال قضا و قدری یا تسلیم سرنوشت شدن و آینده نگری یعنی برنامه ریزی برای اهداف بلند مدت تشکیل شده است (ورل، مک‌کی و آندریتا، ۲۰۱۵).

چن، لئو، چپو، چن، ونگ و همکاران (۲۰۱۶) در پژوهش خود نشان دادند که چشم انداز زمان حال قضا و قدری نوعی نگرش پر از درماندگی و ناامیدی نسبت به آینده و زندگی است و رابطه منفی با رضایت زناشویی دارد. نتایج پژوهش دویدوی و راستوگی (۲۰۱۷) نیز نشان داد که امید و چشم انداز زمان آینده، پیش بینی کننده مهمی برای رضایت از زندگی هستند. طبق این مطالعه چشم انداز زمان آینده، به آزمودنی‌های آن‌ها کمک کرد تا در مواقع مواجهه با بحران‌ها، برنامه ریزی بهتری داشته باشند. نتایج پژوهش مورو، سولر، کاستله، دیو و سولر (۲۰۱۷) نیز حاکی از تاثیرگذاری چشم انداز زمان گذشته مثبت بر افزایش رضایت از زندگی بود.

-
1. marital Instability
 2. time perspective

ارتباط مؤثر، شرط لازم برای سلامت روانی-عاطفی، شادی و ثبات زناشویی است. به نظر می‌رسد که برقراری ارتباط صمیمی، انتقال احساسات، افکار و بیان نیازها، راه حل مشکلات در روابط زناشویی است (ایسر، ییودا و اولادون، ۲۰۱۴).

در این راستا، کریستسن و سالوی^۱ ۱۹۸۴ سه الگوی ارتباط زیر را مطرح کردند. الگوی سازنده متقابل^۲ شامل بحث و گفتگوی متقابل، تلاش برای درک دیگری و مذاکره برای رسیدن به راه حل است؛ اجتناب متقابل^۳ شامل رفتارهای اجتنابی در زمان تعارض و فاصله گرفتن بعد از بحث‌های تنش‌زا است (چی، فنگ، اپستین و لم، ۲۰۱۳) و درخواست/کناره‌گیری^۴ الگویی است که در آن یکی از زوجها به دنبال تغییر، مذاکره و حل مساله است و دیگری به دنبال اجتناب از مذاکره در مساله است (پاپ، کوروس و کامینگز، ۲۰۱۱).

در این راستا، نتایج پژوهش پاپ و همکاران (۲۰۱۱) نشان داد که اگر زوجها در زمان تنش و بحران از الگوی درخواست/کناره‌گیری استفاده کنند؛ به احتمال زیاد احساسات و رفتارهای مثبت کمتر و احساسات و رفتارهای منفی بیشتری را تجربه می‌کنند و همچنین سبک حل تعارض ضعیف‌تری را نیز از خود نشان می‌دهند. نتایج پژوهش دوناتو، پاریس، برتونی و لافریت (۲۰۱۴) در خود نشان داد که الگوی درخواست/کناره‌گیری آشکار کننده نارضایتی زوجها است و پایداری ازدواج رابطه بین الگوی درخواست/کناره‌گیری و نارضایتی زناشویی زنان را میانجی‌گری می‌کند. عباسی و افشارنیا (۲۰۱۵) نیز در پژوهشی نشان دادند که بیشترین همبستگی بین الگوی سازنده متقابل و رضایت زناشویی است و الگوی ارتباطی درخواست/کناره‌گیری ارتباط معناداری با رضایت زناشویی ندارد و همچنین همبستگی بین رضایت زناشویی و الگوی اجتناب متقابل منفی است. نتایج پژوهش‌های انجام شده در کانادا، آلمان، هلند، آفریقای جنوبی، سوئد و ایالات متحده آمریکا نیز مؤید آن است که رضایت زناشویی با ازدواج پایدار مرتبط است (سامر و جاستینو، ۲۰۱۵، نقل از کلانتری، باقری و صادقی، ۱۳۹۷). این در حالی است که بر اساس داده‌های رسمی سازمان ثبت احوال کشور در سال ۱۳۹۷ نرخ ازدواج به طلاق در ایران نسبت به سال ۱۳۹۱ تقریباً ۵ به ۱ و نسبت به سال ۱۳۹۶، ۳ به ۱ شده است (گودرزی، شیری و محمودی، ۱۳۹۷).

با توجه به آنچه گفته شد؛ به نظر می‌رسد که در سال‌های اخیر یکی از آسیب‌های اجتماعی کشور، بی‌ثباتی ازدواج باشد. اینکه زنان و مردان متأهل چه نقشی در حفظ ازدواج خود دارند؛ دغدغه اصلی پژوهشگران خانواده است. این موضوع که تا چه حد همسران به دلیل الگوهای

-
1. Chistensen & Salavy
 2. mutual constructive
 3. mutual avoidance
 4. demand/withdrawal
 5. Sommer & Justino

ارتباطی خود یا به دلیل نگرش و چشم انداز خود به سمت مشکلات خانوادگی به بی ثباتی ازدواج گرایش پیدا می‌کنند؛ مسئله قابل تأمل و مهمی است. بنابراین، با توجه به اهمیت و گسترش بی ثباتی ازدواج و اینکه به نظر می‌رسد؛ امروزه تعارض و تفاوت‌های فردی در بین زنان و مردان متأهل اجتناب ناپذیر است؛ پرداختن به مشکلات مرتبط با افراد متأهل و ازدواج، ضرورت انجام این پژوهش را برجسته می‌سازد. از نتایج پژوهش‌هایی از این دست می‌توان در پیشگیری از بی ثباتی ازدواج سود برد و از تحمیل هزینه‌های گزاف مالی، عاطفی و روانی ناشی از بی ثباتی ازدواج به خانواده و جامعه جلوگیری کرد. بنابراین، پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه علی بین چشم انداز زمان و بی ثباتی ازدواج بر اساس نقش میانجیگر الگوهای ارتباطی اجرا و فرضیه‌های زیر آزمون شد.

۱. الگوهای ارتباطی می‌توانند بی ثباتی ازدواج را پیش بینی کنند.
۲. چشم انداز زمان می‌تواند بی ثباتی ازدواج را پیش بینی کند.
۳. الگوهای ارتباطی می‌توانند رابطه بین چشم انداز زمان و بی ثباتی ازدواج را میانجیگری کنند.

روش

پژوهش حاضر از لحاظ هدف پژوهشی بنیادی و از نظر روش جزء پژوهش‌های همبستگی و جامعه آماری شامل ۶۰۰۰ نفر زن و مرد متأهل مراجعه کننده به ۳۷ مرکز مشاوره منطقه ۲ شهر تهران در ماه‌های اردیبهشت تا شهریور ۱۳۹۷ با سابقه حداقل ۳ سال زندگی مشترک بود این افراد زوج نبودند؛ بلکه زنان و مردان متأهل بودند. از بین ۳۷ مرکز مشاوره منطقه ۲ مرکزی ۱۱ مرکز مشاوره محیا، اکسیر، مهر، شهاب، روزبه، سهند، پویش، روان پویا، جهاد دانشگاهی، همراه و اندیشه نیک انتخاب و حجم نمونه به ازای هر متغیر پیش بین ۴۰-۲۰ نفر بر اساس نظر هویت و کرامر^۱ (۲۰۰۴)، نقل از شریفی، نجفی زند، احقر، میر هاشمی، دوکانه‌ای فرد و شریفی، (۱۳۸۹) ۳۰۸ نفر به صورت زیر تعیین شد. با توجه به اینکه در این پژوهش ۹ متغیر پیش بین وجود داشت؛ به ازای هر متغیر ۳۵ نفر در نظر گرفته و بنابراین نمونه پژوهش ۲۸۰ نفر برآورد شد که با در نظر گرفتن احتمال افت و نیز ماهیت پژوهش که ارائه الگو بود؛ ۱۱ درصد به این نمونه اضافه شد و نمونه به ۳۰۸ نفر افزایش یافت و به صورت در دسترس و داوطلبانه از ۱۱ مرکز یاد شده انتخاب شد. معیارهای ورود به پژوهش شامل تأهل، تجربه حداقل ۳ سال زندگی مشترک، رضایت برای شرکت در پژوهش، توانایی خواندن و نوشتن و معیارهای خروج شامل بیماری جسمانی و روانی بارز، اعتیاد و همسر بیکار بود.

1. Howit & Cramer

ابزار پژوهش

۱. پرسشنامه شاخص بی ثباتی ازدواج^۱. این پرسشنامه ۲۲ سؤالی توسط ادواردز، جانسون و بوث^۲ در سال ۱۹۸۰ ساخته شده و دارای دو قسمت سؤال‌های ۱۴-۱ برای اندازه‌گیری ثبات زناشویی و به‌ویژه مستعد طلاق بودن و سؤال‌های ۸-۱ برای جاذبه‌ها و موانع طلاق است. در قسمت اول هر سؤال در طیف لیکرت ۴ درجه‌ای از خیلی وقت‌ها = ۴ تا هرگز = ۱ پاسخ داده می‌شود و در قسمت دوم مجموع نمرات سؤال‌های ۱۴-۱ که مربوط به قسمت اول هستند؛ به نمره احتمال طلاق اضافه و یا از آن کم می‌شود؛ بنابراین نمره بالا در این مقیاس به معنای بی ثباتی ازدواج یعنی احتمال وقوع طلاق در زوجها بالا و نمره پایین به معنای ثبات ازدواج یعنی احتمال وقوع طلاق در زوجها پایین است. در مورد روایی افتراقی آزمون، سازندگان این ابزار در سال ۱۹۸۳ به این نتیجه رسیدند که تنها ۳ درصد به ازدواج خود پایان دائمی داده بودند؛ درحالی‌که ۲۷ درصد ازدواج اشخاصی که نمره‌های آن‌ها در این ابزار بالا بود؛ از هم پاشیده بود (جعفری، ۱۳۸۷). این پرسشنامه توسط داودیان (۱۳۷۹) در مورد زوج‌های متقاضی طلاق در استان قم اجرا شد و روایی پیش بین آن ۰/۸۵ و ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ گزارش شد. ضریب آلفای کرونباخ این ابزار در پژوهش حاضر = ۰/۸۴۳ به دست آمد.

۲. پرسشنامه چشم انداز زمان زیمباردو^۳. این پرسشنامه ۳۶ عبارتی توسط زیمباردو و بوید^۴ ۱۹۹۹ ساخته شد و پنج خرده مقیاس گذشته منفی را با سؤال‌های ۷، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۲۶ و ۲۷، گذشته مثبت را با سؤال‌های ۲۰، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۸، ۲۹ و ۳۵، حال لذت‌گرا را با سؤال‌های ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۸، ۱۹، ۲۱ و ۲۲، حال قضا و قدری را با سؤال‌های ۹، ۱۰، ۱۱ و ۱۲ و آینده نگری را با سؤال‌های ۳۰، ۳۱، ۳۲، ۳۳، ۳۴ و ۳۶ در طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از بسیار نادرست = ۵ تا درست = ۱ اندازه‌گیری می‌کند و نمره کلی ندارد (علیزاده فرد، محتشمی، فیلیپ و حقیقت‌گو، ۱۳۹۵). ضریب پایایی این پرسشنامه در پژوهش علیزاده فرد و همکاران (۱۳۹۵) با استفاده از آلفای کرونباخ = ۰/۷۱ و ضریب بازآزمایی آن پس از دو هفته = ۰/۹۲ و رابطه عامل‌های این پرسشنامه با نسخه کوتاه ویژگی‌های شخصیتی پرسشنامه نفو معنادار گزارش شده و نتایج تحلیل عاملی اکتشافی آن نیز بیانگر وجود ۵ عامل گذشته منفی، حال لذت‌گرا، آینده نگری، گذشته مثبت و حال قضا و قدری و در مجموع تبیین کننده ۳۷ درصد واریانس کل بوده است.

-
1. Marital Instability Index (MII)
 2. Edwards, Johanson & Booth
 3. Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI)
 4. Zimbardo & Boyd

ضریب آلفای کرونباخ در این پژوهش برای چشم‌انداز زمان گذشته منفی $0/82$ ، گذشته مثبت $0/81$ ، حال لذت‌گرا $0/64$ ، قضا قدری $0/68$ و آینده $0/85$ به دست آمد.

۳. پرسشنامه الگوهای ارتباطی^۱. این پرسشنامه ۳۵ عبارتی توسط کریستنسن و سالوی در سال ۱۹۸۴ ساخته و توسط صمد زاده، شعیری، مهدویان و جاویدی (۱۳۹۲) هنجاریابی شد. زوج‌ها بر اساس سه مرحله (A زمان مشکل، B زمان بحث در مورد آن مشکل و C) پس از بحث در مورد آن مشکل به سؤال‌ها پاسخ می‌دهند. سه الگوی ارتباطی سازنده متقابل^۲ با سؤال‌های A_2 و $B_2 + B_4 - B_1 + B_3 + B_{15M} + B_{16F}$ ، اجتناب متقابل^۳ با سؤال‌های $A_1 + C_2 + C_4$ و $A_3M + A_4F + B_5M + B_6F + B_7M + B_8F$ در طیف لیکرتی ۹ گزینه‌ای از کاملاً ناممکن = ۱ تا کاملاً ممکن = ۹ نمره‌گذاری می‌شود. در پژوهش صمد زاده و همکاران (۱۳۹۲) روایی همبستگی بین پرسشنامه نارضایتی زناشویی انریچ فورز و السون^۵ ۱۹۸۹ با الگوی سازنده متقابل، الگوهای درخواست/کناره‌گیری، درخواست مرد/کناره‌گیری زن و اجتناب متقابل به ترتیب $0/64$ ، $0/33$ ، $0/34$ و $0/34$ برآورد شد و تحلیل داده‌ها در پژوهش مؤلفان یاد شده نشان‌دهنده اعتبار مناسب پرسشنامه الگوهای ارتباطی و آلفای کرونباخ = $0/76$ بود. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ آن برای الگوی سازنده متقابل = $0/64$ ، درخواست/کناره‌گیری = $0/62$ و اجتناب متقابل = $0/64$ به دست آمد.

شیوه اجرا. پس از تهیه فهرست مراکز مشاوره منطقه ۲ تهران، ۱۱ مرکز مشاوره به نام محیا، اکسیر، مهر، شهاب، روزه، سه‌سند، پویش، روان پویا، جهاد دانشگاهی، همراه، اندیشه نیک، به‌طور تصادفی از میان ۳۷ مرکز انتخاب و هماهنگی‌های لازم با مسئولان مراکز یاد شده انجام شد و در روزهایی که با مسئولان مراکز هماهنگ و مشخص شده بود؛ به افرادی که شرایط ورود به پژوهش را داشتند و مایل به همکاری بودند؛ توضیحاتی در مورد اهداف پژوهش، نحوه اجرای آزمون، چگونگی پاسخگویی به پرسشنامه‌ها، رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی، و رازداری، حفظ حریم شخصی و محرمانه ماندن اطلاعاتشان در همان مرکزی که مراجعه کرده بودند؛ ارائه و پرسشنامه‌ها به صورت فردی تکمیل و پس از پاسخگویی، از همکاری افراد تشکر و پاسخننامه و پرسشنامه جمع‌آوری شد. به دلیل داوطلبانه بودن و جلب رضایت افراد پرسشنامه مخدوشی مشاهده نشد و پرسشنامه‌های ۳۰۸ نفر با استفاده از تحلیل مسیر تحلیل شد.

1. Communication Patterns Questionnaire (CPQ)
2. Mutual Constructive Communication Pattern
3. Mutual Avoidance Communication Pattern
4. Total Amount of Demand/Withdrawal Communication Pattern
5. Fowers & Olson

یافته‌ها

در این پژوهش از ۳۰۸ شرکت کننده ۱۰۷ نفر (۳۴/۷ درصد) مرد و ۲۰۱ نفر (۶۵/۳ درصد) زن و میانگین و انحراف معیار سن آن‌ها به ترتیب برابر با ۴۱/۴۴ و ۷/۶۸ بود. تحصیلات ۳۴ نفر از شرکت کنندگان (۱۱ درصد) دیپلم، ۳۲ نفر (۱۰/۴ درصد) فوق دیپلم، ۱۱۶ نفر (۳۷/۷ درصد) کارشناسی، ۷۹ نفر (۲۵/۶ درصد) کارشناسی ارشد و ۴۷ نفر (۱۵/۳ درصد) دکتری بود. تجربه زندگی مشترک ۱۲۲ نفر (۳۹/۶ درصد) کمتر از ۱۰ سال، ۸۷ نفر (۲۸/۲ درصد) ۱۱ تا ۱۵ سال، ۴۳ نفر (۱۴ درصد) ۱۶ تا ۲۰ سال و ۵۴ نفر (۱۷/۵ درصد) بیش از ۲۰ سال بود. ۶۰ نفر (۱۹/۵ درصد) تفاوت سنی خود را با همسرشان کمتر از ۲ سال، ۸۴ نفر (۲۷/۳ درصد) ۲ تا ۴ سال، ۷۸ نفر (۲۵/۳ درصد) ۴ تا ۶ سال و ۸۶ نفر (۲۷/۹ درصد) بیش از ۶ سال اعلام کردند. شغل ۹۴ نفر (۳۰/۵ درصد) آزاد، ۱۳۰ نفر (۴۲/۲ درصد) کارمند، ۲۰ نفر (۶/۵ درصد) دانشجو و ۶۴ نفر (۲۰/۸ درصد) خانه داری بود. اصلیت ۳۱ نفر (۱۰/۱ درصد) از شرکت کنندگان گُرد، ۵۸ نفر (۱۸/۸ درصد) لُر، ۳۷ نفر (۱۲ درصد) ترک و ۱۸۲ نفر (۵۹/۱ درصد) فارس بود.

جدول ۱. ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	سازنده متقابل	کناره‌گیری/درخواست	اجتناب متقابل	گذشته منفی	گذشته مثبت	حال لذت‌گرا	قضا قدری	آینده
درخواست/کناره‌گیری	۰/۵۲**	-						
اجتناب متقابل	۰/۱۸**	۰/۳۲**	-					
گذشته منفی	۰/۳۷**	۰/۳۴**	۰/۲۳**	-				
گذشته مثبت	۰/۴۰**	۰/۱۲*	۰/۰۴	۰/۲۵**	-			
حال لذت‌گرا	۰/۳۷**	۰/۲۲**	۰/۰۱	۰/۱۱	۰/۳۸**	-		
قضا قدری	۰/۳۳**	۰/۳۵**	۰/۲۴**	۰/۵۵**	۰/۲۷**	۰/۰۴۵	-	
آینده	۰/۵۷**	۰/۳۷**	۰/۰۹	۰/۲۳**	۰/۴۲**	۰/۲۹**	۰/۴۲**	-
بی ثباتی ازدواج	۰/۵۲**	۰/۲۱**	۰/۱۵**	۰/۴۲**	۰/۴۸**	۰/۳۱**	۰/۳۶**	۰/۵۲**

* $P < 0.05$ ** $P < 0.01$

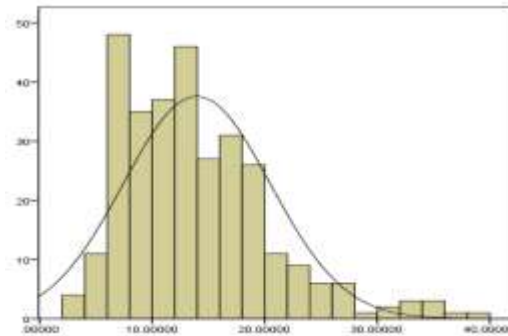
طبق نتایج جدول ۱ بی ثباتی ازدواج با الگوی ارتباطی سازنده متقابل و دو الگوی ارتباطی اجتناب متقابل و درخواست/کناره‌گیری، ابعاد گذشته مثبت، حال لذت‌گرا و آینده آن به‌صورت منفی و با ابعاد گذشته منفی و حال قضا و قدری چشم انداز زمان به‌صورت مثبت همبسته بودند (۰/۰۰۱). $P =$ دامنه تغییر نمره‌های الگوی ارتباطی سازنده متقابل بین ۲۳ تا ۲۵ بود. به همین دلیل به‌منظور حذف نمره‌های منفی نمره‌های به دست آمده با ۲۵ جمع شد و به این ترتیب دامنه

نمره‌های این متغیر بین ۰ تا ۴۸ در نظر گرفته شد. همچنین دامنه تغییر نمره‌های ثبات ازدواج بین ۸ تا ۴۹ بود. به همین دلیل به منظور حذف نمره‌های منفی نمره‌های به دست آمده با ۸ جمع شد و بدین ترتیب دامنه نمره‌های این متغیر بین ۰ تا ۵۷ در نظر گرفته شد.

جدول ۲. کشیدگی، چولگی، عامل تورم و اریانس و ضریب تحمل متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشیدگی	ضریب تحمل	تورم و اریانس
سازنده متقابل	۲۵/۹۸	۱۲/۹۹	-۰/۱۱۳	-۰/۸۲۹	۰/۴۲۶	۲/۳۴۵
درخواست/کناره‌گیری	۲۶/۴۱	۸/۴۶	-۰/۲۸۶	۰/۲۲۱	۰/۵۷۶	۱/۷۳۷
اجتناب متقابل	۱۵/۱۵	۳/۶۱	-۰/۲۳۰	۰/۴۲۲	۰/۸۰۷	۱/۲۴۰
گذشته منفی	۲۷/۴۴	۷/۳۹	۰/۰۱۹	-۰/۹۲۲	۰/۵۲۲	۱/۹۱۶
گذشته مثبت	۲۲/۳۲	۴/۸۲	-۰/۳۰۵	-۰/۶۱۲	۰/۵۷۷	۱/۷۳۲
حال لذت‌گرا	۲۷/۹۷	۵/۷۵	۰/۱۹۶	-۰/۲۶۹	۰/۶۷۱	۱/۴۹۱
قضا و قدری	۱۰/۲۷	۳/۴۰	۰/۲۹۴	-۰/۱۸۶	۰/۵۳۶	۱/۸۶۶
آینده	۲۲/۵۷	۴/۹۸	-۰/۶۹۸	-۰/۲۲۶	۰/۴۱۸	۲/۳۹۲
بی‌ثباتی ازدواج	۲۰/۰۹	۵/۳۱	۰/۸۶۷	۰/۰۷۵	-	-

در جدول ۲ مقادیر کشیدگی و چولگی همه متغیرها در محدوده ± ۲ و بنابراین توزیع داده‌ها طبیعی و مقادیر ضریب تحمل و تورم و اریانس متغیرهای پیش بین بزرگتر از ۰/۱ و کوچکتر از ۱۰ است؛ بنابراین مفروضه هم‌خطی بودن نیز در بین متغیرهای پیش بین برقرار است.



شکل ۱. نمودار هیستوگرام مربوط به داده‌های فاصله مهلبوبایس

در شکل ۱ نمودار هیستوگرام نشان می‌دهد که ترکیب متغیرهای پیش بین در تبیین متغیر ملاک طبیعی و مقادیر چولگی و کشیدگی نمره‌های فاصله مهلبوبایس نیز به ترتیب برابر با ۱/۰۷۵ و ۱/۳۹۳ است که بیانگر توزیع طبیعی داده‌ها است. شکل نمودار پراکندگی و اریانس‌های استاندارد شده خطاها نیز نشان می‌دهد که مفروضه همگنی و اریانس‌ها نیز در بین داده‌ها برقرار است.

جدول ۳. شاخص‌های برازندگی الگوی ساختاری اولیه و اصلاح شده

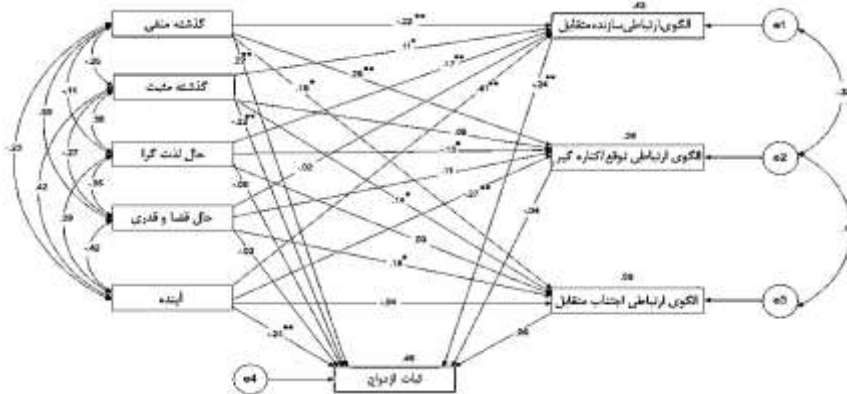
محدود کا	نکته تطبیقه	نکته برازش	شاخص تطبیقه برازش	تقریب	محدورات	ریشه خطای میانگین	شاخص‌های برازندگی
۴۸/۵۴	۰/۹۲۶	۰/۹۵۵	۰/۷۱۰	۰/۱۹۱			الگوی ساختاری اولیه
۸/۵۸	۰/۹۸۸	۰/۹۹۱	۰/۸۶۴	۰/۱۰۳			اصلاح اول (کوواریانس بین نشانگرهای سازنده متقابل و درخواست/کناره‌گیری)
۲/۸۳	۰/۹۹۶	۰/۹۹۶	۰/۹۰۹	۰/۰۷۷			اصلاح دوم (کوواریانس بین نشانگرهای درخواست/کناره‌گیری و اجتناب متقابل)
>۰/۰۵	>۰/۹۰	>۰/۹۰	>۰/۸۵	<۰/۰۸			نقاط برش قابل قبول

در جدول ۳ شاخص‌های برازندگی در مرحله اول بیانگر عدم برازش قابل قبول الگو با داده‌ها بود؛ به همین دلیل الگو در مرحله دوم با ایجاد کوواریانس بین نشانگرهای درخواست/کناره‌گیری و اجتناب متقابل، اصلاح و در نهایت شاخص‌های برازندگی حاصل شد که نشان داد که الگو با داده‌های گردآوری شده برازش قابل قبول دارد. بنابراین چنین نتیجه‌گیری شد که ابعاد چشم انداز زمان و الگوهای ارتباطی در قالب یک الگو بی ثباتی ازدواج را پیش بینی می‌کند.

جدول ۴. ضرایب مسیر کل و مستقیم بین متغیرهای پژوهش در الگوی ساختاری

مسیرها	b	خطای معیار	β	سطح معناداری
گذشته منفی	۰/۵۶۳	۰/۱۱۲	۰/۲۷۲	۰/۰۰۱
آینده	-۱/۰۱۳	۰/۱۶۱	-۰/۳۳۰	۰/۰۰۱
مسیر قدری	-۰/۰۲۰	۰/۲۵۵	-۰/۰۰۴	۰/۹۵۳
مسیر کلا	-۰/۲۵۳	۰/۱۲۰	-۰/۰۹۵	۰/۰۰۵
گذشته مثبت	-۰/۷۷۷	۰/۱۷۰	-۰/۲۴۵	۰/۰۰۱
گذشته منفی	۰/۴۵۶	۰/۱۱۴	۰/۲۲۱	۰/۰۰۱
آینده	-۰/۷۳۶	۰/۱۷۳	-۰/۲۴۰	۰/۰۰۱
مسیر قدری	-۰/۰۶۸	۰/۲۵۳	-۰/۰۱۵	۰/۷۷۸
مسیر مستقیم	-۰/۱۶۱	۰/۱۲۴	-۰/۰۶۱	۰/۲۱۱
گذشته مثبت	-۰/۷۱۱	۰/۱۷۰	-۰/۲۲۴	۰/۰۰۱
سازنده متقابل	-۰/۲۷۶	۰/۰۷۷	-۰/۲۴۰	۰/۰۰۱
درخواست/کناره‌گیری	-۰/۰۷۱	۰/۱۰۲	-۰/۰۴۲	۰/۴۹۲
اجتناب متقابل	۰/۲۵۶	۰/۲۰۲	۰/۰۶۰	۰/۲۲۱
گذشته منفی	۰/۱۰۶	۰/۰۲۴	۰/۰۵۱	۰/۰۰۵
آینده	-۰/۲۷۷	۰/۰۸۵	-۰/۰۹۰	۰/۰۰۱
مسیر قدری	۰/۰۴۸	۰/۰۸۷	۰/۰۱۱	۰/۵۷۴
مسیر مستقیم	-۰/۰۹۲	۰/۰۴۵	-۰/۰۳۵	۰/۰۱۹
گذشته مثبت	-۰/۰۶۶	۰/۰۶۱	-۰/۰۲۱	۰/۲۷۱

طبق جدول ۴ ضرایب مسیر کل بین بُعد گذشته منفی و بی‌ثباتی ازدواج، مثبت ($P= ۰/۰۰۱$)، بین ابعاد آینده و گذشته مثبت با بی‌ثباتی ازدواج، منفی ($P= ۰/۰۰۱$) و بین حال لذت‌گرا و بی‌ثباتی ازدواج، منفی ($P= ۰/۰۰۵$) است. به دین ترتیب از بین ابعاد چشم‌انداز زمان، گذشته منفی به صورت مثبت و گذشته مثبت، آینده و حال لذت‌گرا به صورت منفی و معنادار می‌توانند بی‌ثباتی ازدواج را پیش‌بینی کنند. از بین الگوهای ارتباطی تنها الگوی سازنده به صورت منفی ($P= ۰/۰۰۱$) بی‌ثباتی ازدواج را پیش‌بینی می‌کند. ارزیابی ضرایب مسیر غیرمستقیم بین ابعاد چشم‌انداز زمان و بی‌ثباتی ازدواج نشان داد که ضرایب مسیر غیرمستقیم بین بُعد گذشته منفی و بی‌ثباتی ازدواج، مثبت ($P= ۰/۰۰۱$)، بین بُعد آینده و بی‌ثباتی ازدواج، منفی ($P= ۰/۰۰۱$) و بین بُعد حال لذت‌گرا و بی‌ثباتی ازدواج، منفی ($P= ۰/۰۰۵$) است. بر این اساس الگوهای ارتباطی می‌توانند رابطه بین ابعاد گذشته منفی، آینده و حال لذت‌گرای چشم‌انداز زمان و بی‌ثباتی ازدواج را میانجی‌گری کنند. با توجه به معنادار نبودن رابطه بین دو الگوی درخواست/کناره‌گیری و اجتناب متقابل با بی‌ثباتی ازدواج، می‌توان گفت که تنها الگوی سازنده متقابل رابطه بین ابعاد یاد شده چشم‌انداز زمان و بی‌ثباتی ازدواج را میانجی‌گری می‌کند.



شکل ۱. روابط ساختاری بین ابعاد چشم‌انداز زمان، الگوهای ارتباطی و بی‌ثباتی ازدواج

طبق شکل ۱ مجذور همبستگی‌های چندگانه برای بی‌ثباتی ازدواج $= ۰/۴۶$ و بیانگر آن است که در مجموع ابعاد چشم‌انداز زمان به همراه الگوهای ارتباطی ۴۶ درصد از واریانس بی‌ثباتی ازدواج را می‌توانند تبیین کنند.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش حاضر حاکی از آن بود که الگوهای ارتباطی و چشم‌انداز زمان می‌توانند بی‌ثباتی ازدواج را پیش‌بینی و الگوهای ارتباطی نیز می‌توانند رابطه بین چشم‌انداز زمان و بی‌ثباتی

ازدواج را میانجیگری کنند. نتایج به دست آمده از پژوهش حاضر نشان داد که بین انواع الگوهای ارتباطی تنها الگوی ارتباطی سازنده متقابل می‌تواند به صورت منفی و معنادار بی ثباتی ازدواج را پیش بینی کند و از بین ابعاد چشم انداز زمان بعد گذشته منفی به صورت مثبت و معنادار و ابعاد حال لذت گرا، آینده و گذشته مثبت به صورت منفی و معنادار بی ثباتی ازدواج را پیش بینی می‌کند. افزون بر این، الگوی ارتباطی سازنده متقابل رابطه بین بعد گذشته منفی چشم انداز زمان با بی ثباتی ازدواج را به صورت مثبت و رابطه بین ابعاد آینده و حال لذت گرا چشم انداز زمان با بی ثباتی ازدواج را به صورت منفی میانجیگری می‌کند. این یافته‌ها با نتایج پژوهش پاپ و همکاران (۲۰۱۱)، دوناتو و همکاران (۲۰۱۳)، عباسی و افشارنیا (۲۰۱۵)، چن و همکاران (۲۰۱۶)، دودیوی و راستگویی (۲۰۱۷) و مورو و همکاران (۲۰۱۷) همسو است.

در تبیین این یافته پژوهش حاضر در مورد وجود رابطه معنادار بین بی ثبات ازدواج و الگوهای ارتباطی، می‌توان به تأثیر سبک ارتباطی زن و مرد در ازدواج اشاره کرد. اهمیت رابطه و به‌ویژه رابطه زناشویی تا حدی است که آن را به‌عنوان پیش شرط اساسی برای ثبات ازدواج ذکر می‌کنند (ایسر و همکاران، ۲۰۱۴)؛ بنابراین مهارت‌های ارتباطی عامل مؤثری در بقا روابط زناشویی سالم و سازنده زوجها است (برگ، ۲۰۱۷، نقل از جعفری، ۱۳۹۶). برخی از پژوهشگران معتقدند الگوی سازنده متقابل در تعاملات زوج‌هایی دیده می‌شود که با یکدیگر در مورد مسائل و مشکلات ازدواج خود بحث و گفتگو می‌کنند و درحالی‌که به دنبال حل مسئله هستند؛ اما از ابراز احساسات مثبت غافل نمی‌شوند (مهد هسیم، مصطفی و هشیم، ۲۰۱۵)؛ بنابراین می‌توان گفت که زن و شوهری که از الگوی سازنده متقابل در روابط خود بیشتر بهره می‌برند؛ از رفتارهای مخرب پرهیز می‌کنند؛ درک متقابل دارند؛ احساساتشان را به‌طور مناسب بروز می‌دهند و برای مشکلات با هم مذاکره می‌کنند؛ در نتیجه از زندگی زناشویی خود رضایت بیشتری دارند و ازدواجشان ثبات بیشتری دارد؛ اما زن و شوهری که از الگوهای اجتناب متقابل و درخواست/کناره‌گیری استفاده می‌کنند؛ در روابط خود، رفتاری‌هایی مانند انتقاد کردن، غرزدن و تلاش برای تغییر دادن دیگری را به‌کار می‌برند؛ هر دو از بحث درباره مشکل اجتناب می‌کنند؛ نمی‌توانند احساساتشان را به‌طور مناسب بروز دهند و قادر نیستند برای مشکلات باهم مذاکره کنند؛ در نتیجه، دچار رابطه‌ای ناکارآمد خواهند شد و احتمال ناراضی‌ت زناشویی و بی ثباتی ازدواج در آن‌ها بیشتر خواهد شد. به دین ترتیب به‌نظر می‌رسد که الگوی سازنده متقابل می‌تواند پیش بینی کننده ثبات ازدواج باشد.

چشم انداز زمان نیز فرایندی ساختاری-شناختی است که اغلب به‌طور ناهشیار تجارب فردی و اجتماعی فرد را پردازش می‌کند و به رمزگردانی، ذخیره و بازنمایی آن‌ها در قالب‌های زمانی خاصی می‌پردازد. زی‌باردو ۱۹۹۹ معتقد است که گذشته منفی به معنی تمرکز روانی فرد بر خاطرات ناگوار گذشته است که بر درک همسران از شیوه بهبود روابط زناشویی آن‌ها تأثیر می‌گذارد و از

کیفیت آن می‌کاهد (علیزاده فرد و همکاران، ۱۳۹۵)؛ اما زنان و مردان متأهلی که بر گذشته مثبت تمرکز دارند؛ انرژی بیشتری را صرف تجارب مثبت خواهند کرد و همین امر موجب درک بهتری از روابط زناشویی آن‌ها می‌شود (دهرتی و بریس، ۲۰۱۰؛ اوینادل و بلاکاسال، ۲۰۱۴؛ گاتری، باتلر، لسل، اوچی و وارد، ۲۰۱۴). از سوی دیگر، همسران دارای چشم انداز زمان آینده، در روابط خود به دنبال رشد و تعالی هستند و نه تنها بر مشکلات و تعارضات تمرکز ندارند؛ بلکه به دنبال بهبود روابط زناشویی خود هستند (کینگ و گارلان، ۲۰۱۵). در نهایت همسران دارای چشم انداز حال لذت‌گرا، بر حداکثر رضایت از زمان حال تمرکز دارند؛ به دنبال کسب لذت هستند و برای آینده و گذشته اهمیتی قائل نمی‌شوند (سوارد، سوارد، برانسیکل و زیمباردو، ۲۰۱۴).

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که الگوهای ارتباطی و ابعاد چشم انداز زمان می‌توانند ۴۶ درصد واریانس بی‌ثباتی ازدواج را تبیین کنند؛ بنابراین پرداختن به این دو متغیر قابل تأمل است. در تبیین این یافته‌ها همانطور که پژوهشگرانی چون سوارد و همکاران (۲۰۱۴)، دویودی و راستگوی (۲۰۱۷) و مورو و همکاران (۲۰۱۷) عنوان کردند؛ می‌توان گفت که در زمان ازدواج بیشتر زوجها امیدوارند ازدواجی پر بار و با دوام داشته باشند؛ اما در همان ابتدای راه در مواجهه با مشکلات به دلیل فقدان الگوهای ارتباطی مناسب، دلسرد می‌شوند؛ از یکدیگر فاصله می‌گیرند و یا به‌صورت مدام با یکدیگر بحث و جدل می‌کنند. در این میان هریک تلاش می‌کنند تا به نوعی برنده باشند؛ اما به واقع آنچه می‌تواند به زوجها برای مدیریت کردن تنش‌ها کمک کند؛ ارتباط سازنده متقابل است. در این الگو زوجها با گفتگو کردن، در مورد مسائل توافق می‌کنند تا بتوانند به رابطه بُرد-بُرد برسند.

در این راستا نوع نگرش افراد نسبت به گذشته، حال و آینده از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. افراد نسبت به زمان دیدگاه‌های متفاوتی دارند. برخی دغدغه فکری فراوانی با رخداد‌های ناخوشایند را گذشته دارند و بعضی دیگر گذشته خود را با احساسات مثبت یاد می‌کنند. در چشم انداز حال لذت‌گرا، افراد به دنبال لذت هستند و در حال قضا قدری، منفعلانه رفتار می‌کنند. همچنین چشم انداز زمان آینده در توصیف افرادی است که برای آینده برنامه‌ریزی دارند. به دین ترتیب، بی‌توجهی به انواع الگوهای ارتباطی و هریک از ابعاد چشم انداز زمان می‌تواند به بی‌ثباتی ازدواج منجر شود. از جمله محدودیت‌هایی پژوهش حاضر نمونه‌گیری در دسترس، داوطلبانه، محدود شدن افراد نمونه به مراکز مشاوره منطقه ۲ تهران و نامساوی بودن تعداد زنان و مردان متأهل بود که سبب می‌شود که تعمیم‌پذیری یافته‌های پژوهش با احتیاط بیشتری انجام شود. پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های آتی با نمونه‌گیری تصادفی، در سایر مراکز مشاوره تهران و یا شهرهای دیگر، با تعداد نمونه مساوی در مردان و زنان متأهل و زوجها انجام شود. به روان‌شناسان و مشاوران به‌ویژه مشاوران خانواده و زوج درمانگران پیشنهاد می‌شود که از یافته‌های پژوهش حاضر در کار حرفه‌ای

خود برای خانواده‌ها و نیز در مشاوره‌های پیش از ازدواج استفاده کنند و با بررسی الگوهای ارتباطی و ابعاد چشم انداز زمان زوجها و تأثیر آن‌ها در زندگی و توجه آن‌ها به این مسائل بتوانند میزان تعارض زناشویی را کاهش دهند و زوجها را در پیدا کردن مسیر درست زندگی همیاری کنند.

موازین اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش

در این پژوهش به افرادی که شرایط ورود به پژوهش را داشتند و مایل به همکاری بودند؛ توضیحاتی در مورد اهداف پژوهش، نحوه اجرای آزمون و چگونگی پاسخگویی به پرسشنامه‌ها ارائه و موازین اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی و رازداری رعایت شد. آزمودنی‌ها در مورد خروج از پژوهش در هر زمان و ارائه اطلاعات فردی مختار بودند.

سپاسگزاری

از همکاری مسئولان مراکز مشاوره محیا، اکسیر، مهر، شهاب، روزبه، سهند، پویا، روان پویا، جهاد دانشگاهی، همراه، اندیشه نیک واقع در منطقه ۲ تهران و تمامی شرکت کنندگان در پژوهش تشکر و قدردانی می‌شود.

مشارکت نویسندگان

این مقاله برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول در گروه مشاوره دانشکده مشاوره و علوم تربیتی دانشگاه آزاد واحد رودهن با کد ۱۱۳۲۱۶۰۲۹۶۲۰۴۴ است و در طراحی، مفهوم سازی، روش شناسی، گردآوری داده‌ها، تحلیل آماری، پیش‌نویس، ویراستاری و نهایی سازی نوشته همه نویسندگان این مقاله نقش یکسانی داشتند.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

منابع

جعفری، اصغر. (۱۳۸۷). مقایسه اثربخشی رویکردهای ارتباطی ستیر و تجربی وینه کر در کاهش احتمال وقوع طلاق در زوجین متعارض. پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران.

جعفری، اصغر. (۱۳۹۶). تدوین یک برنامه روانی آموزشی بر اساس الگوی ستبر برای زوجین متعارض و اثربخشی آن در کاهش سبک مقابله‌ای ناکارآمد و احتمال وقوع طلاق. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۸(۲): ۱۳۰-۱۰۷. [پیوند]

داودیان، علی. (۱۳۷۹). بررسی وضعیت طلاق در افراد مراجعه کننده به دادگاه خانواده. پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن.

صمد زاده، منا، شعیری، محمدرضا، مهدویان، علیرضا، و جاویدی، نصیرالدین. (۱۳۹۲). پرسشنامه الگوهای ارتباطی: اعتبار و روایی. *فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۳(۱) پیاپی (۹): ۱۵۰-۱۲۴. [پیوند]

علیزاده فرد، سوسن، محتشمی، طیبه، زیمباردو، فیلیپ جورج، و حقیقت‌گو، مرجان. (۱۳۹۵). بررسی خصوصیات روان‌سنجی فرم کوتاه پرسشنامه چشم انداز زمان در جمعیت بزرگسالان شهر تهران. *دو فصلنامه علمی-پژوهشی روان‌شناسی بالینی و شخصیت (دانشور رفتار)*، ۱۴(۲) پیاپی (۲۷): ۱۵۷-۱۶۹. [پیوند]

فتح اله زاده، نوشین، میر صیفی فرد، لیلا سادات، کاظمی، مهناز، سعادت، نادره، و نوایی نژاد، شکوه. (۱۳۹۶). اثربخشی غنی سازی زندگی زناشویی بر اساس نظریه انتخاب بر کیفیت روابط زناشویی و صمیمیت زوج‌ها. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، ۱۱(۳): ۳۷۲-۳۵۳. [پیوند]

کلانتری، میترا، باقری، فربرز، و صادقی، منصوره السادات. (۱۳۹۷). اثربخشی برنامه آموزشی افزایش صمیمیت بر مبنای فرهنگ بومی ایران بر رضایت زناشویی زوج‌ها. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، ۱۲(۱) پیاپی (۴۵): ۲۴-۷. [پیوند]

گودرزی، محمود، شیر، فاطمه، و محمودی، بختیار. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش مؤلفه‌های خانواده درمانی شناختی-رفتاری بر تعارض والد-فرزندی و تعارض زناشویی. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، ۱۲(۴) پیاپی (۴۸): ۵۵۱-۵۳۱. [پیوند]

هویت، دنیس، و کرامر، دانکن. (۱۳۸۹). مقدمه‌ای بر روش‌های تحقیق در روان‌شناسی و مشاوره. ترجمه حسن پاشا شریفی، جعفر نجفی زند، قدسی احقر، مالک میر هاشمی، فریده دوکانه‌ای فرد، و نسترن شریفی. تهران: سخن. (تاریخ انتشار اثر به زبان اصلی، ۲۰۰۴).

References

- Abbasi, F., & Afsharina, K. (2015). Relationship between couples communication patterns and marital satisfaction. *International Journal of Economy, Management and Social Sciences*, 4(3): 369-372. [Link]
- Asa, U. A. & Nkan, V. V. (2017). Factors associated with marital instability among Rural farming households in Akwa Ibom State, Nigeria. *European Scientific Journal*, 13(15): 290-299. [Link]
- Chen, T., Liu, L. L., Cui, J. F., Chen, X. J., Wang, J., Zhang, Y. B., Wang, Y., Li, X. B., Neumann, D. L., Shum, D. H. K., Wang, Y. & Chan, R. C. K. (2016).

- Present-fatalistic time perspective and life satisfaction: The moderating role of age. *Personality and Individual Differences*, 99(3): 161-165. [\[Link\]](#)
- Chi, P., Fang, X., Epstein, N. & Lam, D. O. B. (2013). Similarity of relationship standards, couple communication patterns, and marital satisfaction among Chinese Couples. *Journal of Family Psychology*, 27(5): 806–816. [\[Link\]](#)
- Daugherty, J. R., & Brase, G. L. (2010). Taking time to be healthy: Predicting health behaviors with delay discounting and time perspective. *Personality and Individual Differences*, 48: 202- 207. [\[Link\]](#)
- Donato, S., Parise, M., Pagani, A. F., Bertoni, A. & Iafrate, R. (2014). Demand-withdraw, couple satisfaction and relationship duration. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 140: 200 – 206. [\[Link\]](#)
- Dwivedi, A. & Rastogi, R. (2017). Future time perspective, hope and life satisfaction: A study on emerging adulthood. *Jindal Journal of Business Research*, 5(1): 17-25. [\[Link\]](#)
- Esere, M. O., Yeyeodu, A. & Oladun, C. (2014). Obstacles and suggested solutions to effective communication in marriage as expressed by married adults in Kogi State, Nigeria. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 114: 584-592. [\[Link\]](#)
- Guthrie, L. C., Butler, S. C., Lessl, K., Ochi, O., & Ward, M. M. (2014). Time perspective and exercise, obesity, and smoking: Moderation of associations by age. *American Journal of Health Promotion*, 29(1): 9-16. [\[Link\]](#)
- Hahlweg, K. & Richter, D. (2010). Prevention of marital instability and distress Results of an 11- year longitudinal follow-up study. *Behaviour Research and Therapy*, 48(5): 377-383. [\[Link\]](#)
- Hawkins, A. J., Willoughby, B. J. & Doherty, W. J. (2012). Reasons for divorce and openness to marital reconciliation. *Journal of Divorce & Remarriage*, 53(6): 453-463. [\[Link\]](#)
- King, R. B., & Gaerlan, M. J. M. (2015). The role of time perspectives in the use of volitional strategies. *Psychological Studies*, 60(1): 1-6. [\[Link\]](#)
- Mohd Hasim, M. J., Mustafa, H., & Hashim, N. H. (2015). Exploring new patterns of interaction during conflict among married individuals in Malaysia. *Communication and Culture (ICMCC 2015)*, 30 Nov. [\[Link\]](#)
- Muro, A., Feliu-Soler, A., Castella, J., Devi, J. & Soler, J. (2017). Does time perspective predict life satisfaction? A study including mindfulness as a measure of time experience in a sample of Catalan students. *Mindfulness*, 8(3): 655-663. [\[Link\]](#)
- Musau, J. M., Kisovi, L. M. & Otor, S. C. J. (2015). Marital instability and its impact on female-headed household livelihoods in Machakos County, Kenya. *International Journal of Humanities and Social Science*, 5(8): 145-153. [\[Link\]](#)
- Omoniyi-Oyafunke, C., Falola, H. O. & Salau, O. P. (2014). Effect of marital instability on children in Abeokuta Metropolis. *European Journal of Business and Innovation Research*, 2(3): 68-77. [\[Link\]](#)

- Oyanadel, C., & Buela-Casal, G. (2014). Time perception and psychopathology: Influence of time perspective on quality of life of severe mental illness. *Actas Espanolas de Psiquiatria*, 42(3): 99-107.[Link]
- Papp, L. M., Kouros, C. D. & Cummings, E. M. (2011). Demand-withdraw patterns in marital conflict in the home. *Pers Relatsh*, 16(2): 285-300.[Link]
- Sword, R. M., Sword, R. K., Brunskill, S. R., & Zimbardo, P. G. (2014). Time perspective therapy: A new time-based metaphor therapy for PTSD. *Journal of Loss and Trauma*, 19(3): 197-201.[Link]
- Uka, I., Obidoa, M. A. & Uzochina, G. O. (2013). Marital disharmony: Causes and resolution strategies in Enugu State, Nigeria. *Research in Humanities and Social Sciences*, 3(22): 40-48.[Link]
- Worrell, F. C., McKay, M. T. & Andretta, J. R. (2015). Concurrent validity of Zimbardo Time Perspective Inventory profiles: A secondary analysis of data from the United Kingdom. *Journal Adolescence*, 42: 39-128.[Link]
- Zabelina, E., Chestyunina, YU. Trushina, I. & Vedenevaya, E. (2018). Time perspective as a predictor of procrastination. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 4238: 87-93.[Link]

پرسشنامه شاخص بی‌ثباتی ازدواج

سؤالاها

تعداد
پاسخ
در
هر
گزینه

تعداد پاسخ در هر گزینه	تعداد پاسخ در هر گزینه	تعداد پاسخ در هر گزینه	تعداد پاسخ در هر گزینه	سؤالاها
۱	۲	۳	۴	۱. گاه زن و شوهر فکر می‌کنند که در صورت جدایی از زندگی لذت خواهند برد؛ شما چند وقت یک بار چنین احساسی می‌کنید؟
۱	۲	۳	۴	۲. آیا شما در سه سال گذشته این فکر به ذهنتان آمده که ممکن است که ازدواج شما دچار بحران شود؟
۱	۲	۳	۴	۳. تا آنجا که شما می‌دانید که آیا همسر شما هرگز فکر کرده است که ازدواج شما دچار بحران است؟
۱	۲	۳	۴	۴. آیا در سه سال گذشته، با اعضای خانواده، دوستان، مشاور، یا مددکار درباره مشکلات ازدواج خود صحبت کرده‌اید؟
۱	۲	۳	۴	۵. تا آنجا که می‌دانید؛ آیا همسر یا خویشاوندان، دوستان یا مشاور درباره مشکلات شما یا خودش در ازدواج صحبت کرده است؟
۱	۲	۳	۴	۶. آیا در سه سال گذشته، فکر طلاق یا جدا شدن به سر شما زده است؟
۱	۲	۳	۴	۷. تا آنجا که شما می‌دانید؛ آیا در سه سال گذشته فکر طلاق یا جدا شدن به سر همسران زده است؟
۱	۲	۳	۴	۸. در سه سال گذشته، آیا شما یا همسران به طور جدی موضوع طلاق را مطرح کرده‌اید؟
۱	۲	۳	۴	۹. آیا شما یا همسران درباره تقسیم دارایی صحبت کرده‌اید؟
۱	۲	۳	۴	۱۰. آیا شما درباره اقدام به طلاق با وکیل صحبت کرده‌اید؟
۱	۲	۳	۴	۱۱. آیا شما یا همسران درباره طلاق یا جدایی با وکیل مشورت کرده‌اید؟
۱	۲	۳	۴	۱۲. آیا در سه سال گذشته به خاطر مشکلات ازدواج خانه را برای مدت کوتاه و یا به قصد تجربه جدایی ترک کرده‌اید؟
۱	۲	۳	۴	۱۳. آیا یا همسران درباره "دادن درخواست طلاق یا جدایی" به دادگاه صحبت کرده‌اید؟
۱	۲	۳	۴	۱۴. آیا شما یا همسران درخواست طلاق یا جدایی به دادگاه داده‌اید؟
قسمت دوم				
۱	۲	۳	۴	۱. چند وقت یکبار غذای اصلی روزانه خود را به اتفاق همسران می‌خورید؟
۱	۲	۳	۴	۲. چند وقت یک بار به اتفاق همسران به دیدن دوستان می‌روید؟
۱	۲	۳	۴	۳. چند وقت یک بار برنامه یا فعالیت‌های مربوط به خانه را به اتفاق همسران انجام می‌دهید؟
۱	۲	۳	۴	۴. چند وقت یک بار به اتفاق همسران به سینما، گردش، میهمانی، کوه و مانند آن‌ها می‌روید؟
۱	۲	۳	۴	۵. اگر قرار باشد؛ از اول ازدواج کنید؛ آیا الف: با همین شخص ازدواج می‌کنید؟ ب: با شخص دیگری ازدواج می‌کنید؟ ج: ابدأ ازدواج نمی‌کنید؟
				۶. آیا از خودتان خانه دارید؟
				۷. به طور کلی، معتقدید که باورهای مذهبی شما تا چه حد بر زندگی روزمره شما اثر دارد؟ خیلی زیاد نسبتاً زیاد تا حدی کم ابدأ
				۸. چند سال از ازدواج شما با همسران می‌گذرد؟

پرسشنامه الگوهای ارتباطی زوجها

کاملاً ناممکن	شدیداً ناممکن	تقریباً ناممکن	تقریباً ممکن	کمی ناممکن	کمی ممکن	نظری ندارم	کمی ممکن	شدیداً ممکن	کاملاً ممکن	سؤال‌ها
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱	۱. من و همسر از بحث در مورد مشکل دوری می‌کنیم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۲.	۲. من و همسر سعی می‌کنیم در مورد مشکل خود گفتگو کنیم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۳.	۳. وقتی که همسر بحث را شروع کند؛ من از بحث اجتناب کنم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۴.	۴. وقتی من بحث را شروع کنم؛ او از بحث کردن پرهیز کند.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۵.	۵. من و همسر یکدیگر را مورد اتهام و انتقاد قرار می‌دهیم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۶.	۶. من و همسر احساساتمان را نسبت به یکدیگر ابراز می‌کنیم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۷.	۷. من و همسر یکدیگر را به پیامدهای منفی تهدید می‌کنیم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۸.	۸. من و همسر پیشنهاد راه حل و آشتی می‌کنیم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۹.	۹. همسرم غر می‌زند و انتظارات زیادی دارم؛ اما من کناره می‌گیرم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۰.	۱۰. من غر می‌زنم و انتظارات زیادی دارم اما او کناره می‌گیرد.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۱.	۱۱. همسرم انتقاد می‌کند؛ درحالی‌که من از خودش دفاع می‌کنم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۲.	۱۲. من انتقاد می‌کنم در حالی که او از خودش دفاع می‌کند.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۳.	۱۳. همسرم مرا تحت فشار قرار می‌دهد؛ تا کاری را بدون چون و چرا بپذیرم یا متوقف کنم اما من مقاومت می‌کنم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۴.	۱۴. من، همسرم را در فشار قرار می‌دهم که کاری را بدون چون و چرا بپذیرد یا متوقف کند اما او مقاومت می‌کند.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۵.	۱۵. همسرم احساساتش را ابراز می‌کند اما من به دنبال راه حل هستم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۶.	۱۶. من احساساتم را ابراز می‌کنم اما او به دنبال دلیل و راه حل است.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۷.	۱۷. همسرم مرا به عاقبت منفی تهدید می‌کند اما من کوتاه می‌آیم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۸.	۱۸. من، همسرم را به عاقبت منفی تهدید می‌کنم اما او کوتاه می‌آید.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۹.	۱۹. همسرم به من فحش می‌دهد و به شخصیت من توهین می‌کند.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۲۰.	۲۰. من به همسرم فحش می‌دهم و به شخصیت او توهین می‌کنم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۲۱.	۲۱. همسرم به من زور می‌گوید و من را تحت فشار قرار می‌دهد.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۲۲.	۲۲. من به همسرم زور می‌گویم و او را تحت فشار قرار می‌دهم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۲۳.	۲۳. من و همسرم احساس می‌کنیم که یکدیگر را درک می‌کنیم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۲۴.	۲۴. من و همسرم بعد از بحث از یکدیگر کناره می‌گیریم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۲۵.	۲۵. من و همسرم احساس می‌کنیم مشکل حل شده است.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۲۶.	۲۶. هیچ یک از ما بعد از بحث و گفتگو به جایی نمی‌رسیم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۲۷.	۲۷. بعد از بحث ما سعی می‌کنیم با یکدیگر خیلی صمیمی شویم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۲۸.	۲۸. همسرم به خاطر آنچه گفته احساس گناه می‌کند اما من احساس آسیب می‌کنم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۲۹.	۲۹. من به خاطر آنچه گفته‌ام؛ احساس گناه می‌کنم؛ اما او احساس آسیب می‌کند.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۳۰.	۳۰. همسرم سعی می‌کند که آشتی کند اما من فاصله می‌گیرم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۳۱.	۳۱. من سعی می‌کنم که آشتی کنم؛ انگار هیچ اتفاقی نیفتاده اما او فاصله می‌گیرد.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۳۲.	۳۲. همسرم مرا مجبور به عذرخواهی می‌کند اما من مقاومت می‌کنم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۳۳.	۳۳. من همسرم را مجبور به عذرخواهی می‌کنم؛ اما او مقاومت می‌کند.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۳۴.	۳۴. من (مرد) حمایت را در سایرین جستجو می‌کنم.
۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۳۵.	۳۵. من (زن) حمایت را در سایرین جستجو می‌کنم.

پرسشنامه چشم انداز زمان

بسیار نادرست	نادرست	بی تفاوت	درست	بسیار درست	سؤال‌ها
۵	۴	۳	۲	۱	۱. کارهایم را نسنجیده انجام می‌دهم.
۵	۴	۳	۲	۱	۲. وقتی به موسیقی مورد علاقه‌ام گوش می‌دهم؛ اغلب همه چیز را فراموش می‌کنم.
۵	۴	۳	۲	۱	۳. تلاش می‌کنم تا جایی که ممکن است؛ هر ساعت از زندگی‌ام را به بهترین وجه بگذرانم.
۵	۴	۳	۲	۱	۴. ایده آلم این است که هر روز را طوری زندگی کنم که گویا آخرین روز زندگی من است.
۵	۴	۳	۲	۱	۵. من آنی و سریع تصمیم می‌گیرم.
۵	۴	۳	۲	۱	۶. ریسک کردن مانع کسل کننده شدن زندگی‌ام می‌شود.
۵	۴	۳	۲	۱	۷. گذشته خاطرات ناخوشایند زیادی با خود دارد و من ترجیح می‌دهم درباره آن‌ها فکر نکنم.
۵	۴	۳	۲	۱	۸. خطر می‌کنم تا هیجان را وارد زندگی‌ام کنم.
۵	۴	۳	۲	۱	۹. زندگی من را قسمت و سرنوشت تعیین کرده است.
۵	۴	۳	۲	۱	۱۰. برای به دست آوردن آنچه می‌خواهم؛ به شانس بیشتر از تلاش و کار معتمد.
۵	۴	۳	۲	۱	۱۱. حقیقتاً شما نمی‌توانید که برای آینده برنامه‌ریزی کنید؛ زیرا همه چیز خیلی تغییر می‌کند.
۵	۴	۳	۲	۱	۱۲. زندگی من توسط نیروهایی که نمی‌توانم بر آن‌ها تأثیر بگذارم، کنترل می‌شود.
۵	۴	۳	۲	۱	۱۳. اغلب به این فکر می‌کنم که در زندگی‌ام باید چه کارهای متفاوتی انجام می‌دادم، که ندادم.
۵	۴	۳	۲	۱	۱۴. در گذشته اشتباه‌های زیادی کردم؛ ای کاش می‌توانستم آن‌ها را جبران کنم.
۵	۴	۳	۲	۱	۱۵. فراموش کردن تصاویر ناخوشایند گذشته، برایم سخت است.
۵	۴	۳	۲	۱	۱۶. اغلب درباره چیزهای بدی که در گذشته برایم اتفاق افتاده فکر می‌کنم.
۵	۴	۳	۲	۱	۱۷. معمولاً به چیزهای خوبی که در زندگی‌ام از دست دادم؛ فکر می‌کنم.
۵	۴	۳	۲	۱	۱۸. تجارب دردناک گذشته مدام در ذهنم مرور می‌شوند.
۵	۴	۳	۲	۱	۱۹. اغلب از قلبم پیروی می‌کنم تا از مغز و عقلم. (بیشتر احساساتی هستم تا معقول و منطقی)
۵	۴	۳	۲	۱	۲۰. خاطرات شاد گذشته را به راحتی به یاد می‌آورم.
۵	۴	۳	۲	۱	۲۱. خرج کردن پول برای لذایذ امروز بهتر از ذخیره کردن آن برای امنیت فرداست.
۵	۴	۳	۲	۱	۲۲. دوست دارم روابط نزدیکم با دوستان، پرشور و با حرارت باشد.
۵	۴	۳	۲	۱	۲۳. تصاویر، صداها و رایحه‌های آشنای دوران کودکی اغلب خاطرات خوبی را به خاطر می‌آورد.
۵	۴	۳	۲	۱	۲۴. فکر کردن درباره گذشته برایم لذت بخش است.
۵	۴	۳	۲	۱	۲۵. در مجموع خاطرات خوب گذشته را بیشتر از خاطرات بد به خاطر می‌آورم.
۵	۴	۳	۲	۱	۲۶. تصمیماتم اغلب به خاطر مردم و مسائل پیرامونم بوده است.
۵	۴	۳	۲	۱	۲۷. اغلب به یاد می‌آورم که در گذشته به من بی‌توجهی شده یا مورد سوءاستفاده قرار گرفتم.
۵	۴	۳	۲	۱	۲۸. حسرت دوران کودکی‌ام را می‌خورم.
۵	۴	۳	۲	۱	۲۹. حتی زمانی که دارم از اکنون لذت می‌برم؛ شباهت آن با تجارب مثبت گذشته‌ام را مرور می‌کنم.
۵	۴	۳	۲	۱	۳۰. برایم مهم است که کارها سر وقت انجام بشوند.
۵	۴	۳	۲	۱	۳۱. وقتی می‌خواهم چیزی به دست آورم؛ اهدافم را تنظیم و روش‌های دستیابی به هدف را بررسی می‌کنم.
۵	۴	۳	۲	۱	۳۲. تعهداتم به دوستان و مسئولین را به موقع انجام می‌دهم.
۵	۴	۳	۲	۱	۳۳. با طراحی برنامه‌های منظم، کارهایم را به موقع تمام می‌کنم.
۵	۴	۳	۲	۱	۳۴. زمانی که بدانم کار مهمی را باید انجام دهم؛ بر سایر وسوسه‌ها و خواسته‌هایم غلبه می‌کنم.
۵	۴	۳	۲	۱	۳۵. آداب و رسوم سنتی خانوادگی را که به‌طور منظم تکرار می‌شوند؛ دوست دارم.
۵	۴	۳	۲	۱	۳۶. اگر انجام کارهای سخت و غیر جذاب به پیشرفتم کمک کند؛ حتماً آن‌ها را انجام می‌دهم.
