رویش روان شناسی، سال۱۰ ، شماره۶، شماره پیاپی ۶۳، شهریور ۱۴۰۰
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),10(6), 2021

شیوع پدیده طلاق شناختی در بین زوجین متقاضی طلاق: مطالعه مروری

Prevalence of cognitive divorce phenomenon among couples seeking divorce: Review study

دکتر لقمان ابراهیمی
دانشیار گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه زنجان، زنجان، ایران.
عباس نجفی‌پور تابستانق (نویسنده مسئول)
کارشناسی ارشد، روانشناسی عمومی، دانشگاه زنجان، زنجان، ایران.

Dr. Loghman Ebrahimi
Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Zanjan University, Zanjan, Iran.
Abbas Najafipoor Tabestanagh*
M. A. of General Psychology, Zanjan University, Zanjan, Iran.*abbasnajafipoor@gmail.com*

چکیده

عوامل شناختی نقش تعیین کننده‌ای در زندگی زناشویی زوجین به ویژه شناخت آنها از یکدیگر، توانایی کنار آمدن با شباهت‌ها و تفاوت‌های یکدیگر و ادراک زوجین از تعارضات زناشویی دارد. مطالعات متعددی بر اهمیت عوامل شناختی صحه گذاشته‌اند. نظریه‌پردازان شناختی و رفتاری مشکلات زناشویی را نتیجه مهارت‌های ناکارآمد همسران در برقراری ارتباط، ناتوانی در حل موثر مشکلات و تعارض‌ها، انتظارات و باورهای غیرمنطقی و تبادلات رفتارهای منفی می‌دانند. با وجود اینکه بسیاری از مشکلات زوجین که به طلاق می‌انجامد به عوامل شناختی مربوط است، کمتر به بررسی این عامل در زندگی زناشویی پرداخته شده است. پژوهش حاضر با هدف بررسی مروری شیوع پدیده طلاق شناختی در بین زوجین متقاضی طلاق صورت گرفت. کلیدواژه‌های طلاق، عوامل شناختی طلاق، عوامل شناختی موثر در طلاق عاطفی، باورهای زوجین در پایگاه‌های معتبری مانند اس‌آی‌دی، مگیران، ایرانداک، ساینس دایرکت، گوگل اسکالر، اسکوپوس جستجو گردید. مقاله حاضر با بررسی مطالعات انجام گرفته تاکنون، علاوه بر تبیین پدیده طلاق شناختی و مولفه‌های آن، به نقش این پدیده در پیدایش طلاق عاطفی می‌پردازد. فرآیندهای شناختی اعم از نگرش‌ها، باورها، اندیشه‌ها، نقشه‌های ذهنی، طرحواره‌های ذهنی و مواردی از این قبیل که در نوع عملکرد، رفتار و روابط زوجین با یکدیگر تاثیر می‌گذارد و زوجین را در تعبیر و تفسیر کردن موقعیت‌ها هدایت می‌کند به گونه‌ای که اگر تعبیر و تفسیر در زوجین با خطای شناختی، افکار منفی‌گرایانه و تحریف همراه باشد، پدیده‌ای بنام طلاق شناختی تجلی پیدا می‌کند. مولفه‌های طلاق شناختی براساس مطالعه انجام گرفته شده عبارت بودند از: تفکر آرمان‌گرایانه، نگرش تخریب‌کنندگی، ذهن خوانی، ادراک وابسته، عدم بلوغ شناختی و آسیب‌شناسی هم‌بافته. طبق مقالات بررسی شده و مستندات، اختلال در زمینه‌های هیجانی و شناختی زوجین می‌تواند طلاق عاطفی را به همراه داشته باشد. به عبارتی بین شناخت، افکار و هیجان زوجین با طلاق عاطفی رابطه وجود دارد و قبل از طلاق عاطفی زوجین دچار طلاق شناختی می‌شوند. شناسایی ماهیت طلاق به عنوان آسیب‌زا ترین نحوه بروز تعارض زوجین می‌تواند در جهت برنامه‌ریزی مناسب به منظور جلوگیری و کاهش طلاق در سال‌های آینده مؤثر واقع شود.

واژه‌های کلیدی: *طلاق، آسیب‌شناسی، طلاق شناختی، طلاق عاطفی*

Abstract

Cognitive factors play a decisive role in the marital life of couples, especially their knowledge of each other, the ability to cope with the similarities and differences between each other, and the couple's perception of marital conflicts. Numerous studies have confirmed the importance of cognitive factors. Cognitive and behavioral theorists consider marital problems to be the result of spouses' dysfunctional communication skills, inability to effectively solve problems and conflicts, irrational expectations and beliefs, and the exchange of negative behaviors. Although many of the couples' problems that lead to divorce are related to cognitive factors, this factor has been less studied in married life. The aim of this study was to review the prevalence of the phenomenon of cognitive divorce among couples seeking a divorce. Keywords Divorce, Cognitive Factors of Divorce, Cognitive Factors Affecting Emotional Divorce, Couples' Beliefs were searched in reputable databases such as ID, Magiran, Irandak, Science Direct, Google Scholar, Scopus. The present article examines the studies done so far, in addition to explaining the cognitive phenomenon of divorce and its components, the role of this phenomenon in the emergence of emotional divorce. Cognitive processes including attitudes, beliefs, thoughts, mind maps, mental schemas, and the like that affect the type of performance, behavior, and relationships of couples with each other and guide couples in interpreting situations. So that if the interpretation in the couple is accompanied by cognitive error, negative thoughts, and distortion, a phenomenon called cognitive divorce manifests itself. The components of cognitive divorce based on the study were: idealistic thinking, destructive attitude, mind-reading, dependent perception, cognitive immaturity, and all-encompassing pathology. According to the reviewed articles and documents, emotional and cognitive disorders in couples can lead to emotional divorce. In other words, there is a relationship between couples' cognition, thoughts, and excitement with emotional divorce, and before emotional divorce, couples suffer from cognitive divorce. Identifying the nature of divorce as the most harmful way of conflict between couples can be effective in proper planning to prevent and reduce divorce in the coming years.

Keywords: *Divorce, Pathology, Cognitive Divorce, Emotional Divorce.*

نوع مقاله : مروری سیستماتیک **دریافت : اسفند ۹۹** **پذیرش: فروردین ۱۴۰۰** **ویرایش نهایی : شهریور ۱۴۰۰**

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-13]

[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.6.13.3]

مقدمه

ترقی، تعالی، پیشرفت و یا انحطاط، تنزل و سقوط هر جامعه وابسته به وضع و شرایط خانواده‌های تشکیل‌دهنده آن جامعه و اجتماع می‌باشد. یکی از عوامل تهدیدکننده کانون گرم و شکوفایی هر خانواده عدم رضایت زناشویی و در نهایت طلاق زوجین است. پدیده‌ای که در جوامع امروزی با سرعت زیادی در حال گسترش است و آثار و پیامدهای عمیق اقتصادی، اجتماعی، روانشناختی، و قانونی بر مردان و زنان مطلقه دارد (اسماعلیان، طهماسبیان، دهقانی و مونایی، ۱۳۹۲). به همین دلیل، شناسایی عوامل موثر در وقوع طلاق یکی از اولویت های بهداشت روان است (جعفری ندوشن، زارع، حسینی هنزایی، پور صالحی نویده و زینی، ۱۳۹۴). مسلما چنانچه عوامل پیش‌بینی و علل یک پدیده شناسایی شود راه مقابله با آن هموارتر می‌شود. همین امر در مورد پدیده طلاق هم صدق می‌کند به گونه‌ای که با شناسایی عوامل پیش‌بینی‌کننده طلاق می‌توان برای کاهش پیامدهای منفی آن برنامه‌ریزی لازم را انجام داد و راهکارها و درمان‌های لازم را بکار گرفت. شیوع روز افزون طلاق، پژوهشگران و نظریه پردازان حوزه خانواده و ازدواج را بر آن داشته که در مورد علل و عوامل تاثیرگذار بر آن به بررسی و تحقیق بپردازند. به طورکلی کشور ایران چهارمین کشور پر طلاق دنیا است. بررسی نشان داده که آمار طلاق در طی چند سال اخیر در ایران روشنگر حقایق تلخ و دردآوری است (اعلمی، تیموری، آهی و بیاضی، ۱۳۹۹).

اغلب زوجین در آغاز زندگی سرمایه مشترک خود را عشق و علاقه متقابل می‌دانند (پاموک و درموس[1] ۲۰۱۵)، اما هنگامی که زندگی زناشویی آنگونه که زن و شوهر انتظار دارند پیش نمی‌رود، زوجین دچار یاس و ناامیدی شده و به حالتی از کاهش عاطفه نسبت به هم می‌رسند (هینمن و هینمن[2] ۲۰۱۷). نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد که زن و مرد با تمام تلاشی که در جهت انجام دقیق وظایف خود دارند، به مرور زمان عشق و علاقه بین آنها کمرنگ و کمرنگ‌تر شده و گاهی به طور کامل محو می‌شود (کراور و هلیول[3] ۲۰۱۹) و زوجین بدون هیچ‌گونه احساس و عاطفه‌ای نسبت به هم، به‌طور کامل جدای از هم به زندگی خود ادامه می‌دهند (آتان و بولوس[4] ۲۰۱۹). به عبارتی روابط عاطفی در آغاز زندگی اغلب باشور و حرارت خاصی وجود دارد اما پس از مدتی به علت ناآگاهی و غفلت یکی از طرفین یا هر دو، عواطف فروکش می‌کند و به تدریج که این وضعیت تشدید می‌شود، زندگی رو به سردی می‌گراید و گاهی این حالت تا جایی ادامه می‌یابد که زوجین زیر یک سقف فقط در کنار هم هستند اما با هم زندگی نمی‌کنند، این وضعیت را طلاق عاطفی[5] می‌نامند (ابراهیمی و حیدری، ۱۳۹۹) که ممکن است این وضعیت منجر به طلاق قانونی شود (حیدری، حیدری و داوودی، ۲۰۱۷). طلاق عاطفی بیانگر رابطه زناشویی رو به زوالی است که متضمن انتخابی نفرت انگیز بین تسلیم و نفرت از خود است؛ زن و شوهر آن‌را تجربه کرده و هر یک دیگری را به دلیل غمگینی و ناامیدی آزار می‌دهد. این ارتباط خانواده‌ای را نشان می‌دهدکه ساختار بیرونی خود را حفظ کرده ولی از درون تهی شده است و احساس تلخ بیگانگی و دوری گزینی جایگزین یگانگی و صمیمت شده است (خاتمی، بهادرخان، پندار کاخکی و بیانفر، ۱۳۹۸). از میزان شیوع آن آمار دقیقی در دست نیست و منابع مختلف آمارهای متفاوتی از نرخ طلاق عاطفی ارائه می‌دهند اما به نظر می‌رسد آمار واقعی طلاق عاطفی از آمارهای موجود بالاتر باشد، چراکه طلاق عاطفی به صورت رسمی ثبت نمی‌شود (لطیفیان، عرشی، علیپور و قائد امینی هارونی، ۱۳۹۶). در برخی منابع گفته شده که طلاق عاطفی بیش از دو برابر طلاق رسمی است (شمالی احمدآبادی، آقایی میبدی، نحندی احمدآبادی و برخورداری احمدآبادی، ۱۳۹۹). عوامل زیادی بر طلاق عاطفی زوجین تاثیرگذار هستند که یکی از مهمترین این عوامل، عوامل شناختی است. عواملی شناختی همچون سواد عاطفی (علاقبند، شریفی، ولی اله و آقا یوسفی، ۱۳۹۹)، طرحواره های ناسازگار اولیه (اکبری، عظیمی، طالبی و قهیمی، ۱۳۹۵)، باورهای ارتباطی (مومنی و آزادی فرد، ۱۳۹۴)، مهارت‌های حل مساله (دیندار، مهدوی و سیدمیرزایی، ۱۳۹۷)، شیوه‌های اسنادهی (خاکی و همکاران، ۱۳۹۶) در پیدایش طلاق و طلاق عاطفی تاثیرگذار هستند. پژوهش‌ها نشان می‌دهد اختلال در زمینه‌های هیجانی و شناختی زوجین می‌تواند طلاق عاطفی را به همراه داشته باشد. به عبارتی بین شناخت، افکار و هیجان زوجین با طلاق عاطفی رابطه وجود دارد (اربطی، ۱۳۹۷). بین طلاق عاطفی با سایر مولفه‌های اختلال‌های رفتاری، هیجانی و شناختی ارتباط معنادار وجود دارد (صباغی، صالحی، مقدم زاده، ۱۳۹۶).

1 Pamuk & Durmuş
2 Heinemann& Heinemann
3 Grover & Helliwell
4 Atan &Buluş
5 emotional divorce

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-13]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.6.13.3]

امروزه تاثیر عوامل شناختی در زندگی روزمره افراد کاملاً مشهود است. اغلب آنچه را که افراد در محیط پیرامونی خود می‌بینند چیزی جز برداشت‌های خود افراد نیست که در نتیجه‌ی مجموعه مکانیسم‌های مختلف شناختی به دست می‌آید. اغلب شناخت ما به دلیل پیچیدگی محیط پیرامون دچار نوعی تنبلی شناختی است که موجب بد کارکردی مکانیسم‌های مختلف شناختی می‌شود. حافظه، درک زبان، حل مسئله و استدلال، تثبیت ذهنی، انتقال منفی، حداقل رضایتمندی در تصمیم‌گیری‌ها را به عنوان انواع مکانیسم‌های شناختی درگیر در نوع برداشت‌های افراد هستند (مایکل، ایزنگ و کین[1] ۲۰۰۵؛ ترجمه زارع و باقرپسند، ۱۳۹۵). اغلب اختلافات زناشویی نه به دلیل عدم علاقه بین زوجین و نه به دلیل تفاوت‌های اساسی به وجود می‌آید، برعکس زوجین ممکن است ناخواسته در روابط خود به دلیل اشتباهات ذهنی و شناختی موجب اختلافات زناشویی و افزایش نارضایتی در زندگی زناشویی و طلاق عاطفی شوند حتی ممکن است این اختلافات منجر به طلاق قانونی شود (سیف و اسلامی، ۱۳۸۷). وجود ردپای عوامل شناختی موثر بر طلاق زوجین و شیوع پدیده‌ای با عنوان «طلاق شناختی»[2] قبل از بروز طلاق عاطفی زوجین می‌تواند توجیه منطقی برای مداخله و اقدام فوری در عوامل شناختی طلاق باشد، چرا که عواطف منفی در نتیجه‌ی برداشت‌ها و نگرش‌های زوجین شکل می‌گیرند. بر همین اساس می‌توان بیان کرد قبل از عواطف منفی، زوجین نوعی باور و شناخت از موقعیت‌ها به دست می‌آورند و در نهایت دچار طلاق عاطفی می‌شوند. بنابراین این پژوهش درصدد مطالعه عوامل شناختی و به دنباله آن پدیده طلاق شناختی و شناسایی مولفه‌های شناختی موثر بر روابط زناشویی است. شناخت مولفه های این مکانیسم می‌تواند به شناسایی عوامل به وجود آورنده طلاق بینجامد و از سوی دیگر در زمینه‌ی درمان نیز می‌تواند به متخصصان این حوزه کمک شایانی کند تا بتوانند با شناسایی این مولفه‌ها به نحوه ی تغییر آنها دست یابند.

روش

مطالعه مروری حاضر با بررسی منابع موجود درباره پدیده طلاق شناختی (عوامل شناختی موثر در طلاق) در بین سال‌های ۲۰۰۳-۲۰۲۰ (۱۳۹۹-۱۳۸۳) و به زبان‌های فارسی و انگلیسی انجام شد. در این مطالعه مروری از پایان نامه‌ها و مقاله‌های مربوط به مطالعات کیفی و کمی نمایه شده در پایگاه‌های اطلاعاتی همچون اس‌آی‌دی، مگیران، ایرانداک، ساینس دایرکت، گوگل اسکالر، اسکوپوس استفاده شده است. در جستجوی مقالات، کلمات کلیدی به کار رفته شامل این کلید واژه ها بود: طلاق، عوامل شناختی طلاق، عوامل شناختی موثر در طلاق عاطفی، باورهای زوجین.

طلاق شناختی

تصمیم به طلاق نتیجه فشار درونی شدیدی است که ممکن است به علل متنوع و گوناگونی برای زوجین اتفاق بیفتد. طلاق از دیدگاه علی در نوع خود بی‌نظیر است. پژوهشگران معتقدند عوامل گوناگونی در سطوح فردی، خانواده و جامعه به تفکیک و نیز در تعامل با یکدیگر بر رابطه زوجین اثر گذاشته و ممکن است منجر به گرایش به سمت طلاق شوند (دهقانی و اسماعیلیان، ۱۳۹۵). یکی از این عوامل مهم، تاثیر عوامل شناختی است. اغلب آنچه را که افراد در محیط پیرامونی خود می‌بینند چیزی جز برداشت‌های خود افراد نیست که در نتیجه‌ی مجموعه مکانیسم‌های مختلف شناختی به دست می‌آید. فرآیند شناختی افراد در تبیین نوع عملکرد و رفتار افراد بسیار مهم است، در واقع این شناخت افراد است که تعیین می‌کند یک موقعیت را چگونه تعبیر و تفسیر کند. در صورتی که این ویژگی افراد دچار تحریفات و تغییرات منفی شود و به شکل‌های مختلفی همچون افکار خودآیند و خطاهای شناختی درآید فرد عملکرد متناسب با موقعیت را انجام نخواهد داد. این عملکرد نامناسب ناشی از شناخت‌های معیوب در زندگی زوجین نیز می‌تواند نتایج منفی را به وجود آورد و موجب آسیب‌پذیر شدن زوجین در مقابل عوامل مختلف به وجود آورنده طلاق شود. عوامل شناختی نقش تعیین کننده‌ای را در زندگی افراد در ادراک آنها از یکدیگر، توانایی کنار آمدن با شباهت‌ها و تفاوت‌های یکدیگر دارد، در واقع می توان گفت یکی از علت های به وجود آورنده عوامل طلاق عاطفی عملکرد نامناسب این مکانیسم است. شناخت مولفه‌های این مکانیسم می‌تواند به شناسایی عوامل به وجود آورنده طلاق بینجامد. میشل (۱۹۷۳) عنوان می کند این دو مکانیسم (عوامل شناختی و هیجانی) در تعامل با یکدیگرند و به گونه‌های مختلفی

1 Mhaelw, Eysenck & keane
2 cognitive divorce

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-13]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.6.13.3]

فعال شده بر یکدیگر تاثیر می‌گذارند. با شناخت نحوه‌ی عملکرد این دو مکانیسم می‌توان اولا با شناخت مولفه‌های منفی و ثانیا نحوه تاثیر و فرآیند این تاثیرگزاری را شناخت و با کمک تکنیک‌های مختلف این فرایند منفی را در مراحل اولیه از بین برد یا از میزان تاثیر آنها بر زندگی زناشویی کاست و از تشدید عوامل زمینه ساز طلاق عاطفی جلوگیری کرد (اربطی، ۱۳۹۷).

شناخت صرفاً یک باور یا اندیشه است که به زعم درمانگر پیرو مکاتب عقلانی عاطفی و شناختی تاثیر مهمی بر روابط، احساسات و فرآیندهای درون و برون روانی ما دارد. محققان دریافته‌اند میزان باورهای غیرواقع بینانه در رابطه زناشویی، پیشبینی‌کننده نیرومندی برای پریشانی زندگی زناشویی است. محققان شناختی جریان آگاهی لحظه به لحظه ایده‌ها، باورها یا تصاویر را افکار خودآیند نامیده‌اند. درمانگران شناختی-رفتاری متوجه شده‌اند که معمولا افراد به جای آنکه درستی افکار خودآیند را بسنجند، درستی آنها را بر اساس ارزش ظاهری قبول می‌کنند. علاوه بر افکار خودآیند و طرحواره‌ها، تحریف‌های شناختی یا خطاهای پردازش اطلاعات نیز در تبدیل شناخت‌واره‌ها به منبع نگرانی و تضاد در زندگی افراد نقش دارند. این تحریف‌ها باعث برو ز نقص بیشتر در انطباق و سازگاری فرد با موقعیت‌ها می‌گردد. نـوعی از شـناخت‌هـا کـه دررابطه زناشویی نقش مهمی به عهده دارند، طرحـواره‌هـا هسـتند. یانگ[1](۲۰۰۳) معتقد است طرحواره‌ها به عنوان سازنده برخی از رگه‌های شخصیتی عمل می‌کنند و طرحواره‌های ناسازگار اولیه به ویژه آن‌هایی که عمدتاً در نتیجه تجارب ناگوار دوران کودکی شکل می‌گیرند، ممکن است هسته اصلی مشکلات منش شناختی و شخصیتی را شکل دهند. یانگ طرحواره‌های ناسازگار اولیه را موضوعاتی ثابت، فراگیر و پایداری می‌داند که از خاطرات، هیجان‌ها، شناخت‌ها و احساس‌های بدنی تشکیل شده‌اند. این طرحواره‌ها اطلاعات مربوط به رابطه بین فرد و محیط را تحریف و افکار خودکار منفی را فعال می‌کنند که در نهایت نگرش‌ها و پردازش شناختی نابهنجار را در پی دارند. کسانی که از طرحواره‌های ناسازگار به طور افراطی استفاده می‌کنند در ابراز هیجان ناتوانند (یوسف نژاد شیروانی و پیوستگار، ۱۳۹۰). یانگ معتقد است هر کدام از علائم آسیب‌شناسی روانی با یک یا تعداد بیشتری از طرحواره‌های اولیه مرتبط است. طرحواره‌های ناسازگار، باعث تحریک افکار خودآیند منفی شده و ناراحتی روانی شدیدی را با خود به همراه می‌آورند (فعله کار، بردن، دانایی، امانی و مقدم‌فر، ۱۳۹۸). اگر افرادی که در یک رابطه معـین ماننـد رابطه زناشویی دارای طرحواره منفی باشند، آنها تمایل به پـردازش و تفسیر رفتار شریک زندگی بـه شـیوه ای منفـی دارنـد و در برابـر هرگونه اطلاعاتی که در تضاد با طرحواره است مقاومت می‌کننـد (ایزدی، رضایی، ظهیرالدین و محسن‌زاده، ۱۳۹۶). در همین راستا، سسرو، مارمون، بیتل، هاتز و جونز[2](۲۰۰۴) در پژوهشی عنوان کرده‌اند که طرحواره‌های ناسازگار اولیه مکانیسم‌های ناکارآمدی هستند که به صورت مستقیم به پریشانی روان شناختی می‌انجامند. این طرحواره‌ها به دلیل ارضا نشدن نیازهای هیجانی اساسی دوران کودکی به وجود می‌آیند که از جمله این نیازها: نیاز به دلبستگی ایمن به دیگران، خودگردانی، کفایت و هویت، آزادی در بیان نیازها و هیجان‌های سالم، خودانگیختگی و تفریح و محدودیت‌های واقع بینانه و خویشتن داری می‌باشد. استلیز[3](۲۰۰۴) نیز نشان داد که طرحواره ناســازگار اولیـــه محرومیـت هیجـانی و نارسـایی پیش بینی کننده روابط صمیمی و عاشقانه کمتـر در همـسران است. هیجانات به طور گسترده‌تری با افکاری که ناشی از تفاسیر واقعی تجربه‌ها هستند ترکیب می‌شوند و تجربه درونی افراد را غیرقابل تشخیص می‌کنند که این عامل می‌تواند با تأثیر بر رفتار زوجین، مشکلاتی را برای آنان به بار بیاورد. یافته‌های تحقیق امانی، عیسی نژاد و عزیزی (۱۳۹۳) بیانگر این بود که رابطه منفی بین طرحواره های ناسازگار اولیه و سازگاری زناشویی وجود دارد.

مولفه‌های طلاق شناختی

از مجموعه فرآیندهای شناختی شامل (نگرش‌ها، باورها، تصورات، نقشه‌های ذهنی، طرحواره‌ها و مواردی از این قبیل) که به شکل مستقیم و غیر مستقیم بر رفتارها و روابط زوجین با یکدیگر تاثیر می‌گذارد و در نهایت پدیده‌ای با نام طلاق شناختی تجلی پیدا می‌کنند. با توجه به پژوهش اربطی (۱۳۹۷)، مهمترین عامل‌های شناسایی شده در حوزه شناختی طلاق عبارت‌انداز:

1 Yung
2 Cicero, Marmon, Beitel, Hutz& Jones
3 Stiles

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-13]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.6.13.3]

۱)تفکر ایده آلیستی:[1] در این نوع تفکر اغلب زوجین مطابق با ایده‌آل‌هایی از قبل تعریف شده در ذهن خود وارد زندگی مشترک می‌شوند. معمولاً این خطای شناختی در روابط زوجینی که تازه ازدواج کرده‌اند به چشم می‌خورد. این افراد تصور می‌کنند درک متقابل به معنای نداشتن اختلاف نظر و سلیقه است و زندگی زمانی خوب و ایده‌آل است که هیچ تفاوتی با یکدیگر نداشته و علایق و سلایق مشترکی داشته و چون زن و شوهر تکمیل کننده‌ی هم هستند، بایستی سریع به تصمیم‌گیری مشترک که دو طرف راضی باشند، برسند. مطابق اصل تفاوت‌های فردی در روانشناسی، طبیعی است که هیچ وقت دو نفر نمی‌توانند در همه‌ی زمینه‌ها مشترک باشند. آنچه زوجین نیاز دارند احترام به سلیقه‌های یکدیگر است. تفکر ایده‌آلیستی اغلب ممکن است در نتیجه‌ی مقایسه‌گری زوجین به وجود آمده باشد، به گونه‌ای که هر یک از زوجین با مقایسه کردن وضعیت زندگی خود با دیگران اغلب به افکار آرمان گرایانه‌ای روی آورند و بخواهند با تشکیل زندگی مشترک و با کمک همسر خود به این اهداف آرمان‌گرایانه‌ی کاذب دست یابند، حتی در خیلی از مواقع اغلب زوجین با انگیزه و هدف عملی کردن این افکار ازدواج می‌کنند که در این صورت با انگیزه‌های اشتباه خود دچار سوء تفاهم و تعارض های فراوانی در زندگی می‌شوند (اربطی، ۱۳۹۷).

۲) نگرش تخریب کنندگی:[2] این نگرش، سوء رفتار، کج خلقی و خشونت را به عنوان عاملی مؤثر در حل مشکلات می‌داند. در این وضعیت، شدت انحراف ذهنی به قدری است که افراد به شکل مستبدانه بدون هر گونه دلیل موجه نتیجه‌گیری‌های اشتباه می‌گیرند. افراد در این نوع تفکر ممکن است به شکل همه یا هیچ نیز عمل کنند. به صورتی که فرد یک رفتار، فکر، موقعیت و یا موضوعی را کلاً سیاه و سفید ببیند یا ممکن است موضوعات مختلف را به شکل اغراق آمیز غیر قابل حل بداند که در نهایت راهی جز رفتارهای کلامی و غیرکلامی نامطلوب از جمله سوء رفتار و خشونت و درگیری باقی نخواهد ماند. اغلب این نوع نگرش جزء ویژگی‌های شخصیتی افراد نیز ممکن است باشد. شخصیت‌های تکانشگری و زود رنج در مقابل مشکلات دچار سوء تعبیرهایی در مورد غیرقابل حل بودن مشکل می‌شوند. این مورد می‌تواند از کمبود ظرفیت شناختی افراد نیز ناشی شود که چون فرد از نظر شناختی احساس ضعف می‌کند به طبع آن رفتارهای همراه با خشونت نیز انجام خواهد داد. بدین معنا که آسیب پذیری شناختی افراد، آنها را مستعد این نوع نگرش و بروز رفتارهای پرخطر و سوء رفتار با همسر می‌کند (مومنی و آزادی فر، ۱۳۹۵).

۳) ذهن خوانی:[3] ذهن خوانی در روابط بین زوجین به معنی ساختن فرضیاتی در مورد افکار، احساسات و انگیزه‌های شریک زندگی و بیان آن است. در این وضعیت، فرد تلاش می کند افکار، احساسات و تمایلات شریک زندگی‌اش را به صورت منفی حدس بزند و به نوعی پیشگویی کند. ذهن خوانی بسیار آسیب رسان و تاثیر مخربی بر روابط زناشویی دارد. این شرایط در روابط زوجین براساس اسناددهی نیز قابل توجیه است. به صورتی که افراد برای ساختن اسنادهای متفاوت، حالات ذهنی و استدلال ها در مورد خود و دیگران دست به شبیه‌سازی ذهنی می‌زنند. آنها خودشان را به جای دیگران می‌گذارند و سپس حالات ذهنی آنها را در یک موقعیت خاص ذهنی‌سازی می‌کنند. این وضعیت براساس رویکرد شبیه سازی قابل تبیین است. از نظر فیزیولوژیکی دو شبکه نورونی مهم در ارتباط با ذهنی‌سازی قابل مطرح است که شامل قشر پیش پیشانی میانی که در تفکرات ارزیابی شده، هدفمند و کنترل شده در مورد خود و دیگران ضروری است. این معنا شامل ادراک خود و به دست آوردن چشم انداز نسبت به موقعیت مهم است. شبکه نورونی دوم، نورون های آئینه‌ای هستند که در اعمال، نیات، هیجانات هم در مورد خود و دیگران کارکرد دارد (زارعی محمودآبادی، ۱۳۹۵).

۴) ادراک وابسته:[4] گاهی اوقات افراد از نظر ادراکی و تعبیر و تفسیر اطلاعات به شکل وابسته به نمادهای محیطی عمل می‌کنند. از نظر شناختی افراد برای حوادث محیطی از نمادهایی برای معنادهی به این حوادث استفاده می‌کنند. در برخی از مواقع به دلیل معانی نمادین بسیاز زیاد که اشخاص در نظر می‌گیرند اغلب دچار اشتباهات فکری می‌شوند. علت این امر آن است که در مقابل نمادهای مختلف ذهنی که در محیط وجود دارند ذهن تنبل افراد نمی‌تواند همه‌ی اطلاعات را پردازش کند. این خطای شناختی در بین زوجین خود را به صورت سوء تعبیرها و تعارضات زناشویی نشان می‌دهد به طوری که اغلب فرد به دلیل وابستگی شناختی که به عوامل محیطی دارد در ادراک مرزبندی‌های زندگی خود دچار مشکلات می‌شود. ادراک عدم مرزبندی بین همسر، اطرافیان و خود باعث می شود فرد نتواند در زندگی زناشویی خود استقلال شناختی داشته باشد و همین امر در مواقعی منجر به رسانه‌ای شدن مشکلات زوجین و در نتیجه زمینه را

1 Idealistic thinking
2 Destructive attitude
3 Brain-reading
4 Dependent Perception

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-13]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.6.13.3]

برای دخالت اطرافیان در زندگی زوجی مهیا می‌کند. ادراک وابسته را همچنین می‌توان براساس نوع دلبستگی‌های دوران کودکی نیز تبیین نمود. افشاری، مونایی و پناغی (۱۳۹۴) نشان دادند که بین دلبستگی‌های دوران کودکی با رفتارهای دوران بزرگسالی رابطه مثبت وجود دارد. به صورتی که بازنمایی‌های اولیه از دلبستگی افراد در دوران کودکی در نوع روابط فرد با دیگران در بزرگسالی و همچنین نوع ارزیابی شناختی فرد از دیگران تاثیر دارد. در نتیجه هر چقدر این روان سازه‌های اولیه منفی باشد احتمال سوء تعبیر و طلاق در بزرگسالی افزایش خواهد یافت.

۵) عدم بلوغ شناختی[1] در این وضعیت فرد از لحاظ شناختی در دوره‌های مختلف زندگی خود به استقلال شناختی نرسیده است و همواره وابسته به داده‌های محیطی است. در این عامل سرعت پردازش اطلاعات فرد بسیار سریع و کمترین تمرکز را دارا است. علت این پردازش سریع، ضعف در شکل‌گیری تجارب شناختی و کمبود ظرفیت شناختی و البته آسیب پذیری شناختی فرد است که احتمالاً ریشه در ضعف تجارب شناختی دوران کودکی او دارد که در نتیجه‌ی آن فرد از لحاظ شناختی در بزرگسالی بسیار آسیب‌پذیر بوده و احتمال بروز تعارضات و سوء تفاهمات بین روابط بین فردی و زوجی بیشتر می‌شود. درمبحث شناختی اغلب به این عامل «فرآیند متکی به داده‌ها» می‌گویند به صورتی که اغلب فرد به دلیل کمبود اطلاعات شناختی بیشتر به اطلاعات محیطی متکی شده و پردازش اطلاعات بسیار سریع و بدون تفکر صورت می‌گیرد که در نهایت اشتباهات فکری و رفتاری نمود پیدا می‌کند. ظرفیت شناختی اغلب در زندگی زوجی بسیار با اهمیت است زیرا یکی از شروط ادامه‌ی زندگی مشترک داشتن اطلاعاتی در مورد مهارت‌های زندگی و همسرداری است. در صورتی که فرد بدون نقشه شناختی و چگونگی برقراری رابطه مثبت با همسر وارد زندگی زناشویی شود به دلیل کمبود سواد شناختی نمی‌تواند روابط مثبتی با همسر و حتی با خانواده همسر داشته باشد در نتیجه دچار سوء تفاهم‌ها و سوء تعبیرهایی شده و در نهایت زمینه برای طلاق عاطفی شکل می‌گیرد. یکی از دلایل طلاق، ناتوانی در ارتباط برقرار کردن با خانواده همسر است چنانچه فرد در این مؤلفه دچار محدودیت‌هایی شود یعنی نتواند با جلب رضایت همسر با خانواده‌های اصلی یا خانواده همسر خود رفت و آمد کنند اغلب مشکلاتی پیش خواهد آمد که منجر به مشاجرات بین زناشویی می‌شود (بک،[2] ۱۹۹۵؛ ترجمه محمدی، کهن زاد، جوشقانی و منصور راد، ۱۳۹۱).

۶) پاتولوژی هم بافته[3] در این وضعیت، اغلب زوجین برای حفظ رابطه‌ی خود و همچنین حفظ تعادل خانواده، رفتارهای بیمارگونه همدیگر را قبول می‌کنند. در این حالت نوعی نگرانی از نفوذ افکار عمومی در زندگی مشاهده می‌شود به طوری که زوجین به نوعی نگران حرف‌های مردم و اطرافیان و بستگان هستند. زوجین هیچگونه تلاشی برای حل مشکلات زندگی خود نمی‌کنند زیرا که هر یک از زوجین مسئولیت اشتباهات خودشان را قبول نمی‌کنند و اغلب به نوعی دیگری را مقصر می‌پندارند. اشکال در علت شناسی مشکلات باعث می‌شود اغلب زوجین برای توجیه اشتباهات خود دیگری را سرزنش کند و اغلب مسئولیت کارهای خودش را بر عهده نگیرد. واکنش طرف مقابل ممکن است به شکل‌های مختلف از جمله تلافی یا لجبازی باشد که در نهایت بر تعارضات زوجی دامن می‌زند. اغلب زوجین در این خطای شناختی به این باور می‌رسند که عدم توافق بین زوجین مخرب است به عبارتی در صورتی که زوجین توافق نداشته باشند زندگی آنها از هم خواهد پاشید و در صورتی که مشکلاتی پیش آید آنها نخواهند توانست آن مشکل را حل کنند. به عبارتی دیگر، در اینجا زوجین به نوعی دچار پیش‌داوری منفی نیز می‌شوند که ترس از آینده و مشکلات آن که در صورت بروز می‌تواند غیرقابل حل باشد، مانع از تمرکز زوجین بر زندگی زناشویی خواهد شد (زارعی محمودآبادی، احمدی، بهرامی، فاتحی زاده و اعتمادی، ۱۳۹۵).

شکل‌گیری طلاق

شکل۱: ترتیب شکل‌گیری طلاق

1 Cognitive immaturity
2 Beck
3 Concomitant pathology

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-13]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.6.13.3]

شکل (۱) نحوه شکل گیری طلاق را بر حسب ترتیب نشان می دهد به گونه‌ای که زوجین ابتدا دچار طلاق شناختی سپس طلاق عاطفی و در نهایت دچار طلاق توافقی می‌شوند. توضیحات آن به شرح زیر است.

به مجموعه فرآیندهای شناختی اعم از نگرش‌ها، باورها، اندیشه‌ها، نقشه‌های ذهنی، طرحواره‌های ذهنی و مواردی از این قبیل که در نوع عملکرد، رفتار و روابط زوجین با یکدیگر تاثیر می‌گذارد و زوجین را در تعبیر و تفسیر کردن موقعیت‌ها هدایت می‌کند به گونه‌ای که اگر تعبیر و تفسیر در زوجین با خطای شناختی، افکار منفی‌گرایانه و تحریف همراه باشد، پدیده‌ای بنام طلاق شناختی تجلی پیدا می‌کند (اربطی، ۱۳۹۷). نجفی، بی‌طرف، محمدی‌فر و زارعی مته‌کلایی (۱۳۹۴) در پژوهشی به این نتیجه دست یافتند که بین طرحواره‌ها ناسازگاراولیه و بینش شناختی در زنان متقاضی طلاق و عادی تفاوت وجود دارد و طرحواره‌های ناسازگار در زنان متقاضی طلاق بالاتر است اما در بینش شناختی نمرات گروه عادی بالاتر است. مهدوی و حاتمیان (۱۳۹۷) در پژوهشی که انجام دادند به این نتیجه دست یافتند که بین کیفیت روابط زناشویی و خطاهای شناختی همبستگی منفی و معناداری وجود دارد، بدین معنی که هر چقدر خطاهای شناختی بیشتر باشد کیفیت روابط زناشویی پایین‌تر و بر عکس هرچه میزان خطاهای شناختی کمتر باشد کیفیت روابط زناشویی بیشتر است.

یافته‌های پژوهشی اربطی (۱۳۹۷) نشان داد؛ اختلال در زمینه‌های هیجانی و شناختی زوجین می‌تواند طلاق عاطفی را به همراه داشته باشد. به عبارتی بین شناخت، افکار و هیجان زوجین با طلاق عاطفی رابطه وجود دارد. این پژوهش نشان داد استرس‌های زندگی زناشویی (از جمله عوامل فردی، خانوادگی، اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی) موجب می‌شوند تمرکز زوجین از خود و روابطشان با همسر برداشته شود و اختلال در تمرکز گاهاً به صورت خواسته و ناخواسته منجر به ایجاد شکاف‌های شناختی و عاطفی در روابط زوجین شود. هاشمی و اصغری ابراهیم آباد (۱۳۹۵) پژوهشی تحت عنوان «نقش سواد عاطفی در پیش بینی طلاق عاطفی با میانجیگری حل تعارض» به این نتیجه دست یافتند که سواد عاطفی و حل تعارض پیش‌بینی کننده‌ی طلاق عاطفی هستند. سواد عاطفی نیز حل تعارض را پیش‌بینی می‌کند. متغیر حل تعارض در رابطه‌ی بین سواد عاطفی و طلاق عاطفی نقش واسطه‌ای دارد. بنابراین می‌توان گفت که زوجین در اثر ضعف سواد عاطفی و ناتوانی در حل تعارض، طلاق عاطفی را تجربه می‌کنند. پژوهش‌ها نشان داده که طلاق عاطفی با دشواری در تنظیم هیجان و کنترل خود (اصغری، عیسی‌پور هفت‌خانی و قاسمی جوبنه، ۱۳۹۷)، مهارت‌های ارتباطی (رضاوندی و شکری، ۱۳۹۶)، فاکتورهای شناختی هم‌چون باورهای ناکارآمد جنسی (خاتمی، بهادرخان، پندار کاخکی و بیانفر، ۱۳۹۸)، باورهای غیرمنطقی و ناامیدی (هزاروسی، ۱۳۹۸) در زوجین رابطه معناداری دارد. علاقبند، شریفی، ولی اله و آقا یوسفی (۱۳۹۹) در پژوهشی که برای پیش‌بینی طلاق عاطفی انجام داد به این نتیجه دست یافت؛ کیفیت زندگی و سواد عاطفی به طور مستقیم و منفی، سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار و هیجان‌خواهی بطور مستقیم و مثبت بر طلاق عاطفی تاثیر دارند. طلاق عاطفی و تعارضات، تهدیدهایی جدی برای زندگی زناشویی هستند که ثبات و کیفیت ازدواج را به چالش می‌کشند و موجب بروز پیامدهای منفی روانی، جسمانی، اجتماعی و اقتصادی می‌شوند. تأثیر منفی بر سلامت جسمانی، افسردگی و بهره‌وری پایین در کار از جمله پیامدهای طلاق عاطفی برای بزرگسالان و احتمال فراوان بروز اختلال منش، اضطراب، افسردگی، بزهکاری و مشکلات مدرسه‌ای نیز از جمله پیامدهای آن برای نوجوانان است (فیروز جاییان، ریاحی و محمدی دوست، ۱۳۹۵). نکته قابل توجه اینجاست که مکانیسم شناختی علاوه بر اینکه منجر به تعارض می‌شود، در فرآیند طلاق عاطفی تغییر شکل داده و منجر به تداوم وضعیت طلاق عاطفی و عدم جدایی رسمی که همان طلاق محضری است، می‌شود. به عنوان مثال؛ در طلاق عاطفی به این نتیجه می‌رسند که نمی‌توانند همدیگر را تحمل کنند (مکانیسم تخریبی اولیه) و به این دلیل باهم زندگی می‌کنند که بچه‌هایشان آسیب نبینند یا توانایی اداره کردن خود بعد طلاق را ندارند (مکانیسم تخریب‌گر تغییر شکل یافته).

از لحاظ حقوقی، طلاق در انواع مختلف قابل مطالعه و رسیدگی می‌باشد. یکی از این موارد طلاق توافقی است که در سال‌های گذشته در حال افزایش است. با توجه به این که در حقوق ایران حق طلاق با مرد است، زن در مواردی محدودی از جمله استنکاف شوهر از پرداخت نفقه، غیبت شوهر، شروط ضمن عقد و عسرو حرج می‌تواند تقاضای طلاق کند. با وجود مواد فوق، در قانون مدنی زوجه می‌تواند با اثبات تحقق شرایط از حق طلاق قضایی بهره‌مند شود. شواهد حاکی از آن است که زنان در چنین مواردی به جای استفاده از طلاق قضایی، متقاضی طلاق توافقی هستند. از طرفی به دلیل ذینفع بودن مردان در طلاق توافقی در واقع این مرد است که اقدام به طلاق زن می‌نماید، چرا که اگر مردی بخواهد زن خود را طلاق دهد باید تمام حقوق قانونی او را پرداخت کند و مردان به دلیل ترس از پرداخت حقوق قانونی زوجه تن به جدایی نمی‌دهند. لیکن با راضی نمودن زوجه به طلاق توافقی از عمل به وظایف قانونی خویش سرباز می‌زنند و این چنین صورت قضیه و محکمه متفاوت شده و توجه به دلایل مختلفی از جمله اطاله‌ی دادرسی در طلاق قضایی و دشواری اثبات وقوع شرایط عسر و حرج ترجیح به طلاق توافقی دارد. پس در ظاهر، جامعه با زوج‌هایی سر و کار دارند که ترجیح می‌دهند با تفاهم و به صورت توافقی از

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-13]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.6.13.3]

یکدیگر جدا شوند که البته در واقعیت امر چنین نمی‌باشد (محمدتقی زاده، ۱۳۹۹). زوج‌ها در آستانه طلاق به دلیل اختلافات شدید و افکار و هیجانات منفی که دارند در پی فرار از این موقعیت به سهل ترین راه یعنی طلاق توافقی رو می‌آورند. بنابراین در تعارضات خانوادگی و دادخواست‌های طلاق توافقی مداخله‌های درمانی‌ای که به جنبه‌های مختلف تعارضات و مشکلات زناشویی توجه می‌نماید، می‌تواند موثر بوده و تصمیم به طلاق را کاهش دهد.

بحث و نتیجه‌گیری

در مبحث طلاق و رشد آن در جوامع امروزی، پژوهش‌گران مختلف را بر آن داشته تا درمورد علت شناسی به پژوهش‌های مختلفی دست بزنند. طلاق پدیده‌ای چند عاملی است که در آن می توان ردپایی از عوامل شناختی را به شکل مجموعه‌ای از خطاهای شناختی شناسایی کرد. این خطاهای شناختی را زوجین به شکل‌های مختلفی همچون تعبیر و تفسیرهای منفی گرایانه که شکل‌های پردازشی مختلفی را به خود می‌گیرند نشان می‌دهند. بسیاری از زوجین با این شناخت‌های معیوب زندگی خود را آغاز می‌کنند که ممکن است این خطاها در ابتدای زندگی زناشویی به شکل آشکار نباشد و در مراحل بعدی زندگی و با گذر زمان خود را در قالب مشکلات مختلف نشان دهند. معمولا رویدادهای مختلف در زندگی را زوجین بر اساس عوامل شناختی خود همچون باورهای بنیادین و در مواقعی طرحواره‌های شکل گرفته دوران کودکی تعبیر می‌کنند که می‌تواند مطابق با واقعیات نباشد. رویدادهای اولیه زندگی زناشویی (شروط ضمن عقد و...) منجر به آشکارتر شدن این شناخت های معیوب شده و زمینه را برای تعارضات زوجی و خانوادگی مهیا می‌کند. در نظریه شناختی، افکار اتوماتیک و طرحواره‌های ذهنی در بروز این اختلالات نقش زیادی دارند. در مورد اختلافات زناشویی و خانوادگی اعتقاد بر این است که ریشه مشکلات از باورهای غیرمنطقی یک یا هر دو زوج نشأت می‌گیرد. روابط زناشویی و خانوادگی آشفته بیشتر از اینکه تحت تأثیر مسائل موجود میان اعضای خانواده باشد، تحت تأثیر ادراکات و تصوراتی است که اعضای خانواده نسبت به رویدادها و مسائل دارند (آزادی، کیمیایی و عباسی بورندرق، ۱۳۹۳). دیدگاه شناختی ارتباط کارآمد یا غیرکارآمد همسران را به نوع تفکر متفاوت آنها نسبت به اعمال و رفتارشان نسبت می‌دهند (بازدار، موسوی، ۱۳۹۶). الیس[1] معتقد است که افکارها و تصورات غیرمنطقی افراد می‌تواند در ایجاد رابطه عاطفی ناکارآمد همسران و ناسازگاری زناشویی آنها نقش بسزایی ایفا کند. از دیدگاه عقلانی- هیجانی الیس، علت اکثر مسائل رفتاری و تعارض های بین فردی از جمله تعارض زناشویی با باورهای غیر منطقی افراد ارتباط دارد. مسایلی مانند برداشت منفی زوجین، داشتن معیارهای انعطاف ناپذیر، تعصب‌های شخصی و سوءتفاهم یا درک نکردن صحبت‌های یکدیگر آن طور که هست، در اغلب ازدواج‌ها موجب نارضایتی زوجین شده و بر جنبه‌های مثبت ازدواج غلبه می‌یابد. در نارضایتی‌های زناشویی در اوایل تعارضات، زوجین شناخت‌های معیوبی را تجربه می‌کنند که در ظاهر منطقی به نظر می‌رسد ولی در واقع زوجین گرفتار هیجانات منفی کرده و دیوار سنگی را بین زوجین به وجود می‌آورد (سودانی، کریمی، شیرالی‌نیا، ۱۳۹۵). مجموعه خطاهای شناختی همچون تفکر ایده آلیستی، ذهن خوانی، نگرش تخریب کنندگی، ادراک وابسته، عدم بلوغ شناختی و پاتولوژی هم بافته در نتیجه‌ی دوره‌های قبلی زندگی افراد شکل می‌گیرند و در زمان مشکلات به شکل خودکار عمل کرده به صورتی که اغلب خود زوجین نسبت به آنها آگاهی ندارند و مطابق با این شناخت‌های معیوب عمل می‌کنند. خطاهای شناختی اغلب در کنهه تمامی عوامل طلاق دخیلند به صورتی که زوجین مطابق با آنها به مسائل مختلف در زندگی می‌نگرند که در اینجا به شکل عدم تفاهم بین زوجین خود را نشان می‌دهد.، در علت شناسی طلاق اغلب وقتی از زوجین سؤال می‌شود که مهمترین مشکل شما چیست؟ آنها جواب قطعی نمی‌دهند و اغلب جواب‌هایی همچون عدم تفاهم را مطرح می‌کنند که نشان دهنده‌ی آن است که در خیلی از مواقع خود زوجین متوجه تاثیر فرآیندهای شناختی منفی خود در زندگی نیستند. در نتیجه با شناخت این خطاهای شناختی می‌توانند بر بسیاری از مشکلات زندگی زناشویی خود غلبه کنند. بانمن[2] (۲۰۱۴) و آریتا[3] (۲۰۰۸) عقیده دارند که با ایجاد فرصت‌های آموزشی جدید می‌توان به زوجین کمک کرد تا شیوه‌های مخرب و باورهای ناکارآمد ذهنی و معیوب را تغییر دهند و شیوه‌های کارآمد و سازنده را به کار گیرند. در این میان با آموزش بینش شناختی که نوعی انعطاف‌پذیری شناختی است می‌توان به ارزیابی

1 Ellis
2 Banmen
3 Arieta

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-13]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.6.13.3]

و اصلاح باورهای ناکارآمد، تحریف شده و همچنین تفسیرهای نادرست و غلط زوجین پرداخت (کوک، پیترز، کایپرز، آزن و فانون[1]، ۲۰۱۰). در واقع بینش شناختی توانایی دوباره ارزیابی افکار و عقاید به منظور دستیابی به نتیجه‌ای مبتکرانه و عاقلانه است.

از محدودیت‌های این مطالعه، عدم دستیابی به تمامی مقالات و گزارش های منتشر نشده بود. محدودیت دیگر اینکه با توجه به جدید بودن موضوع، منابع خارجی و داخلی در زمینه طلاق شناختی اندک بود. پیشنهاد می‌شود که پژوهشگران با ملاک قرار دادن مبانی نظری حاصل از این پژوهش و انجام پژوهش‌های دیگری در این زمینه، به توسعه دانش در حیطه طلاق شناختی کمک نمایند. پیشنهادهای کاربردی مطالعه حاضر عبارت اند از: ۱- با توجه به اهمیت بعد ذهنی و شناختی مساله (چگونگی تعبیر و تفسیر واقعیت‌ها، برداشت‌ها از موقعیت) به عنوان یکی از عوامل موثر در طلاق و طلاق عاطفی زوجین و با توجه به کمبود مطالعات بصورت پژوهشی و بسته‌های اموزشی در جهت کاهش طلاق حداقل از جهت عوامل شناختی؛ ضروری است مطالعات پژوهشی و کارگاه های اموزشی جهت ذهن آگاهی به زوجین چه در طول زندگی زناشویی و چه بصورت آموزش پیش از ازدواج انجام گیرد؛ ۲- اجباری کردن مشاوره پیش از ازدواج بخصوص برای جوانان مبنی بر ذهن آگاهی و شناسایی انتظارات، باورهای زندگی، ویژگی همسر خوب و ... سپس ارزیابی آن؛ ۳- با توجه به اینکه بسیاری از مشکلات زوجین که به طلاق می‌انجامد به عوامل شناختی مربوط است، نهادهای متولی و مجری طرح مداخله در طلاق با استفاده از یافته‌های پژوهش مشابه می توانند با بکارگیری روش‌های درمانی مبتنی بر رویکردهای شناخت محور در جهت کاهش علائم شناختی طلاق گامی موثر بردارند.

منابع

آزادی، ز؛ کیمیایی، ع و عباسی بورندرق، س. (۱۳۹۳). رابطه توانایی حل مسأله خانواده و باورهای غیرمنطقی با مشکلات و ناسازگاری زناشویی. *فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی*، ۹(۳۶)، ۱-۱۷.

آیزنک، م و کین، م. (۲۰۰۵). *روانشناسی شناختی زبان و تفکر*، مترجم زاع و باقرپسندی (۱۳۹۵)، نشر ارجمند.

ابراهیمی، ل و حیدری، ر. (۱۳۹۹). پیش‌بینی گرایش به طلاق عاطفی براساس ویژگی‌هایی شخصیتی، باورهای فراشناختی و بلوغ عاطفی زوجین. *فصلنامه علمی پژوهش های مشاوره، ۱۹(۷۴)*، ۳۴-۶۱.

اربطی، س. (۱۳۹۷). *شناسایی مولفه‌های شناختی طلاق و ساخت و رواسازی مقیاس آن در زوجین شهر زنجان*. پایان نامه کارشناسی ارشد. گروه روانشناسی. دانشگاه زنجان.

اسماعیلیان، ن؛ طهماسبیان، ک؛ دهقانی، م و موتابی، ف. (۱۳۹۲). اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر نشانه‌های افسردگی و پذیرش کودکان دارای والدین مطلقه. *روانشناسی بالینی، ۵(۳)*، ۴۷-۵۷.

اصغری، ف؛ عیسی پورهفت خانی، خ و قاسمی جوبنه، ر. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر فرسودگی زناشویی و طلاق عاطفی زنان متقاضی طلاق. *پژوهشنامه مددکاری اجتماعی، ۷(۱)*، ۱۴-۲۱.

اعلمی، م؛ تیموری، س؛ آهی، ق و بیاضی، م. (۱۳۹۹). اثربخشی رویکرد تلفیقی طرحواره درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کاهش تعارضات زناشویی و میل به طلاق زوجین متقاضی طلاق. *مجله تحقیقات علوم رفتاری دانشگاه علم پزشکی اصفهان، ۱۸(۱)*، ۱۳۲-۱۴۱.

اکبری، ا؛ عظیمی، ز؛ طالبی، س و فهیمی، ص. (۱۳۹۵). پیش بینی طلاق عاطفی زوجین براساس طرحواره های ناسازگار اولیه، تنظیم هیجان و مولفه های آن. *فصلنامه روانشناسی بالینی، ۱۴(۲)*، ۷۹-۹۲.

افشاری، ز؛ موتابی، ف و پناغی، ل (۱۳۹۴). نقش واسطه‌ای روان‌سازه‌های ناسازگار اولیه در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و رضایت زناشویی. *روانشناسی خانواده، ۲(۱)*، ۵۹-۷۰.

امانی، ا؛ عیسی نژاد، ا و عزیزی، آ. (۱۳۹۳). بررسی روابط ساختاری طرحواره‌های ناسازگار اولیه و عامل های شخصیتی با سازگاری زناشویی، *فصلنامه پژوهش های نوین روانشناختی، شماره (۱۰)۳۷*، ۴۵-۷۰.

ایزدی، م؛ رضایی، ع؛ ظهیرالدین، ع و محسن زاده، ی. (۱۳۹۶). رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه و دلبستگی با رضایت زناشویی در متقاضیان طلاق. *نشریه دانشگاه علوم پزشکی البرز، دوره۷*، ۷۲-۶۱

1 Cooke, Peters, Kumari, Kuipers, Aasen & Fannon

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-13]

[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.6.13.3]

بازدار، خ و موسوی، ا. (۱۳۹۶)، بررسی و تحلیل نقش طرحواره های ناسازگار اولیه و کمال گرایی منفی در پیش بینی طلاق عاطفی بین زوجین. *فصلنامه فرهنگی و تربیتی زنان و خانواده، ۱۳(۴۳)*، ۹۳-۱۱۶.

بک، ج (۱۹۹۵). *شناخت درمانی: اصول و مفاهیم ماورای آن*. ترجمه محمدی، م؛ کهن زاد، ه؛ جوشقانی، ن و منصوری راد، ع. (۱۳۹۱). تهران: انتشارات کتاب ارجمند، نسل فردا.

جعفری ندوشن، ع؛ زارع، ح؛ حسینی هنزایی، ا؛ صالحی نویده، م وزینی، م. (۱۳۹۴). بررسی و مقایسه سلامت روان و سازگاری و تنظیم هیجان شناختی زنان مطلقه با زنان متأهل شهرستان یزد. *زن و جامعه، ۶(۲)*، ۱-۱۶.

خاتمی، م؛ بهادرخان، ا؛ بندار کاخکی، ز و بیانفر، ف. (۱۳۹۸). پیش بینی طلاق عاطفی برساس مولفه‌های باورهای ناکارآمد جنسی در زنان متاهل. *مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، ۶۲(۶)*، ۷۸۶-۷۹۷.

خاکی، ا؛ فرحبخش، ک؛ اسمعیلی، م و سلیمی بجستانی، ح. (۱۳۹۶). تدوین مدل آموزش زوج درمانی بوم شناختی چندبعدی به مشاوران مراکز مداخله در بحران سازمان بهزیستی مطالعه کیفی با تمرکز بر کاهش میل به طلاق و تعارضات زناشویی. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی دانشگاه علامه طباطبائی، ۸(۳۰)*، ۲۵-۵۶.

دهقانی، م و اسماعیلیان، ن. (۱۳۹۵). ویژگی‌های شخصیتی، طرحواره ناسازگار اولیه و کارکرد خانواده در زوجین متقاضی و غیرمتقاضی طلاق. *خانواده پژوهشی، ۱۲(۴)*، ۵۷۵-۵۹۲.

دیندار، ا؛ مهدوی، م و سیدمیرزایی، م. (۱۳۹۷). بررسی رابطه بین مهارت های زندگی و طلاق عاطفی. *فصلنامه زن و جامعه، ۹(۴)*، ۱۵۳-۱۷۶.

رضاوندی، م و شکری، ا. (۱۳۹۶). تاثیر آموزش مهارت های زندگی بر کاهش طلاق عاطفی و ارتباط موثر در زوجین در آستانه طلاق. *کنگره انجمن روانشناسی ایران، ۱۲*، ۷۹۳-۷۸۹.

زارعی محمودآبادی، ح؛ احمدی، ا؛ بهرامی، ف؛ فاتحی زاده، م و اعتمادی، ع. (۱۳۹۵). پیشگیری از طلاق (مفاهیم، کاربردها). *دانشگاه یزد*، ۵۵-۱۲.

سودانی، م؛ کریمی، س و سیرالی نیا، خ. (۱۳۹۵). اثربخشی مشاوره با تاکید بر نظریه انتخاب در کاهش طلاق عاطفی زوجین. *فصلنامه روانشناسی خانواده، ۳(۲)*، ۸۳-۹۲.

سیف، س و اسلامی، م. (۱۳۸۷). نقش باورهای ارتباطی در کارکرد خانواده و سازگاری زناشویی. *اندیشه‌های نوین تربیتی دانشکده علوم تربیتی و روانشناختی دانشگاه الزهراء، ۴(۱)*، ۹۹-۱۳۰.

شمالی احمدآبادی، م؛ اقایی میبدی، ف، نحندی احمدآبادی، ن و برخورداری احمدآبادی، ع. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش مهارت‌های مبتنی بر سواد عاطفی بر کاهش طلاق عاطفی و احساس تنهایی در زنان خیانت‌دیده. *رویش روانشناسی، ۹(۶)*، ۶۷-۷۶..

صباغی، ف؛ صالحی، ک و مقدم زاده، ع. (۱۳۹۶). ادراک و تجربه زیسته زوج ها از علل برو جدایی عاطفی: مطالعه‌ای به روش پدیدارشناسی. *پژوهش‌های مشاوره، ۱۶(۶۲)*، ۴-۳۱.

علاقبند، ل؛ شریفی، ح؛ ولی اله، ف و آقایوسفی، ع. (۱۳۹۹). پیش بینی طلاق عاطفی بر اساس سواد عاطفی، سبک های مقابله ای، کیفیت زندگی، هیجان خواهی با میانجی‌گری تاب آوری. *مجله علوم روانشناختی، ۱۹(۹)*، ۷۳۳-۷۴۳.

فعله کار، ا؛ بردن، ز؛ دانایی کوشا، م؛ امانی، ا و مقدم فر، ن. (۱۳۹۸). ارتباط تمایز یافتگی خود و طرحواره های ناسازگار اولیه با رضایت زناشویی زنان متقاضی طلاق. *نشریه پژوهش پرستاری ایران، ۱۴(۶)*، ۲۶-۳۴.

فیروزجاییان، ع؛ ریاحی، م و محمدی دوست، م. (۱۳۹۵). تحلیل جامعه شناختی طلاق عاطفی در میان زوجین شهر نوشهر. *فصلنامه مطالعات توسعه اجتماعی- فرهنگی، ۵(۳)*، ۳۳-۵۹.

لطیفیان، م؛ عرشی، م؛ علی پور، ف و قائد امینی هارونی، غ. (۱۳۹۵). بررسی رابطه خشونت خانگی وطلاق عاطفی در میان زنان متاهل شهر تهران در سال۱۳۹۵. *فصلنامه مددکاری اجتماعی، ۵(۲)*، ۵-۱۲.

مومنی، خ و آزادی فرد، ص. (۱۳۹۴). رابطه دانش و نگرش جنسی و باورهای ارتباطی با طلاق عاطفی. *دو فصلنامه آسیب شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده، ۱(۲)*، ۳۴-۴۵.

مهدوی، س و حاتمیان، پ. (۱۳۹۷). رابطه تحریف‌های شناختی با کیفیت روابط زناشویی در معلمان زن متاهل. *رویش روانشناسی، ۷(۳)*، ۷۹-۹۲.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-13]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.6.13.3]

محمدتقی زاده، م. (۱۳۹۹). تجربه مشاوره اجباری بین متقاضیان طلاق توافقی در شهر تهران، پژوهشنامه زنان. *پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، ۱۱(۱)*، ۸۳-۱۱۲.

نجفی، م؛ بیطرف، م؛ محمدی فر، م و زارعی مته کلایی، ا. (۱۳۹۴). مقایسه طرحواره های ناسازگار اولیه و بینش شناختی در زنان متقاضی طلاق و عادی. *فصلنامه زن و جامعه، ۶(۴)*، ۴۱-۵۸.

هاشمی، ف و اصغری ابراهیم آباد، م. (۱۳۹۵). نقش سواد عاطفی در پیش‌بینی طلاق عاطفی با میانجیگری حل تعارض. *فصلنامه تعالی مشاوره و روان درمانی، ۵(۱۷)*، ۵۹-۷۲.

هزاروسی، ب. (۱۳۹۸). *شناسایی عوامل زمینه ساز طلاق عاطفی در بافت فرهنگی اجتماعی شهر کرج. پایان نامه دکتری*. کرج: گروه روانشناسی دانشگاه خوارزمی پردیس بین الملل.

یوسف نژاد شیروانی، م و پیوسته گر، م. (۱۳۹۰). رابطه رضایت از زندگی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه در دانشجویان. *دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، ۱۲(۲)*، ۵۵-۶۵.

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

Heinemann, L. V., & Heinemann, T. (2017). Burnout research: Emergence and scientific investigation of a contested diagnosis. *Sage Open*, *7*(1), 2158244017697154.

Atan, A., & Buluş, M. (2019). Aile iletişim becerileri psikoeğitim programının eşlerin evlilik doyumuna etkisi.

Grover, S., & Helliwell, J. F. (2019). How's life at home? New evidence on marriage and the set point for happiness. *Journal of Happiness Studies*, *20*(2), 373-390.

Heidari, A., Heidari, H., & Davoudi, H. (2017). Effectiveness of acceptance and commitment-based therapy on the physical and psychological marital intimacy of women. *International Journal of Educational and Psychological Researches*, *3*(3), 163

Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). Schema therapy. *New York: Guilford*, *254*..

Cecero JJ, Marmon TS, Beitel M, Hutz A, Jones C. (2004). Images of mother, self, and God as predictors of dysphoria in non-clinical samples. *Pers Individ Differ*.36(7):1669-80. DOI: 10.1016/j.paid.2003.06. 013.

Stiles, O. E. (2004). *Early maladaptive schemas and intimacy in young adults' romantic relationships*. Alliant International University, San Francisco Bay.

Arieta, M. T. (2008). *Women's couple relationship satisfaction: The impact of family structure and interparental conflict*. ProQuest.

Banmen, J. (2014). "The Satir Model: Yesterday and today"**.** *Journal of Contemporary Family Therapy. 1(2):* 7-22.

Cooke, M. A., Peters, E. R., Fannon, D., Aasen, I., Kuipers, E., & Kumari, V. (2010). Cognitive insight in psychosis: the relationship between self-certainty and self-reflection dimensions and neuropsychological measures. *Psychiatry research*, *178*(2), 284-289.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-13]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.6.13.3]