رویش روان شناسی، سال۱۱، شماره۲، شماره پیاپی ۷۱، اردیبهشت ۱۴۰۱
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),11(2), 2022

پیش‌بینی دلزدگی زناشویی براساس مقایسه اجتماعی و سبک تبادل زوجین

Predicting marital boredom based on social comparison and couple exchange style

دکتر مجید صفاری‌نیا
استاد، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.
فاطمه ادب‌دوست (نویسنده مسئول)
دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.
دکتر مریم شاهنده
استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.
دکتر حسین زارع
استاد، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

چکیده

هدف پژوهش حاضر پیش‌بینی دلزدگی زناشویی براساس مقایسه اجتماعی و سبک تبادل زوجین بود. پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری افراد متأهل مبتلا به دلزدگی زناشویی شهر تهران در نیمه اول سال ۱۴۰۰ بود که با استفاده از روش نمونه‌گیری دردسترس ۲۹۸ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها عبارت بودند از پرسشنامه دلزدگی زناشویی (CBM) پاینز (۱۹۹۶)، پرسشنامه سبک‌های تبادل اجتماعی (SESQ) لیبمن و همکاران (۲۰۱۱) و پرسشنامه مقایسه اجتماعی (SCQ) گیبونز و بونک (۱۹۹۹). داده‌ها توسط نرم‌افزار SPSS24 و با استفاده از تحلیل رگرسیون چندگانه تحلیل گردید. نتایج نشان داد مقایسه اجتماعی و سبک‌های تبادلِ پیگیری، فردگرایی و منفعت‌طلبی با دلزدگی زناشویی رابطهٔ مثبت دارند، در حالی که سبک‌های تبادلِ انصاف و سرمایه‌گذاری افراطی با دلزدگی زناشویی رابطهٔ منفی داشتند (p<۰/۰۱)؛ ۳۵٪ از کل واریانس دلزدگی زناشویی توسط سبک‌های تبادل زوجین و مقایسه اجتماعی را تبیین گردید (p<۰/۰۰۱). براساس یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه گرفت مقایسه اجتماعی و سبک غیرانطباقی تبادل زوجین، موجبات دلزدگی زناشویی آن‌ها را فراهم می‌سازند.

واژه‌های کلیدی: *دلزدگی زناشویی، مقایسه اجتماعی، سبک تبادل، زوجین.*

Dr. Majid Saffarinia
Professor, Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran.
Fatemeh Adabdoost*
Ph.D. Student of General Psychology, Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran.
f.adabdoost@gmail.com
Dr. Maryam Shahandeh
Asisstant Professor, Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran.
Dr. Hossein Zare
Professor, Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran.

Abstract

The aim of this study was to predict marital boredom based on social comparison and the exchange style of couples. The research method was descriptive-correlational. The statistical population was married people with marital boredom in Tehran in the first half of 2021, of which 298 people were selected as a sample using the available sampling method. Data collection tools were Couple Burnout Measure (CBM) Pines (1996), Social Exchange Styles Questionnaire (SESQ) Leybman et al. (2011), and Social Comparison Questionnaire (SCQ) Gibbons & Buunk (1999). Data were analyzed by SPSS24 software using multiple Regression analyses. The results showed that social comparison and exchange styles of follow-up, individualism, and utilitarianism have a positive relationship with marital boredom, while exchange styles of fairness and extreme investment were negatively correlated with marital boredom (p<0.01). 35% of the total variance of marital boredom was explained by couple exchange styles and social comparison (p<0.001). Based on the research findings, it can be concluded that the social comparison and the maladaptive style of the couple exchange cause their marital boredom.

Keywords: *marital boredom, social comparison, exchange style, couples*

نوع مقاله : پژوهشی | **دریافت : آبان ۱۴۰۰** | **پذیرش: آذر ۱۴۰۰** | **ویرایش نهایی: فروردین ۱۴۰۱**

مقدمه

بسیاری از همسران زندگی مشترک خود را با عشق آغاز می‌کنند. در این زمان، هرگز به این موضوع نمی‌اندیشند که روزی ممکن است شعله عشق آنان به خاموشی گراید (دولاهایت، مارکس و ورم،[1] ۲۰۱۹). هاراسیمچوک، پیتز، فهر و چاودوری[2](۲۰۲۱) در پژوهش خود گزارش کرد هنگامی که زوجین با یکدیگر در روابط صمیمانه قرار می‌گیرند، هر کدام با مجموعه‌ای از رؤیاها و انتظارات وارد رابطه

1 Dollahite, Marks & Wurm
2 Harasymchuk, Peetz, Fehr & Chowdhury

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.2.4.3]

می‌شوند. هنگامی که این رؤیاها و انتظارات با تنبیه و تجارب استرس‌زا جایگزین می‌شوند، رابطه صمیمانه متوقف می‌شود، انرژی عشق به آزردگی و خشم تبدیل می‌شود و در نتیجه، منازعات فراوان، انتقادهای مکرر، پناه بردن به سکوت، عدم همراهی عاطفی و لاینحل ماندن مشکلات را پدید می‌آورد و به مرور به دلزدگی زناشویی[۱]منجر می‌شود. دلزدگی زناشویی، وضعیت دردناک فرسودگی جسمی، عاطفی و روانی است که کسانی را که توقع دارند عشق رویارویی و ازدواج به زندگی‌شان معنا ببخشد را متأثر می‌سازد و باعث می‌شود صمیمیت و عشق به تدریج رنگ ببازد و خستگی عمومی عارض شود. دلزدگی به علت ناکامی در عشق بروز کرده و ناشی از عدم انطباق بین وضعیت موجود و وضعیت مورد انتظار است (پاینز،[۲] ۲۰۱۳). عدم توجه به عوامل موثر بر دلزدگی زناشویی لطمات و ضایعات جبران‌ناپذیری را برای شخص، خانواده، سازمان و کشور خواهد داشت. عوامل زیادی می‌توانند در بروز دلزدگی نقش داشته باشند، چرا که روابط متقابل زناشویی که ممکن است نارضایتی زناشویی را شکل دهد، می‌تواند در زمینه‌های مختلفی رخ دهد (والش،[۳] ۲۰۱۹). افراد در برخورد با محیط، میزان سازگاری با باورهای‌شان، قدرت مقابله با سختی‌ها، برخورداری از حس انعطاف‌پذیری، توانمند بودن در خودداری و کنترل خویش با هم تفاوت دارند و این تفاوت‌ها باعث می‌شود که در برخورد با محیط به طور اعم و شکست‌ها و پیروزی‌های زندگی زناشویی به طور اخص روش‌ها و رفتارهای گوناگونی داشته باشند و این تفاوت‌ها می‌تواند ناشی از ویژگی‌ها و عوامل شخصیتی، واکنش روانی،[۴] تبادل اجتماعی[۵]و مقایسه اجتماعی[۶]باشند (جانکوسکی و هوپر،[۷] ۲۰۱۲).

آشفتگی‌های و ناهنجاری‌های روانی نیز به مرور زمان عشق، علاقه بین زوجین را کم رنگ کرده یا حتی محو می‌کند و باعث ایجاد مشکلاتی در روابط اجتماعی و بین‌فردی می‌شود که دلزدگی زناشویی را در آن‌ها به همراه خواهد داشت (نئل و لئمی،[۸] ۲۰۱۹). در واقع دلزدگی با رشد آگاهی و توجه به چیزهایی که به اندازه گذشته خوشایند نیستند، شروع می‌شود و اگر در این مرحله، کاری برای جلوگیری از پیشرفت این روند صورت نگیرد، همه چیز از مرحله بد به بدتر می‌رسد و ممکن است به فروپاشی رابطه منتهی می‌شود (پاینز، ۲۰۱۳). در واقع زوج‌ها درمی‌یابند که رفتار همسرشان آن چیزی نیست که انتظارش را داشته‌اند و پس از به وجود آمدن این احساس سرخوردگی همسرشان را در قبل و بعد از ازدواج مقایسه می‌کنند (اسماعیلی‌فر، جایروند، رسولی و حسنی، ۱۳۹۸). مقایسه‌هایی از این دست به مشکلات ارتباطی همچون بیان نکردن نیازها، خواسته‌ها و علایق، عدم ابراز عشق، توقف رابطه صمیمانه، منازعات فراوان، انتقادهای مکرر، پناه بردن به سکوت، عدم همراهی عاطفی و لاینحل ماندن مشکلات دامن می‌زند (عبادت‌پور، نوابی‌نژاد، شفیع‌آبادی و فلسفی‌نژاد، ۱۳۹۲)، و سبب می‌شود که احساسات منفی در طولانی مدت حالت غالب به خود گرفته و به از دست دادن شور و شوق اولیه، وابستگی عاطفی، تعهد، نهایتاً بروز دلزدگی منجر شود. بنابراین، مقایسه‌های اجتماعی یک عامل مؤثر در شروع و حفظ دلزدگی زناشویی است. هر فردی در هر جایگاهی خود را با دیگران مقایسه می کند و این یک اتفاق رایج در بین افراد و بخصوص زوج‌ها می‌باشد. نظریه مقایسه اجتماعی نظریه‌ای است که معتقد است با مقایسه خودمان با سایرین به توانایی‌ها و نگرش‌های خود پی می‌بریم (آرونسون و آرنسون،[۹] ۲۰۱۸). تئوری مقایسه اجتماعی، به فرآیند روانی که افراد خودشان را با دیگران مقایسه می‌کنند، توجه دارد. مقایسه اجتماعی موضوع قابل توجهی در حیطه پژوهش‌های اجتماعی و روانشناسی شخصیت بطور مداوم از سال ۱۹۵۴ بوده است. فستینگر[۱۰] بیان می‌کند که مقایسه اجتماعی در شرایط نامطمئن، هنگامی که فرد توانایی‌هایش یا باورهایش را نمی‌تواند به تنهایی بشناسد، بوجود می‌آید (گربر،[۱۱] ۲۰۲۰). فرد با تمایل به مقایسه خود با افراد پایین‌تر از خود (مقایسه نزولی یا رو به پایین) ارزش خود را بالا می برد، امّا با مقایسه خود با افراد بالاتر از خود (مقایسه صعودی یا رو به بالا) ارزش خود را پایین می‌آورد (قدیمی و قاسمی، ۱۳۹۱). بنابراین مقایسه رو به بالا در زوجین می‌تواند موجب کاهش عشق و علاقه و افزایش دلزدگی زناشویی شود زیرا به تدریج اعتماد به نفس و عزت نفس فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. استافورد[۱۲](۲۰۲۰)

1couple burnout
2Pines
3Walsh
4psychological reaction
5social exchange
6social comparison
7ankowski & Hooper
8Neal & Lemay
9Aronson & Aronson
10estinger
11Gerber
12tafford

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.2.4.3]

در بررسی خود نشان دادند که اکثر افراد نسبت ورودی/نتیجه را در روابط زناشویی خود نسبت به اکثر افراد همجنس (مقایسه ارجاعی) بهتر از همسر خود (مقایسه رابطه‌ای) ارزیابی می‌کنند. برداشت از برتری در مقایسه‌های ارجاعی و از عدالت در مقایسه‌های رابطه‌ای با بالاترین سطح رضایت زناشویی همراه بود. به علاوه، تحقیقات قبلی نشان می‌دهند که مقایسه‌های اجتماعی با روابط دوست‌یابی دوستان معمول است (موری،[1] ۲۰۱۱) و این مقایسه‌ها بر رضایت از رابطه تأثیر می‌گذارد (استافورد، ۲۰۲۰). وایت[2](۲۰۱۰) نیز دریافت که مقایسه اجتماعی روابط خود با دیگران بر روابط زناشویی تأثیر منفی دارد.

توجیه مناسب دیگر برای رابطه خوب و بالعکس در روابط زناشویی، نظریه تبادل اجتماعی می‌باشد. این نظریه مبتنی بر یک مدل اقتصادی از رفتار انسانی است و در آن فرض بر این است که پاداش در روابط و هزینه‌های کمتر باعث رضایت بیشتر در روابط است و یا رابطه پّردوام به وجود می‌آورد. پاداش سطح رضایت‌مندی روابط را بیشتر می‌کند، این نظریه می‌گوید که هر کس منابع شخصی مانند پول، دانش، استعداد، عاطفه و ... دارد که برای پاداش مناسب به دیگران از این منابع استفاده می‌کند. چنین منابعی می‌توانند منبع قدرت در تصمیم‌گیری زوجین باشد. منابع ارزشی مانند عشق و علاقه و وابستگی زوجین و جذابیت فرد برای همسر دخیل هستند که در توزیع قدرت و چگونگی تعارضات خانواده نقش مهمی دارند (حکمت‌نیا و بهادری‌جهرمی، ۱۳۹۵). نتایج مطالعات در مورد نقش تبادل اجتماعی در روابط زناشویی زنان و مردان نشان داده است که تبادل اجتماعی بین زن و شوهر در خصوص مسائل زناشویی و روابط جنسی، نگرش‌ها و دیدگاه‌هایی مانند «بده و بستان» و «هزینه و پاداش» در آنان شکل می‌دهد که به طور اساسی روابط زناشویی آنان را تحت تأثیر قرار می دهد. افزون بر این، این دیدگاه‌ها می‌تواند به شکلی قوی‌تر از سایر عوامل تأثیرگذار در روابط زناشویی ظاهر شود (سلیمی و فاتحی‌زاده، ۱۳۹۲). همچنین مطالعات نشان داده است که نظریه تبادل اجتماعی در چارچوب پول و عشق در بین زوجین حائز اهمیت است که می‌تواند روابط عاشقانه و صمیمیت و انگیزه ها و تمایلات جنسی و سطح رضایتمندی زناشویی و جنسی را در آنها تحت تأثیر قرار دهد (کورنوال،[3] ۲۰۱۴). از دیدگاه نظریه تبادل اجتماعی، جذابیت هر همسر در رابطه زناشویی مستقیماً با پاداش‌های دریافت شده از رابطه زناشویی و به طور معکوس با هزینه‌های دریافت شده دستخوش تغییر می‌شود؛ پس این دیدگاه به طور کلی در نحوه نگرش‌های جنسی زوجین تأثیر می‌گذارد (تیبو و کلی،[4] ۲۰۱۷). نظریه تبادل اجتماعی معتقد است هنگامی که افراد وارد یک رابطه یا عضو یک گروه می‌شوند بر هزینه‌های سرمایه‌گذاری و مشارکت خود در روابط با میزان عایدی از آنها تمرکز می‌کنند. منابع تبادل شده می‌توانند پول برای رفع نیاز، اطلاعات برای حل مسئله و حمایت اخلاقی باشند (اسپلمن،[5] ۲۰۱۳). نتایج حاصل از این محاسبات تعیین می‌کند که فرد در یک رابطه یا گروه باقی می‌ماند یا خیر. در این زمینه شواهد تجربی نه تنها نشانگر نقش انصاف ادراک شده (از میزان دریافت تقویت‌های شریک زندگی نسبت به دریافت تقویت‌های خود) بر کاهش احساس نارضایتی زناشویی و پریشانی زوج ها است (هتفیلد و راپسون،[6] ۲۰۱۱؛ دی‌ماریس،[7] ۲۰۰۷)، بلکه از دو واکنش هیجانی شایع خشم (در موقعیت فرو بهره‌مندی: هزینه‌ها یا آورده‌ها بیشتر از منافع یا برداشت‌ها) و احساس گناه (در موقعیت فرابهره‌مندی: منافع یا برداشت‌ها بیشتر از هزینه‌ها یا آورده‌ها) حکایت دارد که هر دو هیجان می‌توانند، مانع شکل‌گیری صمیمت شوند (اسپرچر،[8] ۲۰۱۸). همچنین تنفر، دلزدگی، سرخوردگی، ناامیدی و افسردگی از احساسات گزارش شده توسط زوجین در موقعیت فرو بهره‌مندی است (گررو، دره لا و فارینلی،[9] ۲۰۰۸). در این حالت هر یک از زوجین عقیده دارد که همسرش آدم نامطلوب و ناسازگاری است که موجب رنجش[10] و عذاب او می شود. این رنجش خاطر بر کیفیت رابطه تأثیر گذاشته و پیامدهای احتمالی مانند خودداری از صحبت، دلسردی و بی‌تفاوتی،[11] فاصله‌گیری عاطفی،[12] جسمی و جنسی به همراه دارد (نیکلز، بکر-فولگوم، بوسکا و سنفورد،[13] ۲۰۱۵).

---

1 Morry
2 White
3 Cornwall
4 Thibaut & Kelley
5 Spellman
6 Hatfield & Rapson
7 DeMaris
8 Sprecher
9 Guerrero, La Valley & Farinelli
10 resentment
11 apathy & indifference
12 emotiona distance
13 Nichols, Backer-Fulghum, Boska & Sanford

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.2.4.3]

بررسی روانشناختی در روابط زناشویی، رویکردی چند جانبه است که مزایای رویکردهای روان‌پویایی نظامند و رفتاری را با مزیت‌های دورنمای رویکردهای روانی-اجتماعی و وجودی در هم می‌آمیزد. روان‌شناسی دلزدگی زناشویی به جای این که بر روی آسیب‌شناسی فرد یا زوج تکیه کند، بر روند درازمدت و فرسایشی ضعیف روابط تاکید دارد، به خصوص زمانی که شخص سعی می‌کند با روابط نزدیکش برای خود معنای وجودی پدید آورد (بیچ و همکاران، ۲۰۱۱). با توجه به افزایش طلاق و نارضایتی زناشویی از یک سو و تقاضای همسران برای پرباری و بهبود روابط به نظر می‌رسد ویژگی‌های روانی مختلف در افراد و نحوه نگرش آن‌ها به لحظات خوب و ناخوشایند زندگی می‌تواند نتایج متفاوتی را در میزان دلزدگی زناشویی ایجاد کند. در سال‌های اخیر تغییرات چشمگیری در زمینه نگرش اجتماعی و فرهنگی در بررسی و درمان این مشکلات زناشویی پیش آمده است. این در حالی است که معدود پژوهش‌هایی هستند که نقش عوامل روانی اجتماعی‌ای، مانند مقایسه اجتماعی و سبک تبادل زوجین را در مسائل زناشویی مورد بررسی قرار داده باشند و در این پژوهش‌ها جای خالی پژوهشی که به بررسی نقش اختصاصی مقایسه و تبادل اجتماعی در مشکلات زناشویی زوجین بپردازد به وضوح احساس می‌شود. بنابراین ضرورت ایجاد می‌کند پیشینه مطالعاتی نقش عوامل اجتماعی را مورد بررسی قرار گیرد. بر این اساس، هدف پژوهش حاضر پیش‌بینی دلزدگی زناشویی براساس مقایسه اجتماعی و سبک تبادل زوجین بود. پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود.

روش

روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش را تمامی افراد متاهل مبتلا به دلزدگی زناشویی شهر تهران در نیمه اول سال ۱۴۰۰ تشکیل داد که از بین آنان به روش‌نمونه‌گیری دردسترس تعداد ۲۹۸ نفر انتخاب شدند. به منظور برآورد حجم نمونه از فرمول پیشنهادی تاباچنیک، فیدل و اولمان[1](۲۰۰۷) استفاده شد. بر اساس فرمول پیشنهادی تاباچنیک و فیدل، حداقل حجم نمونه در مطالعات همبستگی از فرمول $N\geq 50+8M$ محاسبه می‌شود. در این فرمول N حداقل حجم نمونه و M تعداد متغیرها مستقل می‌باشد که در پژوهش حاضر تعداد متغیرهای مستقل ۶ متغیر (۵ سبک تبادل اجتماعی و متغیر مقایسه اجتماعی) می‌باشد ($M=6$). با محاسبه حجم نمونه با استفاده از فرمول فوق ($N\geq 50+8(6)$)، ۹۸ بدست می‌آید. البته محقق برای افزایش توان آماری و احتمال به عدم همکاری و اینکه بعضی از پرسشنامه‌ها ممکن است مخدوش یا ناقص تکمیل شده باشند، این تعداد را به ۳۰۰ نفر افزایش داد که در نهایت تعداد پرسشنامه‌های کامل ۲۹۸ مورد بود. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل تمایل یا رضایت آگاهانه جهت شرکت در پژوهش، داشتن سواد خواندن و نوشتن، داشتن دلزدگی زناشویی براساس پرسشنامۀ دلزدگی زناشویی پاینز (۱۹۹۶)، سن بین ۲۰ تا ۵۵ سال و حداقل گذشت ۲ سال از زمان ازدواج بود. ملاک‌های خروج از پژوهش نیز شامل عدم تمایل به ادامه شرکت در پژوهش، پاسخگویی ناقص به سؤالات پرسشنامه‌ها و تحت درمان روانپزشک یا روان‌درمان‌گر بود. لازم به ذکر است که به دلیل شیوع ویروس کرونا[2](کوید-۱۹)[3]، حدود ۲۱۲ پرسشنامه به صورت آنلاین توسط شرکت‌کنندگان تکمیل شد. به این صورت پس از هماهنگی با افراد نمونه و دریافت شماره تماس و نام کاربری[4]شبکه‌های اجتماعی مجازی آنان، لینک آنلاین پرسشنامه‌ها از طریق واتساپ[5]و تلگرام[6]در اختیار آنان گذاشته شد و شرکت‌کنندگان اقدام به تکمیل پرسشنامه‌ها نمودند. توضیح هدف پژوهش برای افراد نمونه، اطمینان به آن‌ها در مورد محرمانه ماندن اطلاعات آن‌ها، اطمینان به آن‌ها در مورد اختیاری بودن شرکت در پژوهش و امکان اعلام انصراف در هر مرحله از پرکردن پرسشنامه‌ها، اطمینان به افراد گروه نمونه که در صورت تمایل نتایج مطالعه در اختیار آن‌ها قرار داده خواهد شد و خودداری از درج نام آن‌ها در کلیه مدارک مربوط به پژوهش از شروط کمیته اخلاق بود که در حین جمع‌آوری اطلاعات در خصوص افرادی شرکت در پژوهش لحاظ شد. پس از جمع‌آوری اطلاعات، داده‌های به دست آمده با استفاده از نرم‌افزار $SPSS_{24}$ و با بهره‌گیری از شاخص‌های آمار توصیفی (فراوانی، درصد فراوانی، میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمره)، ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان تجزیه و تحلیل شدند.

1Tabachnick, Fidell & Ullman
2Coronavirus
3Covid-19
4Username
5WhatsApp
6Telegram

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.2.4.3]

ابزار سنجش

پرسشنامه دلزدگی زناشویی[1](CBM): این پرسشنامهٔ ۲۱ ماده‌ای توسط پاینز (۱۹۹۶) تدوین گردید که شامل ۳ مؤلفه خستگی جسمی، از پا افتادن عاطفی و از پا افتادن روانی است. به هر ماده روی یک مقیاس هفت درجه‌ای لیکرت از ۱ (هرگز) که معرف عدم تجربه عبارت مورد نظر (هرگز) تا ۷ (همیشه) که معرف تجربه زیاد عبارت مورد نظر است، پاسخ داده می‌شوند (پانیز، ۱۹۹۶). حد بالای نمره ۱۴۷ و حد پائین نمره ۲۱ است که نمره بیشتر بیانگر میزان دلزدگی بالاتر است. ضریب پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های آن بین ۰/۸۴ تا ۰/۹۰ به دست آمد. همبستگی‌های منفی این پرسشنامه با ویژگی‌های ارتباطی مثبت (ضرایب همبستگی بالای ۰/۳۰) روایی آن را تایید کرد. نسخه‌های ترجمه شده مقیاس دلزدگی زناشویی نیز به‌طور موفقیت‌آمیزی در مطالعات بین فرهنگی در نروژ، مجارستان، مکزیک، اسپانیا، پرتغال، فنلاند و اسراییل استفاده شده است (پانیز و نانز،[2] ۲۰۰۳). در ایران نویدی (۱۳۸۴) به‌منظور محاسبه پایایی، این پرسشنامه را بر روی نمونه ۲۴۰ نفری اجرا و ضریب پایایی آن را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۶ محاسبه کرده است و و ضریب همبستگی آن را با پرسشنامه رضایت زناشویی اینریچ ۰/۴۰- گزارش کرد که نشان‌دهنده پایایی و روایی مناسب این پرسشنامه است. در پژوهش حاضر، ضریب پایایی به‌روش آلفای‌کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۸ و برای مؤلفه‌هایش بین ۰/۸۱ تا ۰/۹۱ به‌دست آمد.

پرسشنامه سبک‌های تبادل اجتماعی[3](SESQ): پرسشنامه تبادل اجتماعی توسط لیبمن، زوروف، فورنیر، کلی و مارتین[4] (۲۰۱۱) طراحی شده و مشتمل بر ۵۴ گویه و پنج خرده‌مقیاس پیگیری، انصاف، فردگرایی، منفعت‌طلبی و سرمایه‌گذاری افراطی می‌باشد. گویه‌ها در طیف لیکرت پنج درجه‌ای (کاملاً مخالفم= ۱ تا کاملاً موافقم= ۵) نمره‌گذاری می‌شوند. لیبمن و همکاران (۲۰۱۱) روایی همزمان خرده‌مقیاس‌های آن را با گزارش ضرایب همبستگی بالای ۰/۳۰ با پرسشنامه‌های صفات شخصیتی نئو، عزت نفس و حمایت اجتماعی تأئید و پایایی بالای ۰/۷۰ را برای پنج خرده‌مقیاس با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ گزارش کردند. در ایران، صفاری‌نیا (۱۳۹۴) پایایی آن را به روش آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۹ و برای خرده‌مقیاس‌ها بین ۰/۷۴ تا ۰/۸۶ و روایی واگرای آن را به روش فورنل و لاکر[5] برای کل پرسشنامه ۰/۴۵ و برای خرده‌مقیاس‌ها بین ۰/۴۳ تا ۰/۵۲ گزارش کرد. در پژوهش حاضر، ضریب پایایی به‌روش آلفای‌کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۷ و برای مؤلفه‌هایش بین ۰/۷۹ تا ۰/۹۰ به‌دست آمد.

پرسشنامه مقایسه اجتماعی[6](SCQ): این پرسشنامه به منظور اندازه گیری تمایل شرکت‌کنندگان برای مقایسه خودشان با دیگران توسط گیبونز و بونک[7](۱۹۹۹) طراحی شده است. هر سوال در یک مقیاس لیکرتی هفت درجه‌ای از کاملا مخالفم (۱) تا کاملا موافقم (۷) نمره گذاری می‌شود. در پژوهش گیبونز و بونک (۱۹۹۹) ضرایب آلفای کرونباخ برای گویه‌ها در آمریکا ۰/۷۸ تا ۰/۸۴ و در هلند ۰/۷۸ تا ۰/۸۵ به دست آمد. همچنین، اشنایدر و شاپ[8](۲۰۱۱) با اجرای این پرسشنامه در جمعیت آلمانی ۴۷۰ مرد و ۵۷۶ زن، روایی همزمان آن را با گزارش ضرایب همبستگی ۰/۲۱ با پرسشنامه رضایت از زندگی[9] و ۰/۳۸ با خودرتبه‌بندی مقایسه‌های مستقیم[10] تأئید و پایایی ۰/۸۱ را برای آن با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ گزارش کردند. در ایران پایایی این پرسشنامه در پژوهش تاجیک‌اسمعیلی و حسن‌زاده (۱۳۹۳) با استفاده از روش بازآزمایی در بازه زمانی ۲ ماهه و آلفای کرونباخ به ترتیب برابر با ۰/۸۹ و ۰/۸۶ و روایی همزمان آن با پرسشنامه عزت نفس روزنبرگ ۰/۴۲ و مطلوبیت اجتماعی مازلو-کراون ۰/۵۱ به دست آمد. در پژوهش حاضر، ضریب پایایی به‌روش آلفای‌کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۲ به‌دست آمد.

یافته ها

1 Couple Burnout Measure (CBM)
2 Pines & Nunes
3 Social Exchange Styles Questionnaire (SESQ)
4 Leybman, Zuroff, Fournier, Kelly & Martin
5 Forner & Locker
6 Social Comparison Questionnaire (SCQ)
7 Gibbons & Buunk
8 Schneider & Schupp
9 Life Satisfaction
10 Self-rated Importance of Direct Comparisons

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.2.4.3]

تعداد ۲۹۸ فرد متأهل مبتلا به دلزدگی زناشویی با میانگین سنی ۶/۰۴±۳۸/۸۲ در بازه سنی ۲۰ تا ۵۸ سال در این پژوهش شرکت داشتند. ۶۶/۱ درصد (۱۹۷ نفر) زن و ۳۳/۹ درصد (۱۰۱ نفر) مرد بودند. تحصیلات ۹/۴ درصد (۲۸ نفر) زیر دیپلم، ۲۲/۸ درصد (۶۸ نفر) دیپلم، ۸/۴ درصد (۲۵ نفر) فوق‌دیپلم، ۴۴/۳ درصد (۱۳۲ نفر) لیسانس، ۱۲/۱ درصد (۳۶ نفر) فوق‌لیسانس و ۳ درصد (۹ نفر) دکتری بود. ۲۵/۱ درصد (۷۵ نفر) شغل دولتی و ۳۳/۹ درصد (۱۰۱ نفر) شغل آزاد داشتند، ۲۷/۹ درصد (۸۳ نفر) خانه‌دار و ۱۳/۱ درصد (۳۹ نفر) بیکار بودند. میانگین سنی پاسخ‌دهندگان در هنگام ازدواج ۳/۴۴±۲۷/۶۸ بوده است و در بازه سنی ۱۶ تا ۴۱ سال ازدواج کرده بودند. بین ۲ تا ۱۹ سال با میانگین ۲/۴۳±۶/۸۴ از ازدواج آنان گذشته بود. ۴۴/۳ درصد (۱۳۲ نفر) بدون فرزند بودند، ۳۴/۹ درصد (۱۰۴ نفر) یک فرزند، ۱۴/۱ درصد (۴۲ نفر) دو فرزند، ۴/۴ درصد (۱۳ نفر) سه فرزند و ۳/۲ درصد (۷ نفر) بیشتر از سه فرزند داشتند. وضعیت اقتصادی-اجتماعی ۱۸/۸ درصد (۵۶ نفر) خوب، ۵۳ درصد (۱۵۸ نفر) متوسط و ۲۸/۲ درصد (۸۴ نفر) ضعیف بود. اطلاعات توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش در جدول شماره ۱ ارائه شده است.

جدول ۱: آمار توصیفی (میانگین، انحراف معیار، کجی و کشیدگی) نمرات افراد مورد مطالعه برحسب متغیرهای پژوهش

متغیر			میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
سبک‌های اجتماعی	تبادل	انصاف	۴۱/۶۹	۸/۸۹	-۰/۲۱	۰/۱۴
		پیگیری	۱۶/۱۹	۴/۰۴	-۰/۴۲	-۰/۰۲
		فردگرایی	۲۱/۱۵	۳/۷۹	-۱/۰۳	۰/۰۴
		منفعت‌طلبی	۳۴/۵۷	۶/۴۲	۰/۲۸	۱/۰۳
		سرمایه‌گذاری افراطی	۱۶/۶۸	۴/۱۱	-۰/۲۲	۰/۱۴
مقایسه اجتماعی			۳۸/۷۹	۷/۱۵	۰/۰۴	۱/۱۲
دلزدگی زناشویی			۱۱۵/۳۶	۱۶/۴۳	۰/۶۱	۰/۱۳
مؤلفه‌های دلزدگی زناشویی	دلزدگی	خستگی جسمی	۳۳/۲۷	۷/۱۴	۱/۱۳	۰/۱۴
		خستگی روانی	۳۸/۴۰	۷/۸۷	۰/۷۲	۰/۴۸
		خستگی عاطفی	۴۳/۶۹	۸/۶۸	-۰/۸۱	۰/۵۵

همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، در سبک‌های تبادل اجتماعی میانگین و انحراف معیار افراد متأهل گروه نمونه در انصاف ۸/۸۹±۴۱/۶۹، پیگیری ۴/۰۴±۱۶/۱۹، فردگرایی ۳/۷۹±۲۱/۱۵، منفعت‌طلبی ۶/۴۹±۳۴/۵۷ و سرمایه‌گذاری افراطی ۴/۱۱±۱۶/۶۸ به دست آمد. به علاوه، میانگین و انحراف معیار مقایسه اجتماعی و دلزدگی زناشویی افراد متأهل گروه نمونه به ترتیب ۷/۱۵±۳۸/۷۹ و ۱۶/۴۳±۱۱۵/۳۶ به دست آمد. کجی و کشیدگی تمامی متغیرها نیز بین ۲- تا ۲ قرار داشت که نشان‌دهنده نرمال بودن داده‌ها است. در جدول ۲ ماتریس همبستگی بین سبک‌های تبادل زوجین، مقایسه اجتماعی و دلزدگی زناشویی گزارش شده است.

جدول ۲: ماتریس همبستگی سبک‌های تبادل زوجین و مقایسه اجتماعی با دلزدگی زناشویی

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱. انصاف	۱									
۲. پیگیری	-۰/۸۲**	۱								
۳. فردگرایی	-۰/۴۹**	۰/۳۲**	۱							
۴. منفعت‌طلبی	-۰/۳۴**	۰/۲۸**	۰/۳۱**	۱						
۵. سرمایه‌گذاری افراطی	۰/۴۶**	-۰/۲۴**	-۰/۲۱**	-۰/۶۴**	۱					
۶. مقایسه اجتماعی	-۰/۴۵**	۰/۲۶**	۰/۲۸**	۰/۳۵**	-۰/۴۷**	۱				
۷. دلزدگی زناشویی	-۰/۳۶**	۰/۱۵**	۰/۲۱**	۰/۲۳**	-۰/۳۱**	۰/۳۳**	۱			
۸. خستگی جسمی	-۰/۱۶**	۰/۱۴*	۰/۱۲*	۰/۱۸**	-۰/۱۴*	۰/۱۴**	۰/۲۳**	۱		
۹. خستگی روانی	-۰/۲۴**	۰/۱۸**	۰/۲۰**	۰/۱۹**	-۰/۲۰**	۰/۲۱**	۰/۳۲**	۰/۸۲**	۱	
۱۰. خستگی عاطفی	-۰/۳۱**	۰/۲۲**	۰/۱۴*	۰/۱۸**	-۰/۲۵**	۰/۱۵*	۰/۳۱**	۰/۷۹**	۰/۶۲**	۱

P-value< 0/05* , P-value< 0/01**

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.2.4.3]

همان‌طور که نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد، بین سبک‌های تبادل اجتماعی پیگیری ($r=$ ۰/۱۵، $p<$ ۰/۰۱)، فردگرایی ($r=$ ۰/۲۱، $p<$ ۰/۰۱) و منفعت‌طلبی ($r=$ ۰/۲۳، $p<$ ۰/۰۱) و مقایسه اجتماعی ($r=$ ۰/۳۷، $p<$ ۰/۰۱) با دلزدگی زناشویی رابطهٔ مثبت و معنی‌دار وجود دارد؛ در حالی که بین سبک‌های تبادل اجتماعی انصاف ($r=$ -۰/۳۶، $p<$ ۰/۰۱) و سرمایه‌گذاری افراطی ($r=$ -۰/۳۱، $p<$ ۰/۰۱) با دلزدگی زناشویی رابطهٔ منفی معنی‌دار وجود دارد.

پیش از اجرای تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان، مفروضه‌های یعنی نرمال بودن، خطی بودن رابطه، یکسانی پراکندگی حول خط رگرسیون، استقلال خطاها و عدم هم‌خطی مورد ارزیابی قرار گرفت. مقادیر به‌دست‌آمده برای کجی و کشیدگی متغیرها حاکی از برقراری مفروضه نرمال بودن بود (جدول ۱). برای تعیین مفروضه خطی بودن و یکسانی پراکندگی حول خط رگرسیون از نمودار پراکنش استفاده شد که این نمودارها حاکی از برقراری این مفروضه‌ها بود. فرض استقلال خطاها یا عدم‌همبستگی بین خطاها با استفاده از آزمون دوربین-واتسون بررسی شد که چون مقدار آن (۱/۹۸) بین ۱/۵ تا ۲/۵ بود نسبت به برقراری این مفروضه نیز اطمینان حاصل شد. همچنین از شاخص‌های عامل تورم واریانس[1](VIF) و تحمل[2] به منظور بررسی هم‌خطی متغیرهای مستقل استفاده شد که نتایج آن‌ها برای تحلیل‌ها بین ۱/۰۹ تا ۱/۹۲ برای VIF و بین ۰/۴۲ تا ۰/۹۱ برای تحمل بود که این نتایج نشان می‌دهد بین متغیرهای پیش‌بین عدم‌هم‌خطی وجود دارد در جدول ۳ نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان جهت بررسی توان پیش‌بینی دلزدگی زناشویی متأهلین توسط سبک‌های تبادل زوجین و مقایسه اجتماعی ارائه شده است.

جدول ۳: تحلیل رگرسیون توان پیش‌بینی دلزدگی زناشویی توسط سبک‌های تبادل زوجین و مقایسه اجتماعی

متغیر ها	Beta	t	P-value	خلاصه مدل			
				R	R^2	F	P-value
انصاف	-۰/۳۲	-۴/۸۹	۰/۰۰۱	۰/۵۹	۰/۳۵	۲۱/۵۹	۰/۰۰۱
پیگیری	۰/۰۹	۱/۱۹	۰/۲۳۵				
فردگرایی	۰/۱۷	۲/۴۷	۰/۰۱۴				
منفعت‌طلبی	۰/۱۸	۲/۸۳	۰/۰۰۵				
سرمایه‌گذاری افراطی	-۰/۲۲	-۳/۶۲	۰/۰۰۱				
مقایسه اجتماعی	۰/۲۸	۴/۰۳	۰/۰۰۱				

نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان (جدول شماره ۳) نشان داد که بین متغیرهای پیش‌بین (سبک‌های تبادل زوجین و مقایسه اجتماعی) با دلزدگی زناشویی همبستگی چندگانه ۰/۵۹ وجود دارد ($R=$ ۰/۵۹، $p<$ ۰/۰۰۱). همچنین نتایج نشان داد که سبک‌های تبادل زوجین و مقایسه اجتماعی در مجموع ۳۵٪ از کل واریانس دلزدگی زناشویی را تبیین می‌کنند ($R^2=$ ۰/۱۹، $p<$ ۰/۰۰۱). ضرایب Beta جهت نشان دادن نقش اصلی هر متغیر نشان داد که در درجه اول سبک تبادل انصاف به شیوه منفی ($Beta=$ -۰/۳۲، $p<$ ۰/۰۱) توانایی پیش‌بینی دلزدگی زناشویی را دارد، بعد از آن به ترتیب مقایسه اجتماعی ($Beta=$ ۰/۲۸، $p<$ ۰/۰۱) و سبک‌های تبادل سرمایه‌گذاری افراطی ($Beta=$ -۰/۲۲، $p<$ ۰/۰۱)، منفعت‌طلبی ($Beta=$ ۰/۱۸، $p<$ ۰/۰۱) و فردگرایی ($Beta=$ ۰/۱۷، $p<$ ۰/۰۵) توانایی پیش‌بینی دلزدگی زناشویی را داشتند. سبک تبادل پیگیری نقش معنی‌داری در پیش‌بینی دلزدگی زناشویی نداشت ($p>$ ۰/۰۱).

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف پیش‌بینی دلزدگی زناشویی براساس مقایسه اجتماعی و سبک تبادل زوجین انجام شد. نتایج نشان داد که سبک‌های تبادل پیگیری، فردگرایی و منفعت‌طلبی با دلزدگی زناشویی رابطهٔ مثبت و معنی‌دار دارند، در حالی که سبک‌های تبادل انصاف و سرمایه‌گذاری افراطی با دلزدگی زناشویی رابطهٔ منفی معنی‌دار داشتند. سبک‌های تبادل انصاف، فردگرایی، منفعت‌طلبی و سرمایه‌گذاری افراطی پیش‌بینی‌کنندهٔ دلزدگی زناشویی زوجین بود، ولی سبک تبادل پیگیری پیش‌بینی‌کنندهٔ دلزدگی زناشویی‌شان نبود. این یافته با

1variance inflation factor
2olerance

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.2.4.3]

نتایج پژوهش‌های هتفیلد و راپسون (۲۰۱۱)، اسپرچر (۲۰۱۸) و گررو و همکاران (۲۰۰۸) همسو بود. در تبیین این یافته باید خاطر نشان کرد که از مشخصه‌های قابل توجه در زوج‌های آشفته مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره کمبود تبادلات رفتاری مثبت و یا تبادلات منفی بیش از حد است. طبق شواهد، نسبت رفتارهای مثبت به منفی در ازدواج‌های موفق ۵ به ۱ هست در حالی که در ازدواج‌های ناموفق این نسبت ۱ به ۱ یا کمتر است (گاتمن و پلوسو،[1] ۲۰۱۸). تبادل اجتماعی در ازدواج شامل انتقال منابع از قبیل دارایی، جذابیت، هوش، عشق، تفاهم، تشویق، کسب پول و به عهده گرفتن مسئولیت‌های کوچک داخلی، مالکیت یا هر ویژگی است که به زن یا مرد توانایی پاداش‌دهی یا تنبیه شریک زناشویی را می‌دهد (ناکونزنی و دنتون،[2] ۲۰۰۸). شواهد نظری و تجربی نه تنها نشانگر نقش انصاف ادراک شده (از میزان دریافت تقویت‌های شریک زندگی نسبت به دریافت تقویت‌های خود) بر افزایش احساس نارضایتی زناشویی و پریشانی زوج ها است (هتفیلد و راپسون، ۲۰۱۱؛ دی‌ماریس، ۲۰۰۷)، بلکه از دو واکنش هیجانی شایع خشم (در موقعیت فرو بهره مندی: هزینه ها یا أورده ها بیشتر از منافع یا برداشت‌ها) و احساس گناه (در موقعیت فرا بهره‌مندی: منافع یا برداشت‌ها بیشتر از هزینه‌ها یا آورده‌ها) حکایت دارد که هر دو هیجان می‌توانند مانع شکل‌گیری صمیمت (اسپرچر، ۲۰۱۸) و موجب تنفر، دلزدگی، سرخوردگی، ناامیدی و افسردگی شوند (گررو و همکاران، ۲۰۰۸). چیزی که مشخص است از بین سبک‌های پنج‌گانه تبادل انصاف از طریق ایجاد تمایل به روابط برابر و سرمایه‌گذاری در جهت منافع متقابل و سرمایه گذاری افراطی از طریق تمایل به سرمایه گذاری در روابط تبادلی بدون نیاز به سرمایه گذاری برابر از جانب دیگران می‌تواند نقش مؤثر در کاهش دلزدگی زناشویی زوجین داشته باشند. در حالی که ارزیابی با ایجاد وسواس در بازبینی مکرر و دقیق هزینه‌ها و منافع کوتاه مدت یا دراز مدت، فردگرایی از طریق ارجح کردن خواسته‌های خو بر دیگری و سرمایه گذاری اندک در روابط تبادلی، منفعت‌طلبی از طریق ایجاد تمایل به سود حداکثری در روابط خود و همسر (لیبمن و همکاران، ۲۰۱۱) می‌توانند افزایش دلزدگی در روابط زناشویی را به همراه داشته باشند.

یافته دیگر این پژوهش نشان داد که مقایسه اجتماعی با دلزدگی زناشویی رابطهٔ مثبت و معنی‌دار دارد و این متغیر پیش‌بینی‌کنندهٔ دلزدگی زناشویی زوجین بود. این یافته با نتایج پژوهش‌های استافورد (۲۰۲۰)، موری (۲۰۱۱) و وایت (۲۰۱۰) همسو است. در تبیین این یافته باید اظهار داشت که مقایسه‌های اجتماعی خود به خودی، بی‌دردسر، غیرعمدی و نسبتاً خودکار هستند (وِلز[3] و همکاران، ۲۰۱۸) و حاکی از آن می‌باشند که افراد ممکن است مقایسه‌های مکرر در روابط زناشویی و عاشقانه را انجام دهند. مقایسه‌های اجتماعی روابط عاشقانه کاملاً رایج بوده و افراد به طور خودکار روابط عاشقانه خود را با دوستان‌شان مقایسه می‌کنند (هوری و کامو،[4] ۲۰۱۸). از این مقایسه‌های اجتماعی رابطه می‌توان برای ارزیابی مناسب بودن شریک زندگی (موری و سوچارینا،[5] ۲۰۱۶)، احساسات و تجربیات در رابطه یا ارزیابی عقاید فرد در مورد روابط نزدیک استفاده کرد. دوره‌های عدم‌اطمینان مانند هنگام تغییر و استرس تمایل به مقایسه‌های اجتماعی را فعال می‌کند (فراندا و رابرتز،[6] ۲۰۱۹). اسمیت‌لیبو و باکینگهام[7] (۲۰۰۸) در طی سه مطالعه دریافتند مقایسه اجتماعی رابطه بیشتر با اضطراب و اجتناب از دلبستگی بیشتر و عزت نفس، صمیمیت، رضایت و تعهد رابطه پایین‌تر و درک گزینه‌های بیشتر برای رابطه همراه است. وایت (۲۰۱۱) نیز دریافت که مقایسه اجتماعی روابط خود با دیگران بر روابط زناشویی تأثیر منفی دارد. به طور خلاصه، مقایسه‌های اجتماعی تحت شرایط عدم اطمینان فعال می‌شوند (کیم، کالان، گئورگیو و اسکای‌لارک،[8] ۲۰۱۸) و می‌توانند بر اجزای شناختی، رفتاری و عاطفی روابط عاشقانه تأثیر بگذارند (استافورد، ۲۰۲۰). بنابراین می‌توان گفت که مقایسه‌های اجتماعی رابطه پیش‌بینی کننده‌های مهم کیفیت روابط زناشویی و عاشقانه هستند (موری، سوچارینا و پتی،[9] ۲۰۱۸).

براساس یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه گرفت مقایسه اجتماعی و سبک غیرانطباقی تبادل زوجین، موجبات دلزدگی زناشویی آن‌ها را فراهم می‌سازد، چرا که مقایسه اجتماعی، سبک‌های غیرانطباقی فردگرایی و منفعت‌طلبی، سبک‌های انطباقی انصاف و سرمایه‌گذاری افراطی پیش‌بینی‌کنندهٔ دلزدگی زناشویی زوجین بودند. بنابراین، با توجه با نقش معنی‌دار سبک‌های تبادل زوجین و مقایسه اجتماعی در

1 Gottman & Peluso
2 Nakonezny & Denton
3 Velez
4 Hori & Kamo
5 Morry & Sucharyna
6 Faranda & Roberts
7 Smith LeBeau & Buckingham
8 Kim, Callan, Gheorghiu & Skylark
9 Petty

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.2.4.3]

پیش‌بینی دلزدگی زناشویی پیشنهاد می‌شود برای کاهش دلزدگی زناشویی و بهبود کیفیت زندگی زناشویی زوجین، مداخله‌هایی در زمینه سازه‌های اجتماعیِ تبادل و مقایسه اجتماعی برای زوجین دلزده از زندگی زناشویی تشکیل شود تا علاوه بر اینکه دلزدگی زناشویی در آنان کاهش یابد، آگاهی‌شان از تأثیر شگفت‌انگیز سازه‌های اجتماعی مؤثر در زندگی زناشویی نیز افزایش یابد تا کارآمدی‌شان در زندگی مشترک بهبود یابد.

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به این نکته اشاره نمود که سابقه اختلالات روانی، مصرف داروی روان‌پزشکی، سوابق خانوادگی و روابط دوستی قبل از ازدواج آزمودنی‌ها در نمونه حاضر مورد بررسی قرار نگرفت. پیشنهاد می‌شود مطالعات بعدی، به جهت جلوگیری از ورود متغیرهای مداخله‌گر، با لحاظ نمودن سابقه اختلالات روانی، مصرف داروی روان‌پزشکی، سوابق خانوادگی و روابط دوستی قبل از ازدواج به بررسی متغیرهای پژوهش حاضر مبادرت ورزند. همچنین، پژوهش حاضر از نوع قطعی بود، لذا پیشنهاد می‌شود که مطالعات بعدی به بررسی طولی متغیرهای پژوهش حاضر بپردازند. علاوه بر موارد ذکر شده باید به این نکته اشاره نمود که نمونه پژوهش حاضر به‌صورت روش نمونه‌گیری در دسترس گزینش شده و تنها شامل زوجین مبتلا به دلزدگی زناشویی بود که این موارد نیز از محدودیت‌های این پژوهش محسوب می‌شود و قابلیت تعمیم نتایج را کاهش می‌دهد، لذا پیشنهاد می‌شود در مطالعات بعدی علاوه بر استفاده از روش‌های نمونه‌گیری تصادفی از نمونه‌های غیربالینی و افراد عادی نیز در بررسی تأثیر این عوامل روانی-اجتماعی بر دلزدگی زناشویی استفاده شود.

منابع

اسماعیلی‌فر، ن.، جایروند، ح.، رسولی، م.، و حسنی، ج. (۱۳۹۸). شناسایی عوامل زمینه ساز فرسودگی زناشویی، پژوهشنامه زنان، ۱۰(۲۷)، ۲۵-۵۱.

آرونسون، ا.، ویلسون، ت.، آکرت، ر.، و سامرز، س. (۲۰۱۶). *روان‌شناسی اجتماعی*، ویراست نهم. ترجمه صفاری‌نیا، مجید و حسن‌زاده پرستو (۱۳۹۶). تهران: انتشارات ارسباران.

تاجیک‌اسمعیلی، ع. ا.، حسن‌زاده، پ. (۱۳۹۳). بررسی خصوصیات مقدماتی روانسنجی مقیاس جهت گیری مقایسه یووا- هلند در زنان و مردان شهر تهران. *پژوهش‌های روانشناسی اجتماعی، ۱۵*(۴)، ۷۳-۸۴.

حکمت‌نیا، م.، و بهادری‌جهرمی، ث. (۱۳۹۵). بررسی نظریه مبادله و نقش آن در روابط درونی خانواده. *فصلنامه مطالعات علوم اجتماعی، ۲*(۳)، ۱۶۶-۱۵۹.

سلیمی، م.، و فاتحی‌زاده، م. (۱۳۹۲). بررسی اثر بخشی آموزش جنسی به شیوه رفتاری ـ شناختی بر دانش، خودابرازی و صمیمیت جنسی زنان متأهل شهرستان مبارکه. *فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی، ۷*(۲۸)، ۱۰۵-۱۲۲.

صفاری نیا، م. (۱۳۹۴). *بررسی خصوصیات روانسنجی مقیاس سبک‌های تبادل اجتماعی در جمعیت ایرانی*. طرح پژوهشی دانشگاه پیام نور.

عبادت‌پور، ب.، نوابی‌نژاد، ش.، شفیع‌آبادی، ع.، و فلسفی‌نژاد، م. ر. (۱۳۹۲). نقش واسطه‌ای کارکردهای خانواده برای تاب‌آوری فردی و باورهای معنوی و دلزدگی زناشویی. *روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی، ۳*(۱۳)، ۲۹-۴۵.

قدیمی، م.، و قاسمی، ح. (۱۳۹۱). بررسی تاثیر محرومیت و احساس بیگانگی اجتماعی بر احساس امنیت اجتماعی (مورد مطالعه دانشجویان دانشگاه‌های شهر زنجان). *فصلنامه دانش انتظامی زنجان، ۱*(۴)، ۱-۲۹.

نویدی، ف. (۱۳۸۴). *بررسی و مقایسه رابطه دلزدگی زناشویی با عوامل جوسازمانی در کارکنان ادارات آموزش و پرورش و پرستاران بیمارستان های شهر تهران در سال ۱۳۸۴*. پایانامه کارشناسی ارشد رشتهٔ مشاورهٔ خانواده، دانشگاه شهید بهشتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی.

Aronson, E., & Aronson, J. (2018). *The social animal*. Worth Publishers, Macmillan Learning.

Beach, S. R., Hurt, T. R., Fincham, F. D., Franklin, K. J., McNair, L. M., & Stanley, S. M. (2011). Enhancing marital enrichment through spirituality: Efficacy data for prayer focused relationship enhancement. *Psychology of Religion and Spirituality*, *3*(3), 201.

Cornwall, A. (2002). Spending power: love, money, and the reconfiguration of gender relations in Ado-Odo, Southwestern Nigeria. *American Ethnologist*, *29*(4), 963-980.

DeMaris, A. (2007). The role of relationship inequity in marital disruption. *Journal of Social and Personal Relationships*, *24*(2), 177-195.

Dollahite, D. C., Marks, L. D., & Wurm, G. J. (2019). Generative devotion: A theory of sacred relational care in families of faith. *Journal of Family Theory & Review*, *11*(3), 429-448.

Faranda, M., & Roberts, L. D. (2019). Social comparisons on Facebook and offline: The relationship to depressive symptoms. *Personality and Individual Differences*, *141*, 13-17.

Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human relations*, *7*(2), 117-140.

Gerber, J. P. (2020). Social comparison theory. *Encyclopedia of personality and individual differences*, 5004-5011.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.2.4.3]

Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Individual differences in social comparison: development of a scale of social comparison orientation. *Journal of personality and social psychology*, *76*(1), 129.

Gottman, J. M., & Peluso, P. R. (2018). Dynamic models of Social interaction. In *Mathematical Modeling of Social Relationships* (pp. 17-29). Springer, Cham.

Guerrero, L. K., La Valley, A. G., & Farinelli, L. (2008). The experience and expression of anger, guilt, and sadness in marriage: An equity theory explanation. *Journal of Social and Personal Relationships*, *25*(5), 699-724.

Harasymchuk, C., Peetz, J., Fehr, B., & Chowdhury, S. (2021). Worn out relationship? The role of expectations in judgments of relational boredom. *Personal Relationships*, *28*(1), 80-98.

Hatfield, E., & Rapson, R. L. (2011). Equity theory in close relationships. *Handbook of theories of social psychology*, *2*, 200-217.

Hori, M., & Kamo, Y. (2018). Gender differences in happiness: The effects of marriage, social roles, and social support in East Asia. *Applied Research in Quality of Life*, *13*(4), 839-857.

Jankowski, P. J., & Hooper, L. M. (2012). Differentiation of self: A validation study of the Bowen theory construct. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, *1*(3), 226.

Kim, H., Callan, M. J., Gheorghiu, A. I., & Skylark, W. J. (2018). Social comparison processes in the experience of personal relative deprivation. *Journal of Applied Social Psychology*, *48*(9), 519-532.

Leybman, M. J., Zuroff, D. C., Fournier, M. A., Kelly, A. C., & Martin, A. (2011). Social exchange styles: measurement, validation, and application. *European Journal of Personality*, *25*(3), 198-210.

Morry, M. M. (2011, February). How are we doing? It depends on who I compare to and my anxiety level. In *Poster presented at the Society of Personality and Social Psychology Conference, San Antonio, TX*.

Morry, M. M., & Sucharyna, T. A. (2016). Relationship social comparison interpretations and dating relationship quality, behaviors, and mood. *Personal Relationships*, *23*(3), 554-576.

Morry, M. M., Sucharyna, T. A., & Petty, S. K. (2018). Relationship social comparisons: your facebook page affects my relationship and personal well-being. *Computers in Human Behavior*, *83*, 140-167.

Nakonezny, P. A., & Denton, W. H. (2008). Marital relationships: A social exchange theory perspective. *The American Journal of Family Therapy*, *36*(5), 402-412.

Neal, A. M., & Lemay, E. P. (2019). The wandering eye perceives more threats: Projection of attraction to alternative partners predicts anger and negative behavior in romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, *36*(2), 450-468.

Nichols, N. B., Backer-Fulghum, L. M., Boska, C. R., & Sanford, K. (2015). Two types of disengagement during couples' conflicts: Withdrawal and passive immobility. *Psychological assessment*, *27*(1), 203.

Pines, A. (2013). *Couple burnout: Causes and cures*. Routledge.

Pines, A. M., & Nunes, R. (2003). The relationship between career and couple burnout: Implications for career and couple counseling. *Journal of employment counseling*, *40*(2), 50-64.

Schneider, S., & Schupp, J. (2011). The social comparison scale: testing the validity, reliability, and applicability of the Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM) on the German population. *SOEPpaper No. 360, Available at SSRN: https://ssrn.com/abstract=1772742*

Smith LeBeau, L., & Buckingham, J. T. (2008). Relationship social comparison tendencies, insecurity, and perceived relationship quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, *25*(1), 71-86.

Spellman, F. (2013). The social exchange theory: We all weight out our options. *Journal of Personality Assessment*, *50*, 18-23.

Sprecher, S. (2018). Inequity leads to distress and a reduction in satisfaction: Evidence from a priming experiment. *Journal of Family Issues*, *39*(1), 230-244.

Stafford, L. (2020). Communal strength, exchange orientation, equity, and relational maintenance. *Journal of Social and Personal Relationships*, *37*(8-9), 2345-2365.

Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics* (Vol. 5, pp. 481-498). Boston, MA: Pearson.

Thibaut, J. W., & Kelley, H. H. (2017). *The social psychology of groups*. Routledge.

Velez, J. A., Ewoldsen, D. R., Hanus, M. D., Song, H., & Villarreal, J. A. (2018). Social comparisons and need fulfillment: Interpreting video game enjoyment in the context of leaderboards. *Communication Research Reports*, *35*(5), 424-433.

Walsh, C. M. (2019). *Emotional capital and the benefits for personal well-being: how positive moments with you might help me too* (Doctoral dissertation).

White, G. A. (2010). *Implications of relationship social comparison tendencies among dating and married individuals* (Doctoral dissertation, The University of Iowa).

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]

[DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.2.4.3]