



پیش‌بینی ناسازگاری زناشویی بر اساس خودانتقادی و حساسیت به طرد شدگی در معلمان متأهل مقطع متوسطه: یک مقاله مروری

راحله مرادی

کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی



MDOI-02-2026.0356
MNR-370-2-B81571

زناشویی به عنوان یکی از مهم‌ترین چالش‌های خانوادگی، پیامدهای گسترده‌ای بر سلامت روان و عملکرد شغلی و کیفیت زندگی زوجین دارد. معلمان به دلیل ماهیت فشرده کاری و مواجهه مستمر با استرس‌های شغلی، آسیب‌پذیری بیشتری در برابر تعارضات زناشویی نشان می‌دهند. هدف از مقاله حاضر، مرور نظام‌مند پژوهش‌های انجام‌شده در بازه زمانی ۲۰۲۲ تا ۲۰۲۶ درباره نقش خودانتقادی و حساسیت به طردشدگی در پیش‌بینی ناسازگاری زناشویی در میان معلمان متأهل مقطع متوسطه است. روش پژوهش حاضر، مرور نظام‌مند ادبیات پژوهشی با جست‌وجو در پایگاه‌های داده‌ای داخلی شامل SID، Magiran، Irandoc و NoorMags با کلیدواژه‌های مرتبط بود. یافته‌ها نشان می‌دهد خودانتقادی به‌ویژه در بُعد شخصیتی (SC) و حساسیت بین‌فردی (IS) با افزایش تعارضات زناشویی و فکری ارتباط معنادار دارد. همچنین حساسیت به طردشدگی با واکنش‌های پرخاشگرانه، تفسیر منفی رفتار همسر و اجتناب از صمیمیت، ناسازگاری زناشویی را پیش‌بینی می‌کند. نتیجه‌گیری: مداخلات مبتنی بر درمان شناختی-رفتاری، طرحواره‌درمانی و ذهن‌آگاهی می‌تواند با هدف‌گیری این متغیرها، به بهبود کیفیت روابط زناشویی معلمان کمک کند.

کلیدواژه‌ها: ناسازگاری زناشویی، خودانتقادی، حساسیت به طردشدگی، معلمان، مقطع متوسطه.

۱-۱. بیان مسئله

خانواده به عنوان و عملکرد فردی اعضای خود ایفا می کند روان و عملکرد فردی اعضای خود ایفا می کند. در میان ابعاد مختلف عملکرد خانوادگی، کیفیت رابطه زناشویی از جایگاه ویژه ای برخوردار است؛ به گونه ای که ناسازگاری زناشویی با پیامدهایی نظیر افسردگی، اضطراب، کاهش عملکرد شغلی و آسیب های فرزندپروری همراه است (نوابی نژاد و همکاران، ۱۴۰۲). ناسازگاری زناشویی به معنای وجود تعارضات مکرر، کاهش رضایت، نبود صمیمیت عاطفی و ناتوانی در حل مسئله میان زوجین تعریف می شود (احمدی و شفیع آبادی، ۱۴۰۱).

معلمان به عنوان یکی از اقشار پراسترس جامعه، به دلیل مواجهه با چالش های آموزشی، فشارهای ارزیابی، جمعیت دانش آموزی متنوع و بار کاری ذهنی بالا این عوامل می تواند سودگی شغلی و خستگی هیجانی قرار دارند. این عوامل می تواند به انتقال استرس شغلی به فضای خانوادگی و تشدید ناسازگاری زناشویی منجر شود (پورشریفی و حیدری، ۱۴۰۳). در میان متغیرهای شخصیتی و شناختی مؤثر بر کیفیت رابطه ای برخوردشویی، خودانتقادی و حساسیت به طردشدگی از اهمیت ویژه ای برخوردارند.

خودانتقادی به عنوان یک ویژگی شخصیتی شامل دو بُعد خودانتقادی شخصیتی (SC) و حساسیت بین فردی (IS) است که با گرایش به ارزیابی منفی خود، احساس گناه، بی کفایتی و نگرانی از قضاوت دیگران شناخته می شود (Blatt, 2004). از سوی دیگر، حساسیت به طردشدگی یک ساختار شناختی-عاطفی است که با انتظار طرد، تفسیر منفی رفتار دیگران و واکنش های پرخاشگرانه یا اجتنابی همراه است (Feldman, & Downey, 1996). هر دو متغیر می توانند به عنوان پیش بین های مهم ناسازگاری زناشویی در میان معلمان عمل کنند.

۱-۲. اهمیت و ضرورت پژوهش

با وجود رشد پژوهش‌ها در حوزه خانواده و روابط زناشویی، مطالعات اندکی به‌طور خاص به بررسی این متغیرها در میان معلمان متأهل پرداخته‌اند. از سوی دیگر، بیشتر مطالعات انجام‌شده در ایران بر روی نمونه‌های عمومی یا زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره متمرکز بوده‌اند. ضرورت انجام پژوهش حاضر از آن‌روست که شناسایی عوامل پیش‌بین ناسازگاری زناشویی در میان معلمان، می‌تواند به طراحی مداخلات پیشگیرانه و ارتقای سلامت روان این قشر حیاتی جامعه کمک کند.

۱-۳. اهداف پژوهش

هدف اصلی مقاله حاضر، مرور نظام‌مند ادبیات پژوهشی درباره نقش خودانتقادی و حساسیت به طردشدگی در پیش‌بینی ناسازگاری زناشویی در میان معلمان متأهل مقطع متوسطه است. اهداف فرعی شامل بررسی روابط ساختاری میان این متغیرها، شناسایی شکاف‌های پژوهشی و ارائه پیشنهادها برای کاربردی است.

۲. روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر یک مطالعه مروری نظام‌مند است. برای جمع‌آوری منابع، پایگاه‌های داده‌ای Magiran، SID، NoorMags و Irandoc با کلیدواژه‌های «ناسازگاری زناشویی»، «خودانتقادی»، «حساسیت به طردشدگی»، «معلمان»، «مقطع متوسطه» و معادل‌های انگلیسی آن‌ها جست‌وجو شدند. معیارهای ورود شامل: انتشار در بازه ۲۰۲۲ تا ۲۰۲۶ (۱۴۰۱ تا ۱۴۰۵ شمسی)، متن کامل فارسی، نمونه معلمان متأهل یا زوجین شاغل، و روش‌شناسی کمی یا کیفی بود. در نهایت ۲۰ منبع مرتبط انتخاب و تحلیل شدند.

۳. مبانی نظری و پیشینه پژوهشی

۳-۱. ناسازگاری زناشویی

ناسازگاری زناشویی به عنوان ناتوانی زوجین در ایجاد توافق و تفاهم در ابعاد مختلف زندگی مشترک تعریف می شود. این سازه شامل مؤلفه هایی نظیر تعارض زناشویی، کاهش رضایت، نبود صمیمیت، مشکلات ارتباطی و ناپایداری عاطفی است (بهرامی و همکاران، ۱۴۰۲). پرسشنامه های متعددی برای سنجش این سازه در ایران طراحی و هنجاریابی شده اند که از جمله آن ها می توان به مقیاس سازگاری زناشویی اسپانیر (DAS) و پرسشنامه ناسازگاری زناشویی اشاره کرد.

پژوهش های اخیر نشان می دهد که ناسازگاری زناشویی با متغیرهای متعددی نظیر سبک های دلبستگی، ویژگی های شخصیتی، کیفیت ارتباط و عوامل استرس زای شغلی مرتبط است (کاظمی و همکاران، ۱۴۰۳). در میان معلمان، فشارهای شغلی به ویژه در مقطع متوسطه به دلیل چالش های نوجوانی دانش آموزان، می تواند نقش مهمی در تشدید تعارضات زناشویی ایفا کند.

۳-۲. خودانتقادی

خودانتقادی یک سازه شخصیتی است که نخستین بار توسط بلات (Blatt) در چارچوب نظریه روابط شیئی مطرح شد. این سازه شامل دو بُعد اصلی است: خودانتقادی شخصیتی (Self-Criticism) که با احساس بی کفایتی، گناه و نگرانی از قضاوت همراه است و حساسیت بین فردی (Interpersonal Sensitivity) که با ترس از طرد و نگرانی از دیدگاه دیگران مرتبط است (Blatt, 2004).

پژوهش های جدید نشان می دهند که خودانتقادی با کاهش رضایت زناشویی، افزایش تعارض و کاهش کیفیت ارتباط زوجین مرتبط است. افراد خودانتقادگر تمایل دارند رفتارهای خنثی یا حتی مثبت همسر را به صورت منفی تفسیر کنند و در نتیجه واکنش های نامتناسب نشان دهند (اکبری و همکاران، ۱۴۰۲). در مدل دوگانه

بلات، خودانتقادی به عنوان یکی از دو بُعد اصلی اختلالات شخصیتی (در کنار وابستگی) شناخته می شود و با آسیب پذیری در برابر افسردگی و اضطراب مرتبط است.

۳-۳. حساسیت به طردشده گی

حساسیت به طردشده گی توسط داوونی و فلدمن (۱۹۹۶) به عنوان یک ساختار شناختی-عاطفی-رفتاری معرفی شد که با انتظار طرد، تفسیر مبهم رفتارها به عنوان طرد و واکنش های هیجانی شدید به طرد واقعی یا ادراک شده مشخص می شود. این سازه با تجارب اولیه طرد، سبک های دلبستگی ناایمن و روابط ناکارآمد والد-کودک مرتبط است.

پژوهش های اخیر تأیید کرده اند که حساسیت به طردشده گی یکی از قوی ترین پیش بین های کیفیت روابط زناشویی است (رحیمی و همکاران، ۱۴۰۳). افراد با حساسیت بالا به طرد، تمایل دارند رفتارهای همسر را به عنوان نشانه ای از بی توجهی یا طرد تفسیر کنند، که این امر به چرخه های معیوب تعامل منفی و افزایش ناسازگاری زناشویی منجر می شود.

۳-۴. رابطه خودانتقادی و ناسازگاری زناشویی

مطالعات متعددی به بررسی رابطه خودانتقادی با ناسازگاری زناشویی پرداخته اند. نتایج این پژوهش ها نشان می دهد که خودانتقادی با مکانیسم های متعددی نظیر نشخوار فکری، سرکوب هیجانی، کمال گرایی ناسازگار و الگوهای ارتباطی منفی، کیفیت رابطه زناشویی را تحت تأثیر قرار می دهد (موسوی و همکاران، ۱۴۰۲).

در پژوهش اکبری و همکاران (۱۴۰۲) که بر روی ۳۰۰ معلم متأهل مقطع متوسطه در استان اصفهان انجام شد، نتایج نشان داد که خودانتقادی شخصیتی به طور مثبت و معناداری ناسازگاری زناشویی را پیش بینی می کند ($\beta = 0.42, p > 0.01$). همچنین حساسیت بین فردی با نقش واسطه ای در رابطه خودانتقادی با ناسازگاری زناشویی مشاهده شد.

۳-۵. رابطه حساسیت به طردشدگی و ناسازگاری زناشویی

پژوهش‌های اخیر در ایران نشان داده‌اند که حساسیت به طردشدگی با ابعاد مختلف ناسازگاری زناشویی نظیر تعارض، کاهش رضایت و نبود صمیمیت ارتباط مثبت معناداری دارد (نوری و همکاران، ۱۴۰۳). در پژوهش رحیمی و همکاران (۱۴۰۳) با نمونه‌ای از معلمان متأهل شهر تهران، مشخص شد که حساسیت به طردشدگی ۳۵ درصد از واریانس ناسازگاری زناشویی را تبیین می‌کند.

مکانیسم‌های پیشنهادی برای این رابطه شامل: الف) تفسیر منفی رفتارهای خنثی همسر به عنوان نشانه طرد؛ ب) واکنش‌های پرخاشگرانه یا اجتنابی به عنوان راهبردهای مقابله‌ای؛ ج) ایجاد چرخه‌های تعامل منفی متقابل است (حق‌شناس و همکاران، ۱۴۰۲).

۳-۶. نقش تعدیل‌گر عوامل شغلی

با توجه به اهمیت فشارهای شغلی معلمان، برخی پژوهش‌ها به بررسی نقش تعدیل‌گر متغیرهای شغلی در رابطه بین خودانتقادی و حساسیت به طردشدگی با ناسازگاری زناشویی پرداخته‌اند. نتایج نشان می‌دهد که فرسودگی شغلی و تعارض کار-خانواده رابطه این متغیرها با ناسازگاری زناشویی را تشدید می‌کند (پورشریفی و حیدری، ۱۴۰۳).

۳-۷. تفاوت‌های جنسیتی

برخی پژوهش‌ها نشان داده‌اند که رابطه خودانتقادی و حساسیت به طردشدگی با ناسازگاری زناشویی ممکن است از الگوهای جنسیتی متفاوتی پیروی کند. زنان به‌طور معمول نمرات بالاتری در خودانتقادی و حساسیت به طردشدگی نشان می‌دهند، اما شدت تأثیر این متغیرها بر ناسازگاری زناشویی در مردان نیز قابل توجه است (حسینی و همکاران، ۱۴۰۲).

۳-۸. مدل‌های نظری تبیین‌کننده

سه مدل نظری اصلی برای تبیین رابطه این متغیرها وجود دارد: مدل Bowlby که بر نقش سبک‌های دلبستگی ناایمن تأکید دارد؛ مدل شناختی-رفتاری (Beck) که بر تحریفات شناختی و طرحواره‌های ناسازگار تمرکز می‌کند؛ و مدل نظامی (Bowen) که بر فرآیندهای بین‌نسلی و تمایز خود تأکید دارد (نوابی‌نژاد، ۱۴۰۲).

۴. بحث

نتایج مرور نظام‌مند پژوهش‌های انجام‌شده در بازه ۲۰۲۲ تا ۲۰۲۶ نشان می‌دهد که خودانتقاد و حساسیت به طردشدگی از پیش‌بین‌های مهم ناسازگاری زناشویی در میان معلمان متأهل مقطع متوسطه هستند. این یافته‌ها با نظریه‌های دلبستگی و شناختی-رفتاری سازگار است.

خودانتقادی از طریق مکانیسم‌هایی نظیر نشخوار فکری، انتظارات غیرواقع‌بینانه از خود و همسر، و سرکوب هیجانی، زمینه‌ساز ناسازگاری زناشویی می‌شود. معلمان به دلیل ماهیت ارزیابی‌محور حرفه خود، آسیب‌پذیری بیشتری در برابر خودانتقادی نشان می‌دهند. حساسیت به طردشدگی نیز با ایجاد چرخه‌های تعامل منفی، تفسیر منفی رفتارهای خنثی همسر و واکنش‌های نامتناسب، کیفیت رابطه زناشویی را کاهش می‌دهد.

نکته قابل توجه، تعامل این دو متغیر است. افرادی که هم خودانتقادی بالا و هم حساسیت به طردشدگی بالا دارند، آسیب‌پذیری بیشتری در برابر ناسازگاری زناشویی نشان می‌دهند. این یافته با مدل آسیب‌پذیری مضاعف سازگار است.

از سوی دیگر، عوامل شغلی به‌ویژه فشارهای مرتبط با تدریس در مقطع متوسطه، نقش مهمی در تشدید این روابط ایفا می‌کنند. مداخلاتی که به‌طور همزمان عوامل فردی (خودانتقادی و حساسیت به طردشدگی) و عوامل شغلی (فرسودگی، تعارض کار-خانواده) را هدف قرار دهند، احتمالاً اثربخشی بیشتری خواهند داشت.

با وجود رشد پژوهش‌ها، چند شکاف مهم وجود دارد: الف) فقدان پژوهش‌های طولی برای بررسی روابط علی؛ ب) محدودیت نمونه‌ها به شهرهای بزرگ؛ ج) عدم بررسی نقش متغیرهای فرهنگی-اجتماعی؛ د) ناکافی بودن پژوهش‌های کیفی برای فهم تجارب زیسته معلمان.

۴-۲. پیشنهادهای کاربردی

بر اساس یافته‌ها، پیشنهاد می‌شود: ۱) طراحی برنامه‌های آموزشی پیشگیرانه برای معلمان با تمرکز بر مهارت‌های مدیریت خودانتقادی و حساسیت به طرد؛ ۲) ارائه خدمات مشاوره‌ای در مدارس با رویکرد طرحواره‌درمانی و درمان شناختی-رفتاری؛ ۳) اجرای کارگاه‌های ارتقای مهارت‌های ارتباطی زوجین معلمان؛ ۴) توجه به تعادل کار-زندگی در سیاست‌گذاری‌های آموزشی.

۵. نتیجه‌گیری

مقاله مروری حاضر نشان داد که خودانتقادی و حساسیت به طردشدگی از پیش‌بین‌های معنادار ناسازگاری زناشویی در میانار ناسازگاری زناشویی در میان معلمان متأهل مقطع متوسطان‌یسم‌های شناختی، هیجانی و رفتاری، کیفیت رابطه زناشویی را تحت تأثیر قرار می‌دهند. با توجه به اهمیت نقش معلمان در جامعه و تأثیر سلامت روان آنان بر کیفیت آموزش، توجه به این متغیرها در طراحی مداخلات پیشگیرانه و درمانی ضروری است. پژوهش‌های آینده باید با استفاده از طرح‌های طولی و نمونه‌های متنوع‌تر، به APA Style - فارسی‌تر این روابط و طراحی مداخلات مؤثر کمک کنند.

منابع

- احمدی، س.، و شفیع آبادی، ع. (۱۴۰۱). سازگاری زناشویی: نظریه ها و مداخلات. تهران: انتشارات دانشگاه شهید بهشتی.
- اکبری، م.، مرادی، ر.، و حسینی، ف. (۱۴۰۲). نقش خودانتقادی و حساسیت بین فردی در پیش بینی ناسازگاری زناشویی معلمان متأهل. فصلنامه خانواده پژوهی، ۱۹(۲)، ۴۵-۶۲.
- بهرامی، م.، رضایی، ک.، و کریمی، ی. (۱۴۰۲). بررسی رابطه سبک های دلبستگی با ناسازگاری زناشویی در زوجین شاغل در آموزش و پرورش. فصلنامه مشاوره و روان درمانی خانواده، ۱۲(۳)، ۸۹-۱۱۰.
- پورشریفی، ح.، و حیدری، م. (۱۴۰۳). نقش تعارض کار-خانواده و فرسودگی شغلی در ناسازگاری زناشویی معلمان مقطع متوسطه. فصلنامه پژوهش های نوین روانشناختی، ۱۸(۴)، ۱۱۵-۱۳۲.
- حسینی، س.، فلاح، م.، و نوری، ر. (۱۴۰۲). تفاوت های جنسیتی در رابطه خودانتقادی و حساسیت به طردشگی با ناسازگاری زناشویی. فصلنامه زن و جامعه، ۱۴(۱)، ۷۸-۹۵.
- حق شناس، ح.، مرادی، ع.، و صادقی، م. (۱۴۰۲). مکانیسم های شناختی رابطه حساسیت به طردشگی با ناسازگاری زناشویی در زوجین. مجله روانشناسی بالینی، ۱۱(۲)، ۳۴-۵۰.
- رحیمی، ن.، کاظمی، م.، و احمدی، س. (۱۴۰۳). پیش بینی ناسازگاری زناشویی بر اساس حساسیت به طردشگی و کمال گرایی در معلمان. فصلنامه روانشناسی تربیتی، ۱۷(۳)، ۱۰۱-۱۲۰.
- زارع، ز.، و کریمیان، پ. (۱۴۰۲). رابطه خودانتقادی با سازگاری زناشویی: نقش واسطه ای نشخوار فکری. فصلنامه اندازه گیری تربیتی، ۱۳(۴۸)، ۶۷-۸۵.



- سلطانی، م.، و رستمی، ر. (۱۴۰۳). اثربخشی درمان شناختی-رفتاری بر کاهش خودانتقادی و بهبود سازگاری زناشویی معلمان. فصلنامه مداخلات روان شناختی، ۱۰(۲)، ۴۵-۶۴.
- شاه حسینی، ز.، ایمانی، م.، و رحیمی، ح. (۱۴۰۲). بررسی رابطه حساسیت به طردشدگی با کیفیت رابطه زناشویی در زوجین شاغل. فصلنامه خانواده و سلامت جنسی، ۵(۳)، ۳۴-۵۱.
- صادقی، م.، و نوابی نژاد، ش. (۱۴۰۲). مدل ساختاری پیش بینی ناسازگاری زناشویی بر اساس متغیرهای شناختی در معلمان متوسطه. مجله علوم روانشناختی، ۲۲(۱۱۸)، ۱۸۹۳-۱۹۱۰.
- عباسی، م.، و مهدویان، ف. (۱۴۰۳). نقش خودانتقادی و طرحواره های ناسازگار اولیه در پیش بینی ناسازگاری زناشویی. فصلنامه پژوهش های مشاوره، ۲۳(۹۰)، ۷۸-۹۸.
- علیزاده، ح.، و غلامعلی لو، س. (۱۴۰۲). رابطه کمال گرایی، خودانتقادی و ناسازگاری زناشویی در معلمان زن. فصلنامه مطالعات روانشناسی تربیتی، ۲۰(۴۱)، ۱۲۳-۱۴۲.
- کاظمی، م.، رحیمی، ن.، و اکبری، م. (۱۴۰۳). مدل یابی روابط ساختاری خودانتقادی، حساسیت به طردشدگی و ناسازشدگی و ناسازگاری زناشویی در معلمان. فصلی، ۱۸(۳)، ۱۴۵-۱۶۵.
- محمدی، م.، و شفیعی، س. (۱۴۰۲). پیش بینی کیفیت رابطه زناشویی بر اساس خودانتقادی و ذهن آگاهی در معلمان. فصلنامه آموزش و پرورش، ۳۱(۴)، ۸۹-۱۰۸.
- مرادی، ع.، و حق شناس، ح. (۱۴۰۲). بررسی نقش تعدیل گر تعارض کار-خانواده در رابطه خودانتقادی و ناسازگاری زناشویی معلمان. فصلنامه مشاوره شغلی و سازمانی، ۹(۲)، ۲۳-۴۱.
- موسوی، س.، کریمی، ی.، و صادقی، م. (۱۴۰۲). رابطه خودانتقادی، نشخوار فکری و ناسازگاری زناشویی: یک مطالعه میانجی گری. فصلنامه روانشناسی شناختی، ۱۱(۴)، ۵۵-۷۳.



نوری، ر.، فلاح، م.، و حسینی، س. (۱۴۰۳). نقش حساسیت به طردشدگی و دلبستگی ناایمن در پیش‌بینی ناسازگاری زناشویی معلمان. فصلنامه پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی، ۱۴(۲)، ۱۰۷-۱۲۴.

نوابی‌نژاد، ش. (۱۴۰۲). نظریه‌های خانواده‌درمانی و کاربرد آن‌ها. تهران: انتشارات دانشگاه تهران.

نوابی‌نژاد، ش.، صادقی، م.، و رحیمی، ن. (۱۴۰۲). پیامدهای ناسازگاری زناشویی بر سلامت روان و عملکرد شغلی معلمان. فصلنامه روانشناسی سلامت، ۷(۳)، ۶۷-۸۵.

یوسفی، ل.، و رضایی، م. (۱۴۰۳). اثربخشی طرحواره‌درمانی بر خودانتقادی و حساسیت به طردشدگی در معلمان متأهل دارای ناسازگاری زناشویی. فصلنامه مطالعات بالینی روانشناسی، ۸(۲)، ۳۴-۵۲.