

تدوین مدل علی سازگاری زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی، تمایز یافتگی خود و احساس انسجام روانی با نقش میانجی انتظارات زناشویی

مشخصات نویسندگان:



© ۱۴۰۵ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است.
انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی ۴.۰ CC BY-NC صورت گرفته است.

۱. راضیه اسماعیل دخت: گروه روانشناسی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران
۲. نادره سهرابی شگفتی*: گروه روانشناسی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران
۳. سوسن سهامی: گروه جامعه شناسی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران
۴. سیامک سامانی: گروه روانشناسی، واحد شیراز، دانشگاه آزاد اسلامی، شیراز، ایران

*پست الکترونیکی نویسنده مسئول: Nadere.sohrabi@iau.ac.ir

شیوه استناددهی: اسماعیل دخت، راضیه، سهرابی شگفتی، نادره، سهامی، سوسن، و سامانی، سیامک. (۱۴۰۵). تدوین مدل علی سازگاری زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی، تمایز یافتگی خود و احساس انسجام روانی با نقش میانجی انتظارات زناشویی. سنجش، *ارزیابی و مداخلات زوج درمانی*، ۳(۱)، ۲۷-۱.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تدوین و آزمون مدل علی سازگاری زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی، تمایز یافتگی خود و احساس انسجام روانی با میانجی‌گری انتظارات زناشویی در زنان متأهل شهر شیراز انجام شد. این پژوهش کاربردی با روش توصیفی-همبستگی و طرح مدل‌سازی معادلات ساختاری انجام شد. جامعه آماری شامل تمامی زنان متأهل ساکن مناطق یازده‌گانه شهر شیراز در پاییز ۱۴۰۳ بود که از میان آنان ۳۴۲ نفر با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از مقیاس سازگاری زناشویی اسپانیر، پرسشنامه انتظارات زناشویی امیدوار، پرسشنامه سبک‌های دلبستگی هزن و شایور، مقیاس تمایز یافتگی خود دریک و مقیاس احساس انسجام روانی آنتونوفسکی گردآوری شدند. تحلیل داده‌ها با نرم‌افزارهای SPSS نسخه ۲۷ و SmartPLS نسخه ۳.۲.۸ و با استفاده از مدل‌سازی معادلات ساختاری مبتنی بر حداقل مربعات جزئی و روش بوت‌استرپ انجام شد. دلبستگی ایمن، تمایز یافتگی خود و احساس انسجام روانی اثر مثبت و معناداری بر انتظارات زناشویی و سازگاری زناشویی داشتند، درحالی‌که اثر دلبستگی اجتنابی بر هر دو متغیر منفی و معنادار بود. اثر مستقیم دلبستگی اضطرابی بر انتظارات و سازگاری زناشویی معنادار نبود. انتظارات زناشویی اثر مثبت و معناداری بر سازگاری زناشویی داشت ($p < 0.001$, $\beta = 0.470$). همچنین، انتظارات زناشویی رابطه دلبستگی ایمن ($p < 0.001$, $\beta = 0.138$)، دلبستگی اجتنابی ($p = 0.006$, $\beta = -0.067$)، تمایز یافتگی خود ($p < 0.001$, $\beta = 0.111$) و احساس انسجام روانی ($p = 0.001$, $\beta = 0.073$) با سازگاری زناشویی را به‌طور معناداری میانجی‌گری کرد؛ اما اثر غیرمستقیم دلبستگی اضطرابی معنادار نبود. مدل ۵۵.۹ درصد از واریانس سازگاری زناشویی را تبیین کرد و از برازش مطلوبی برخوردار بود. انتظارات زناشویی سازوکاری محوری در انتقال اثر ویژگی‌های دلبستگی و منابع روان‌شناختی فردی به سازگاری زناشویی است؛ بنابراین، اصلاح انتظارات زناشویی و تقویت دلبستگی ایمن، تمایز یافتگی خود و احساس انسجام روانی می‌تواند مبنایی مؤثر برای مداخلات بالینی و پیشگیرانه زوج‌محور باشد.

واژگان کلیدی: سازگاری زناشویی؛ سبک‌های دلبستگی؛ تمایز یافتگی خود؛ احساس انسجام روانی؛ انتظارات زناشویی؛ مدل‌سازی معادلات ساختاری

Development of a Causal Model of Marital Adjustment Based on Attachment Styles, Self-Differentiation, and Sense of Psychological Coherence: The Mediating Role of Marital Expectations



© 2026 the authors. This is an open access article under the terms of the CC BY-NC 4.0 License.

Authors' Information:

1. Razieh Esmaeldokht: Department of Psychology, Marv.C., Islamic Azad University, Marvdasht, Iran
2. Nadere Sohrabi Shegefti*: Department of Psychology, Marv.C., Islamic Azad University, Marvdasht, Iran
3. Sousan Sahami: Department of Sociology, Marv.C., Islamic Azad University, Marvdasht, Iran
4. Siamak Samani: Department of Psychology, Shi.C., Islamic Azad University, Shiraz, Iran

Corresponding author's email: Nadere.sohrabi@iau.ac.ir

How to cite: Esmaeldokht, R., Sohrabi Shegefti, N., Sahami, S., & Samani, S. (2026). Development of a Causal Model of Marital Adjustment Based on Attachment Styles, Self-Differentiation, and Sense of Psychological Coherence: The Mediating Role of Marital Expectations. *Couple Therapy Assessment, Evaluation, and Intervention*, 3(1), 1-27.

Abstract

This study aimed to develop and test a causal model of marital adjustment based on attachment styles, self-differentiation, and sense of psychological coherence, with marital expectations as a mediator among married women in Shiraz, Iran. This applied study employed a descriptive–correlational design based on structural equation modeling. The statistical population comprised all married women residing in the 11 municipal districts of Shiraz in autumn 2024. Using multistage cluster random sampling, 342 women were selected. Data were collected using Spanier's Dyadic Adjustment Scale, Omidvar's Marital Expectations Questionnaire, the Hazan and Shaver Adult Attachment Questionnaire, Drake's Self-Differentiation Scale, and Antonovsky's Sense of Coherence Scale. Data analysis was conducted using SPSS version 27 and SmartPLS version 3.2.8. Partial least squares structural equation modeling and bootstrapping procedures were applied to assess the measurement model, direct paths, indirect effects, and overall model fit. Secure attachment, self-differentiation, and sense of psychological coherence had positive and significant direct effects on both marital expectations and marital adjustment, whereas avoidant attachment had negative and significant effects on both variables. The direct effects of anxious attachment on marital expectations and marital adjustment were not significant. Marital expectations positively predicted marital adjustment ($\beta=0.470$, $p<0.001$). Moreover, marital expectations significantly mediated the relationships of secure attachment ($\beta=0.138$, $p<0.001$), avoidant attachment ($\beta=-0.067$, $p=0.006$), self-differentiation ($\beta=0.111$, $p<0.001$), and sense of psychological coherence ($\beta=0.073$, $p=0.001$) with marital adjustment. However, the indirect effect of anxious attachment was not significant. The model explained 34.6% of the variance in marital expectations and 55.9% of the variance in marital adjustment. The goodness-of-fit indices supported the adequacy of the proposed structural model. Marital expectations represent a central psychological mechanism through which attachment-related characteristics and individual psychological resources influence marital adjustment. Interventions aimed at developing realistic and constructive marital expectations, strengthening secure attachment, improving self-differentiation, and enhancing psychological coherence may therefore contribute to more effective clinical and preventive programs for couples.

Keywords: Marital adjustment; attachment styles; self-differentiation; sense of psychological coherence; marital expectations; structural equation modeling

خانواده یکی از بنیادی‌ترین نهادهای اجتماعی و روان‌شناختی است که در آن نیازهای عاطفی، هویتی، حمایتی و ارتباطی افراد شکل می‌گیرد و تداوم می‌یابد. کیفیت روابط میان همسران نه تنها بر رضایت از زندگی مشترک، بلکه بر سلامت روانی زوجین، ثبات خانواده، شیوه فرزندپروری و کارکرد کلی نظام خانواده اثر می‌گذارد. در این میان، سازگاری زناشویی یکی از مهم‌ترین شاخص‌های کیفیت رابطه زوجی محسوب می‌شود و نشان می‌دهد زوجین تا چه اندازه توانسته‌اند میان نیازها، انتظارات، ارزش‌ها، نقش‌ها و اهداف فردی و مشترک خود هماهنگی ایجاد کنند. سازگاری زناشویی مفهومی فراتر از فقدان تعارض است و ابعادی همچون توافق، انسجام، رضایت، صمیمیت، ابراز محبت، همکاری و توانایی حل مسائل مشترک را دربر می‌گیرد. زوجینی که از سطح بالاتری از سازگاری برخوردارند، معمولاً در مواجهه با مشکلات، رویکردی مشارکتی اتخاذ می‌کنند، تفاوت‌های فردی یکدیگر را می‌پذیرند و می‌توانند در عین حفظ هویت شخصی، پیوند عاطفی پایداری ایجاد کنند. شواهد نشان داده‌اند که سازگاری زناشویی با فضیلت‌های زناشویی، بهزیستی روان‌شناختی، کاهش تعارض و رضایت از زندگی مشترک ارتباط دارد و اختلال در آن می‌تواند زمینه‌ساز فرسودگی عاطفی، نارضایتی و کاهش ثبات خانواده شود (Tamannaeifar et al., 2025). همچنین، بررسی تجربه زوج‌های رضایتمند نشان داده است که احترام متقابل، ارتباط مؤثر، حمایت هیجانی، همکاری و مدیریت سازنده تفاوت‌ها از مهم‌ترین پیشایندهای سازگاری زناشویی به شمار می‌روند (Rastgoftar & Khodadadi, 2023).

اهمیت سازگاری زناشویی زمانی آشکارتر می‌شود که پیامدهای سطوح پایین آن در نظر گرفته شود. ناسازگاری زناشویی ممکن است با تعارض‌های مکرر، فاصله عاطفی، کاهش رضایت، احساس تنهایی، ناامیدی نسبت به آینده رابطه و آسیب‌پذیری بیشتر در برابر مشکلات روان‌شناختی همراه شود. مطالعات انجام‌شده در گروه‌های مختلف زوجین نیز نشان داده‌اند که شرایط تنش‌زا، مشکلات سلامت روان و اختلالات رفتاری یکی از همسران می‌توانند کیفیت سازگاری زناشویی را تحت تأثیر قرار دهند. برای نمونه، مقایسه زوج‌هایی که شوهران آنان با وابستگی به الکل یا مواد افیونی مواجه بودند، تفاوت‌های معناداری را در سطح سازگاری زناشویی نشان داد و بر نقش فشارهای مزمن و اختلال در کارکردهای رابطه‌ای در تضعیف کیفیت زندگی مشترک تأکید کرد (Bisoi et al., 2024). از سوی دیگر، نتایج پژوهش‌ها نشان داده‌اند که آموزش مهارت‌های روان‌شناختی و مداخلات مبتنی بر ارتقای شادکامی، تاب‌آوری و مهارت‌های ارتباطی می‌توانند سازگاری زناشویی زوج‌های دارای تعارض را بهبود بخشند (Zare et al., 2023). همچنین، سبک‌های حل تعارض از عوامل مهم در پیش‌بینی سازگاری زناشویی زنان متأهل شناخته شده‌اند؛ به گونه‌ای که شیوه مواجهه زوجین با اختلاف‌ها می‌تواند زمینه تقویت یا تضعیف انسجام رابطه را فراهم کند (Atashpour & Delfrouzi, 2024).

یکی از مهم‌ترین چارچوب‌های نظری برای تبیین تفاوت‌های افراد در کیفیت روابط زناشویی، نظریه دلبستگی است. بر اساس این نظریه، تجربه‌های اولیه فرد در روابط با مراقبان اصلی به شکل‌گیری الگوهای نسبتاً پایداری از ادراک خود، دیگران و روابط صمیمانه منجر می‌شود. این الگوها در بزرگسالی در نحوه اعتماد، صمیمیت، وابستگی، تنظیم هیجان و واکنش به تهدیدهای رابطه‌ای بازتاب می‌یابند. نظریه دلبستگی

در پژوهش‌های معاصر شخصیت نیز جایگاه مهمی دارد و به‌عنوان چارچوبی برای فهم تفاوت‌های فردی در روابط نزدیک، تنظیم هیجان و انتظارات بین‌فردی مورد استفاده قرار می‌گیرد (Fraley & Shaver, 2021). در روابط زناشویی، سبک دلبستگی ایمن معمولاً با اعتماد، راحتی در صمیمیت، حمایت‌جویی متعادل و توانایی حفظ استقلال همراه است؛ درحالی‌که دلبستگی اجتنابی با فاصله‌گیری هیجانی، ناراحتی از نزدیکی و محدود کردن وابستگی، و دلبستگی اضطرابی با نگرانی از طرد شدن، نیاز شدید به تأیید و حساسیت نسبت به نشانه‌های تهدید رابطه شناخته می‌شود.

مطالعات مختلف ارتباط سبک‌های دلبستگی با رضایت و سازگاری زناشویی را تأیید کرده‌اند. نتایج پژوهشی در میان زنان متأهل نشان داده است که دلبستگی ایمن با رضایت زناشویی رابطه مثبت دارد، درحالی‌که سبک‌های اجتنابی و اضطرابی با سطوح پایین‌تر رضایت همراهاند (Eslami Ramchahi et al., 2025). همچنین، بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و سازگاری زناشویی با نقش میانجی ناگویی هیجانی نشان داده است که شیوه تجربه و بیان هیجان‌ها می‌تواند بخشی از رابطه میان ناایمنی دلبستگی و کیفیت رابطه زناشویی را توضیح دهد (Borhani & Sabour Esmaeili, 2024). در مطالعه‌ای دیگر، اثرات زوجی سبک‌های دلبستگی بر رضایت زناشویی زوج‌های چینی بررسی شد و پاسخ‌گویی ادراک‌شده همسر به‌عنوان سازوکاری میانجی در این رابطه شناخته شد؛ به این معنا که سبک دلبستگی فرد نه‌تنها بر تجربه شخصی او، بلکه بر نحوه ادراک حمایت، توجه و پاسخ‌دهی همسر نیز اثر می‌گذارد (Lu et al., 2024). بررسی ویژگی‌های روابط زناشویی در افراد دارای دلبستگی ایمن و ناایمن نیز نشان داده است که امنیت دلبستگی با صمیمیت، اعتماد و ارتباط سازنده‌تر همراه است، درحالی‌که ناایمنی دلبستگی با تعارض و فاصله عاطفی بیشتر ارتباط دارد (Costa & Mosmann, 2020).

در میان سبک‌های ناایمن، دلبستگی اجتنابی می‌تواند اهمیت ویژه‌ای در کاهش سازگاری زناشویی داشته باشد، زیرا افراد اجتنابی معمولاً در ابراز نیازهای عاطفی، پذیرش حمایت و مشارکت در حل مشکلات رابطه‌ای دشواری بیشتری دارند. یافته‌های پژوهشی نشان داده‌اند که دلبستگی اجتنابی از طریق کاهش حمایت همسر و گرایش به راهبردهای مقابله‌ای ناسازگارانه می‌تواند رضایت زناشویی را کاهش دهد (Xiong et al., 2022). همچنین، در یک مدل علی، دلبستگی اجتنابی اثر منفی مستقیمی بر سازگاری زناشویی داشت و خشونت شریک عاطفی بخشی از این رابطه را میانجی‌گری کرد (Rigi et al., 2025). پژوهش دیگری نیز نشان داد که رابطه سبک دلبستگی زنان با سازگاری زوجی می‌تواند تحت تأثیر احساس کارآمدی آنان در حل تعارض‌های زناشویی قرار گیرد؛ بنابراین، افراد ناایمن ممکن است نه‌فقط به دلیل تجربه هیجانی متفاوت، بلکه به دلیل ارزیابی منفی‌تر توانایی خود در مدیریت اختلاف‌ها، سازگاری پایین‌تری نشان دهند (Sakotić-Kurbalija et al., 2022). باین‌حال، همه مطالعات نتایج یکسانی گزارش نکرده‌اند؛ برای مثال، در پژوهشی درباره تروماهای دوران کودکی و رضایت زناشویی، تروماهای کودکی پیش‌بین منفی معناداری بودند، اما سبک‌های دلبستگی بزرگسالان نقش پیش‌بینی‌کننده یا تعدیل‌کننده معناداری نشان ندادند (Gürbüz et al., 2025). این ناهمگونی یافته‌ها ضرورت بررسی سبک‌های دلبستگی در کنار سایر منابع روان‌شناختی و سازوکارهای میانجی را برجسته می‌کند.

یکی دیگر از متغیرهای مهم در تبیین کیفیت روابط زناشویی، تمایز یافتگی خود است. این مفهوم که در نظریه نظام‌های خانواده بوئن جایگاه محوری دارد، به توانایی فرد برای حفظ تعادل میان صمیمیت عاطفی و استقلال شخصی اشاره می‌کند. فرد متمایز یافته می‌تواند در روابط نزدیک حضور عاطفی داشته باشد، بدون آنکه هویت و موضع شخصی خود را از دست بدهد؛ همچنین قادر است در موقعیت‌های تنش‌زا میان افکار و هیجان‌های خود تمایز ایجاد کند و به‌جای واکنش‌های تکانشی، پاسخ‌هایی سنجیده و هدفمند ارائه دهد. مرور پژوهش‌های مربوط به تمایز یافتگی خود نشان داده است که این سازه با سلامت روان، کیفیت روابط، تنظیم هیجان و کارکرد خانواده ارتباط دارد و یکی از مؤلفه‌های بنیادی در فهم پویایی روابط صمیمانه محسوب می‌شود (Calatrava et al., 2022). در مقابل، تمایز یافتگی پایین با واکنش‌پذیری هیجانی، همجوشی با دیگران، کناره‌گیری عاطفی و دشواری در حفظ مرزهای سالم رابطه همراه است.

شواهد تجربی نیز نقش تمایز یافتگی خود در رضایت و سازگاری زناشویی را تأیید کرده‌اند. نتایج پژوهشی در میان والدین نوجوانان نشان داد که تمایز یافتگی خود با رضایت زناشویی و الگوهای فرزندپروری ارتباط دارد و افرادی که از تمایز یافتگی بیشتری برخوردارند، کیفیت رابطه زوجی مطلوب‌تری تجربه می‌کنند (Mozas-Alonso et al., 2022). در پژوهشی دیگر، تمایز یافتگی خود توانست رضایت از زندگی را از طریق سازگاری زناشویی پیش‌بینی کند و بدین ترتیب، سازگاری زناشویی به‌عنوان حلقه ارتباطی میان ساختار درون‌روانی فرد و ارزیابی کلی او از زندگی شناخته شد (Işık et al., 2020). همچنین، تمایز یافتگی خود با ثبات و سازگاری زناشویی زوجین رابطه مثبت داشته است و توانایی مدیریت هیجان‌ها و حفظ استقلال در رابطه، از عوامل مؤثر در پایداری ازدواج شناخته شده است (Mohammadi & Hassanpour, 2023). پژوهش‌های داخلی نیز نشان داده‌اند که تمایز یافتگی خود، انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و تاب‌آوری می‌توانند رضایت زناشویی زنان متأهل شاغل را پیش‌بینی کنند (Ahmadi Ghovibazou, 2024) و رابطه تمایز یافتگی خود با رضایت زناشویی ممکن است از طریق افزایش شادکامی تقویت شود (Armanmehr et al., 2024).

نقش تمایز یافتگی خود تنها به اثرات مستقیم محدود نمی‌شود و این سازه می‌تواند در روابط پیچیده خانوادگی به‌عنوان متغیر میانجی عمل کند. در یک مدل ساختاری، تمایز یافتگی خود همراه با تحمل پریشانی، به‌طور مستقیم و از طریق کیفیت رابطه با خانواده همسر، صمیمیت زناشویی زنان متأهل را پیش‌بینی کرد (Ganjian et al., 2025). همچنین، پژوهشی درباره پیوندهای دلبستگی والدینی و کیفیت روابط زناشویی نشان داد که تمایز یافتگی خود بخشی از اثر تجربه‌های رابطه‌ای اولیه بر کیفیت روابط صمیمانه بزرگسالی را انتقال می‌دهد (Lampis et al., 2025). از سوی دیگر، تمایز یافتگی خود با شناخت اجتماعی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی نیز مرتبط است و می‌تواند نحوه تفسیر نشانه‌های اجتماعی و مدیریت تعاملات بین‌فردی را تحت تأثیر قرار دهد (Kazemi et al., 2022). این یافته‌ها نشان می‌دهند که تمایز یافتگی خود احتمالاً از طریق شکل‌دادن به ادراک فرد از رابطه، تنظیم انتظارات و نحوه مواجهه با نیازهای همسر، بر سازگاری زناشویی اثر می‌گذارد. احساس انسجام روانی یکی دیگر از منابع مهم درون‌فردی است که می‌تواند کیفیت روابط زناشویی را تحت تأثیر قرار دهد. احساس انسجام در چارچوب رویکرد سلامت‌زایی مطرح شده و شامل سه مؤلفه فهم‌پذیری، مدیریت‌پذیری و معناداری است. فردی که احساس انسجام بالایی دارد، رویدادهای زندگی را نسبتاً منظم و قابل فهم می‌داند، خود را برخوردار از منابع لازم برای مقابله با چالش‌ها می‌بیند و تلاش برای مواجهه با

مشکلات را معنادار تلقی می‌کند. شواهد طولی نشان داده‌اند که احساس انسجام می‌تواند سازگاری زناشویی را در گذر زمان پیش‌بینی کند و به زوجین کمک کند فشارهای زندگی مشترک را به شیوه‌ای سازمان‌یافته‌تر و مؤثرتر مدیریت کنند (Antonovsky & Ben-Ari, 2020). همچنین، احساس انسجام خانوادگی با کارکرد خانواده و رابطه زناشویی در دوره پیرامون تولد فرزند ارتباط دارد و می‌تواند به حفظ ثبات و همکاری زوجین در شرایط انتقالی و پراسترس کمک کند (Ngai et al., 2016).

مطالعات دیگر نیز نشان داده‌اند که احساس انسجام در مواجهه با بحران‌ها و فشارهای طولانی‌مدت نقش محافظتی دارد. در شرایط همه‌گیری، این سازه همچنان به‌عنوان منبعی پایدار برای مقابله با فشار و حفظ سلامت روانی عمل کرد (Danioni et al., 2023). همچنین، احساس انسجام و مقابله فعال با بهزیستی روان‌شناختی رابطه مثبت دارند و افرادی که جهان را قابل مدیریت و معنادار می‌دانند، در برابر مشکلات انعطاف‌پذیری بیشتری نشان می‌دهند (Mohammadi & Sedaghatifard, 2023). در بافت مسائل زناشویی، احساس انسجام در رابطه میان درد روان‌شناختی، سازگاری معنوی و آشفتگی زناشویی نقش میانجی داشته است (Imani et al., 2022). علاوه بر این، مداخلات زوج‌محور توانسته‌اند احساس انسجام و خودتنظیمی زنان دارای تجربه طلاق‌های مکرر را افزایش دهند (Hazratzadeh et al., 2023). این نتایج نشان می‌دهند که احساس انسجام می‌تواند از طریق تنظیم ادراک فرد از فشارهای رابطه‌ای و افزایش توانایی مدیریت چالش‌ها، سازگاری زناشویی را تقویت کند.

در کنار سبک‌های دلبستگی، تمایز یافتگی خود و احساس انسجام روانی، انتظارات زناشویی از مهم‌ترین سازه‌های شناختی مؤثر بر کیفیت رابطه زوجی است. انتظارات زناشویی شامل باورها، پیش‌بینی‌ها و معیارهای فرد درباره نقش همسر، صمیمیت، حمایت، تقسیم مسئولیت‌ها، حل تعارض، رضایت و آینده رابطه است. این انتظارات می‌توانند واقع‌بینانه، انعطاف‌پذیر و سازنده یا آرمانی، سخت‌گیرانه و غیرواقع‌بینانه باشند. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که انتظارات درباره رضایت آینده رابطه از منابع مهم تعهد هستند و شیوه ارزیابی فرد از آینده می‌تواند تصمیم او برای حفظ یا ترک رابطه را تحت تأثیر قرار دهد (Baker et al., 2017). همچنین، انتظارات جوانان درباره ازدواج و والدگری پیش از ورود به زندگی مشترک شکل می‌گیرند و تحت تأثیر تجربه‌های خانوادگی، فرهنگی و اجتماعی قرار دارند (Ferreira & Costa-Ramvalho, 2021). در روابط معاصر، حتی قواعد تعامل در محیط‌های دیجیتال نیز بخشی از انتظارات زوجین را تشکیل می‌دهد و نحوه توافق درباره ارتباطات آنلاین می‌تواند بر اعتماد و کیفیت رابطه اثر بگذارد (Foster Campbell, 2022).

اهمیت انتظارات زناشویی از آن روست که افراد رفتار همسر و رویدادهای رابطه را در مقایسه با معیارهای ذهنی خود ارزیابی می‌کنند. هرچه فاصله میان واقعیت رابطه و انتظارات فرد بیشتر باشد، احتمال تجربه ناکامی، تعارض و نارضایتی افزایش می‌یابد. نتایج پژوهشی نشان داده‌اند که انتظارات زناشویی و تعارض‌های زناشویی قادر به پیش‌بینی رضایت از رابطه هستند (Kakolian et al., 2023). همچنین، فرسودگی زناشویی با انتظارات زناشویی و همجواری شناختی ارتباط دارد و قطع ارتباط هیجانی می‌تواند در این روابط نقش میانجی ایفا کند (Yarmohammadi Vasel et al., 2023). در مطالعه‌ای درباره سازگاری زناشویی، استرس رابطه‌ای منفی با سازگاری داشت، درحالی‌که

سلامت روان و انتظارات مثبت با سازگاری بیشتر همراه بودند (More, 2025). بنابراین، انتظارات زناشویی را می‌توان سازوکاری دانست که از طریق آن ویژگی‌های درون‌فردی و بین‌فردی به ارزیابی فرد از کیفیت رابطه تبدیل می‌شوند.

از دیدگاه نظری، سبک‌های دلبستگی می‌توانند انتظارات فرد درباره دسترس‌پذیری، حمایت و پاسخ‌دهی همسر را شکل دهند؛ تمایز یافتگی خود می‌تواند میزان واقع‌بینی، انعطاف و استقلال فرد در تنظیم این انتظارات را تعیین کند؛ و احساس انسجام روانی می‌تواند بر نحوه تفسیر دشواری‌ها و ارزیابی قابلیت مدیریت رابطه اثر بگذارد. در نتیجه، انتظار می‌رود انتظارات زناشویی نقشی میانجی در رابطه این متغیرها با سازگاری زناشویی ایفا کند. پژوهش‌های مربوط به عوامل فردی و زوجی نیز تأکید کرده‌اند که رضایت و کیفیت رابطه معمولاً حاصل تعامل چندین سازوکار روان‌شناختی است و متغیرهای شناختی و عاطفی می‌توانند اثر یکدیگر را به‌صورت مستقیم و غیرمستقیم منتقل کنند (Chiş et al., 2022). بااین‌حال، بیشتر مطالعات پیشین هر یک از این متغیرها را به‌صورت جداگانه یا در مدل‌های محدود بررسی کرده‌اند و پژوهش‌هایی که سبک‌های دلبستگی، تمایز یافتگی خود، احساس انسجام روانی و انتظارات زناشویی را به‌طور هم‌زمان در یک مدل یکپارچه بررسی کنند، محدود هستند.

مدل‌سازی هم‌زمان این روابط می‌تواند تصویری دقیق‌تر از سهم نسبی هر متغیر و مسیرهای مستقیم و غیرمستقیم ارائه دهد. مدل‌سازی معادلات ساختاری مبتنی بر حداقل مربعات جزئی برای آزمون مدل‌های چندمتغیری، برآورد روابط میان سازه‌های پنهان و بررسی اثرات میانجی مناسب است و امکان ارزیابی هم‌زمان مدل اندازه‌گیری و مدل ساختاری را فراهم می‌کند (Hair et al., 2022). ازاین‌رو، تدوین مدلی که در آن سبک‌های دلبستگی، تمایز یافتگی خود و احساس انسجام روانی به‌عنوان پیش‌بین‌های سازگاری زناشویی و انتظارات زناشویی به‌عنوان سازوکار میانجی در نظر گرفته شوند، می‌تواند خلأ موجود در ادبیات پژوهش را کاهش دهد و مبنایی برای طراحی مداخلات پیشگیرانه و درمانی فراهم آورد.

بنابراین، پژوهش حاضر با هدف تدوین و آزمون مدل علی سازگاری زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی، تمایز یافتگی خود و احساس انسجام روانی با نقش میانجی انتظارات زناشویی در زنان متأهل شهر شیراز انجام شد.

روش‌شناسی

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی و از نظر شیوه گردآوری داده‌ها، توصیفی از نوع همبستگی بود که در قالب مدل‌سازی معادلات ساختاری انجام شد. در مدل مفهومی پژوهش، سبک‌های دلبستگی شامل دلبستگی ایمن، اجتنابی و اضطرابی، تمایز یافتگی خود و احساس انسجام روانی به‌عنوان متغیرهای برون‌زا و پیش‌بین در نظر گرفته شدند. سازگاری زناشویی متغیر درون‌زا و پیامد نهایی مدل بود و انتظارات زناشویی نیز به‌عنوان متغیر میانجی، نقش انتقال‌دهنده اثر متغیرهای پیش‌بین بر سازگاری زناشویی را ایفا می‌کرد. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی زنان متأهل ساکن مناطق یازده‌گانه شهری شیراز در پاییز سال ۱۴۰۳ بود. با توجه به گستردگی و پراکندگی جغرافیایی جامعه آماری، نمونه‌گیری با استفاده از روش تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انجام شد. در مرحله نخست، از میان مناطق یازده‌گانه شهر شیراز، شش منطقه شامل مناطق

۱، ۲، ۴، ۶، ۷ و ۱۰ به صورت تصادفی انتخاب شدند. در مرحله بعد، از هر منطقه تعدادی محله به صورت تصادفی انتخاب شد و زنان متأهل ساکن در خوشه‌های منتخب، در محل سکونت خود به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند. در ابتدا ۳۸۴ پرسشنامه گردآوری شد که پس از بررسی اولیه، حذف پرسشنامه‌های ناقص یا نامعتبر و کنترل کیفیت پاسخ‌ها، داده‌های مربوط به ۳۴۲ نفر وارد تحلیل نهایی شد. شرکت‌کنندگان از نظر سنی در دامنه ۱۸ سال تا بیش از ۵۱ سال قرار داشتند و از سطوح تحصیلی دیپلم تا دکتری برخوردار بودند. همچنین، وضعیت شغلی آنان شامل خانه‌دار، کارمند و شاغل آزاد بود. مشارکت در پژوهش داوطلبانه بود و پرسشنامه‌ها پس از ارائه توضیحات لازم درباره هدف پژوهش، محرمانه بودن اطلاعات و نحوه پاسخ‌گویی در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفت.

برای سنجش سازگاری زناشویی از مقیاس سازگاری زناشویی اسپانیار استفاده شد. این ابزار در سال ۱۹۷۶ طراحی شده و شامل ۳۲ گویه است که سازگاری زناشویی را در چهار بعد رضایت زوجی، همبستگی زوجی، توافق زوجی و ابراز محبت ارزیابی می‌کند. گویه‌های این مقیاس بر اساس طیف‌های پاسخ‌دهی متفاوت و متناسب با محتوای هر سؤال نمره‌گذاری می‌شوند و مجموع نمرات، شاخصی کلی از میزان سازگاری زناشویی فرد فراهم می‌سازد. کسب نمره بالاتر در این پرسشنامه نشان‌دهنده توافق بیشتر زوجین، رضایت بالاتر از رابطه، انسجام بیشتر در فعالیت‌ها و تعاملات مشترک و ابراز عاطفی مطلوب‌تر است. روایی و پایایی این ابزار در پژوهش‌های پیشین تأیید شده است. در پژوهش حاضر نیز پایایی مقیاس سازگاری زناشویی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ بررسی شد و مقدار ۰.۸۷۹ به دست آمد که نشان‌دهنده همسانی درونی مطلوب ابزار در نمونه مورد مطالعه بود.

برای اندازه‌گیری انتظارات زناشویی از پرسشنامه انتظارات زناشویی امیدوار استفاده شد. این پرسشنامه در سال ۱۳۸۶ تدوین شده و دارای ۳۲ سؤال است که بر اساس طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شوند. دامنه نمرات این ابزار از ۰ تا ۱۲۸ متغیر است و نمره بالاتر بیانگر سطح بالاتر انتظارات فرد از زندگی زناشویی و رابطه همسری است. این پرسشنامه سه بعد اصلی انتظار از همسر به عنوان دوست و حامی، انتظار از زندگی زناشویی و انتظار از یک رابطه ایده‌آل را مورد سنجش قرار می‌دهد. روایی محتوایی پرسشنامه در فرایند ساخت ابزار با استفاده از نظر متخصصان تأیید شده و تحلیل عاملی نیز ساختار سه‌عاملی آن را نشان داده است. در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه برابر با ۰.۸۴۹ محاسبه شد که نشان‌دهنده پایایی مناسب و انسجام درونی قابل قبول گویه‌های آن بود.

برای ارزیابی سبک‌های دلبستگی از پرسشنامه سبک‌های دلبستگی بزرگسالان هزن و شیور استفاده شد. این پرسشنامه در سال ۱۹۸۷ تهیه شده و شامل ۱۵ سؤال است که سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و اضطرابی را اندازه‌گیری می‌کند. پاسخ‌گویی به گویه‌های این ابزار بر اساس طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای انجام می‌شود و هر یک از سبک‌های دلبستگی با استفاده از مجموعه‌ای از گویه‌های مرتبط سنجیده می‌شوند. سبک دلبستگی ایمن بیانگر توانایی برقراری صمیمیت همراه با اعتماد و حفظ استقلال فردی است، سبک اجتنابی با فاصله‌گیری هیجانی و ناراحتی از نزدیکی عاطفی ارتباط دارد و سبک اضطرابی نشان‌دهنده نگرانی از طرد شدن، نیاز شدید به تأیید و بی‌ثباتی در روابط صمیمانه است. در پژوهش حاضر، پایایی خرده‌مقیاس‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و اضطرابی به ترتیب برابر با ۰.۹۴۲، ۰.۸۵۴ و ۰.۸۴۱ به دست آمد. این مقادیر بیانگر همسانی درونی مناسب و قابلیت اعتماد مطلوب هر سه خرده‌مقیاس در سنجش سبک‌های دلبستگی بودند.

برای سنجش تمایز یافتگی خود از مقیاس تمایز یافتگی خود در یک استفاده شد. این ابزار در سال ۲۰۱۱ طراحی شده و شامل ۱۸ گویه است که پاسخ‌ها در آن بر اساس طیف لیکرت شش درجه‌ای ثبت می‌شوند. مقیاس مزبور توانایی فرد در حفظ تعادل میان استقلال شخصی و صمیمیت عاطفی، تفکیک افکار از هیجان‌ها، حفظ موضع شخصی در روابط و مدیریت واکنش‌های هیجانی را ارزیابی می‌کند. این پرسشنامه ابعادی مانند حساسیت نسبت به تأیید نشدن، استرس و ناپایداری هیجانی، آمیختگی فکر و عمل و اجتناب را دربر می‌گیرد. نمرات بالاتر در این مقیاس نشان‌دهنده سطح بالاتر تمایز یافتگی خود و توانایی بیشتر فرد در حفظ هویت مستقل، تنظیم هیجان‌ها و برقراری روابط صمیمانه بدون همجوشی یا گسست هیجانی است. روایی و پایایی نسخه فارسی این ابزار در پژوهش‌های پیشین تأیید شده بود. در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ مقیاس تمایز یافتگی خود برابر با ۰.۸۲۳ محاسبه شد که نشان‌دهنده پایایی قابل قبول ابزار بود.

برای اندازه‌گیری احساس انسجام روانی از پرسشنامه احساس انسجام روانی ۱۳ گویه‌ای آنتونوفسکی استفاده شد. این ابزار در سال ۱۹۹۳ طراحی شده و دارای ۱۳ سؤال است که بر اساس طیف لیکرت هفت درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شوند. دامنه نمره کل پرسشنامه از ۱۳ تا ۹۱ است و نمره بالاتر نشان‌دهنده احساس انسجام روانی بیشتر است. این ابزار سه مؤلفه قابلیت درک، قابلیت مدیریت و قابلیت معنا را ارزیابی می‌کند. قابلیت درک به میزان منظم، قابل پیش‌بینی و قابل توضیح تلقی کردن رویدادهای زندگی اشاره دارد، قابلیت مدیریت بیانگر ادراک فرد از دسترسی به منابع لازم برای مقابله با فشارها و مشکلات است و قابلیت معنا به میزان ارزشمند و شایسته تلاش دانستن چالش‌های زندگی مربوط می‌شود. روایی و پایایی این پرسشنامه در مطالعات داخلی تأیید شده بود. در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ آن برابر با ۰.۷۲۳ به دست آمد که در محدوده قابل قبول قرار داشت و نشان داد ابزار از همسانی درونی مناسبی برای سنجش احساس انسجام روانی برخوردار است. داده‌های گردآوری‌شده با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۷ و نرم‌افزار SmartPLS نسخه ۳.۲.۸ تحلیل شدند. در مرحله نخست، از شاخص‌های آمار توصیفی شامل فراوانی، درصد فراوانی، میانگین، انحراف معیار، چولگی و کشیدگی برای توصیف ویژگی‌های جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان و وضعیت متغیرهای پژوهش استفاده شد. همچنین، به منظور بررسی روابط دو متغیری میان سبک‌های دلبستگی، تمایز یافتگی خود، احساس انسجام روانی، انتظارات زناشویی و سازگاری زناشویی، ضریب همبستگی پیرسون محاسبه شد. وضعیت توزیع داده‌ها نیز بر اساس مقادیر چولگی و کشیدگی بررسی شد و مقادیر به دست آمده در دامنه قابل قبول قرار داشتند.

در مرحله استنباطی، مدل مفهومی پژوهش با استفاده از مدل‌سازی معادلات ساختاری مبتنی بر روش حداقل مربعات جزئی آزمون شد. تحلیل مدل در دو بخش مدل اندازه‌گیری و مدل ساختاری صورت گرفت. برای ارزیابی مدل اندازه‌گیری، بارهای عاملی گویه‌ها، میانگین واریانس استخراج‌شده، آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی بررسی شدند. بار عاملی بالاتر از ۰.۷۰، میانگین واریانس استخراج‌شده بالاتر از ۰.۵۰ و ضرایب آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی بالاتر از ۰.۷۰ به عنوان ملاک‌های قابل قبول در نظر گرفته شدند. روایی واگرا نیز با استفاده از معیار فورنل-لارکر و شاخص نسبت همبستگی‌های هتروتریت-مونوتریت ارزیابی شد. در معیار فورنل-لارکر، جذر میانگین واریانس استخراج‌شده هر سازه با ضرایب همبستگی آن سازه با سایر متغیرها مقایسه شد و در شاخص هتروتریت-مونوتریت، مقادیر کمتر از ۰.۸۵ به عنوان نشانه تمایز مفهومی مناسب سازه‌ها در نظر گرفته شدند.

پس از تأیید روایی و پایایی مدل اندازه‌گیری، مدل ساختاری و فرضیه‌های پژوهش بررسی شدند. ضرایب مسیر استاندارد، آماره t و سطح معناداری برای تعیین جهت، شدت و معناداری روابط مستقیم میان متغیرها محاسبه شدند. برای آزمون معناداری اثرات مستقیم و غیرمستقیم و بررسی نقش میانجی انتظارات زناشویی، از روش بوت‌استرپ با ۱۰۰۰ بار نمونه‌گیری مجدد استفاده شد. سطح معناداری آزمون‌ها ۰.۰۵ در نظر گرفته شد. قدرت تبیین مدل با استفاده از ضریب تعیین متغیرهای درون‌زا و قدرت پیش‌بینی آن با استفاده از شاخص ارتباط پیش‌بین ارزیابی شد. همچنین، برازش کلی مدل با استفاده از شاخص‌های باقی‌مانده استاندارد شده میانگین مربعات، شاخص برازش هنجار شده، فاصله اقلیدسی بدون وزن و فاصله ژئودزیک بررسی شد. مقدار کمتر از ۰.۰۸ برای شاخص باقی‌مانده استاندارد شده میانگین مربعات و مقدار بالاتر از ۰.۸۰ برای شاخص برازش هنجار شده به عنوان نشانه برازش قابل قبول مدل در نظر گرفته شد.

یافته‌ها

در تحلیل نهایی، اطلاعات مربوط به ۳۴۲ زن متأهل ساکن شهر شیراز بررسی شد. از نظر سن، ۹۲ نفر معادل ۲۶.۹ درصد در گروه سنی ۱۸ تا ۳۰ سال، ۱۰۴ نفر معادل ۳۰.۴ درصد در گروه سنی ۳۱ تا ۴۰ سال، ۱۰۹ نفر معادل ۳۱.۹ درصد در گروه سنی ۴۱ تا ۵۰ سال و ۳۷ نفر معادل ۱۰.۸ درصد در گروه سنی ۵۱ سال و بیشتر قرار داشتند. بنابراین، بیشترین فراوانی مربوط به زنان ۴۱ تا ۵۰ سال و کمترین فراوانی مربوط به زنان ۵۱ سال و بیشتر بود. از نظر سطح تحصیلات، ۱۰۴ نفر معادل ۳۰.۴ درصد دارای مدرک دیپلم، ۳۷ نفر معادل ۱۰.۸ درصد دارای مدرک کاردانی، ۱۳۰ نفر معادل ۳۸.۰ درصد دارای مدرک کارشناسی، ۶۱ نفر معادل ۱۷.۸ درصد دارای مدرک کارشناسی ارشد و ۱۰ نفر معادل ۲.۹ درصد دارای مدرک دکتری بودند. بر این اساس، بیشترین فراوانی تحصیلی به شرکت‌کنندگان دارای مدرک کارشناسی و کمترین فراوانی به افراد دارای مدرک دکتری اختصاص داشت. همچنین، از نظر وضعیت شغلی، ۱۱۱ نفر معادل ۳۲.۵ درصد کارمند، ۱۵۸ نفر معادل ۴۶.۲ درصد خانه‌دار و ۷۳ نفر معادل ۲۱.۳ درصد دارای شغل آزاد بودند. در نتیجه، زنان خانه‌دار بیشترین و زنان دارای شغل آزاد کمترین سهم را در نمونه پژوهش تشکیل دادند.

به منظور ارائه تصویری کلی از وضعیت متغیرهای پژوهش و بررسی روابط اولیه میان آن‌ها، شاخص‌های میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی پیرسون محاسبه شد. نتایج این تحلیل در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی و ضرایب همبستگی پیرسون میان متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱. دلبستگی ایمن	۵.۸۷	۱.۰۱	۱						
۲. دلبستگی اجتنابی	۵.۵۴	۱.۷۲	-۰.۳۳۱*	۱					
۳. دلبستگی اضطرابی	۵.۴۲	۱.۲۷	-۰.۲۴۵*	۰.۲۷۶*	۱				
۴. تمایز یافتگی خود	۶۰.۵۷	۱۸.۲۸	۰.۳۵۱*	-۰.۱۹۴*	-۰.۱۶۳*	۱			
۵. احساس انسجام روانی	۵۴.۴۳	۱۵.۷۴	۰.۱۸۶*	-۰.۲۰۹*	-۰.۱۲۷*	۰.۲۱۹*	۱		
۶. انتظارات زناشویی	۹۲.۰۹	۲۶.۰۲	۰.۴۷۸*	-۰.۳۴۴*	-۰.۲۷۰*	۰.۴۱۶*	۰.۲۹۵*	۱	
۷. سازگاری زناشویی	۱۰۵.۴۵	۲۸.۵۰	۰.۵۱۳*	-۰.۳۷۶*	-۰.۲۷۵*	۰.۴۵۵*	۰.۳۲۶*	۰.۶۹۸*	۱

بر اساس نتایج جدول ۱، میانگین نمره دل‌بستگی ایمن برابر با ۵.۸۷ و انحراف معیار آن برابر با ۱.۰۱ بود. میانگین دل‌بستگی اجتنابی ۵.۵۴ با انحراف معیار ۱.۷۲ و میانگین دل‌بستگی اضطرابی ۵.۴۲ با انحراف معیار ۱.۲۷ به دست آمد. میانگین نمره تمایزیافتگی خود برابر با ۶۰.۵۷ و انحراف معیار آن ۱۸.۲۸ بود. همچنین، میانگین احساس انسجام روانی ۵۴.۴۳ با انحراف معیار ۱۵.۷۴، میانگین انتظارات زناشویی ۹۲.۰۹ با انحراف معیار ۲۶.۰۲ و میانگین سازگاری زناشویی ۱۰۵.۳۵ با انحراف معیار ۲۸.۵۰ محاسبه شد. بررسی ضرایب همبستگی نشان داد که دل‌بستگی ایمن با تمایزیافتگی خود، احساس انسجام روانی، انتظارات زناشویی و سازگاری زناشویی رابطه مثبت و معناداری داشت. بیشترین همبستگی دل‌بستگی ایمن با سازگاری زناشویی مشاهده شد که مقدار آن برابر با ۰.۵۱۳ بود. همچنین، دل‌بستگی ایمن با انتظارات زناشویی همبستگی مثبت ۰.۴۷۸، با تمایزیافتگی خود همبستگی مثبت ۰.۳۵۱ و با احساس انسجام روانی همبستگی مثبت ۰.۱۸۶ داشت. این نتایج نشان می‌دهد که افزایش ایمنی دل‌بستگی با انتظارات مثبت‌تر از زندگی مشترک، توانایی بیشتر در حفظ تعادل میان استقلال و صمیمیت، احساس انسجام روانی قوی‌تر و سازگاری زناشویی بالاتر همراه بود.

در مقابل، دل‌بستگی اجتنابی با تمایزیافتگی خود، احساس انسجام روانی، انتظارات زناشویی و سازگاری زناشویی رابطه منفی و معناداری نشان داد. ضریب همبستگی دل‌بستگی اجتنابی با سازگاری زناشویی برابر با -۰.۳۷۶ و با انتظارات زناشویی برابر با -۰.۳۴۴ بود. همچنین، دل‌بستگی اجتنابی با احساس انسجام روانی همبستگی -۰.۲۰۹ و با تمایزیافتگی خود همبستگی -۰.۱۹۴ داشت. دل‌بستگی اضطرابی نیز با سازگاری زناشویی، انتظارات زناشویی، تمایزیافتگی خود و احساس انسجام روانی روابط منفی و معناداری داشت. ضریب همبستگی دل‌بستگی اضطرابی با سازگاری زناشویی برابر با -۰.۲۷۵، با انتظارات زناشویی برابر با -۰.۲۷۰، با تمایزیافتگی خود برابر با -۰.۱۶۳ و با احساس انسجام روانی برابر با -۰.۱۲۷ بود. علاوه بر این، میان دل‌بستگی اجتنابی و دل‌بستگی اضطرابی رابطه مثبت و معناداری به مقدار ۰.۲۷۶ مشاهده شد.

تمایزیافتگی خود با انتظارات زناشویی رابطه مثبت و معناداری به مقدار ۰.۴۱۶ و با سازگاری زناشویی رابطه مثبت و معناداری به مقدار ۰.۴۵۵ داشت. احساس انسجام روانی نیز با انتظارات زناشویی همبستگی مثبت ۰.۲۹۵ و با سازگاری زناشویی همبستگی مثبت ۰.۳۲۶ نشان داد. قوی‌ترین رابطه در ماتریس همبستگی میان انتظارات زناشویی و سازگاری زناشویی مشاهده شد که ضریب آن برابر با ۰.۶۹۸ بود. این یافته نشان می‌دهد که هرچه انتظارات زنان از همسر، زندگی مشترک و رابطه زناشویی مطلوب‌تر و سازنده‌تر باشد، میزان سازگاری زناشویی آنان نیز افزایش می‌یابد. الگوی کلی همبستگی‌ها با جهت روابط پیش‌بینی‌شده در مدل مفهومی پژوهش هماهنگ بود و زمینه لازم را برای آزمون مدل ساختاری فراهم کرد.

پس از بررسی روابط اولیه میان متغیرها، برازش مدل مفهومی با استفاده از شاخص‌های برازش مدل‌سازی معادلات ساختاری مبتنی بر حداقل مربعات جزئی ارزیابی شد. نتایج شاخص‌های برازش در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. شاخص‌های برازش کلی مدل معادلات ساختاری

شاخص برازش	مقدار محاسبه شده	مقدار قابل قبول یا آستانه
SRMR	۰.۰۴۹	کمتر از ۰.۰۸
NFI	۰.۸۴۰	بیشتر از ۰.۸۰
d_ULS	۰.۷۵۵	کمتر از ۰.۸۳۷*
d_G	۰.۳۷۲	کمتر از ۰.۳۸۶*

نتایج جدول ۲ نشان داد که مدل پیشنهادی پژوهش از برازش مطلوبی برخوردار بود. مقدار شاخص SRMR برابر با ۰.۰۴۹ به دست آمد که کمتر از آستانه ۰.۰۸ بود. پایین بودن این شاخص نشان می‌دهد که تفاوت میان ماتریس همبستگی مشاهده شده و ماتریس همبستگی بازتولید شده به وسیله مدل در سطح قابل قبولی قرار داشت و مدل توانسته بود روابط میان سازه‌ها را به صورت مناسبی بازنمایی کند. مقدار شاخص NFI نیز برابر با ۰.۸۴۰ بود که از حداقل مقدار قابل قبول ۰.۸۰ بیشتر بود و نشان داد مدل پیشنهادی در مقایسه با مدل مستقل، برازش مناسبی با داده‌های تجربی داشت. مقدار d_ULS برابر با ۰.۷۵۵ بود که از کران بالای فاصله اطمینان ۹۵ درصد حاصل از بوت‌استرپ، یعنی ۰.۸۳۷، کمتر بود. همچنین، مقدار d_G برابر با ۰.۳۷۲ به دست آمد که از کران بالای متناظر آن، یعنی ۰.۳۸۶، پایین تر بود. کمتر بودن مقادیر d_ULS و d_G از کران‌های بالای فاصله اطمینان نشان داد که اختلاف میان ماتریس‌های تجربی و برآورد شده از سطح قابل قبول فراتر نرفته است. بنابراین، مجموعه شاخص‌های برازش تأیید کرد که مدل علی سازگاری زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی، تمایز یافتگی خود و احساس انسجام روانی با میانجی‌گری انتظارات زناشویی از برازش کافی برخوردار بود و امکان تفسیر ضرایب مسیرهای ساختاری فراهم شد. برای آزمون اثرات مستقیم متغیرهای برون‌زا بر انتظارات زناشویی و سازگاری زناشویی و نیز بررسی اثر مستقیم انتظارات زناشویی بر سازگاری زناشویی، ضرایب مسیر با استفاده از روش بوت‌استرپ با ۱۰۰۰ بار نمونه‌گیری مجدد برآورد شدند. نتایج آزمون مسیرهای مستقیم در جدول ۳ گزارش شده است.

جدول ۳. ضرایب مسیر مستقیم متغیرهای پژوهش

مسیر مستقیم	ضریب استاندارد β	انحراف معیار	آماره t	سطح معناداری p	نتیجه
دلبستگی ایمن ← انتظارات زناشویی	۰.۲۹۴	۰.۰۴۸	۶.۰۷۰	کمتر از ۰.۰۰۱	معنادار
دلبستگی اجتنابی ← انتظارات زناشویی	-۰.۱۴۴	۰.۰۵۰	۲.۸۷۱	۰.۰۰۴	معنادار
دلبستگی اضطرابی ← انتظارات زناشویی	-۰.۰۸۸	۰.۰۴۶	۱.۹۱۴	۰.۰۵۶	غیرمعنادار
تمایز یافتگی خود ← انتظارات زناشویی	۰.۲۳۶	۰.۰۴۹	۴.۸۳۸	کمتر از ۰.۰۰۱	معنادار
احساس انسجام روانی ← انتظارات زناشویی	۰.۱۵۵	۰.۰۴۲	۳.۶۷۰	کمتر از ۰.۰۰۱	معنادار
دلبستگی ایمن ← سازگاری زناشویی	۰.۱۷۱	۰.۰۴۴	۳.۸۴۵	کمتر از ۰.۰۰۱	معنادار
دلبستگی اجتنابی ← سازگاری زناشویی	-۰.۱۱۱	۰.۰۴۰	۲.۷۹۳	۰.۰۰۵	معنادار
دلبستگی اضطرابی ← سازگاری زناشویی	-۰.۰۴۲	۰.۰۴۰	۱.۰۴۰	۰.۲۹۹	غیرمعنادار
تمایز یافتگی خود ← سازگاری زناشویی	۰.۱۵۰	۰.۰۴۲	۳.۵۴۱	کمتر از ۰.۰۰۱	معنادار
احساس انسجام روانی ← سازگاری زناشویی	۰.۰۹۹	۰.۰۳۷	۲.۶۴۹	۰.۰۰۸	معنادار
انتظارات زناشویی ← سازگاری زناشویی	۰.۴۷۰	۰.۰۴۵	۱۰.۴۶۱	کمتر از ۰.۰۰۱	معنادار

بر اساس نتایج جدول ۳، از مجموع ۱۱ مسیر مستقیم بررسی‌شده، ۹ مسیر از نظر آماری معنادار و دو مسیر غیرمعنادار بودند. دل‌بستگی ایمن اثر مثبت و معناداری بر انتظارات زناشویی داشت؛ به‌گونه‌ای که ضریب استاندارد این مسیر برابر با ۰.۲۹۴ و آماره t آن برابر با ۶.۰۷۰ بود. بنابراین، افزایش دل‌بستگی ایمن با افزایش انتظارات زناشویی مثبت و سازنده همراه بود. دل‌بستگی اجتنابی نیز اثر منفی و معناداری بر انتظارات زناشویی داشت و ضریب مسیر آن برابر با -۰.۱۴۴ بود. این نتیجه نشان داد که با افزایش گرایش‌های اجتنابی در روابط صمیمانه، سطح انتظارات زناشویی کاهش می‌یابد. اثر دل‌بستگی اضطرابی بر انتظارات زناشویی منفی بود، اما با ضریب -۰.۰۸۸ و سطح معناداری ۰.۰۵۶ از نظر آماری معنادار نبود. بنابراین، شواهد کافی برای تأیید اثر مستقیم دل‌بستگی اضطرابی بر انتظارات زناشویی به دست نیامد.

تمایز یافتگی خود اثر مثبت و معناداری بر انتظارات زناشویی داشت. مقدار ضریب استاندارد این مسیر ۰.۲۳۶ و آماره t آن ۴.۸۳۸ بود. این نتیجه نشان داد زنانی که توانایی بیشتری در تفکیک افکار از هیجان‌ها، حفظ استقلال فردی و مدیریت نزدیکی عاطفی داشتند، انتظارات سازنده‌تر و مناسب‌تری از روابط زناشویی گزارش کردند. احساس انسجام روانی نیز با ضریب استاندارد ۰.۱۵۵ و آماره t برابر با ۳.۶۷۰، اثر مثبت و معناداری بر انتظارات زناشویی داشت. در نتیجه، ادراک زندگی به‌عنوان مجموعه‌ای قابل فهم، قابل مدیریت و معنادار، با شکل‌گیری انتظارات مثبت‌تر نسبت به همسر و زندگی مشترک همراه بود.

در بررسی مسیرهای منتهی به سازگاری زناشویی، دل‌بستگی ایمن اثر مثبت و معناداری بر سازگاری زناشویی داشت. ضریب استاندارد این مسیر برابر با ۰.۱۷۱ و آماره t برابر با ۳.۸۴۵ بود. این یافته نشان داد که توانایی اعتماد کردن، تجربه صمیمیت ایمن و حفظ تعادل میان نزدیکی و استقلال، سازگاری زناشویی را افزایش می‌دهد. در مقابل، دل‌بستگی اجتنابی با ضریب استاندارد -۰.۱۱۱ و آماره t برابر با ۲.۷۹۳، اثر منفی و معناداری بر سازگاری زناشویی داشت. بنابراین، فاصله‌گیری عاطفی، اجتناب از نزدیکی و دشواری در اعتماد کردن به همسر با کاهش سازگاری زناشویی همراه بود. اثر مستقیم دل‌بستگی اضطرابی بر سازگاری زناشویی برابر با -۰.۰۴۲ بود، اما این اثر با سطح معناداری ۰.۲۹۹ از نظر آماری معنادار نبود.

تمایز یافتگی خود با ضریب استاندارد ۰.۱۵۰ و آماره t برابر با ۳.۵۴۱، اثر مثبت و معناداری بر سازگاری زناشویی داشت. این نتیجه نشان داد توانایی تنظیم واکنش‌های هیجانی و حفظ هویت فردی در بافت رابطه زناشویی می‌تواند به توافق، رضایت و هماهنگی بیشتر زوجین منجر شود. احساس انسجام روانی نیز اثر مثبت و معناداری بر سازگاری زناشویی نشان داد و ضریب استاندارد این مسیر برابر با ۰.۰۹۹ بود. در میان تمامی مسیرهای مستقیم، قوی‌ترین اثر مربوط به مسیر انتظارات زناشویی به سازگاری زناشویی بود. ضریب استاندارد این مسیر برابر با ۰.۴۷۰ و آماره t برابر با ۱۰.۴۶۱ به دست آمد. این یافته نشان می‌دهد که انتظارات زناشویی مهم‌ترین پیش‌بین مستقیم سازگاری زناشویی در مدل پژوهش بود و افزایش انتظارات سازنده، واقع‌بینانه و حمایتی از رابطه، با افزایش قابل توجه سازگاری زناشویی همراه شد.

به‌منظور آزمون نقش میانجی انتظارات زناشویی در رابطه میان سبک‌های دل‌بستگی، تمایز یافتگی خود و احساس انسجام روانی با سازگاری زناشویی، اثرات غیرمستقیم خاص با استفاده از روش بوت‌استرپ برآورد شدند. نتایج این تحلیل در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴. اثرات غیرمستقیم متغیرهای برون‌زا بر سازگاری زناشویی با میانجی‌گری انتظارات زناشویی

مسیر غیرمستقیم	ضریب استاندارد β	انحراف معیار	آماره t	سطح معناداری p	نتیجه
دلبستگی ایمن ← انتظارات زناشویی ← سازگاری زناشویی	۰.۱۳۸	۰.۰۲۵	۵.۴۱۷	کمتر از ۰.۰۰۱	معنادار
دلبستگی اجتنابی ← انتظارات زناشویی ← سازگاری زناشویی	-۰.۰۶۷	۰.۰۲۵	۲.۷۴۵	۰.۰۰۶	معنادار
دلبستگی اضطرابی ← انتظارات زناشویی ← سازگاری زناشویی	-۰.۰۴۲	۰.۰۲۲	۱.۸۶۷	۰.۰۶۲	غیرمعنادار
تمایز یافتگی خود ← انتظارات زناشویی ← سازگاری زناشویی	۰.۱۱۱	۰.۰۲۶	۴.۳۰۷	کمتر از ۰.۰۰۱	معنادار
احساس انسجام روانی ← انتظارات زناشویی ← سازگاری زناشویی	۰.۰۷۳	۰.۰۲۱	۳.۴۵۳	۰.۰۰۱	معنادار

مطابق نتایج جدول ۴، انتظارات زناشویی در چهار مورد از پنج مسیر غیرمستقیم بررسی شده نقش میانجی معناداری داشت. اثر غیرمستقیم دلبستگی ایمن بر سازگاری زناشویی از طریق انتظارات زناشویی مثبت و معنادار بود. ضریب استاندارد این اثر برابر با ۰.۱۳۸ و آماره t برابر با ۵.۴۱۷ به دست آمد. این مسیر قوی‌ترین اثر غیرمستقیم در مدل بود و نشان داد که بخشی از اثر مثبت دلبستگی ایمن بر سازگاری زناشویی از طریق شکل‌گیری انتظارات زناشویی مثبت و سازنده انتقال می‌یابد. از آنجا که اثر مستقیم دلبستگی ایمن بر سازگاری زناشویی نیز معنادار بود، نقش میانجی انتظارات زناشویی در این رابطه از نوع میانجی‌گری جزئی بود. به بیان دیگر، دلبستگی ایمن هم به‌طور مستقیم و هم از طریق افزایش کیفیت انتظارات زناشویی موجب افزایش سازگاری زناشویی می‌شد.

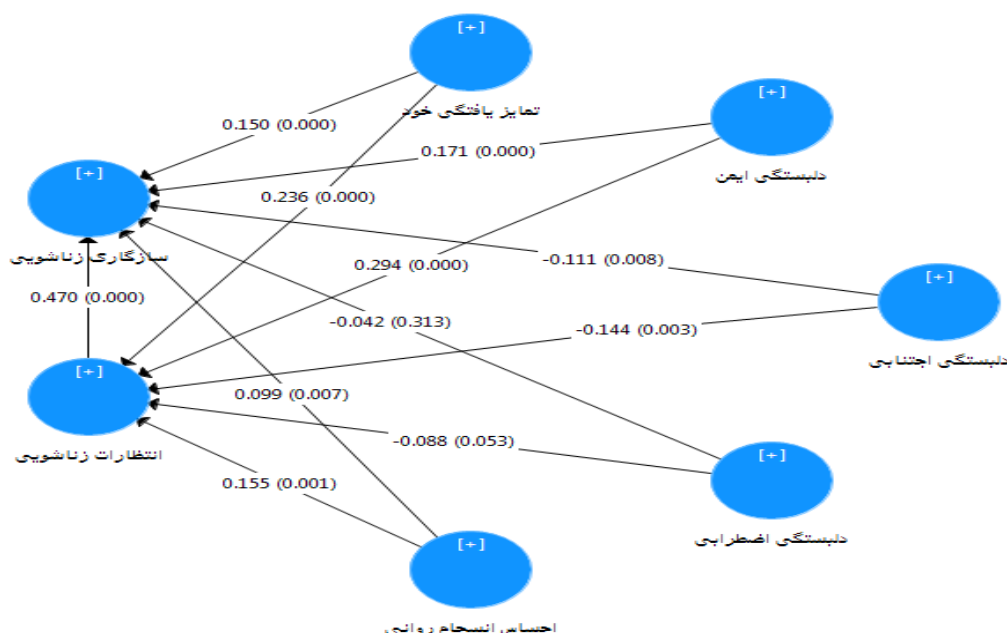
اثر غیرمستقیم دلبستگی اجتنابی بر سازگاری زناشویی با میانجی‌گری انتظارات زناشویی منفی و معنادار بود. ضریب استاندارد این مسیر برابر با -۰.۰۶۷ و آماره t برابر با ۲.۷۴۵ بود. این یافته نشان داد که دلبستگی اجتنابی، علاوه بر اثر منفی مستقیم بر سازگاری زناشویی، از طریق کاهش انتظارات مثبت و سازنده نسبت به همسر و رابطه زناشویی نیز موجب کاهش سازگاری زناشویی می‌شود. با توجه به معناداری هم‌زمان اثر مستقیم و غیرمستقیم دلبستگی اجتنابی، میانجی‌گری انتظارات زناشویی در این رابطه نیز جزئی بود.

اثر غیرمستقیم دلبستگی اضطرابی بر سازگاری زناشویی از طریق انتظارات زناشویی برابر با -۰.۰۴۲ بود؛ با این حال، آماره t این مسیر برابر با ۱.۸۶۷ و سطح معناداری آن ۰.۰۶۲ بود. بنابراین، این اثر از نظر آماری معنادار نبود و نقش میانجی انتظارات زناشویی در رابطه دلبستگی اضطرابی با سازگاری زناشویی تأیید نشد. همچنین، با توجه به اینکه اثر مستقیم دلبستگی اضطرابی بر سازگاری زناشویی نیز معنادار نبود، نتایج مدل ساختاری از وجود رابطه مستقیم یا غیرمستقیم معنادار میان این سبک دلبستگی و سازگاری زناشویی حمایت نکرد.

اثر غیرمستقیم تمایز یافتگی خود بر سازگاری زناشویی با میانجی‌گری انتظارات زناشویی مثبت و معنادار بود. ضریب استاندارد این اثر برابر با ۰.۱۱۱ و آماره t برابر با ۴.۳۰۷ به دست آمد. این نتیجه بیانگر آن بود که تمایز یافتگی خود با تقویت انتظارات مثبت، واقع‌بینانه و سازنده از زندگی مشترک، به افزایش سازگاری زناشویی منجر می‌شود. از آنجا که اثر مستقیم تمایز یافتگی خود بر سازگاری زناشویی نیز معنادار بود، انتظارات زناشویی در این رابطه نقش میانجی جزئی داشت. بنابراین، توانایی زنان در حفظ استقلال هیجانی و فکری، تنظیم واکنش‌های عاطفی و ایجاد تعادل میان صمیمیت و فردیت، هم مستقیماً و هم از طریق انتظارات آنان از رابطه، سازگاری زناشویی را ارتقا می‌داد.

احساس انسجام روانی نیز از طریق انتظارات زناشویی اثر غیرمستقیم مثبت و معناداری بر سازگاری زناشویی داشت. ضریب استاندارد این مسیر برابر با ۰.۰۷۳ و آماره t برابر با ۳.۴۵۳ بود. این یافته نشان داد زنانی که رویدادهای زندگی را قابل فهم، قابل مدیریت و معنادار ادراک می‌کردند، انتظارات مثبت‌تر و منسجم‌تری از رابطه زناشویی داشتند و این انتظارات به نوبه خود موجب افزایش سازگاری زناشویی آنان می‌شد. با توجه به معناداری اثر مستقیم احساس انسجام روانی بر سازگاری زناشویی، نقش انتظارات زناشویی در این رابطه نیز از نوع میانجی‌گری جزئی بود. در مجموع، یافته‌های مربوط به اثرات غیرمستقیم نشان دادند که انتظارات زناشویی سازوکاری محوری برای انتقال اثر دلبستگی ایمن، دلبستگی اجتنابی، تمایزیافتگی خود و احساس انسجام روانی به سازگاری زناشویی محسوب می‌شود.

بررسی قدرت تبیین مدل نشان داد که سبک‌های دلبستگی، تمایزیافتگی خود و احساس انسجام روانی در مجموع توانستند ۳۴.۶ درصد از واریانس انتظارات زناشویی را تبیین کنند. همچنین، مجموعه متغیرهای برون‌زا به همراه انتظارات زناشویی، ۵۵.۹ درصد از واریانس سازگاری زناشویی را تبیین کردند. مقدار شاخص ارتباط پیش‌بین برای انتظارات زناشویی برابر با ۰.۲۵۱ و برای سازگاری زناشویی برابر با ۰.۳۸۷ بود که نشان‌دهنده قدرت پیش‌بینی متوسط تا قوی مدل بود. مقایسه اثرات کل نیز نشان داد که دلبستگی ایمن با اثر کل ۰.۳۰۹ و تمایزیافتگی خود با اثر کل ۰.۲۶۱، بیشترین اثر مثبت را بر سازگاری زناشویی داشتند. اثر کل دلبستگی اجتنابی برابر با -۰.۱۷۹ بود و قوی‌ترین اثر منفی را بر سازگاری زناشویی نشان داد. اثر کل احساس انسجام روانی برابر با ۰.۱۷۱ و اثر کل دلبستگی اضطرابی برابر با -۰.۰۸۳ بود. این یافته‌ها در مجموع نشان دادند که انتظارات زناشویی بخش قابل توجهی از اثر متغیرهای روان‌شناختی و بین‌فردی بر سازگاری زناشویی را انتقال می‌دهد و جایگاهی مرکزی در ساختار مدل دارد.



شکل ۱. مدل نهایی سازگاری زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی، تمایزیافتگی خود و احساس انسجام روانی با نقش

میانجی انتظارات زناشویی

مدل نهایی نشان داد که دلبستگی ایمن، تمایز یافتگی خود و احساس انسجام روانی به صورت مستقیم و مثبت بر انتظارات زناشویی و سازگاری زناشویی اثر می‌گذارند و دلبستگی اجتنابی دارای اثر مستقیم منفی بر هر دو متغیر است. مسیرهای مستقیم دلبستگی اضطرابی به انتظارات زناشویی و سازگاری زناشویی معنادار نبودند. در این مدل، انتظارات زناشویی با ضریب مسیر ۰.۴۷۰ قوی‌ترین پیش‌بین مستقیم سازگاری زناشویی بود و نقش میانجی معناداری در روابط دلبستگی ایمن، دلبستگی اجتنابی، تمایز یافتگی خود و احساس انسجام روانی با سازگاری زناشویی ایفا کرد. بنابراین، ساختار نهایی مدل نشان داد که سازگاری زناشویی نه تنها مستقیماً تحت تأثیر ویژگی‌های دلبستگی و منابع روان‌شناختی فرد قرار دارد، بلکه بخش مهمی از این تأثیر از طریق نوع انتظارات فرد از همسر، زندگی مشترک و رابطه مطلوب انتقال می‌یابد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تدوین مدل علی سازگاری زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی، تمایز یافتگی خود و احساس انسجام روانی با نقش میانجی انتظارات زناشویی در زنان متأهل شهر شیراز انجام شد. نتایج نشان داد مدل پیشنهادی از برازش مطلوبی برخوردار است و متغیرهای برون‌زا همراه با انتظارات زناشویی توانستند ۵۵.۹ درصد از واریانس سازگاری زناشویی را تبیین کنند. همچنین، ۳۴.۶ درصد از واریانس انتظارات زناشویی به وسیله سبک‌های دلبستگی، تمایز یافتگی خود و احساس انسجام روانی تبیین شد. این میزان تبیین نشان می‌دهد سازگاری زناشویی پدیده‌ای چندعاملی است که از تعامل ویژگی‌های رابطه‌ای، ساختارهای درون‌فردی و ارزیابی‌های شناختی افراد از زندگی مشترک شکل می‌گیرد. یافته‌های مدل نشان داد دلبستگی ایمن، تمایز یافتگی خود و احساس انسجام روانی، هم به صورت مستقیم و هم با واسطه انتظارات زناشویی، سازگاری زناشویی را به طور مثبت پیش‌بینی می‌کنند. در مقابل، دلبستگی اجتنابی دارای اثر مستقیم و غیرمستقیم منفی بود و اثرات دلبستگی اضطرابی بر انتظارات و سازگاری زناشویی از نظر آماری معنادار نبود. از میان همه مسیرها، انتظارات زناشویی قوی‌ترین اثر مستقیم را بر سازگاری زناشویی داشت و در بیشتر روابط مورد بررسی نقش میانجی معناداری ایفا کرد.

نخستین یافته پژوهش نشان داد دلبستگی ایمن اثر مستقیم مثبت و معناداری بر انتظارات زناشویی و سازگاری زناشویی دارد. این نتیجه بیانگر آن است که زنانی که در روابط عاطفی خود احساس امنیت بیشتری دارند، در برقراری نزدیکی هیجانی، اعتماد به همسر، پذیرش حمایت و بیان نیازهای عاطفی عملکرد سازگارانه‌تری نشان می‌دهند و در نتیجه، از زندگی مشترک خود نیز ارزیابی مثبت‌تری دارند. این یافته با نتایج پژوهش‌هایی همسو است که نشان داده‌اند دلبستگی ایمن با رضایت زناشویی بیشتر و سبک‌های نایمن با رضایت کمتر همراه‌اند (Eslami, 2025). همچنین، مطالعات مربوط به تأثیرات زوجی سبک دلبستگی نشان داده‌اند که افراد دارای دلبستگی ایمن، همسر خود را پاسخ‌گوتر، حمایت‌گرت‌ر و در دسترس‌تر ادراک می‌کنند و همین ادراک می‌تواند کیفیت رابطه و رضایت زناشویی را افزایش دهد (Lu et al., 2024). بررسی تفاوت روابط زناشویی در افراد ایمن و نایمن نیز نشان داده است که دلبستگی ایمن با اعتماد، صمیمیت، تعامل سازنده و کاهش رفتارهای دفاعی همراه است (Costa & Mosmann, 2020).

برای تبیین این یافته می‌توان گفت الگوهای دلبستگی ایمن، مدل‌های درونی مثبتی از خود و دیگران ایجاد می‌کنند. فرد ایمن خود را شایسته محبت و همسر را فردی نسبتاً قابل اعتماد و در دسترس می‌داند. در نتیجه، هنگام مواجهه با تعارض‌ها، احتمال کمتری دارد که رفتار همسر را نشانه طرد یا بی‌علاقگی تلقی کند و بیشتر می‌تواند از گفت‌وگو، همدلی و حل مسئله استفاده کند. چنین افرادی معمولاً میان صمیمیت و استقلال تعادل ایجاد می‌کنند و انتظارات آنان از زندگی مشترک نیز انعطاف‌پذیرتر، واقع‌بینانه‌تر و مبتنی بر همکاری است. در همین راستا، نتایج پژوهش حاضر نشان داد انتظارات زناشویی بخشی از اثر دلبستگی ایمن بر سازگاری زناشویی را انتقال می‌دهد. این میانجی‌گری نشان می‌دهد امنیت دلبستگی تنها به صورت مستقیم موجب افزایش سازگاری نمی‌شود، بلکه از طریق شکل دادن به انتظارات مثبت درباره حمایت، دوستی، همراهی و آینده رابطه نیز کیفیت زندگی زناشویی را افزایش می‌دهد. یافته حاضر با دیدگاهی سازگار است که انتظارات نسبت به رضایت آینده رابطه را از منابع مهم تعهد و ثبات زناشویی می‌داند (Baker et al., 2017).

یافته دیگر نشان داد دلبستگی اجتنابی اثر مستقیم منفی و معناداری بر انتظارات زناشویی و سازگاری زناشویی دارد. همچنین، اثر غیرمستقیم آن از طریق انتظارات زناشویی منفی و معنادار بود. این نتیجه نشان می‌دهد افزایش فاصله‌گیری هیجانی، ناراحتی از نزدیکی، خودداری از وابستگی و تمایل به سرکوب نیازهای عاطفی، با کاهش سازگاری زوجی همراه است. این یافته با نتایج پژوهشی همسو است که دلبستگی اجتنابی را پیش‌بین منفی سازگاری زناشویی دانسته و نشان داده است خشونت شریک عاطفی می‌تواند بخشی از این رابطه را میانجی‌گری کند (Rigi et al., 2025). همچنین، شواهد نشان داده‌اند دلبستگی اجتنابی از طریق کاهش حمایت ادراک شده همسر و به کارگیری گرایش‌های مقابله‌ای ناسازگارانه، رضایت زناشویی را کاهش می‌دهد (Xiong et al., 2022). رابطه سبک دلبستگی با سازگاری زوجی نیز ممکن است از طریق احساس کارآمدی فرد در حل تعارض‌های زناشویی توضیح داده شود؛ زیرا افراد ناایمن غالباً خود را در مدیریت اختلاف‌ها کمتر کارآمد می‌دانند (Sakotić-Kurbalija et al., 2022).

از نظر تبیینی، افراد دارای دلبستگی اجتنابی معمولاً برای حفظ استقلال روان‌شناختی خود از راهبردهای غیرفعال‌سازی نظام دلبستگی استفاده می‌کنند. آنان نیاز به حمایت و صمیمیت را نادیده می‌گیرند، از گفت‌وگو درباره هیجان‌ها فاصله می‌گیرند و در موقعیت‌های تعارض‌آمیز ممکن است از کناره‌گیری، سکوت یا قطع ارتباط استفاده کنند. این ویژگی‌ها از یک سو امکان دستیابی به توافق و حل مشترک مسئله را کاهش می‌دهد و از سوی دیگر، موجب می‌شود فرد انتظارات محدودتر یا بدبینانه‌تری از همسر و زندگی زناشویی داشته باشد. بنابراین، انتظارات زناشویی در این رابطه به عنوان سازوکاری شناختی عمل می‌کند که از طریق آن، فاصله عاطفی و بی‌اعتمادی به ارزیابی منفی‌تر از رابطه و کاهش سازگاری منجر می‌شود. باین‌حال، باید توجه داشت که برخی پژوهش‌ها نقش معنادار سبک‌های دلبستگی را در پیش‌بینی رضایت زناشویی تأیید نکرده‌اند و عوامل دیگری مانند تجربه تروماهای کودکی را پیش‌بین قوی‌تری دانسته‌اند (Gürbüz et al., 2025). این تفاوت می‌تواند ناشی از ویژگی‌های نمونه، بافت فرهنگی، ابزارهای اندازه‌گیری یا حضور متغیرهای میانجی متفاوت باشد.

برخلاف دلبستگی ایمن و اجتنابی، اثر مستقیم دلبستگی اضطرابی بر انتظارات زناشویی و سازگاری زناشویی و نیز اثر غیرمستقیم آن معنادار نبود. هرچند ضرایب به دست آمده در جهت منفی قرار داشتند، شدت آن‌ها برای رسیدن به سطح معناداری کافی نبود. این نتیجه ممکن است

نشان دهد تأثیر دلبستگی اضطرابی بر کیفیت رابطه به شرایط دیگری، مانند میزان پاسخ‌گویی همسر، ترس از طرد، تنظیم هیجان، وابستگی متقابل یا حمایت ادراک‌شده بستگی دارد. افراد اضطرابی ممکن است هم‌زمان میل شدیدی به نزدیکی داشته باشند و از طردشدن نیز نگران باشند؛ بنابراین، رفتار آنان بسته به واکنش همسر می‌تواند به الگوهای متفاوتی از سازگاری منجر شود. نتایج برخی مطالعات نشان داده‌اند اثر سبک‌های دلبستگی بر رضایت زناشویی از طریق متغیرهای زوجی مانند پاسخ‌گویی ادراک‌شده همسر منتقل می‌شود (Lu et al., 2024). همچنین، عوامل فردی و زوجی به‌صورت هم‌زمان در پیش‌بینی رضایت رابطه نقش دارند و یک سبک دلبستگی ممکن است بدون در نظر گرفتن این متغیرهای زمینه‌ای اثر مستقلی نشان ندهد (Chiş et al., 2022).

یکی دیگر از یافته‌های اصلی پژوهش نشان داد تمایزیافتگی خود اثر مستقیم مثبت و معناداری بر انتظارات زناشویی و سازگاری زناشویی دارد. افزون بر این، انتظارات زناشویی رابطه میان تمایزیافتگی خود و سازگاری زناشویی را به‌طور معناداری میانجی‌گری کرد. این یافته با نتایج پژوهش‌هایی هماهنگ است که تمایزیافتگی خود را با رضایت، ثبات و سازگاری زناشویی مرتبط دانسته‌اند (Mohammadi & Hassanpour, 2023; Mozas-Alonso et al., 2022). همچنین، شواهد نشان داده‌اند تمایزیافتگی خود می‌تواند از طریق سازگاری زناشویی، رضایت کلی از زندگی را پیش‌بینی کند (Işık et al., 2020). در مطالعات داخلی نیز تمایزیافتگی خود همراه با انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و تاب‌آوری، پیش‌بین رضایت زناشویی زنان متأهل بوده است (Ahmadi Ghovibazou, 2024) و رابطه آن با رضایت زناشویی می‌تواند از طریق افزایش شادکامی تقویت شود (Armanmehr et al., 2024).

این یافته را می‌توان بر اساس نظریه نظام‌های خانواده تبیین کرد. افراد متمایزیافته قادرند بدون از دست دادن پیوند عاطفی با همسر، هویت، باورها و موضع شخصی خود را حفظ کنند. آنان در شرایط تعارض کمتر دچار واکنش‌پذیری هیجانی، همجوشی یا گسست عاطفی می‌شوند و بهتر می‌توانند میان احساس و تفکر تمایز قائل شوند. این ظرفیت به آنان امکان می‌دهد انتظارات خود را از همسر به شکلی روشن، انعطاف‌پذیر و قابل مذاکره تنظیم کنند. در مقابل، افراد با تمایزیافتگی پایین ممکن است انتظار داشته باشند همسر به‌طور کامل نیازهای هیجانی آنان را تأمین کند یا با همه دیدگاه‌هایشان همسو باشد. برآورده‌نشده‌ن این انتظارات نیز احتمال تعارض و نارضایتی را افزایش می‌دهد. مرور مطالعات این حوزه نیز نشان داده است تمایزیافتگی خود با تنظیم هیجان، مرزبندی رابطه‌ای و کیفیت کارکرد خانواده ارتباط دارد (Calatrava et al., 2022). همچنین، تمایزیافتگی خود می‌تواند رابطه میان تجربه‌های دلبستگی اولیه و کیفیت روابط زناشویی را میانجی‌گری کند (Lampis et al., 2025) و همراه با تحمل پریشانی، از طریق کیفیت رابطه با خانواده همسر بر صمیمیت زناشویی اثر بگذارد (Ganjian et al., 2025).

نتایج همچنین نشان داد احساس انسجام روانی دارای اثر مستقیم مثبت و معناداری بر انتظارات زناشویی و سازگاری زناشویی است و انتظارات زناشویی بخشی از اثر آن بر سازگاری را میانجی‌گری می‌کند. این یافته با نتایج مطالعاتی همسو است که احساس انسجام را پیش‌بین سازگاری زناشویی در طول زمان دانسته‌اند (Antonovsky & Ben-Ari, 2020). همچنین، احساس انسجام خانوادگی با کارکرد بهتر خانواده و روابط زناشویی در دوره‌های پراسترس زندگی، از جمله دوره پیرامون تولد فرزند، مرتبط بوده است (Ngai et al., 2016). نقش محافظتی احساس

انسجام در مواجهه با بحران‌های گسترده نیز تأیید شده است (Danioni et al., 2023). در مطالعات داخلی، این سازه در رابطه میان درد روان‌شناختی، سازگاری معنوی و آشفتگی زناشویی نقش میانجی داشته است (Imani et al., 2022) و مداخلات زوج‌درمانی نیز توانسته‌اند احساس انسجام زنان دارای تجربه طلاق‌های مکرر را افزایش دهند (Hazratzadeh et al., 2023).

در تبیین این یافته می‌توان گفت زنانی که زندگی را قابل فهم، قابل مدیریت و معنادار تلقی می‌کنند، در برخورد با مشکلات زناشویی کمتر دچار آشفتگی و درماندگی می‌شوند. آنان احتمال بیشتری دارد که اختلاف‌ها را مسائل قابل حل بدانند، منابع مقابله‌ای خود و همسر را شناسایی کنند و برای حفظ رابطه تلاش هدفمند انجام دهند. این نگرش می‌تواند انتظارات آنان را نیز واقع‌بینانه‌تر کند؛ زیرا دشواری‌های زندگی مشترک را بخشی طبیعی از رابطه می‌دانند و از همسر انتظار ندارند تمام مشکلات را حذف کند. احساس انسجام از طریق افزایش مقابله فعال و بهزیستی روان‌شناختی نیز می‌تواند ظرفیت فرد برای حفظ تعاملات سازنده را بالا ببرد (Mohammadi & Sedaghatifard, 2023). بنابراین، انتظار می‌رود بخش مهمی از اثر این منبع روان‌شناختی از طریق شکل‌دادن به تفسیرهای مثبت‌تر و انتظارات انعطاف‌پذیرتر از ازدواج منتقل شود.

مهم‌ترین یافته پژوهش حاضر آن بود که انتظارات زناشویی قوی‌ترین پیش‌بین مستقیم سازگاری زناشویی بود و در روابط دلبستگی ایمن، دلبستگی اجتنابی، تمایز یافتگی خود و احساس انسجام روانی با سازگاری زناشویی نقش میانجی معناداری داشت. این نتیجه با مطالعاتی همسو است که انتظارات مثبت را با سازگاری بیشتر و استرس را با سازگاری کمتر مرتبط دانسته‌اند (More, 2025). همچنین، انتظارات زناشویی همراه با تعارض‌های زناشویی قادر به پیش‌بینی رضایت از روابط زوجی بوده‌اند (Kakolian et al., 2023). یافته‌های مربوط به فرسودگی زناشویی نیز نشان می‌دهند انتظارات زناشویی و قطع ارتباط هیجانی می‌توانند در کیفیت رابطه نقش تعیین‌کننده داشته باشند (Yarmohammadi Vasel et al., 2023).

انتظارات زناشویی چارچوبی شناختی فراهم می‌کنند که فرد بر اساس آن رفتار همسر، میزان حمایت، صمیمیت، تقسیم مسئولیت‌ها و آینده رابطه را ارزیابی می‌کند. هنگامی که این انتظارات واقع‌بینانه، منعطف و متناسب با شرایط زندگی باشند، زوجین می‌توانند کاستی‌ها و تفاوت‌ها را بدون تفسیرهای افراطی مدیریت کنند. در مقابل، انتظارات آرمانی و غیرقابل انعطاف ممکن است موجب شوند رفتارهای عادی همسر به‌عنوان بی‌توجهی، شکست یا نشانه ناسازگاری تعبیر شوند. پژوهش‌ها نشان داده‌اند انتظار از رضایت آینده رابطه نقش مهمی در تعهد دارد و افراد بر اساس پیش‌بینی‌های خود درباره آینده، درباره حفظ رابطه تصمیم می‌گیرند (Baker et al., 2017). این انتظارات پیش از ازدواج و تحت تأثیر خانواده و فرهنگ شکل می‌گیرند (Ferreira & Costa-Ramvalho, 2021) و در زندگی معاصر حتی شامل قواعد تعاملات دیجیتال و مرزهای ارتباطی نیز می‌شوند (Foster Campbell, 2022). بنابراین، نقش میانجی انتظارات زناشویی در مدل حاضر نشان می‌دهد ویژگی‌های دلبستگی و منابع روان‌شناختی زمانی به سازگاری تبدیل می‌شوند که بر تفسیرها و معیارهای شناختی فرد درباره رابطه اثر بگذارند. در مجموع، یافته‌های پژوهش از یک مدل تلفیقی حمایت می‌کنند که در آن سازگاری زناشویی حاصل اثر جداگانه یک متغیر نیست، بلکه از تعامل الگوهای دلبستگی، ظرفیت تمایز یافتگی، احساس انسجام و انتظارات زناشویی شکل می‌گیرد. این نتیجه با رویکردهای چندعاملی به

رضایت رابطه همسو است که بر نقش هم‌زمان عوامل فردی، زوجی، شناختی و عاطفی تأکید می‌کند (Chiş et al., 2022). همچنین، با یافته‌هایی سازگار است که سازگاری زناشویی را پیامد مهارت‌های حل تعارض، حمایت متقابل، احترام، ارتباط و مدیریت تفاوت‌ها می‌دانند (Atashpour & Delfrouzi, 2024; Rastgoftar & Khodadadi, 2023). نقش برجسته انتظارات زناشویی در پژوهش حاضر نیز نشان می‌دهد مداخلات زوجی نباید تنها بر کاهش تعارض تمرکز کنند، بلکه لازم است باورها، معیارها و پیش‌بینی‌های زوجین درباره همسر و زندگی مشترک را نیز مورد توجه قرار دهند. به همین ترتیب، تقویت امنیت دلبستگی، مرزبندی هیجانی سالم و توانایی معنادادن به دشواری‌ها می‌تواند زمینه ایجاد انتظارات سازگارانه‌تر و افزایش کیفیت رابطه را فراهم کند.

پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی همراه بود که باید در تفسیر یافته‌ها مورد توجه قرار گیرد. نمونه پژوهش تنها از زنان متأهل ساکن شهر شیراز تشکیل شده بود؛ بنابراین، تعمیم نتایج به مردان، زوج‌های ساکن سایر مناطق جغرافیایی، گروه‌های فرهنگی متفاوت و زوج‌های دارای شرایط خاص باید با احتیاط انجام شود. ماهیت مقطعی و همبستگی پژوهش نیز امکان استنباط قطعی روابط علی را محدود می‌کند، هرچند مدل بر اساس مبانی نظری تدوین شده بود. استفاده از ابزارهای خودگزارشی ممکن است پاسخ‌ها را در معرض مطلوبیت اجتماعی، خطای یادآوری و برداشت شخصی شرکت‌کنندگان قرار داده باشد. همچنین، اطلاعات تنها از یکی از زوجین گردآوری شد و دیدگاه همسران یا شاخص‌های مشاهده‌ای رابطه مورد بررسی قرار نگرفت. متغیرهایی مانند مدت ازدواج، تعداد فرزندان، وضعیت اقتصادی، شدت تعارض، سلامت روان، کیفیت ارتباط و حمایت همسر نیز می‌توانستند بر روابط مدل اثر بگذارند، اما در مدل نهایی وارد نشدند.

پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده مدل حاضر را در نمونه‌های متنوع‌تر شامل مردان، هر دو عضو زوج، زوج‌های در آستانه ازدواج، زوج‌های دارای تعارض و گروه‌های متعلق به فرهنگ‌ها و مناطق مختلف آزمون کنند. استفاده از طرح‌های طولی می‌تواند به بررسی تغییرات انتظارات زناشویی و سازگاری در طول زمان و ارزیابی دقیق‌تر جهت روابط کمک کند. به کارگیری مدل‌های وابستگی متقابل کنشگر-شریک نیز می‌تواند اثر ویژگی‌های هر یک از زوجین بر خود و همسر را روشن سازد. پیشنهاد می‌شود علاوه بر پرسشنامه‌های خودگزارشی، از مصاحبه، مشاهده تعامل زوجین و گزارش همسر نیز استفاده شود. بررسی متغیرهای میانجی و تعدیل‌کننده دیگر مانند پاسخ‌گویی ادراک‌شده همسر، تنظیم هیجان، حمایت زوجی، سبک حل تعارض، انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و وضعیت اقتصادی-اجتماعی نیز می‌تواند مدل را کامل‌تر کند. همچنین، آزمون اثربخشی مداخلات مبتنی بر اصلاح انتظارات زناشویی و تقویت تمایز یافتگی، دلبستگی ایمن و احساس انسجام در طرح‌های آزمایشی پیشنهاد می‌شود.

نتایج پژوهش می‌تواند در برنامه‌های مشاوره پیش از ازدواج، زوج‌درمانی و آموزش خانواده مورد استفاده قرار گیرد. مشاوران می‌توانند انتظارات هر یک از زوجین درباره نقش همسر، صمیمیت، حمایت، مسئولیت‌ها و آینده زندگی مشترک را ارزیابی کرده و انتظارات غیرواقع‌بینانه یا انعطاف‌ناپذیر را شناسایی کنند. آموزش گفت‌وگوی شفاف درباره نیازها و تفاوت‌ها، بازسازی باورهای ناسازگارانه و تقویت مهارت مذاکره می‌تواند به هماهنگی بیشتر انتظارات زوجین کمک کند. همچنین، مداخلات مبتنی بر دلبستگی می‌تواند برای افزایش احساس امنیت، کاهش فاصله‌گیری عاطفی و بهبود پاسخ‌گویی زوجین به نیازهای یکدیگر به کار روند. آموزش تنظیم هیجان، حفظ مرزهای سالم، تفکیک افکار از

احساسات و کاهش همجوشی عاطفی نیز می‌تواند تمایز یافتگی خود را تقویت کند. در کنار این موارد، آموزش راهبردهای مقابله فعال، معنابخشی به دشواری‌ها و شناسایی منابع حمایتی می‌تواند احساس انسجام روانی زوجین را افزایش دهد و زمینه سازگاری پایدارتر را فراهم سازد.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

موازین اخلاقی

در تمامی مراحل پژوهش حاضر اصول اخلاقی مرتبط با نشر و انجام پژوهش رعایت گردیده است.

تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که در انجام این پژوهش ما را همراهی کردند تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

چکیده گسترش یافته انگلیسی

Introduction

Marital adjustment is a multidimensional indicator of the quality and stability of marital relationships and reflects the extent to which spouses achieve agreement, cohesion, satisfaction, emotional closeness, and effective management of shared responsibilities. It should not be understood merely as the absence of conflict; rather, it represents a dynamic process through which spouses coordinate their personal needs, expectations, values, and relational goals. High marital adjustment is generally associated with constructive communication, reciprocal support, mutual respect, collaborative decision-making, and greater psychological well-being, whereas low adjustment may contribute to persistent conflict, emotional distance, dissatisfaction, and instability within the family system. Previous evidence has shown that marital adjustment is closely related to marital virtues, psychological well-being, conflict management, and satisfaction with married life (Atashpour & Delfrouzi, 2024; Rastgoftar & Khodadadi, 2023; Tamannaeifar et al., 2025). It may also be affected by chronic psychological and behavioral pressures within the family, emphasizing the need to identify the individual and relational resources that protect marital functioning (Bisoi et al., 2024).

Attachment style is one of the major psychological constructs proposed to explain individual differences in intimate relationships. Attachment theory suggests that early interpersonal experiences contribute to relatively stable internal working models concerning the self, others, trust, emotional availability, and expectations of support. These models continue to influence adult romantic relationships, particularly the ways individuals establish intimacy, seek reassurance, regulate emotions, and respond to perceived rejection or relational threat (Fraley & Shaver, 2021).

Securely attached individuals are generally comfortable with intimacy and autonomy and are more likely to perceive their partners as responsive and supportive. By contrast, avoidant attachment is characterized by emotional distancing, discomfort with dependency, and reduced willingness to seek or provide support, while anxious attachment is associated with fear of abandonment, excessive reassurance seeking, and heightened sensitivity to signs of rejection.

Empirical research has consistently linked secure attachment with higher marital satisfaction and adjustment and insecure attachment with poorer relationship outcomes (Costa & Mosmann, 2020; Eslami Ramchahi et al., 2025). Dyadic evidence further indicates that attachment styles may influence marital satisfaction through perceived partner responsiveness, suggesting that attachment affects not only personal emotional experiences but also interpretations of the spouse's availability and support (Lu et al., 2024). Avoidant attachment may be particularly detrimental because emotional withdrawal and limited support seeking can impair conflict resolution and intimacy. Its negative effects on marital satisfaction may occur through reduced spousal support and maladaptive coping tendencies (Xiong et al., 2022). Avoidant attachment has also been directly associated with lower marital adjustment, with relationally destructive processes such as intimate partner violence serving as possible mediating mechanisms (Rigi et al., 2025). However, findings concerning anxious attachment have been less consistent, suggesting that its effects may depend on contextual and interpersonal variables such as the partner's responsiveness, emotion regulation, or conflict management capacity.

Self-differentiation is another important construct for understanding marital functioning. Rooted in Bowen family systems theory, self-differentiation refers to the ability to maintain a stable sense of identity while remaining emotionally connected to significant others. A well-differentiated individual can distinguish thoughts from emotions, preserve personal values under interpersonal pressure, and avoid both excessive emotional fusion and emotional cutoff. Reviews of this construct have demonstrated its relevance to emotional regulation, psychological health, family functioning, and intimate relationship quality (Calatrava et al., 2022). Higher differentiation has been associated with greater marital satisfaction, more adaptive parenting, and stronger relational stability (Mohammadi & Hassanpour, 2023; Mozas-Alonso et al., 2022). It may also influence broader well-being indirectly through marital adjustment (Işık et al., 2020). Moreover, self-differentiation can function as a mediating mechanism between early attachment experiences and the quality of adult marital relationships (Lampis et al., 2025).

Sense of psychological coherence represents another potentially protective resource in marital life. It refers to the extent to which individuals perceive life events as comprehensible, manageable, and meaningful. Individuals with a strong sense of coherence are more likely to interpret stressors as understandable, believe that adequate resources are available for coping, and regard efforts to manage difficulties as worthwhile. Longitudinal evidence suggests that sense of coherence can predict marital adjustment over time (Antonovsky & Ben-Ari, 2020). It has also been linked to healthier family functioning during stressful transitions and to greater psychological resilience under prolonged adversity (Danioni et al., 2023; Ngai et al., 2016). In marital relationships, this resource may help spouses interpret disagreements as manageable challenges rather than signs of relational failure.

Marital expectations constitute an important cognitive mechanism through which these individual characteristics may influence adjustment. Such expectations include beliefs and predictions about the spouse's role, emotional support, intimacy, responsibilities, conflict resolution, and the future of the relationship. Constructive and realistic expectations can facilitate flexibility and satisfaction, whereas rigid or idealized expectations may increase disappointment and conflict. Expectations regarding future relationship satisfaction have been identified as important sources of commitment (Baker et al., 2017). Marital expectations have also been associated with relational satisfaction, burnout, emotional cutoff, and adjustment (Kakolian et al., 2023; More, 2025; Yarmohammadi Vasel et al., 2023). Therefore, marital expectations may serve as a central mediator linking attachment patterns, self-differentiation, and psychological coherence to marital adjustment.

Accordingly, the present study aimed to develop and test a causal model of marital adjustment based on attachment styles, self-differentiation, and sense of psychological coherence, with marital expectations as a mediating variable among married women in Shiraz, Iran.

Methods and Materials

This applied study used a descriptive-correlational design based on structural equation modeling. The statistical population consisted of all married women residing in the 11 municipal districts of Shiraz during autumn 2024. Because of the geographical dispersion of the population, multistage cluster random sampling was used. Six municipal districts were randomly selected, followed by the random selection of neighborhoods within those districts. Married women residing in the selected clusters were then invited to participate. A total of 384 questionnaires were collected, and after incomplete or invalid responses were excluded, data from 342 participants were retained for final analysis.

The participants represented a broad age range. Of the total sample, 26.9% were aged 18 to 30 years, 30.4% were aged 31 to 40 years, 31.9% were aged 41 to 50 years, and 10.8% were aged 51 years or older. Regarding education, 30.4% held a high school diploma, 10.8% an associate degree, 38.0% a bachelor's degree, 17.8% a master's degree, and 2.9% a doctoral degree. In terms of employment, 32.5% were employees, 46.2% were homemakers, and 21.3% were self-employed.

Marital adjustment was measured using Spanier's 32-item Dyadic Adjustment Scale, which assesses dyadic satisfaction, cohesion, consensus, and affectional expression. Marital expectations were assessed using Omidvar's 32-item Marital Expectations Questionnaire, covering expectations of the spouse as a friend and supporter, expectations of married life, and expectations of an ideal relationship. Adult attachment styles were measured using the 15-item Hazan and Shaver Adult Attachment Questionnaire, which evaluates secure, avoidant, and anxious attachment. Self-differentiation was assessed using Drake's 18-item Self-Differentiation Scale. Sense of psychological coherence was measured using Antonovsky's 13-item scale, which assesses comprehensibility, manageability, and meaningfulness.

Data were analyzed using SPSS version 27 and SmartPLS version 3.2.8. Descriptive statistics included frequency, percentage, mean, standard deviation, skewness, and kurtosis. Pearson correlation coefficients were calculated to examine bivariate relationships. The measurement model was evaluated through factor loadings, average variance

extracted, Cronbach's alpha, composite reliability, the Fornell–Larcker criterion, and the heterotrait–monotrait ratio. The structural model was assessed through standardized path coefficients, t statistics, p values, coefficients of determination, predictive relevance, and overall fit indices. Direct and indirect effects were tested using bootstrapping with 1,000 resamples, and statistical significance was set at 0.05.

Findings

The correlation analysis showed that secure attachment was positively associated with self-differentiation, sense of psychological coherence, marital expectations, and marital adjustment. Its strongest correlation was with marital adjustment at 0.513. Avoidant attachment was negatively correlated with self-differentiation, psychological coherence, marital expectations, and marital adjustment, with its strongest negative correlation observed with marital adjustment at -0.376. Anxious attachment also had negative bivariate correlations with the positive study variables, although its structural effects were not significant. Self-differentiation was positively correlated with marital expectations at 0.416 and marital adjustment at 0.455. Sense of psychological coherence was positively correlated with marital expectations at 0.295 and marital adjustment at 0.326. The strongest correlation in the model was between marital expectations and marital adjustment at 0.698.

The measurement model demonstrated acceptable convergent and discriminant validity and satisfactory internal consistency. All retained factor loadings exceeded the recommended threshold, average variance extracted values were above 0.50, and Cronbach's alpha and composite reliability values were acceptable. The Fornell–Larcker criterion and heterotrait–monotrait ratios also supported discriminant validity.

The structural model showed satisfactory fit. The standardized root mean square residual was 0.049, which was below the acceptable threshold of 0.08. The normed fit index was 0.840, exceeding the minimum acceptable value of 0.80. The d_ULS value of 0.755 and d_G value of 0.372 were both below their respective upper 95% bootstrap confidence limits, supporting the adequacy of the model.

Secure attachment had a positive direct effect on marital expectations ($\beta=0.294$, $p<0.001$) and marital adjustment ($\beta=0.171$, $p<0.001$). Avoidant attachment had a negative direct effect on marital expectations ($\beta=-0.144$, $p=0.004$) and marital adjustment ($\beta=-0.111$, $p=0.005$). The direct effects of anxious attachment on marital expectations ($\beta=-0.088$, $p=0.056$) and marital adjustment ($\beta=-0.042$, $p=0.299$) were not significant.

Self-differentiation positively predicted marital expectations ($\beta=0.236$, $p<0.001$) and marital adjustment ($\beta=0.150$, $p<0.001$). Sense of psychological coherence also had positive direct effects on marital expectations ($\beta=0.155$, $p<0.001$) and marital adjustment ($\beta=0.099$, $p=0.008$). Marital expectations had the strongest direct effect on marital adjustment ($\beta=0.470$, $p<0.001$).

The mediation analysis showed that marital expectations significantly mediated the relationship between secure attachment and marital adjustment ($\beta=0.138$, $p<0.001$), avoidant attachment and marital adjustment ($\beta=-0.067$, $p=0.006$), self-differentiation and marital adjustment ($\beta=0.111$, $p<0.001$), and sense of psychological coherence and marital adjustment ($\beta=0.073$, $p=0.001$). The indirect effect of anxious attachment through marital expectations was negative but not significant ($\beta=-0.042$, $p=0.062$).

The exogenous variables explained 34.6% of the variance in marital expectations. The complete model explained 55.9% of the variance in marital adjustment. Predictive relevance values were 0.251 for marital expectations and 0.387 for marital adjustment, indicating moderate to strong predictive power. Secure attachment had the largest positive total effect on marital adjustment, followed by self-differentiation, whereas avoidant attachment had the strongest negative total effect.

Discussion and Conclusion

The findings support an integrated explanation of marital adjustment in which relational attachment patterns, intrapersonal regulatory capacities, and cognitive expectations jointly shape the quality of marital functioning. Secure attachment emerged as an important positive predictor of both marital expectations and adjustment. Women with greater attachment security may be more able to trust their spouses, communicate emotional needs, tolerate relational vulnerability, and interpret disagreements without immediately perceiving them as rejection. These characteristics can directly enhance marital functioning and also contribute to more constructive expectations regarding companionship, support, and the future of the marriage.

Avoidant attachment was associated with poorer expectations and lower adjustment. Emotional distancing, discomfort with intimacy, and reluctance to seek support may weaken mutual responsiveness and reduce opportunities for collaborative problem solving. The significant indirect effect through marital expectations suggests that avoidant individuals may not only behave more distantly but may also hold more restricted or pessimistic expectations about what a spouse or marriage can provide. These expectations may gradually reinforce dissatisfaction and relational withdrawal.

The nonsignificant paths involving anxious attachment indicate that anxiety alone may not uniformly reduce adjustment. Its consequences may depend on the spouse's behavior, the degree of reassurance available, and other regulatory or relational conditions. Some anxiously attached individuals may maintain high involvement in the relationship despite emotional insecurity, while others may experience substantial conflict. Thus, anxious attachment may require additional mediators or moderators to explain its association with adjustment more precisely.

Self-differentiation had both direct and mediated effects on marital adjustment. Women who can preserve personal identity while remaining emotionally connected are likely to manage disagreements with less reactivity and greater clarity. They may also form more realistic expectations because they do not require the spouse to regulate all their emotions or validate every belief. This balance between autonomy and intimacy appears central to stable marital functioning.

Sense of psychological coherence also contributed to adjustment. Women who perceive life events as understandable, manageable, and meaningful may interpret marital difficulties as challenges that can be addressed rather than as evidence of irreversible failure. This perspective can encourage active coping, persistence, and more flexible expectations. Its significant indirect effect further indicates that psychological coherence influences adjustment partly by shaping how individuals conceptualize marriage and evaluate their spouse's role.

The strongest direct predictor of marital adjustment was marital expectations. This finding emphasizes that spouses do not respond only to objective relational events; they respond to the meaning of those events in relation to their prior beliefs and standards. Realistic, flexible, and mutually negotiated expectations can support satisfaction and cooperation, whereas rigid or idealized expectations may magnify disappointment. Marital expectations therefore function as a central cognitive bridge through which attachment security, differentiation, and psychological coherence are translated into relational outcomes.

Overall, the proposed model demonstrated satisfactory fit and meaningful explanatory power. It showed that marital adjustment is best understood as the result of interconnected relational, emotional, and cognitive processes. Strengthening secure attachment, reducing avoidant relational strategies, improving self-differentiation, enhancing psychological coherence, and restructuring unrealistic marital expectations may therefore be valuable targets in premarital counseling, couple therapy, and family education programs. The findings particularly highlight marital expectations as a central intervention point because they represent a modifiable mechanism through which several psychological characteristics affect marital adjustment.

References

- Ahmadi Ghovibazou, S. (2024). Predicting Marital Satisfaction Based on Differentiation of Self, Psychological Flexibility, and Resilience in Married Employed Women. *Journal of Psychology and Educational Sciences Studies*, 7(71), 309-324.
- Antonovsky, A., & Ben-Ari, A. (2020). Sense of Coherence as a Predictor of Marital Adjustment: A Longitudinal Study. *Journal of Family Psychology*, 34(5), 589-598.
- Armanmehr, V., Kharazmi, A., Bahrami, F., & Hejazi, S. (2024). The Relationship between Differentiation of Self and Marital Satisfaction with the Mediating Role of Happiness among Married Individuals in Gonabad. *Social Work Quarterly*, 13(1), 57-67.
- Atashpour, H., & Delfrouzi, F. (2024). Predicting Marital Adjustment Based on Conflict Resolution Styles in Married Women. *Mental Health in School*, 2(2), 74-83.
- Baker, L. R., McNulty, J. K., & VanderDrift, L. E. (2017). Expectations for Future Relationship Satisfaction: Unique Sources and Critical Implications for Commitment. *Journal of Experimental Psychology: General*, 146(5), 700-721. <https://doi.org/10.1037/xge0000299>
- Bisoi, S., Kaloiya, G. S., Ambekar, A., & Sarkar, S. (2024). Comparing Marital Adjustment in Couples Having Alcohol- or Opioid-Dependent Husbands. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 47(5), 488-493. <https://doi.org/10.1177/02537176241253389>
- Borhani, F., & Sabour Esmacili, N. (2024). *The Relationship between Attachment Styles and Marital Adjustment with the Mediating Role of Alexithymia among Students* [Master's thesis in general psychology, Kavian Institute of Higher Education].
- Calatrava, M., Martins, M. V., Schweer-Collins, M., Duch-Ceballos, C., & Rodríguez-González, M. (2022). Differentiation of Self: A Scoping Review of Bowen Family Systems Theory's Core Construct. *Clinical psychology review*, 91, 102101. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.102101>
- Chiş, R., Ignat, S., Rad, D., & Macsinga, I. (2022). The Mediation Role of an Individual's and Couple's Psychological Factors, Including Parenting, in the Prediction of Relational and Marital Satisfaction. *International journal of environmental research and public health*, 19(17), 11011. <https://doi.org/10.3390/ijerph191711011>
- Costa, C., & Mosmann, P. (2020). Aspects of the Marital Relationship That Characterize Secure and Insecure Attachment in Men and Women. *Health Psychology*, 37, 1-13. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e190045>
- Danioni, F., Barni, D., Ferrari, L., Ranieri, S., Canzi, E., Iafrate, R., Lanz, M., Regalia, C., & Rosnati, R. (2023). The Enduring Role of Sense of Coherence in Facing the Pandemic. *Health Promotion International*, 38(3), 1-9. <https://doi.org/10.1093/heapro/daad054>
- Eslami Ramchahi, M., Mollazadeh, J., & Aflakseir, A. (2025). The Relationship between Attachment Styles and Marital Satisfaction. *Journal of Psychology and Educational Sciences Studies*, 8(96), 1-15.
- Ferreira, M. A., & Costa-Ramalho, S. (2021). Expectations of Emerging Adults about Conjuality and Parenthood. *Youth Voice Journal*, 1-25.
- Foster Campbell, J. (2022). Rules for Mediated Romance: A Digital Exploration of How Couples Negotiate Expectations. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 27(3), zmac007. <https://doi.org/10.1093/jcmc/zmac007>
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2021). Attachment Theory and Its Place in Contemporary Personality Theory and Research. In O. P. John & R. W. Robins (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 642-666). The Guilford Press.
- Ganjian, A., Mardani, Z., & Zakeri Nasrabadi, Z. (2025). A Structural Model of Marital Intimacy Based on Distress Tolerance and Differentiation of Self: The Mediating Role of Relationship Quality with the Spouse's Family among Married Women. *Social Psychology Research*, 15(58), 101-124.

- Gürbüz, E. E., Avcı, M., Çolakkadıoğlu, O., & Demir, S. (2025). Childhood Trauma and Attachment Styles as Predictors of Marital Satisfaction: A Psychosocial Perspective from Türkiye in the Context of SDG 3. *Journal of Lifestyle and SDGs Review*, 5(6), e06802. <https://doi.org/10.47172/2965-730X.SDGsReview.v5.n06.pe06802>
- Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C., & Sarstedt, M. (2022). *A Primer on Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM)* (3rd ed.). Sage Publications. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-80519-7>
- Hazratzadeh, M., Alizadeh Mousavi, A., & Mirzaei, H. (2023). Comparing the Effectiveness of Imago Relationship Therapy and Object Relations Therapy on Sense of Coherence and Self-Regulation in Women with Repeated Divorces in Tehran. *Health Promotion Management*, 13(1), 65-76.
- Imani, Z., Zanganeh Motlagh, F., & Abbasi, M. (2022). The Mediating Role of Sense of Coherence in the Relationship of Psychological Pain and Spiritual Adjustment with Marital Distress among Mothers of Children with Autism. *Journal of Islamic Lifestyle with a Focus on Health*, 6(1), 163-171.
- Işık, E., Özbiler, Ş., Schweer-Collins, M. L., & Rodríguez-González, M. (2020). Differentiation of Self Predicts Life Satisfaction through Marital Adjustment. *The American Journal of Family Therapy*, 48(3), 235-249. <https://doi.org/10.1080/01926187.2020.1732248>
- Kakolian, S., Mashayekh, M., Davaei, M., & Khosravi Babaei, A. (2023). The Role of Marital Conflicts and Marital Expectations in Predicting Satisfaction with Marital Relationships. *Rehabilitation Research in Nursing*, 10(2), 90-97.
- Kazemi, N., Nemati, L., Yadegari, S., & Abdous, F. (2022). Predicting Social Cognition Based on Differentiation of Self and Psychological Flexibility among Students. *Social Psychology Research*, 12(48), 103-116.
- Lampis, J., Busonera, A., & Tommasi, M. (2025). The Mediating Role of the Differentiation of Self. *Contemporary Family Therapy*. <https://doi.org/10.1007/s10591-025-09733-3>
- Lu, S., He, Y., Li, Q., Chen, Z., & Fang, X. (2024). Dyadic Effects of Attachment Styles on Marital Satisfaction among Chinese Couples: The Mediating Role of Perceived Partner Responsiveness. *Journal of Social and Personal Relationships*, 41(12), 3770-3790. <https://doi.org/10.1177/02654075241277227>
- Mohammadi, A., & Hassanpour, A. (2023). The Relationship of Creative Self-Efficacy, Sense of Coherence, and Proactive Coping with Teachers' Psychological Well-Being. *Educational Sciences and Counseling Inquiry*, 9(19), 2-16.
- Mohammadi, M., & Sedaghatifard, M. (2023). Predicting Marital Stability and Marital Adjustment Based on Differentiation of Self in Couples. *Journal of Applied Family Therapy*, 4(5), 84-99.
- More, R. A. (2025). Marital Adjustment and Its Relationship with Stress, Mental Health, Expectation, and Body Image. *International Journal of Research and Scientific Innovation*, 12(9), 3264-3269. <https://doi.org/10.51244/IJRSI.2025.120800295>
- Mozas-Alonso, M., Oliver, J., & Berástegui, A. (2022). Differentiation of Self and Its Relationship with Marital Satisfaction and Parenting Styles in a Spanish Sample of Adolescents' Parents. *PLoS One*, 17(3), e0265436. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0265436>
- Ngai, F. W., Chan, S. F., & Ip, W. Y. (2016). Family Sense of Coherence and Family and Marital Functioning across the Perinatal Period. *Sexual & Reproductive Healthcare*, 10, 3-10. <https://doi.org/10.1016/j.srh.2015.11.001>
- Rastgoftar, S., & Khodadadi, J. (2023). Antecedents and Consequences of Marital Adjustment among Couples Satisfied with Their Marital Life. *Women and Family Cultural-Educational Journal*, 19(61), 79-110.
- Rigi, S., Sharifi, S., Babakhani, V., & Alijani, F. (2025). A Causal Explanation of Marital Adjustment Based on Avoidant Attachment: The Mediating Role of Intimate Partner Violence among Women in Karaj. *Rooyesh-e-Ravanshenasi*, 14(8), 171-180.
- Sakotić-Kurbalija, J., Kurbalija, D., Trifunović, B., & Grabovac, B. (2022). Women's Attachment Style and Dyadic Adjustment: The Mediator Role of Perceived Efficacy in Solving Marital Conflicts. *Drustvena Istrazivanja*, 31, 301-320. <https://doi.org/10.5559/di.31.2.06>
- Tamannaefar, M., Mazhabdar, A., & Esmikhani, M. (2025). A Structural Model of Marital Virtues and Psychological Well-Being with Marital Life Satisfaction: The Mediating Role of Marital Conflicts. *Family Psychology*, 12(1), 1-14.
- Xiong, L., Zhou, C., Yan, L., Zhao, P., Deng, M., & Hu, Y. (2022). The Impact of Avoidant Attachment on Marital Satisfaction of Chinese Married People: Multiple Mediating Effects of Spousal Support and Coping Tendency. *Acta Psychologica*, 228, 103640. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103640>
- Yarmohammadi Vassel, M., Mohagheghi, H., & Yazdipناه, M. (2023). The Mediating Role of Emotional Cutoff in the Relationship of Marital Burnout with Marital Expectations and Cognitive Fusion among Married Women. *Modern psychological research*, 18(69), 267-276.
- Zare, A., Ghorban Jahromi, R., Khademi Ashkezari, M., & Shivandi Chellicheh, K. (2023). Developing an Islamic Happiness Training Package and Evaluating Its Effectiveness on Marital Adjustment and Resilience in Couples with Marital Conflict. *Applied Psychological Research*, 14(4), 1-19.