

Evaluation of the Marital Burnout Model Based on Attachment Styles Considering the Mediating Role of Emotional Literacy in Divorce-Seeking Women

Ebrahim Namani¹, Ahmad Mohammadi Hosseini² Motahareh Hanifpour³

¹Corresponding Author) PhD in Counseling, Associate Professor of Counseling, Department of Educational Sciences and psychology, Faculty of Literature and Humanities, Hakim Sabzevari University, Sabzevar, Iran. E-mail: a.namami@hsu.ac.ir

² PhD in Educational Management, Associate Professor of Educational Management, Department of Educational Sciences, Faculty of Literature and Humanities, Hakim Sabzevari University, Sabzevar, Iran -. Sa.mohammadi@hsu.ac.ir

³ M.A. in General Psychology, Department of Educational Sciences and psychology, Faculty of Literature and Humanities, Hakim Sabzevari University, Sabzevar, Iran. Shadi.hanifpoor@gmail.com

Abstract

Aim: The present study aimed to examine the mediating role of emotional literacy in the relationship between attachment styles and marital burnout among women applying for divorce. **Methods:** This descriptive-correlational study was conducted on all divorce-seeking women who referred to counseling clinics in Sabzevar during the winter of 2024. A total of 205 women were selected through convenience sampling. The research instruments included the Pines Marital Burnout Questionnaire (CBM) (1996), the Emotional Literacy Subscale from the Iranian Family Psychological Functioning Scale (IFPFS) by Kimiaee et al. (2012), and the Hazan and Shaver Attachment Styles Questionnaire (ASQ) (1987). Data analysis was performed using structural equation modeling (SEM) with Smart PLS software. **Finding:** Findings indicated that secure attachment style had a direct and negative effect on marital burnout ($p\text{-value} < 0.05$), while avoidant and ambivalent attachment styles had no direct impact ($p\text{-value} > 0.05$). Furthermore, emotional literacy significantly mediated the relationship between secure and ambivalent attachment styles and marital burnout ($p\text{-value} < 0.05$), but this mediating role was not confirmed for avoidant attachment style ($p\text{-value} > 0.05$). **Conclusion:** The results demonstrated that secure and ambivalent attachment styles can contribute to reducing marital burnout through enhancing emotional literacy, whereas the avoidant attachment style does not play such a role. Accordingly, emphasizing the education and strengthening of emotional literacy in couple therapy interventions and preventive programs may serve as an effective strategy for reducing marital burnout.

Keywords: Marital Burnout, Emotional Literacy, Attachment Styles, Divorce-Seeking Women.

ارزیابی مدل فرسودگی زناشویی بر مبنای سبک‌های دلبستگی با توجه به نقش میانجی سواد عاطفی در زنان متقاضی طلاق

ابراهیم نامنی¹، احمد محمدی حسینی²، مطهره حنیف پور³

1. (نویسنده مسئول)، دکتری مشاوره، دانشیار، گروه علوم تربیتی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه حکیم

سبزواری، سبزوار، ایران. E-mail: a.namami@hsu.ac.ir

2. دکتری مدیریت آموزشی، دانشیار، گروه علوم تربیتی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه حکیم

سبزواری، سبزوار، ایران. Sa.mohammadi@hsu.ac.ir

3.

4. دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، گروه علوم تربیتی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه

حکیم سبزواری، سبزوار، ایران. Shadi.hanifpoor@gmail.com

چکیده

هدف: پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی سواد عاطفی در رابطه سبک‌های دلبستگی با فرسودگی زناشویی زنان متقاضی طلاق انجام شد. **روش:** روش پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش، شامل کلیه زنان متقاضی طلاق مراجعه‌کننده به کلینیک‌های مشاوره شهر سبزوار در زمستان 1403 بود که 205 نفر از زنان متقاضی طلاق به عنوان نمونه‌ی پژوهش به صورت در دسترس انتخاب شدند. برای اندازه‌گیری متغیرها از پرسشنامه‌های فرسودگی زناشویی (CBM) پاینز (1996)، خرده‌مقیاس سواد عاطفی از مقیاس کارکردهای روانشناختی خانواده ایرانی (IPFIS) کیمیایی و همکاران (1391)، و پرسشنامه سبک‌های دلبستگی (ASQ) هازن و شاور (1987) بهره گرفته شد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز از الگویابی معادلات ساختاری با نرم افزار اسمارت پی ال اس استفاده شد. **یافته‌ها:** یافته‌ها نشان داد، سبک دلبستگی ایمن بر فرسودگی زناشویی اثر مستقیم و منفی دارد ($p\text{-value} < 0/05$) و سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا بر فرسودگی زناشویی تأثیر مستقیم ندارد ($p > 0/05$). همچنین نتایج حاکی از آن بود که نقش میانجی سواد عاطفی در رابط سبک دلبستگی ایمن و دوسوگرا با فرسودگی زناشویی معنی‌دار است ($p\text{-value} < 0/05$)؛ ولیکن این نتیجه بدست آمد که نقش میانجی سواد عاطفی در رابطه سبک دلبستگی اجتنابی با فرسودگی زناشویی تأیید نگردید ($p\text{-value} > 0/05$). **نتیجه‌گیری:** یافته‌های پژوهش نشان داد که سبک دلبستگی ایمن و دوسوگرا از طریق ارتقای سواد عاطفی می‌توانند به کاهش فرسودگی زناشویی کمک کنند، در حالی که سبک دلبستگی اجتنابی چنین نقشی ندارد. بر این اساس، توجه به آموزش و تقویت سواد عاطفی در مداخلات زوج‌درمانی و برنامه‌های پیشگیرانه می‌تواند راهبردی مؤثر برای کاهش فرسودگی زناشویی باشد.

واژه‌های کلیدی: فرسودگی زناشویی، سواد عاطفی، سبک‌های دلبستگی، زنان متقاضی طلاق.

مقدمه

امروزه طلاق^۱ به علت تغییر هنجارهای اجتماعی، افزایش استقلال اقتصادی و دگرگونی در نقش‌های جنسیتی نسبت به گذشته افزایش یافته است (براون و لین^۲، ۲۰۲۲). کاهش نرخ ازدواج و افزایش آمار طلاق از جمله تغییرات اجتماعی چند دهه اخیر به‌ویژه در خانواده‌های ایرانی محسوب می‌شود (اعمی بنده قرایی، سیدی، مختاری ترشیزی و همکاران، ۱۴۰۲). آمارهای رسمی نیز روند رو به افزایش طلاق را تأیید می‌کنند: در سال ۱۳۸۵ به ازای هر صد ازدواج، ۱۲ طلاق ثبت شد؛ این رقم در سال ۱۳۹۹ به ۳۳ مورد افزایش یافته است (خانی، ۱۴۰۲). طلاق نشانگر میل زوجین به پایان رابطه‌ای است که دیگر رضایت‌بخش نیست (اورسپرگ، ولاساک، پانوسنی^۳ و همکاران، ۲۰۱۹) و فرایندی پویا و چندمرحله‌ای است که با چالش‌های عاطفی، هویتی و اجتماعی همراه است (مظلوم پور، دیاریان و آراین فر، ۱۴۰۴).

یکی از عواملی که می‌تواند به طلاق منجر شود، فرسودگی زناشویی^۴ است (فرجی، قوامی نیا و کلانتری، ۱۴۰۳). فرسودگی زناشویی فرایندی تدریجی است که در مواجهه با تنش‌ها و ناکامی‌ها شکل می‌گیرد و در ابعاد جسمی، شناختی و هیجانی مانند خستگی مزمن، ناامیدی و کاهش صمیمیت بروز می‌کند (حق پرست، ریاضی، شمس و همکاران، ۲۰۲۳). پیشینه پژوهش نشان می‌دهد که فرسودگی زناشویی می‌تواند به کاهش صمیمیت و رضایت زوجین منجر شود و در بلندمدت، خطر طلاق را افزایش دهد (لیو، لی، شیو^۵ و همکاران، ۲۰۲۳؛ دربندی، احدی و خلعتبری، ۱۴۰۱). نتایج یک بررسی نشان داد، دلزدگی زناشویی در زوجین متقاضی طلاق به مراتب بالاتر از زوجین با رضایتمندی از زندگی زناشویی است (پورآقا و ناورودی، ۱۴۰۲). روابط ضعیف خانوادگی و شیوه‌های نادرست حل تعارض نیز با فرسودگی بیشتر زناشویی و افزایش احتمال طلاق مرتبط هستند (جاودان، بهرام پور و دهقانی، ۲۰۲۳).

از منظر روان‌شناسی خانواده، فرسودگی زناشویی نتیجه تعامل عوامل فردی، رابطه‌ای و محیطی است و بر اساس نظریه فرسودگی شغلی مازلاچ، واکنشی به فشارهای مزمن با سه مؤلفه خستگی عاطفی، مسخ

¹ divorce

² Brown & Lin

³ Auersperg, Vlasak, Ponocny

⁴ marital burnout

⁵ Liu, Li, Xiao

شخصیت و کاهش احساس موفقیت محسوب می‌شود (مسلش و جکسون^۱، ۱۹۸۱). به عبارتی، فرسودگی شامل خستگی عاطفی، ذهنی و گاهی جسمی است که در اثر عوامل استرس‌زای طولانی‌مدت در روابط عاشقانه ایجاد می‌شود (روسکمن، گالی، آگویار^۲ و همکاران، ۲۰۲۲). فرسودگی زمانی تشدید می‌شود که فشارهای شغلی وارد زندگی خانوادگی شوند و هم‌پوشانی فرسودگی شغلی و زوجی اهمیت خستگی سیستماتیک در زندگی را نشان می‌دهد (کروک، آپاک و وارپارلو^۳، ۲۰۲۳).

از جمله عوامل مؤثر بر فرسودگی زناشویی، سبک‌های دلبستگی زوجین است. در همین راستا اولیایی و قاسمی پور^۴ (۲۰۲۲) و داورنژاد، قاسمی، هال^۵ و همکاران (۲۰۲۲) به نقش سبک‌های دلبستگی ناایمن در تدوین مدل فرسودگی زناشویی اشاره نمودند. پژوهش عزیزی، حاجی-علیزاده و فلاحتی شاه عابدی^۶ (۲۰۲۳)، فاطمی اوگدا، روشن بین و براتی مقدم^۷ (۲۰۲۲) و طیبی، زمانی و سیدموسوی (۱۴۰۱)، به این یافته رسیدند که سبک دلبستگی ایمن تأثیر بسزایی در افزایش رضایت زناشویی و کاهش فرسودگی زوجین دارد. نظریه دلبستگی جان بالبی (۱۹۶۸) چارچوبی اساسی برای تبیین شکل‌گیری و پیامدهای سبک‌های دلبستگی در روابط فردی و زناشویی فراهم می‌کند. بر اساس این نظریه، دلبستگی‌های دوران کودکی با والدین، الگوی تعاملات عاطفی در بزرگسالی را شکل می‌دهند. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که اعتماد در روابط عاشقانه بر پایه سبک‌های دلبستگی و الگوهای ارتباطی خانواده شکل می‌گیرد و سبک‌های ناایمن می‌توانند توانایی اعتماد را تضعیف کنند (باروه و سوتار^۸، ۲۰۲۴). همچنین، به اعتقاد، اویانگ^۹ (۲۰۲۵) سبک‌های دلبستگی کودکی با کیفیت روابط عاشقانه بزرگسالی مرتبط‌اند، به گونه‌ای که دلبستگی ایمن با رضایت و احساس امنیت بیشتر همراه است (بشیرگنبدی، درگاهی، احمدبوکانی و همکاران، ۱۴۰۰؛ مردانی، مرعشی و عباسپور، ۲۰۲۱؛ حسینی حسین آباد، غباری بناب، مشایخ و همکاران، ۱۳۹۷).

مطالعات اخیر نشان می‌دهد که تجربیات اولیه و درک دوران کودکی از تعارض بین والدین، به طور مداوم پیامدهای زیانباری برای سازگاری روانی آینده به ویژه برای دلبستگی و روابط زوجین در دوران نوجوانی و بزرگسالی دارد (تولماکز، باچنر-ملمن، لیو-آری^{۱۰} و همکاران، ۲۰۲۲) و سبک‌های دلبستگی ناایمن جزو فاکتورهای اصلی در ایجاد مشکلات بین زوجین و آشفتگی‌های زناشویی است (مرلین، دیاز-ماسکو-موسکرا

¹ Maslach & Jackson

² Roskam, Gall'ee, Aguiar

³ Körük, Aykaç & Vapurlu

⁴ Olyaei & Ghasemipour

⁵ Davarinejad, Ghasemi, Hall

⁶ Azizi, Haji-Alizadeh & Fallahi Shah-Abadi

⁷ Fatemi Aghda, Roshanbin & Barati Moghadam

⁸ Baruah & Sutar

⁹ Ouyang

¹⁰ Tolmacz, Bachner-Melman, Lev-Ari,

و لاتوره^۱، 2024؛ اولویول و اوزن-چپلک^۲، 2024؛ پورسید آقایی، 1403). به عبارتی دیگر، افرادی که سبک دلبستگی ناایمن را به دلیل عدم برخورداری از والدین حساس و پاسخگو درونی کرده‌اند، در بزرگسالی بیشتر دچار مشکلات عاطفی و آسیب می‌شوند (مینیاچی، کالری و پینی^۳، 2017). افراد با سبک دلبستگی اجتنابی سرد، خشک و شکاک هستند، دیگران را قابل اعتماد نمی‌دانند و در مواجهه با صمیمیت، احساسات مثبت خود را پنهان و احساسات منفی را تجربه می‌کنند (مارکوس^۴، 2003؛ سینگ و سیرواستاوا^۵، 2024). همچنین، باید اضافه نمود، افراد با دلبستگی دوسوگرا به دلیل عدم اطمینان در روابط، معمولاً دچار نوسانات هیجانی هستند (تولکماز و همکاران، 2022).

در همین راستا، پژوهش‌ها نشان داده‌اند که سبک‌های دلبستگی ناایمن می‌توانند به بی‌نظمی‌های احساسی و تعارضات بین فردی منجر شوند، در حالی که دلبستگی ایمن سطح تعارضات زناشویی را به حداقل می‌رساند (پانفیل-کاسترو^۶، 2024). علاوه بر این، افراد با سبک دلبستگی ایمن از راهبردهای تنظیم هیجانی مؤثرتر و رضایت زناشویی بیشتری برخوردارند، در حالی که سبک‌های دلبستگی ناایمن با تنظیم هیجانی ضعیف‌تر و کاهش رضایت زناشویی همراه‌اند (مویا و مارتینز^۷، 2024).

در این زمینه، تحقیقات مختلف بر اهمیت سازگاری عاطفی و تعاملات مثبت بین زوجین تأکید دارند که به‌طور مستقیم با نوع سبک دلبستگی افراد در ارتباط است. والکر، دابلی، کانست^۸ و همکاران (2022)، براوسکی، سوجدا، ریچلیوسکا^۹ و همکاران (2022)، روسو^{۱۰} (2022)، به این یافته رسیدند که افراد با سطح مناسبی از هیجانات و ابرازعواطف، احتمال بیشتری دارد که سبک دلبستگی ایمن داشته باشند و کمتر احتمال دارد که الگوهای دلبستگی اضطرابی یا اجتنابی نشان دهند.

با توجه به نقش سبک‌های دلبستگی در فرسودگی زناشویی زنان متقاضی طلاق، پژوهش حاضر به بررسی یک متغیر واسطه‌گر با هدف کاهش این اثر می‌پردازد. شواهد پژوهشی نشان می‌دهد که سواد عاطفی از متغیرهای مؤثر در کاهش تعارضات و فرسودگی زناشویی است. سواد عاطفی مفهومی بین‌رشته‌ای است که به توانایی شناسایی، درک، تنظیم و ابراز مؤثر هیجانات خود و دیگران اشاره دارد (آلبینو^{۱۱}، 2023). به اعتقاد

¹ Merlyn, Díaz-Mosquera & Latorre

² Uluyol & Özen-Çıplak

³ Miniati, Callari & Pini

⁴ Markus

⁵ Singh & Srivastava

⁶ Peñañiel Castro

⁷ Moya & Martínez

⁸ Walker, Double, Kunst

⁹ Borawski, Sojda, Rychlewska

¹⁰ Rosso

¹¹ Albeño

کوئیلز-رابرس، اوسان، لوزانو-بلاسکو^۱ و همکاران (2023) و ساوینا، فولتون و بیتون (2025)، توانایی مدیریت احساسات خود، همکاری با همدلی و پایداری در برابر موانع نه «چیزی که باید داشته باشیم»، بلکه یک ضرورت است؛ در نتیجه مطالعه سواد عاطفی اهمیت بالایی دارد. از منظر نظری، سواد عاطفی رابطه‌ی تنگاتنگی با سبک‌های دلبستگی دارد؛ چرا که دلبستگی ایمن در کودکی منجر به شکل‌گیری راهبردهای هیجانی کارآمدتری در بزرگسالی می‌شود (بالبی، 1968). افراد با دلبستگی ایمن، درک بهتری از عواطف خود و دیگران دارند و از راهبردهای تنظیم هیجان مؤثرتری استفاده می‌کنند (لانگ، ویربکی، این-دور^۲ و همکاران، 2020؛ یوفی، پان و ژاو^۳، 2022؛ مویا و مارتینز، 2024). در پژوهش‌های اخیر نیز نشان داده شده است که سواد عاطفی می‌تواند تأثیر منفی سبک‌های دلبستگی ناایمن بر کیفیت روابط را کاهش دهد؛ آنچنانکه موسوی، دوکانی فرد و خاکپور (2022) نشان داد که سواد عاطفی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و طلاق عاطفی در زنان را واسطه‌گری می‌کند، به‌طوری که سواد عاطفی بالاتر می‌تواند اثرات منفی سبک‌های دلبستگی ناایمن بر روابط زناشویی را کاهش دهد. شالچیان پورخلجان و همکاران (1401) نیز عنوان نمودند که افزایش تنظیم شناختی هیجان مبتنی بر دلبستگی و سواد عاطفی، می‌تواند راهی برای کاهش گرایش به روابط فرازناشویی باشد

علاوه بر این، شمالی احمدآبادی، آقایی میبدی، محمدی احمدآبادی و همکاران (1399)، لایس-اسمیت، تاونر، آستریچ^۴ و همکاران (2024) و گنزالس و پرز^۵ (2023) نشان دادند، بهبود شایستگی‌های عاطفی و مدیریت عواطف از عواملی است که روابط زوجین را قوام بخشیده و تعارضات زناشویی را به شدت کاهش می‌دهد. در زمینه تأثیر سواد عاطفی بر کاهش تعارضات زناشویی، نتایج مطالعات علاقیند، پاشا شریفی، فرزاد و همکاران (1398) و جتوانی و کالهر^۶ (2025) نشان دادند که سواد عاطفی با بهبود کیفیت روابط و کاهش تعارضات زناشویی مرتبط است. در این پژوهش، سواد عاطفی به‌عنوان متغیر میانجی برای بررسی نقش آن در رابطه سبک‌های دلبستگی و فرسودگی زناشویی زنان متقاضی طلاق در نظر گرفته شد.

با توجه به افزایش فرسودگی زناشویی و رشد طلاق‌های توافقی در سال‌های اخیر، به‌ویژه در جامعه ایرانی (اعمی بنده قرایی و همکاران، 1402؛ خانی، 1402)، توجه به ریشه‌های روان‌شناختی این پدیده ضروری به نظر می‌رسد. با وجود تمرکز پژوهش‌های پیشین بر تعارضات آشکار زوجین، نقش سازه‌های عمیق‌تری مانند سبک‌های دلبستگی و سواد عاطفی کمتر به‌صورت مدل‌محور بررسی شده است (فالکانیر، ووجدا-بورلیچ،

¹ Quílez-Robres, Usán, Lozano-Blasco

² Long, Verbeke, Ein-Dor

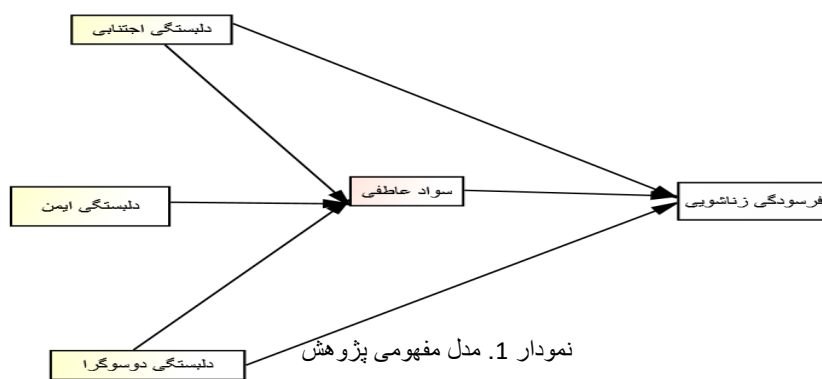
³ Yufei, Pan & Xu

⁴ Lovis-Schmidt, Tavener, Oestreich

⁵ González & Pérez

⁶ Jethwani & Kalher

کانوی^۱ و همکاران، ۲۰۲۳). بر اساس نظریه دلبستگی بالبی (۱۹۶۸)، الگوهای دلبستگی شکل گرفته در کودکی می‌توانند در فرسودگی زناشویی بزرگسالی نقش تعیین‌کننده داشته باشند. همچنین، سواد عاطفی به‌عنوان عاملی مؤثر در تنظیم هیجان و کاهش تعارضات زناشویی مطرح شده است (آلبینو، ۲۰۲۳؛ لایس‌اسمیت و همکاران، ۲۰۲۴). از این‌رو، پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی سواد عاطفی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و فرسودگی زناشویی در زنان متقاضی طلاق انجام شده و مدل مفهومی پژوهش بر این اساس ترسیم می‌گردد. با توجه به مطالب عنوان محقق در پژوهش حاضر به دنبال پاسخگویی به این سؤال اصلی است که آیا سواد عاطفی در رابطه سبک‌های دلبستگی با فرسودگی زناشویی در زنان متقاضی طلاق نقش میانجی دارد؟



مواد و روش

این پژوهش از نظر هدف بنیادی و از نظر روش توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری شامل زنان متقاضی طلاق مراجعه‌کننده به کلینیک‌های مشاوره شهر سبزوار در زمستان ۱۴۰۳ بود. با توجه به الزامات مدل معادلات ساختاری و توصیه حداقل ۲۰۰ نفر برای حجم نمونه (حبیبی و عدن‌ور، ۱۳۹۶)، اگرچه مدل شامل ۴ سازه اصلی و حداقل ۸۰ نفر بود، اما نمونه‌ای ۲۰۵ نفری به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شد که از میان زنان داوطلب مراجعه‌کننده به کلینیک‌ها گزینش شدند. در پژوهش حاضر، داده‌های بدست

^۱ Falconier, Wojda-Burliz, Conway

آمده از نمرات این تحقیق توسط نرم افزار آماری پی ال اس^۱ و اس پی اس اس^۲ در دو سطح توصیفی و استنباطی تحلیل گردید. در سطح توصیفی از شاخص‌هایی همچون میانگین، انحراف معیار و فراوانی و در سطح استنباطی از روش همبستگی پیرسون و همچنین معادلات ساختاری با نرم افزار پی ال اس استفاده شد. در این پژوهش اصول اخلاق پژوهش رعایت شد و پس از توضیح هدف مطالعه، رضایت آگاهانه آزمودنی‌ها اخذ گردید. محرمانگی اطلاعات تضمین شد و شرکت‌کنندگان در هر مرحله حق انصراف بدون هیچ‌گونه پیامدی را داشتند.

ابزار پژوهش

مقیاس دلزدگی زناشویی (CBM)^۳

پرسشنامه دلزدگی زناشویی پاینز (1996) شامل 21 سؤال است که 17 سؤال مفاهیم منفی (خستگی، ناراحتی، بی‌ارزشی) و 4 سؤال مفاهیم مثبت (خوشحالی، پرانرژی بودن) را می‌سنجد و بر اساس مقیاس لیکرت هفت‌درجه‌ای (1=هرگز تا 7=همیشه) نمره‌گذاری می‌شود. نمره کل از مجموع گویه‌ها محاسبه شده و 4 سؤال مثبت به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند، بنابراین دامنه نمرات بین 21 تا 147 است و نمره بالاتر نشان‌دهنده دلزدگی زناشویی بیشتر است. برای تفسیر، نمره‌ها بر تعداد سوالات (21) تقسیم شده و درجه‌بندی می‌شوند: بالای 5 نیاز به کمک فوری، 5 نشان‌دهنده بحران، 4 حالت فرسودگی، 3 خطر فرسودگی و 2 یا کمتر نمایانگر رابطه خوب است. پاینز، نیل، هامر^۴ و همکاران (2011) پایایی ابزار با روش بازآزمایی یک ماهه 0/89 و آلفای کرونباخ در دامنه 0/91 تا 0/93 گزارش نمودند. در ایران نیز صفی پوریان، قدمی، خاکپور و همکاران (1395) پایایی ابزار را با روش‌های آلفای کرونباخ و تنصیف به ترتیب 0/94 و 0/92 گزارش کردند. در پژوهش نادری، افتخار و آملازاده (1388) برای بررسی روایی پرسشنامه دلزدگی زناشویی پاینز، از پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ استفاده نمودند که ضریب همبستگی بین این دو پرسشنامه 0/40- به دست آمد که در سطح $p < 0/001$ معنی‌دار است.

مقیاس کارکردهای روانشناختی خانواده ایرانی (IFPFS)^۵

این مقیاس توسط کیمیایی و همکاران در سال (1391) با هدف ساخت و بررسی ویژگی‌های روانسنجی و اعتباریابی مقیاس کارکردهای روانشناختی خانواده ایرانی ساخته شد. این مقیاس شامل 12 خرده‌مقیاس و 91 سوال بود که از خرده‌مقیاس سواد عاطفی با 7 سوال در پژوهش حاضر استفاده شد. پاسخگویی به

¹ PLS

² SPSS software

³ couple burnout measurement

⁴ Pines, Neal, Hammer

⁵ Iranian family psychological function scale (IFPFS)

پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت 7 درجه‌ای (کاملاً مخالف = 1 تا کاملاً موافق = 7) است و نمره بالاتر بیانگر سواد عاطفی بیشتر است. در پژوهش کیمیایی، خادمیان، فرهادی و همکاران (1391) ضریب همسانی درونی خرده‌مقیاس سواد عاطفی برابر با 0/72 و میزان آلفای کرونباخ آن نیز 0/83 بود. همچنین ضریب بازآزمایی مؤلفه سواد عاطفی در پژوهش کیمیایی و همکاران (1391) برابر با 0/99 بدست آمد که نشان می‌دهد پرسشنامه از اعتبار بازآزمایی خوبی برخوردار است. شالچیان پورخلجان، اسدی، حسن زاده و همکاران (1401) مقدار آلفای کرونباخ 0/91 را برای این خرده‌مقیاس بدست آوردند.

مقیاس دلبستگی بزرگسال¹

برای سنجش سبک‌های دلبستگی، از پرسشنامه فهرست دلبستگی AAI هازن و شاور (1987) استفاده شد که شامل 15 سؤال و سه سبک دلبستگی (اجتنابی: 1-5، ایمن: 6-10، دوسوگرا: 11-15) است و بر اساس مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت از 1 (خیلی کم) تا 5 (خیلی زیاد) نمره‌گذاری می‌شود. سبک غالب هر فرد بر اساس خرده‌مقیاسی که بیشترین نمره را کسب کند تعیین می‌شود و دامنه نمره‌ها بین 5 تا 25 قرار دارد. تحلیل عاملی پرسشنامه هازن و شاور² (1987) توسط کولینز و رید³ (1990) به استخراج سه عامل عمده منجر شد که توسط پژوهشگران به عنوان ظرفیت پیوستن به روابط نزدیک و صمیمی تفسیر می‌شود. هازن و شاور پایایی بازآزمایی کل پرسشنامه را 0/81 و پایایی با آلفای کرونباخ را 0/78 به دست آوردند. کولینز و رید هم پایایی با آلفای کرونباخ 0/79 را در مورد این ابزار گزارش کرده‌اند. همچنین روایی همزمان این پرسشنامه توسط رحیمیان، شاره، حبیبی عسگرآباد و همکاران (1386) به وسیله آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه به ترتیب برای سبک دلبستگی ایمن (0/77)، برای سبک نایمن اجتنابی (0/81) و برای نایمن دوسوگرا (0/83) به دست آمده است. همچنین روایی همزمان این پرسشنامه با مصاحبه ساختاریافته ماین برای دلبستگی بزرگسالان به ترتیب ایمن (0/79)، نایمن اجتنابی (0/84) و نایمن اضطرابی (0/87) برآورد شده است (رحیمیان و همکاران، 1386).

یافته‌ها

اطلاعات جمعیت‌شناختی

یافته‌های توصیفی جمعیت‌شناختی نشان می‌دهد که 27/3 درصد از شرکت‌کنندگان مرد و 72/7 درصد از شرکت‌کنندگان زن هستند. اطلاعات جمعیت‌شناختی سن شرکت‌کنندگان نشان می‌دهد، 11/2 درصد زیر

¹ adult attachment inventory

² Hazan & Shaver

³ Collins & Read

20 سال، 38 درصد بین 20-25 سال، 15/1 درصد بین 26-30 سال، 13/2 درصد 31-35 سال، 6/3 درصد 36-40 سال و 16/1 درصد بالای 40 سال سن داشتند. اطلاعات جمعیت‌شناختی طول مدت ازدواج شرکت‌کنندگان نشان می‌دهد، 17/6 درصد زیر یک سال، 39 درصد بین 5-1 سال، 19 درصد بین 10-6 سال، 8/3 درصد 15-10 سال و 16/1 درصد 15 سال به بالا از زندگی مشترک آن‌ها گذشته بود. همچنین باید اضافه نمود، از نظر سطح تحصیلات، 11/2 درصد زیر دیپلم، 31/7 درصد دیپلم و فوق دیپلم، 45/9 درصد لیسانس، 10/2 درصد فوق‌لیسانس و 1 درصد مدرک تحصیلی دکتری داشتند.

بعد از توصیف جمعیت‌شناختی، داده‌های بدست آمده از نمرات این پژوهش در دو سطح توصیفی و استنباطی تحلیل می‌گردد. برای توصیف داده‌های مربوط به نمونه، ابتدا به محاسبه شاخص‌های مرکزی متغیرهای پژوهش پرداخته شد که به شرح زیر است:

جدول شماره 1- یافته‌های توصیفی مؤلفه‌های سواد عاطفی، سبک‌های دلبستگی و فرسودگی زناشویی

مؤلفه	ابعاد متغیر	تعداد	میانگین	انحراف معیار
سواد عاطفی	سواد عاطفی	205	42/28	7/13
سبک‌های دلبستگی	اجتنابی	205	12/60	3/80
	ایمن	205	13/69	4/01
	دوسوگرا	205	12/74	4/36
فرسودگی زناشویی	خستگی جسمی	205	16/28	7/51
	از پافتادن روانی	205	21/70	9/80
	از پافتادن عاطفی	205	18/77	8/50
	نمره کل فرسودگی زناشویی	205	56/76	24/29
	درجه فرسودگی زناشویی	205	3/07	0/90

با توجه به جدول بالا، بالاترین میانگین متعلق به نمره کل فرسودگی زناشویی و پایین‌ترین میانگین متعلق به سبک دلبستگی اجتنابی می‌باشد. نکته‌ای که ذکر آن حائز اهمیت است، این مطلب است که برای تفسیر مؤلفه‌ی فرسودگی زناشویی با استفاده از فرمول مندرج در پرسشنامه به محاسبه درجه فرسودگی زناشویی پرداخته شد. همانطور که مشاهده می‌شود میانگین درجه دلزدگی زناشویی در بین افراد شرکت‌کننده در پژوهش حاضر، 3/07 بدست آمده است که حاکی از وجود خطر دلزدگی زناشویی در بین شرکت‌کنندگان است.

قبل از انجام آزمون معادلات ساختاری به بررسی پیش فرض های آزمون پرداختیم

1- بررسی مفروضه ی نرمال بودن داده ها

جهت بررسی نرمال بودن داده ها از آزمون کالموگراف-اسمیرنوف استفاده شد.

جدول 2- آزمون کالموگراف-اسمیرنوف

مؤلفه	ابعاد متغیر	تعداد	آماره	سطح معنی داری
سواد عاطفی	سواد عاطفی	205	2/49	0/0001
سبک های	اجتنابی	205	0/59	0/878
دلبستگی	ایمن	205	1/18	0/121
	دوسوگرا	205	1/79	0/003
فرسودگی	خستگی جسمی	205	2/70	0/0001
زناشویی	از پافتان روانی	205	3/73	0/0001
	از پافتان عاطفی	205	3/28	0/0001
	نمره کل فرسودگی زناشویی	205	4/67	0/0001

نتایج نشان داد، سطح معناداری مربوط به آزمون در بیشتر مؤلفه ها کوچکتر از 0/05 می باشد؛ بنابراین فرض نرمال بودن توزیع نمرات تنها در خصوص سبک دلبستگی اجتنابی و ایمن پذیرفته خواهد شد و مؤلفه های دیگر از توزیع نرمال برخوردار نیستند. از آنجایی که نرم افزار اسمارت پی ال اس به نرمال بودن داده ها حساس نیست، از این نرم افزار در پژوهش حاضر بهره گرفته می شود.

2- بررسی مفروضه ی عدم همخطی

به منظور بررسی مفروضه عدم همخطی، شاخص های ضریب تحمل و عامل تورم واریانس ارزیابی شد. نتایج نشان داد مقادیر به دست آمده در دامنه مجاز قرار داشته و همخطی معناداری بین متغیرهای پژوهش مشاهده نشد.

3- بررسی همبستگی بین متغیرها

با توجه با این نکته که همبستگی بین متغیرها مبنای تجزیه و تحلیل مدل های علی، خصوصا مدل یابی معادلات ساختاری است، لذا قبل از پرداختن به آزمون الگوی نظری، همبستگی بین متغیرهای پژوهش همراه با ضرایب همبستگی آنها ارائه شده است تا رابطه بین متغیرها مورد بررسی قرار گیرد.

جدول 3- آزمون همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیر	فرسودگی زناشویی	سبک اجتنابی	سبک ایمن	سبک دوسوگرا	سواد عاطفی
فرسودگی زناشویی	1				
سبک اجتنابی	0/13	1			
سبک ایمن	-0/36**	-0/10	1		
سبک دوسوگرا	0/22**	0/33**	-0/16*	1	
سواد عاطفی	-0/26**	-0/21**	0/32**	-0/26**	1

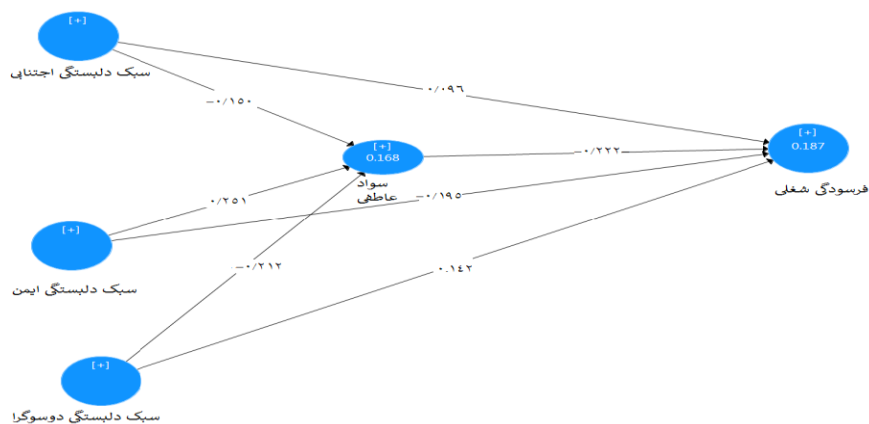
(P<0/05) * P<0/01 **

نتایج جدول 3 نشان می‌دهد که رابطه مؤلفه‌های سبک دلبستگی ایمن و دوسوگرا و سواد عاطفی با فرسودگی زناشویی معنی‌دار است، ولیکن سبک دلبستگی اجتنابی با فرسودگی زناشویی رابطه ندارد. همچنین، بین سبک‌های دلبستگی با سواد عاطفی رابطه معنی‌داری مشاهده شد ($p<0/05$).

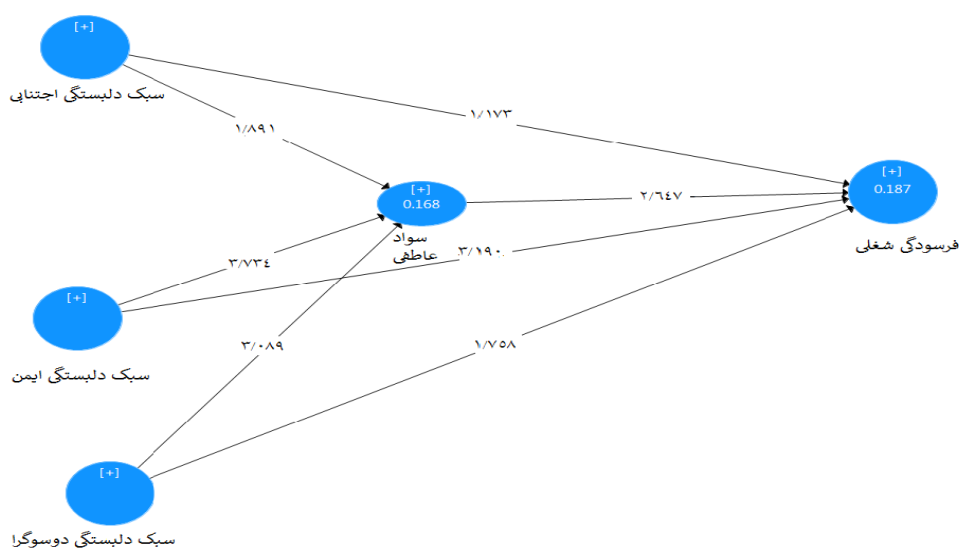
4- محاسبه روایی و پایایی مؤلفه‌ها

به‌منظور ارزیابی پایایی پرسشنامه‌ها، از ضریب آلفای کرونباخ و پایایی مرکب استفاده شد که مقادیر بالاتر از 0/70 نشان‌دهنده پایایی مطلوب است. نتایج نشان داد آلفای کرونباخ و پایایی مرکب تمامی مؤلفه‌های پژوهش بالاتر از 0/70 بوده و حاکی از پایایی مناسب ابزارهاست. روایی سازه با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی بررسی شد که در آن بار عاملی کمتر از 0/40 نامطلوب تلقی می‌شود. نتایج بیانگر روایی مناسب پرسشنامه‌های سواد عاطفی و فرسودگی زناشویی بود، اما در پرسشنامه سبک‌های دلبستگی، گویه‌های 9 (ایمن)، 1 (اجتنابی) و 11 (دوسوگرا) به دلیل بار عاملی کمتر از 0/40 از مدل و تحلیل معادلات ساختاری حذف شدند.

به‌منظور بررسی نقش میانجی سواد عاطفی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و فرسودگی زناشویی، ضرایب مسیر محاسبه و معناداری آن‌ها با استفاده از آماره t ارزیابی شد. نتایج نشان داد در صورتی که قدر مطلق آماره t بیش از 1/96 باشد، مسیرها در سطح 0/05 معنادار هستند. همچنین، اندازه ضریب مسیر بیانگر شدت رابطه و علامت آن نشان‌دهنده نوع رابطه است. ضرایب مسیر و مقادیر آماره t مدل اصلاح‌شده در نمودارهای 1 و 2 ارائه شده‌اند.



نمودار 1. ضرایب استاندارد شده مدل اصلاحی



نمودار 2- مقدار T-values مدل اصلاحی

گزارش برازش مدل از طریق معیار شاخص ریشه میانگین مربعات باقیمانده استاندارد شده¹ شاخص ریشه میانگین مربعات باقیمانده استاندارد شده برای سنجش برازش مدل مسیر استفاده شد. با توجه به اینکه مقدار این شاخص کمتر از 0/1 و نزدیک به مقدار مطلوب است، می توان نتیجه گرفت مدل مسیر پژوهش از برازش و کیفیت مناسبی برخوردار است. بر اساس نمودارهای 1 و 2 که مربوط به ضرایب استاندارد شده و مقدار تی مدل اصلاحی است، جدول 4 رسم گردید:

جدول 4- نتایج تحلیل حداقل مربعات جزئی و آزمون فرضیه اصلی

¹ Root Mean Squared Residual (SRMR)

مستقل	میانجی	ملاک	ضریب مسیر	آماره t	سطح معنی داری	نتیجه
سبک دلبستگی ایمن	----	فرسودگی زناشویی	-0/19	3/18	0/0015	معنادار
سبک دلبستگی اجتنابی	----	فرسودگی زناشویی	0/09	1/84	0/236	عدم معناداری
سبک دلبستگی دوسوگرا	----	فرسودگی زناشویی	0/14	1/72	0/084	عدم معناداری
سواد عاطفی	----	فرسودگی زناشویی	-0/22	2/65	0/008	معنادار
سبک دلبستگی ایمن	----	سواد عاطفی	0/25	3/75	0/0001	معنادار
سبک دلبستگی اجتنابی	----	سواد عاطفی	-0/15	1/92	0/054	عدم معناداری
سبک دلبستگی دوسوگرا	----	سواد عاطفی	-0/21	2/94	0/003	معنادار
سبک دلبستگی ایمن	سواد عاطفی	فرسودگی زناشویی	-0/05	2/06	0/039	معنادار
سبک دلبستگی اجتنابی	سواد عاطفی	فرسودگی زناشویی	0/03	1/41	0/158	عدم معناداری
سبک دلبستگی دوسوگرا	سواد عاطفی	فرسودگی زناشویی	0/04	2/20	0/027	معنادار

یافته‌های جدول 4 نشان می‌دهد که سبک دلبستگی ایمن بر فرسودگی زناشویی اثر مستقیم و منفی دارد و سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا بر فرسودگی زناشویی تأثیر مستقیم ندارد. همچنین نتایج حاکی از آن بود که نقش میانجی سواد عاطفی در رابط سبک دلبستگی ایمن و دوسوگرا با فرسودگی زناشویی معنی‌دار است ($p\text{-value} < 0/05$)؛ ولیکن این نتیجه بدست آمد که نقش میانجی سواد عاطفی در رابطه سبک دلبستگی اجتنابی با فرسودگی زناشویی تأیید نگردید ($p\text{-value} > 0/05$).

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از انجام پژوهش حاضر، بررسی نقش میانجی‌گرانه‌ی سواد عاطفی در رابطه سبک‌های دلبستگی با فرسودگی زناشویی زنان متقاضی طلاق بود. آزمون مدل ساختاری نشان داد، سبک دلبستگی ایمن بر فرسودگی زناشویی تأثیر مستقیم دارد. همخوان با این یافته‌ی پژوهش عزیزی و همکاران (2023)، فاطمی اوقدا و همکاران (2022) و طیبی، زمانی و سیدموسوی (1401)، به این یافته رسیدند که سبک دلبستگی

ایمن تأثیر بسزایی در افزایش رضایت زناشویی و کاهش فرسودگی زوجین دارد. در یک سری از مطالعات خود گزارشی که محققان دلبستگی انجام داده‌اند، نشان داده شده است که هر سبک دلبستگی با یک سبک منحصر به فرد الگوی مراقبت همراه است؛ در همین راستا، طیبی و همکاران (1401) عنوان نمودند، به طور خاص، افراد با سبک دلبستگی ایمن (اضطراب کم و اجتناب کم) سطوح نسبتاً بالایی از حساسیت و نزدیکی، همراه با سطوح نسبتاً پایین مراقبت اجباری و مراقبت کنترلی را گزارش می‌دهند. براساس نتیجه مطالعه مردانی و همکاران (2021) به نظر می‌رسد که افراد با سبک دلبستگی ایمن (اضطراب کم، اجتناب کم) معمولاً مراقبین خوب و پاسخگویی هستند: آنها گرم هستند، حساس و همکاری‌کننده هستند و فعالند و به شرکای خود در حل مشکلات کمک می‌کنند. از سوی دیگر، زوجی که به طور ایمن پیوند خورده‌اند، مهارت‌های ارتباطی سالم‌تری را شکل می‌دهند، در حل مشکلات زناشویی کمتر همسر خود را تحقیر می‌کنند، بیشتر بر حل تعارض‌ها با تکیه بر الگوهای مراقبتی حساسیت و مجاورت تمرکز می‌کنند و کمتر از الگوهای مراقبتی کنترل یا اجبار استفاده می‌نمایند. با توجه به مطالب مذکور اینگونه نتیجه‌گیری می‌شود، سبک دلبستگی ایمن، با تقویت الگوهای مراقبتی حساسیت و مجاورت و کم‌رنگ نمودن الگوهای مراقبتی کنترل و اجبار، زوجین را از زندگی زناشویی خرسند نموده و فرسودگی زناشویی را تقلیل می‌دهد.

از آزمون مدل ساختاری استخراج گردید که سبک‌های دلبستگی ناایمن (اضطرابی و اجتنابی) بر فرسودگی زناشویی تأثیر مستقیم ندارد. ناهمخوان با یافته‌ی پژوهش حاضر، اولیایی و قاسمی پور (2022) و داورنژاد و همکاران (2022) به نقش سبک‌های دلبستگی ناایمن در تدوین مدل فرسودگی زناشویی اشاره نمودند.

افرادی که سبک دلبستگی ناایمن را به دلیل عدم برخورداری از والدین حساس و پاسخگو در کودکی درونی کرده‌اند، در بزرگسالی بیشتر دچار نابهنجاری و آسیب می‌شوند (مینباتی و همکاران، 2017). مطابق تئوری مارکوس (2003)، افراد با سبک دلبستگی اجتنابی سرد، خشک و شکاک هستند و دیگران را قابل اعتماد نمی‌دانند، در حالی که افراد دوسوگرا خود را با عزت نفس پایین و نگران طرد شدن می‌بینند. بنابراین، سبک‌های دلبستگی ناایمن با کاهش خرسندی و افزایش فرسودگی در روابط بزرگسالی همراه‌اند.

با این حال، در زوج‌های ناراضی و متقاضی طلاق، این رابطه مستقیم صدق نمی‌کند؛ زیرا مثلث‌سازی — ورود فرد سومی به رابطه — عملکرد سبک‌های دلبستگی را تحت تأثیر قرار می‌دهد و اثر آنها بر فرسودگی زناشویی کاهش می‌یابد (بشیرگنبدی و همکاران، 1400؛ فاطمی اوقدا و همکاران، 2022). این فرآیند باعث انکار تعارض، تضعیف مرزهای بین‌نسلی و استفاده فرزندان به‌عنوان واسطه می‌شود. در نتیجه، مثلث‌سازی یکی از مهم‌ترین عواملی است که مانع از تأثیر مستقیم سبک‌های دلبستگی ناایمن بر فرسودگی زناشویی در زوج‌های ناسازگار می‌شود.

همچنین، آزمون مدل ساختاری نشان داد، سواد عاطفی در رابطه سبک دلبستگی ایمن و دوسوگرا با فرسودگی زناشویی نقش میانجی معنی‌داری دارد. همخوان با این یافته‌ی پژوهش والکر و همکاران (2022)، براوسکی و همکاران (2022)، روسو (2022)، به این یافته رسیدند که افراد با سطح مناسبی از هیجانات و ابرازعواطف، احتمال بیشتری دارد که سبک دلبستگی ایمن داشته باشند و کمتر احتمال دارد که الگوهای دلبستگی اضطرابی یا اجتنابی نشان دهند.

در تبیین نقش میانجی سواد عاطفی در رابطه سبک دلبستگی ایمن با فرسودگی زناشویی می‌توان گفت، افرادی که در دوران کودکی والدینی حساس و پاسخگو داشته‌اند و به عبارتی سبک دلبستگی ایمن را درونی نموده‌اند، قادرند عواطفشان را به درستی ابراز نمایند (یوفی و همکاران، 2022) و به همین دلیل می‌توانند با دیگران به بهترین نحو و بر اساس ابراز صحیح هیجانات چه مثبت و چه منفی، ارتباط برقرار نمایند. با عنایت به این مطلب که افرادی که قادرند به درستی هیجانات و عواطف خود را در موقعیت‌های گوناگون ابراز نمایند، افرادی هستند که سواد عاطفی بالایی دارند و در برخوردشان با دیگران، بیشترین رضایتمندی را ادراک می‌نمایند، اینگونه افراد با این خصایص می‌توانند از فرسودگی زناشویی در امان باشند. در همین راستا، مطالعات نشان داده‌اند که افراد با سبک دلبستگی ایمن مهارت‌های بهتری در تنظیم عواطف و هیجانات دارند و کمتر دچار پریشانی و ناسازگاری می‌شوند (لانگ و همکاران، 2020). اگر این سبک دلبستگی با سواد عاطفی بالا همراه شود، فرد می‌تواند صمیمیت و نزدیکی زناشویی را حفظ کرده و با ابراز صحیح هیجانات، رابطه را به سمت سازگاری هدایت کند و از فرسودگی زناشویی جلوگیری نماید.

همچنین، در تبیین نقش میانجی سواد عاطفی در رابطه سبک دلبستگی دوسوگرا با فرسودگی زناشویی می‌توان گفت، افرادی که دارای سبک دلبستگی دوسوگرا معمولاً هیجانات ناپایداری را در روابط تجربه می‌کنند و در تعاملات زناشویی دچار اضطراب و وابستگی بیش از حد هستند (مرلین و همکاران، 2024). افراد دارای دلبستگی اضطرابی تمایل دارند واکنش‌های منفی از شریک خود انتظار داشته باشند و میزان تعهد شریکشان را کمتر از واقعیت در نظر بگیرند. این امر منجر به کاهش سطح رضایت زناشویی و افزایش حالت‌های احساسی منفی می‌شود. این افراد به دلیل ترس از طرد شدن و نیاز مداوم به تأیید، در تنظیم هیجانات خود دچار مشکل می‌شوند و دچار احساسات منفی می‌شوند که این امر می‌تواند به استرس‌های زناشویی و در نهایت فرسودگی زناشویی منجر شود (اولویول و اوزن-چپلک، 2024). باین‌حال، سواد عاطفی به افراد کمک می‌کند تا احساسات خود را به شیوه‌ای سالم‌تر مدیریت کنند و از راهبردهای تنظیم هیجان مؤثر استفاده نمایند؛ آنچنانکه عنوان نمودند زوجینی که مهارت بیشتری در تنظیم عواطف خود دارند، در ارتباطات حمایتی‌تر و راهبردهای مقابله‌ای مشارکتی بیشتری را به کار می‌برند، که این امر به بهبود رضایت زناشویی کمک می‌کند (فالکانیر و همکاران، 2023). در نتیجه، افزایش سطح سواد عاطفی در افراد دارای دلبستگی دوسوگرا می‌تواند

از شدت واکنش‌های هیجانی منفی کاسته و باعث کاهش تنش‌های زناشویی شود. افراد با دلبستگی دوسوگرا به دلیل عدم اطمینان در روابط، معمولاً دچار نوسانات هیجانی هستند (تولکماز و همکاران، 2022) و بین نیاز به نزدیکی و ترس از طرد شدن در نوسان‌اند. اما با افزایش سواد عاطفی و بهبود توانایی‌های مانند همدلی، خودآگاهی هیجانی و مدیریت هیجانات منفی، این افراد می‌توانند روابط باثبات‌تری برقرار کنند. این امر منجر به کاهش درگیری‌های مداوم، بهبود کیفیت ارتباطات زناشویی و در نهایت کاهش فرسودگی زناشویی خواهد شد. از این‌رو، یافته‌های این پژوهش تأیید می‌کنند که سواد عاطفی می‌تواند نقش مهمی در کاهش پیامدهای منفی سبک دلبستگی دوسوگرا بر فرسودگی زناشویی ایفا کند و به عبارتی سواد عاطفی نقش میانجی در رابطه سبک دلبستگی دوسوگرا با فرسودگی زناشویی دارد.

آزمون مدل ساختاری حاکی از آن بود که سواد عاطفی در رابطه سبک دلبستگی اجتنابی با فرسودگی زناشویی زنان متقاضی طلاق نقش میانجی نداشت. پژوهش‌های مرتبط بسیار محدود هستند و شواهد مستقیمی که به‌طور مشخص عدم نقش میانجی سواد عاطفی را بین سبک دلبستگی/اجتنابی و فرسودگی زناشویی تأیید کنند، یافت نشد. ناهمخوان با این یافته‌ی پژوهش، شالچیان پورخلجان و همکاران (1401) عنوان نمودند که افزایش تنظیم شناختی هیجان مبتنی بر دلبستگی و سواد عاطفی، می‌تواند راهی برای کاهش گرایش به روابط فرازناشویی باشد.

در تبیین عدم نقش میانجی سواد عاطفی در رابطه سبک دلبستگی اجتنابی با فرسودگی زناشویی زنان متقاضی طلاق، می‌توان به ویژگی‌های بنیادین افراد با دلبستگی اجتنابی اشاره کرد. افراد با سبک دلبستگی اجتنابی معمولاً از هیجانات خود فاصله می‌گیرند و در مواجهه با روابط نزدیک، احساسات مثبت را پنهان و احساسات منفی را تجربه می‌کنند (سینگ و سیرواستاوا، 2024). این افراد حتی با افزایش سواد عاطفی تمایل کمی به استفاده از مهارت‌های هیجانی در روابط زناشویی دارند. از سوی دیگر، فرسودگی زناشویی در زنان متقاضی طلاق در بستر روابط طولانی‌مدت و ناکامی‌های عاطفی شکل می‌گیرد (علاقه‌بند و همکاران، 1398)؛ در چنین شرایطی، فردی با سبک دلبستگی اجتنابی که به‌طور کلی از درگیری هیجانی در روابط خود پرهیز می‌کند، ممکن است حتی در صورت ارتقای سواد عاطفی، تغییری در سبک تعاملات خود ایجاد نکند. به بیان دیگر، سواد عاطفی تنها زمانی می‌تواند نقش میانجی مؤثری ایفا کند که فرد آمادگی پذیرش تغییر در الگوهای ارتباطی خود را داشته باشد. اما افراد با دلبستگی اجتنابی معمولاً به دلیل ترس از وابستگی و صمیمیت عاطفی، از به‌کارگیری دانش هیجانی خود در روابط بین‌فردی خودداری می‌کنند. با عنایت به مطالب عنوان شده می‌توان گفت، سواد عاطفی در رابطه سبک دلبستگی اجتنابی با فرسودگی زناشویی نقش میانجی ندارد. هر پژوهشی دارای محدودیت‌هایی است که پژوهش حاضر از آن مستثنی نیست؛ اولین محدودیت در این پژوهش، بحث تعمیم‌پذیری نتایج پژوهش حاضر به سایر جوامع است، به این علت که این پژوهش بر روی

زنان متقاضی طلاق شهرستان سبزوار انجام شده، توصیه می‌شود برای تعمیم این نتایج به سایر کلان شهرهای ایران، همچون تهران احتیاط شود. همچنین، یکی دیگر از محدودیت‌های پژوهش حاضر، طبیعی و غیرکنترلی بودن طراحی مطالعه است؛ به این معنا که این تحقیق همبستگی و مدل مسیر را در یک بازه زمانی مشخص بررسی کرده و امکان نتیجه‌گیری قطعی علت و معلولی وجود ندارد. بنابراین، نمی‌توان به‌طور قطع گفت که سبک دلبستگی یا سواد عاطفی سبب تغییر فرسودگی زناشویی شده‌اند و مطالعات طولی برای تأیید روابط علت و معلولی توصیه می‌شود. با توجه به نتایج مطالعه، توصیه می‌شود مشاوران خانواده و روان‌شناسان بالینی به تقویت سبک دلبستگی ایمن و ارتقای سواد عاطفی زوجین توجه ویژه داشته باشند، زیرا این عوامل می‌توانند از فرسودگی زناشویی پیشگیری کنند. آموزش مهارت‌های ابراز هیجانات، خودمراقبتی و حل تعارض نیز می‌تواند صمیمیت و رضایت زناشویی را افزایش دهد، به‌ویژه برای زوجینی که سبک دلبستگی اجتنابی دارند، برنامه‌های مشاوره‌ای باید بیشتر بر مدیریت وابستگی و مهارت‌های ارتباطی تمرکز کنند. از منظر پژوهشی، مطالعات آینده می‌توانند با طراحی طولی یا شبه‌آزمایشی روابط علت و معلولی بین سبک‌های دلبستگی، سواد عاطفی و فرسودگی زناشویی را بررسی کرده و جمعیت‌های متنوع جغرافیایی و فرهنگی را در نظر بگیرند. همچنین استفاده از روش‌های ترکیبی داده‌ها مانند مصاحبه و مشاهده و بررسی نقش متغیرهای میانجی و تعدیل‌گر دیگر مانند حمایت اجتماعی و سبک فرزندپروری می‌تواند فهم جامع‌تری از فرسودگی زناشویی ارائه دهد.

ملاحظات اخلاقی: کلیه مشارکت‌کنندگان رضایت شفاهی خود را برای شرکت در پژوهش اعلام کردند و اطمینان لازم در مورد محرمانه ماندن اطلاعات به آن‌ها داده شد.

سهم نویسندگان: تمام نویسندگان به یک نسبت در تمامی مراحل این پژوهش مشارکت داشتند.

تضاد منافع: یافته‌های این پژوهش هیچگونه تضادی با منافع شخصی یا سازمانی ندارد.

حمایت مالی: نویسندگان اعلام می‌دارند هیچ‌گونه حمایت مالی برای انجام پژوهش دریافت نکرده‌اند.

تشکر و قدردانی: نویسندگان از همکاری مشارکت‌کنندگان در این پژوهش تشکر و قدردانی می‌نمایند.

منابع

اعمی بنده قرایی، حسن؛ سیدی، سید محمد؛ مختاری ترشیزی، حامد؛ و صالح نیا، نرگس. (1402). رابطه بیکاری، تورم و مشارکت زنان در بازار کار با روند طلاق در ایران. *مجله رفاه اجتماعی*، 23(89)، 44-49.

<http://dx.doi.org/10.32598/refahj.23.89.4245.1>.

بشیرگنبدی، سپیده؛ درگاهی، شهریار؛ احمدبوکانی، سلیمان؛ و فداکار، پرویز. (1400). آزمون مدل علی رضایت زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی با نقش میانجی مثلث‌سازی. *مجله سلامت و بهداشت*، 12(1)، 38-49.

<http://dx.doi.org/10.52547/j.health.12.1.37>.

پوراآقا، فاطمه؛ و ستوده ناورودی، امید. (1402). مقایسه تمایز یافتگی خود، دزدگی زناشویی و صمیمیت هیجانی در زوجین متقاضی طلاق و عادی. *مجله مطالعات ازدواج و خانواده*، 3(3)، 11-28.
<https://doi.org/10.22034/jmp.2023.420006.1076>

پورسیدآقایی، زهرا سادات. (1403). تدوین مدل آشفتگی زناشویی بر اساس الگوهای ارتباطی و سبک‌های دلبستگی با نقش میانجی تاب‌آوری در زنان خانه‌دار. *پژوهش‌های مشاوره*، ۲۳ (۹۲)، ۴۸-۷۵.
<http://dx.doi.org/10.18502/qjcr.v23i92.17844>

حبیبی، آرش و عدن‌ور، مریم. (1396). مدل‌یابی معادلات ساختاری و تحلیل عاملی (آموزش کاربردی نرم‌افزار LISREL). ناشر: سازمان انتشارات جهاد دانشگاهی.

حسینی حسین آباد، سیده فاطمه؛ غباری بناب، باقر؛ مشایخ، مریم؛ سوداگر، شیدا؛ و فرخی، نورعلی. (1397). پیش‌بینی سازگاری زناشویی برپایه سبک‌های دلبستگی. *مجله تحقیقات سلامت*، ۷ (۳)، ۱۴۷-۱۵۴.
<http://jhr.ssu.ac.ir/article-1-434-fa.html>

خانی، سعید. (1402). افزایش طلاق یا رکود ازدواج؟ تأملی بر روند تحولات شاخص‌های ازدواج و طلاق در ایران طی 15 سال اخیر. *مجله تدوم و تغییر اجتماعی*، 2(1)، 25-43.
<https://doi.org/10.22034/jscc.2023.19288.1053>

دربندی، بهجت؛ احدی، حسن؛ و خلعتبری، جواد. (1401). پیش‌بینی گرایش به طلاق در زوجین درگیر پیمان‌شکنی بر اساس دلزدگی و تعهد زناشویی با میانجی‌گری سبک‌های گرایش اخلاقی. *فصلنامه علمی-پژوهشی سبک زندگی اسلامی با محوریت سلامت*، 6(1)، 329-342.
<https://ascongress.ir/downloads/2882597>

رحیمیان، اسحق؛ شاره، حسین؛ حبیبی عسگرآباد، مجتبی؛ و بشارت، محمدعلی. (1386). بررسی تأثیر شیوه‌های جرأت‌ورزی بر سازگاری اجتماعی. *فصلنامه نوآوری‌های آموزشی*، 6(23)، 29-54.
<https://www.sid.ir/paper/75549/fa>

شالچیان پورخلجان، نسترن؛ اسدی، جوانشیر؛ حسن زاده، رمضان؛ و خواجه‌وند خوشلی، افسانه. (1401). بررسی نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان در رابطه سبک‌های دلبستگی و سواد عاطفی با گرایش به روابط فرازناشویی. *فصلنامه تعالی مشاوره و روان درمانی*، 11، 26-38.
https://journals.iau.ir/article_692986.html

شمالی احمدآبادی، مهدی؛ آقایی میبدی، فاطمه؛ محمدی احمدآبادی، ناصر؛ و برخوردار احمدآبادی، عاطفه. (1399). اثربخشی آموزش مهارت‌های مبتنی بر سواد عاطفی بر کاهش طلاق عاطفی و احساس تنهایی در زنان خیانت دیده. *رویش روان‌شناسی*، 9(6)، 65-75.
<http://frooyesh.ir/article-1-1978-fa.html>

صفی پوریان، شهین؛ قدمی، سید امیر؛ خاکپور، مسعود؛ سودانی، منصور؛ و مهرآفرید، معصومه. (1395). تأثیر مشاوره گروهی با روش درمان بین فردی (IPT) بر کاهش دلزدگی زناشویی زنان متقاضی طلاق. *آموزش پرستاری*، ۵ (۱)، ۱-۱۱. <http://jne.ir/article-1-575-fa.html>

طیعی، ساره؛ زمانی، مهشید؛ و سیدموسوی، پرینا. (1401). نقش میانجی رفتارهای مراقبتی در رابطه روابط موضوعی و صمیمیت زناشویی. *رویش روانشناسی*، 11 (5)، 46-57. <http://frooyesh.ir/article-1-3642-fa.html>

علاقبند، لیلا؛ پاشا شریفی، حسن؛ فرزاد، ولی الله؛ و آقاییوسفی، علیرضا. (1398). مدلی برای پیش بینی طلاق عاطفی بر مبنای سواد عاطفی، سبک های مقابله ای، کیفیت زندگی و هیجان خواهی با میانجی گری تنظیم هیجان. *مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد*، 62 (6)، 388-402. <https://doi.org/10.22038/mjms.2019.14890>

فرجی، زکیه؛ قوامی نیا، زهرا؛ و کلانتری، جلال. (1403). پیش بینی طلاق عاطفی براساس الگوهای ارتباط خانواده با نقش میانجی دلزدگی زناشویی در معلمان زن متأهل شهر داراب. *مجله روانشناسی نوین*، 4 (3)، 65-78. <https://doi.org/10.22034/jmp.2024.467134.1114>

کیمیایی، سیدعلی؛ خادامیان، حسین؛ فرهادی، حسن؛ و قیمتی، عبدالرحیم. (1391). ساخت و مطالعه مقدماتی ویژگی های روانسنجی و اعتباریابی مقیاس کارکردهای روان شناختی خانواده ایرانی (IFPFS). *پژوهش های نوین روانشناختی*، 7 (27)، 146-182. https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_4124.html

مظلوم پور، ندا؛ دیاریان، محمدمسعود؛ و آرین فر، نیره. (1404). تحول دلبستگی در بستر طلاق والدین: مطالعه ای کیفی مبتنی بر تجارب زیسته دختران نوجوان. *پژوهش های مشاوره*، ۲۴ (۹۴)، ۱۰۲-۱۵۱. <http://irancounseling.ir/journal/article-1-2257-fa.html>

نادری، فرح؛ افتخار، زهرا و آملازاده، صغری. (1388). رابطه ویژگی های شخصیت و روابط صمیمی همسر با دلزدگی زناشویی در همسران معتادان مرد اهواز. *نشریه یافته های نو در روان شناسی (روان شناسی اجتماعی)*، 4 (11)، 61-78. <https://www.sid.ir/paper/175042/fa>

Albeño, C. D. C. E. (2023). Alfabetización emocional en la Educación Superior. *Realidad y Reflexión*, (57), 59-75. <https://doi.org/10.5377/ryr.v1i57.16697>

Auersperg, F., Vlasak, T., Ponocny, I., & Barth, A. (2019). Long-term effects of parental divorce on mental health—A meta-analysis. *Journal of Psychiatric Research*, 119, 107-115. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2019.09.011>

Azizi, MK., Haji-Alizadeh, K., & Fallahi Shah-Abadi, N. (2023). Relationship between Marital Satisfaction and Attachment Style: The Mediating Role of Mentalization and

- Boredom. *International Journal of Behavioral Sciences*, 17(1), 8-15.
<https://doi.org/10.30491/ijbs.2023.375871.1881>
- Borawski, D., Sojda, M., Rychlewska, K., & Wajs, T. (2022). Attached but Lonely: Emotional Intelligence as a Mediator and Moderator between Attachment Styles and Loneliness. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22), 14831. <https://doi.org/10.3390/ijerph192214831>
- Bowlby, J. (1968). *Attachment and loss, (vol.I)*. New York:basic books.
<https://www.amazon.com/Attachment-Loss-Vol-1/dp/046500539X>
- Brown, S. L., & Lin, I. F. (2022). The graying of divorce: A half century of change. *The Journals of Gerontology: Series B*, 77(9), 1710-1720.
<https://doi.org/10.1093/geronb/gbac057>
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of personality and social psychology*, 58(4), 644.<https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.4.644>
- Davarinejad, O., Ghasemi, A., Hall, S., Meyers, L., Shirzadifar, M., Shirzadi, M., Rahro Mehrabani, A., Ramezanzadeh Rostami, T., & Shahi, H. (2022). Give yourself a break: Self-compassion mediates insecure attachment and divorce maladjustment among Iranian women. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39(8), 1-26.
<https://doi.org/10.1177/02654075221077971>
- Falconier, M. K., Wojda-Burlij, A. K., Conway, C. A., & Kim, J. (2023). The role of emotion regulation in couples' stress communication and dyadic coping responses. *Stress and Health*, 39(2), 309-322. <https://doi.org/10.1002/smi.3186>
- Fatemi Aghda, N., Roshanbin, A. & Barati Moghadam, B. (2022). The mediating role of triangulation with children in the relationship between attachment style and marital relationship quality in conflicted couples. *Journal of Family Relations Studies*, 2 (7), 4-13. <https://doi.org/10.22098/jhrs.2022.11656.1073>
- González, N. I. C. V., & Pérez, G. D. (2023). La importancia de las emociones en los conflictos de pareja. *MSC Métodos de Solución de Conflictos*, 3(4), 55-74.
<https://doi.org/10.29105/msc3.4-43>
- Haghparast, Z., Riazi, H., Shams, J., & Montazeri, A. (2023). Couple Burnout and Partner's Substance-Dependency: Is there any Association?. *Health Services Research and Managerial Epidemiology*, 10, 23333928221144445.
<https://doi.org/10.1177/23333928221144445>

- Hazan, C., & Shaver, P.R. (1987). Romantic Love Conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*, 52(3), 511-524. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Javdan, M., Bahrampour, T., & Dehghani, M. (2023). The role of family relationships and conflict resolution styles in marital burnout of couples seeking a divorce. *Journal of family relations studies*, 3(8), 32-39. <https://doi.org/10.22098/jfrs.2023.12006.1093>
- Jethwani, J., & Kalher, M. D. (2025). Impact of Emotional Intelligence on Perceived Social Support and Marital Satisfaction in Married Adults. *International Journal of Environmental Sciences*, 11(9s), 755-762. <https://doi.org/10.64252/ety59533>
- Körük, S., Aykaç, B., & Vapurlu, S. (2023). The Mediating Role of Psychological Flexibility in the Relationship between Job Satisfaction–Job-related Emotional Exhaustion and Dyadic Marital Adjustment. *Marriage & Family Review*, 59(7), 480-499. <https://doi.org/10.1080/01494929.2023.2234352>
- Liu, M., Li, L., Xiao, Y., Wang, X., Ye, B., Wang, X., & Geng, F. (2023). The psychological mechanism underlying neuroticism on divorce proneness: The chain mediating roles of negative partner support and couple burnout and the moderating role of economic level. *Journal of Affective Disorders*, 327, 279-284. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.01.092>
- Long, M., Verbeke, W., Ein-Dor, T., & Vrtička, P. (2020). A functional neuro-anatomical model of human attachment (NAMA): Insights from first- and second-person social neuroscience. *Cortex*, 126, 281-321. DOI: [10.1016/j.cortex.2020.01.010](https://doi.org/10.1016/j.cortex.2020.01.010)
- Lovis-Schmidt, A., Tavener, D., Oestreich, J., & Rindermann, H. (2024). The role of emotional competence in romantic and non-romantic relationships: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 230, 112813. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2024.112813>
- Mardani, M., Marashi, S.A., & Abbaspour, Z. (2021). On the Causal Relationship Between Attachment Styles and Marital Satisfaction: Mediating Role of Gottman's Marital Communication Model. *Iran J Psychiat Behav Sci*, 15(2), e108339. <https://doi.org/10.5812/ijpbs.108339>
- Markus, D. R. (2003). *Addiction, attachment and social support*. PhD dissertation, Chicago school of professional psychology.
- Mardani, M., Marashi, S.A., & Abbaspour, Z. (2021). On the Causal Relationship Between Attachment Styles and Marital Satisfaction: Mediating Role of Gottman's

- Marital Communication Model. *Iran J Psychiatry Behav Sci*, 15(2), e108339. <https://doi.org/10.5812/ijpbs.108339>.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2(2), 99–113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Merlyn, M. F., Díaz-Mosquera, E., & Latorre, G. (2024). Types of attachment as predictors of emotional dependence in couples. *International Journal of Advanced and Applied Sciences [Internet]*, 11(8), 178-86. <https://doi.org/10.21833/ijaas.2024.08.019>
- Miniati, M., Callari, A., & Pini, S. (2017). Adult attachment style and suicidality. *Psichiatria Danubina*, 29(3), 250- 259. DOI: [10.24869/psyd.2017.250](https://doi.org/10.24869/psyd.2017.250)
- Mousavi, K. Z., Dokaneifard, F., & Khakpour, R. (2021). Providing a model for predicting emotional divorce based on attachment style, and sexual function components in women: The mediating role of emotional intelligence. *Applied Family Therapy Journal*, 2(3), 25-50. <https://doi.org/10.61838/kman.aftj.2.3.2>
- Moya, L. J., & Martínez, A. T. (2024). La influencia de los estilos de apego en la regulación de las emociones y la satisfacción en la pareja. *Edupsykhé. Revista de Psicología y Educación*, 21(3), 1-18. <https://doi.org/10.57087/edupsykhe.v21i3.4673>
- Olyaei, S., & Ghasemipour, Y. (2022). Investigating the Mediating Role of Communication Skills in the Relationship between Attachment Styles and Marital Burnout. *Journal of Family Counseling and Psychotherapy*, 12(1), 160-138. Doi: [10.22034/fcp.2022.62344](https://doi.org/10.22034/fcp.2022.62344)
- Ouyang, X. (2025). Research on the role of attachment style on the dynamics of romantic relationship. *Communications in Humanities Research*, 65(1), 6-9. <https://doi.org/10.54254/2753-7064/2024.19689>
- Pines, A.M., Neal, M.B., Hammer, L.B., Icekson, T. (2011). Job Burnout and Couple Burnout in Dual-earner Couples in the Sandwiched Generation. *Soc Psychol Q*, 74(4), 361-86. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/0190272511422452>
- Pines, A. (2013). *Couple burnout: Causes and cures*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315022291>
- Quílez-Robres, A., Usán, P., Lozano-Blasco, R., & Salavera, C. (2023). Emotional intelligence and academic performance: A systematic review and meta-analysis. *Thinking Skills and Creativity*, 49, 101355. <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2023.101355>
- Roskam, I., Gall'ee, L., Aguiar, J., Akgun, E., Arena, A., Arikan, G., Aunola, K., Bader, M., Barham, E. J., Besson, E., Beyers, W., Boujut, E., Brianda, M. E., Brytek-Matera, A., Carbonneau, N., C'esar, F., Chen, B.-B., Dorard, G., dos Santos Elias, L. C., ...

- Mikolajczak, M. (2022). Gender equality and maternal burnout: A 40-country study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 53(2), 157–178. <https://doi.org/10.1177/00220221211072813>
- Rosso, A.M. (2022). Ability Emotional Intelligence, Attachment Models, and Reflective Functioning. *Front Psychol*, 13, 864446. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.864446>
- Saffari, E., Nasehi, M., & Yousefzadeh, P. (2024). Cognitive Emotion Regulation Strategies and Marital Communication Patterns in Married Women: Investigating the Mediating Role of Defense Mechanisms. *Practice in Clinical Psychology*, 12(3), 285-296. <http://dx.doi.org/10.32598/jpcp.12.3.942.1>
- Savina, E., Fulton, C., & Beaton, C. (2025). Teacher emotional competence: a conceptual model. *Educational Psychology Review*, 37(2), 1-34. <https://doi.org/10.1007/s10648-025-10018-2>
- Singh, P., & Srivastava, N. (2024). The Relationship of Attachment Style with Marital Satisfaction and Positive-Negative Affect Among Homemakers and Working Women. *International Journal of Indian Psychology*, 12(2), 1203-1211. <http://dx.doi.org/10.25215/1202.106>
- Tolmacz, R., Bachner-Melman, R., Lev-Ari, L., & Almagor, K. (2022). Interparental conflict and relational attitudes within romantic relationships: The mediating role of attachment orientations. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39(6), 1-21. <https://doi.org/10.1177/02654075211061617>
- Uluyol, F. M., & Özen-Çıplak, A. (2024). Dyadic relationship of adult attachment patterns and interpersonal schemas in marital adjustment: Actor–partner effect model. *Family Relations*, 73(3), 2152-2169. <https://doi.org/10.1111/fare.13002>
- Walker, S.A., Double, K.S., Kunst, H., Zhang, M., & MacCann, C. (2022). Emotional intelligence and attachment in adulthood: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 184, 111174. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.paid.2021.111174>
- Yıldız, M., & Yıldız, F. G. (2022). Attachment styles as predictors of marital satisfaction and emotional regulation in married individuals. *Current Psychology*, 41(8), 5788–5798. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01026-4>
- Yufei, H., Pan, SH., & Xu, CH. (2022). The effect of attachment on the process of emotional regulation. *Advances in Psychological Science*, 30(1), 77-84. <https://doi.org/10.3724/SP.J.1042.2022.00077>

© 2021 Iran Counseling Association, Tehran, Iran. This article is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution-Noncommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0 license) (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)