

Comparison of Early Maladaptive Schemas in Four groups of before, during, and after Divorce and Normal Couples in Tehran in 2016-2017

Maryam Moradi¹ , Mohammad-Masoud Diarian^{2*} 

1. Master of Family counseling, Islamic Azad University, Khomeini-Shahr Branch, Isfahan.
2. Assistant Professor, Counseling Department, Islamic Azad University, Khomeini-Shahr Branch, Isfahan.

***Corresponding Author:** Mohammad-Masoud Diarian, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Islamic Azad University, Khomeini-Shahr Branch, Isfahan.

Email: dayariyan@iaukhsh.ac.ir

Received: 15 November 2019

Accepted: 9 Decemember 2019

Published: 5 September 2020

How to cite this article:

Moradi M, Diarian MM. Comparison of Early Maladaptive Schemas in Four groups of before, during, and after Divorce and Normal Couples in Tehran in 2016-2017. *Salamat Ijtimai (Community Health)*. 2020; 4(4): 385-92. DOI: <http://doi.org/10.26675/ch.v7i4.27822>.

Abstract

Background and Objective: Divorce is a process that begins with experiencing the emotional crisis among couples and ends with the attempt to solve the conflict by entering a new position with new roles and lifestyle. The purpose of the present study was to compare the early maladaptive schemas in four groups of before, during, after divorce, and normal couples in Tehran during 2016-2017.

Materials and Methods: The present study was a causal-comparative study. The statistical population consisted of all couples before, during, after divorce, and normal couples who were referred to the family courts of Tehran in 2016-2017. Using a convinience sampling method, 30 participants in each group were selected. Data were collected by Early Maladaptive Schemas questionnaire and multivariate analysis of variance was used to analyze the data by SPSS-22.

Results: The mean (SD) age in the group before divorce was 33.1 (4.3), during divorce 31.6 (5.4), after divorce 35.8 (5.9), and the normal group 34.7 (5.2). The mean (SD) score of exclusion and cessation component was 36.3 (2.8) ($P<0.001$) and self-reliance and impaired function 15.8 (2.2) ($P<0.04$) in the group before divorce which was higher than other groups. In addition, the mean (SD) score of other orientation was 12.1 (2.1) ($P<0.03$) and hypervigilance and inhibition 9.4 (1.9) ($P<0.002$) in the normal group which was significantly lower than the other groups, but the components of the constraint components had no significant difference in the four groups before, during, after divorce, and normal couples.

Conclusion: The study showed that couples before, during, and after divorce have the most maladaptive schemata compared to normal couples.

Keywords: Early maladaptive schemas; Divorce; Couples.

Conflict of Interest: None of the authors has any conflict of interest to disclose.

Ethical publication statement: We confirm that we have read the Journal's position on issues involved in ethical publication and affirm that this report is consistent with those guidelines.

Ethical code: IR.IAUKHSH.REC.1396.853.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

مقایسه طرحواره‌های ناسازگار اولیه در چهار گروه زوجین پیش، حین طلاق، مطلقه و عادی در شهر تهران سال ۹۶-۱۳۹۵

مریم مرادی^۱، محمد مسعود دیاریان^{۲*}

۱. کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خمینی شهر، اصفهان.

۲. استادیار مشاوره، گروه مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خمینی شهر، اصفهان.

* نویسنده مسئول: محمد مسعود دیاریان، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خمینی شهر، اصفهان، ایران.

Email: dayariyan@iaukhsh.ac.ir

تاریخ پذیرش: تیر ۱۳۹۸

تاریخ دریافت: فروردین ۱۳۹۸

چکیده

زمینه و هدف: طلاق فرایندی است که با تجربه بحران عاطفی هر دو زوج شروع می‌شود و با تلاش برای حل تعارض از طریق ورود به موقعیت جدید با نقش‌ها و سبک زندگی جدید خاتمه می‌یابد. هدف پژوهش حاضر، مقایسه طرحواره‌های ناسازگار اولیه در چهار گروه زوجین پیش از طلاق، حین طلاق، مطلقه و عادی در شهر تهران سال ۹۶-۱۳۹۵ بود.

روش و مواد: پژوهش حاضر از نوع علی-مقایسه‌ای بود. جامعه آماری، شامل تمام زوجین پیش از طلاق، حین طلاق، مطلقه و عادی مراجعه‌کننده به دادگاه‌های خانواده شهر تهران در سال ۹۶-۱۳۹۵ بودند. با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس ۳۰ نفر در هر گروه انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه جمع‌آوری و برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از تحلیل واریانس چندمتغیری و نرم‌افزار SPSS-22 استفاده شده است.

یافته‌ها: میانگین (انحراف معیار) سن گروه پیش از طلاق (۴/۳) ۳۳/۱، گروه حین طلاق (۵/۴) ۳۱/۶، گروه مطلقه (۵/۹) ۳۵/۸ و گروه عادی (۵/۲) ۳۴/۷ سال بود. میانگین (انحراف معیار) مؤلفه‌های طرد و بریدگی (۲/۸) ۳۶/۳ ($P < ۰/۰۰۱$) و خود گردانی و عملکرد مختل (۲/۲) ۱۵/۸ ($P = ۰/۰۴$) در گروه پیش از طلاق بالاتر از سایر گروه‌ها بود. همچنین میانگین (انحراف معیار) دیگر جهت‌مندی (۲/۱) ۱۲/۱ ($P = ۰/۰۳$) و گوش به زنگی بیش از حد و بازداری (۱/۹) ۹/۴ ($P = ۰/۰۰۲$) در گروه عادی به طور معناداری پایین‌تر از سایر گروه‌ها بود اما نمرات مؤلفه محدودیت‌های مختل در چهار گروه زوجین پیش، حین طلاق، مطلقه و عادی با یکدیگر تفاوت نداشت.

نتیجه‌گیری: مطالعه نشان داد سه گروه زوجین پیش از طلاق، حین طلاق و مطلقه دارای طرحواره‌های ناسازگار بیشتری نسبت به زوجین عادی هستند.

واژگان کلیدی: طرحواره‌های ناسازگار اولیه، طلاق، زوجین.

مقدمه

خانواده به لحاظ قدمت، ابتدایی ترین و از لحاظ گستردگی جهان شمول ترین نهاد اجتماعی است (۱). روابط مناسب در جامعه براساس روابط مناسب در خانواده شکل می گیرد و به تبع آن جامعه از ثبات بیشتری برخوردار است (۲). خانواده، واحدی با ابعاد گوناگون است که به دلیل اهمیت و جایگاه ویژه اش از دیرباز مورد توجه اندیشمندان اجتماعی بوده است. واکنش متقابل خانواده، چگونگی کیفیت زندگی آن و تأثیر آن بر اجزا و نهادهای دیگر جامعه، اندیشمندان را بر آن داشته است که با رویکردهای مختلف به مطالعه این واحد اجتماعی بپردازند. نقش خانواده به عنوان کوچک ترین واحد اجتماعی یا کارکردهای مختلف آن می تواند هم در جنبه مثبت آن یعنی ایجاد کانون آرامش و هم در جنبه منفی اش یعنی ایجاد آسیب اجتماعی بسار مهم و تأثیرگذار باشد. از جمله وجوه منفی پدید آمده از درون این نهاد اجتماعی بروز آسیبی تحت عنوان طلاق است (۳). طلاق بر فرد و خانواده اثر می گذارد و پدیده های چند بعدی است که آثار مخرب بر سلامت و بهزیستی افراد جامعه می گذارد. سیر صعودی این پدیده در کشورمان به گونه ای بوده که در سال ۱۳۹۴ از هر ۴/۳ ازدواج یک مورد به طلاق می انجامد (۴). با افزایش سریع طلاق در ۳۰ سال اخیر، پژوهشگران و روانشناسان بیش از پیش به اهمیت این واقعه پر استرس و علل ایجادکننده آن در زندگی زناشویی پی برده اند. علاوه بر عوامل اجتماعی، روانی و فرهنگی، عوامل فرهنگی و شناختی در این زمینه مطرح می شود که یکی از این عوامل شناختی، طرحواره ها و به خصوص طرحواره های ناسازگار اولیه هستند (۵).

هرچند پژوهش های گوناگون، عوامل مختلفی را در بروز تعارض و گرایش به سمت طلاق دخیل می دانند، اما یک عامل مشترک که در اغلب پژوهش ها نیز به آن اشاره شده است، شناخت ها هستند. شناخت ها دربرگیرنده نگرش ها، تفکرات و طرحواره ها است (۶). طرحواره ها، باورها و احساسات مهمی در مورد خود و محیط هستند که افراد آن را بدون چون و چرا پذیرفته اند. طرحواره های ناسازگار اولیه، الگوها یا درون مایه های عمیق و فراگیری هستند که از خاطرات، هیجان ها، شناخت واره ها و احساسات بدنی تشکیل شده اند، در دوران کودکی یا نوجوانی شکل گرفته اند، در سیر زندگی تداوم دارند، درباره خود و رابطه با دیگران هستند و به شدت ناکارآمدند (۷). پژوهش ها نشان داده اند که بین طرحواره های ناسازگار اولیه با صمیمیت و تعارض زناشویی ارتباط معناداری وجود دارد (۸). به عبارت دیگر طرحواره های ناسازگار اولیه احتمال گرایش به طلاق را در هنگام مواجهه با رویدادهای چالش زای زندگی پیش بینی می کنند (۹). طرحواره ها موجب سوگیری در تفسیرهای زوجین از رویدادها می شوند و این سوگیری ها در آسیب شناسی روانی زوجین به صورت سوء تفاهم ها، نگرش های تحریف شده، گمانه های نادرست، هدف ها و چشم داشت های غیر واقع بینانه خود را نشان می دهند (۱۰).

نتایج پژوهش نجفی و همکاران (۱۱) نشان داد که گروه زنان متقاضی طلاق در بیش تر طرحواره ها به استثنای طرحواره های تاییدجویی/ جلب توجه، استحقاق/ بزرگ منشی با گروه زنان عادی تفاوت داشتند. همچنین نتایج پژوهش لعل زاده کندکلی و همکاران (۱۲) نشان داد بین نمره کل طرحواره ها با طلاق عاطفی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. علی رغم پژوهش های گسترده در گذشته در خصوص طلاق، و اگرچه علل فردی و خانوادگی گرایش همسران به سمت طلاق به تفکیک در پژوهش ها مورد بررسی قرار گرفته، اما با توجه به بررسی های پژوهشگر، پژوهشی که طرحواره های ناسازگار اولیه را روی یک نمونه واحد از زوجین پیش از طلاق، حین طلاق، مطلقه و عادی انجام داده باشد، وجود ندارد، بنابراین با توجه به روزافزون بودن این معضل، باید پژوهش های بیشتر و با فاکتورهای مختلف انجام پذیرد، تا عوامل موثر در پدیدایی این مشکل، شناسایی و حل و فصل گردند. هدف پژوهش حاضر، با هدف مقایسه طرحواره های ناسازگار اولیه در چهار گروه زوجین پیش از طلاق، حین طلاق، مطلقه و عادی در شهر تهران سال ۹۶-۱۳۹۵ انجام شد.

روش و مواد

پژوهش حاضر از نوع پس رویدادی بود. جامعه آماری، شامل تمام زوجین پیش از طلاق، حین طلاق، مطلقه و عادی مراجعه کننده به دادگاه های خانواده شهر تهران در سال ۹۶-۱۳۹۵ بودند. برای انتخاب نمونه از روش نمونه گیری در دسترس استفاده شده است، بدین صورت که با مراجعه به دادگاه های خانواده، لیست زوجین با توجه به وضعیت زناشویی شان یعنی

پیش از طلاق، حین طلاق، مطلقه و عادی استخراج و بعد از تماس با ایشان و توضیح جزییات پژوهش، از آنان برای شرکت در مطالعه دعوت شد. برای تعیین تعداد نمونه، بر اساس اندازه اثر ۰/۲۵، آلفای ۰/۰۵ و توان ۰/۸۰ در دو گروه، حداقل تعداد نمونه برای دستیابی به توان مورد نظر، ۳۰ نفر در هر گروه به دست آمد. ملاک‌های ورود به پژوهش در گروه پیش از طلاق شامل مراجعه به دادگاه‌های خانواده شهر تهران در سال ۹۶-۱۳۹۵، دادخواست طلاق یکی از زوجین و داشتن پرونده در دادگاه خانواده بود. ملاک ورود در گروه حین طلاق، شامل مراجعه به دادگاه‌های خانواده شهر تهران در سال ۹۶-۱۳۹۵، و گذراندن مراحل دادرسی طلاق و توافق زوجین برای طلاق بود. ملاک ورود در گروه مطلقه نیز شامل مراجعه به دادگاه‌های خانواده شهر تهران در سال ۹۶-۱۳۹۵، ملاک خروج در هر چهار گروه نیز شامل داشتن بیماری جسمی که فرد قادر به شرکت در پژوهش نباشد و ارایه اطلاعات ناقص بود. شرکت‌کنندگان به طور فردی پرسشنامه‌ها را کامل کردند. ملاحظات اخلاقی پژوهش حاضر به این صورت بود که کلیه زوجین به صورت شفاهی اطلاعاتی در مورد پژوهش دریافت کرده و در صورت تمایل در پژوهش مشارکت می‌نمودند. این اطمینان به زوجین داده شد که تمام اطلاعات محرمانه هستند و برای امور پژوهشی مورد استفاده قرار خواهند گرفت و به منظور رعایت حریم خصوصی، نام و نام خانوادگی شرکت‌کنندگان ثبت نشد. همچنین آنها می‌توانستند هر زمان که تمایل دارند، مطالعه را ترک کنند.

پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه: این پرسشنامه در سال ۱۹۹۸ و توسط Young ساخته شد و دارای ۹۰ سوال و ۱۸ خرده مقیاس است و در پنج حوزه افراد را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. نمره‌گذاری این ابزار به این صورت است که برای هر سوال شش گزینه در نظر گرفته شده که به تناسب ۱ تا ۶ نمره به آنها اختصاص داده شده است. حداکثر نمره کل پرسشنامه ۵۴۰ و حداقل ۹۰ می‌باشد. حداکثر نمره هر مقیاس مساوی با تعداد سوال‌های آن خرده مقیاس ضربدر ۶ است. در این ابزار نمره بیشتر از میانگین ۱۵ به معنی داشتن طرحواره ناسازگار می‌باشد. هر چه عدد بالاتر از مقدار میانگین باشد، طرحواره مربوطه، شدیدتر و هر چه به عدد ۱۵ نزدیک‌تر باشد، به معنی داشتن طرحواره ناسازگار ضعیف‌تر و نمره کمتر از ۱۵، (تقریباً) به معنای نداشتن طرحواره ناسازگار است (۱۳). اعتبار پرسشنامه را با استفاده از روش همسانی درونی و بازآزمایی به ترتیب ۰/۹۵ و ۰/۸۱ گزارش شده است. بررسی روایی همگرایی پرسشنامه با ابزارهای اندازه‌گیری درماندگی روان‌شناختی، اعتماد به نفس، آسیب‌پذیری شناختی برای نشانگان اختلال افسردگی و اختلال شخصیت نشان داد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه ارتباط منفی با صفات مثبت از قبیل اعتماد به نفس، عاطفه مثبت و ارتباط مثبت با صفاتی از قبیل اختلال شخصیت، درماندگی، عاطفه منفی و اختلال عملکرد نگرش دارند. همچنین در بررسی اعتبار پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با استفاده از دو روش آلفای کرونباخ و دو نیمه کردن در کل نمونه به ترتیب (۰/۹۱ و ۰/۸۶)، در دختران (۰/۸۷ و ۰/۸۴) و در پسران (۰/۸۴ و ۰/۸۱) بود و تحلیل عاملی نشان داد که عامل‌های استخراج شده از قابلیت بالا و رضایت بخش برخوردار بودند (۱۴). آلفای کرونباخ در این پژوهش ۰/۷۹ به دست آمد.

جهت بررسی و تجزیه و تحلیل آماری، اطلاعات خام به دست آمده از روش‌های آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. با استفاده از آمار توصیفی محاسبه فراوانی‌ها، تعیین شاخص‌های مرکزی، پراکندگی، ترسیم جداول صورت گرفت و در آمار استنباطی، از تحلیل واریانس چند متغیره استفاده شد. همچنین کلیه محاسبات آماری با استفاده از نرم‌افزار SPSS-22 انجام گرفت.

یافته‌ها

میانگین (انحراف معیار) سن گروه پیش از طلاق (۴/۳) ۳۳/۱، گروه حین طلاق (۵/۴) ۳۱/۶، گروه مطلقه (۵/۹) ۳۵/۸ و گروه عادی (۵/۲) ۳۴/۷ سال بود. در گروه پیش از طلاق، تعداد ۱۸ (۶۰٪) نفر بین ۱ تا ۵ سال، و ۱۲ (۴۰٪) نفر بیش از پنج سال سابقه زندگی مشترک داشتند. در گروه حین طلاق، تعداد ۱۴ (۴۶/۷٪) نفر بین ۱ تا ۵ سال، و ۱۶ (۵۳/۳٪) نفر بیش از پنج سال سابقه زندگی مشترک داشتند. در گروه مطلقه، تعداد ۱۰ (۳۳/۳٪) نفر بین ۱ تا ۵ سال، و ۲۰ (۶۶/۷٪) نفر

بیش از پنج سال سابقه زندگی مشترک داشتند. در گروه عادی، تعداد ۸ (۲۶/۷٪) نفر بین ۱ تا ۵ سال، و ۲۲ (۷۳/۳٪) نفر بیش از پنج سال سابقه زندگی مشترک داشتند. در گروه پیش از طلاق، تعداد ۱۰ (۳۳/۳٪) نفر را مردان و ۲۰ (۶۶/۷٪) نفر را زنان، در گروه حین طلاق تعداد ۱۵ (۵۰٪) نفر را مردان و ۱۵ (۵۰٪) نفر را زنان، در گروه مطلقه تعداد ۱۰ (۳۳/۳٪) نفر را مردان و ۲۰ (۶۶/۷٪) نفر را زنان و در گروه عادی نیز تعداد ۱۰ (۳۳/۳٪) نفر را مردان و ۲۰ (۶۶/۷٪) نفر را زنان تشکیل می دادند.

جدول ۱- میانگین (انحراف معیار) طرحواره های ناسازگار اولیه در چهار گروه زوجین پیش، حین طلاق، مطلقه و عادی

متغیرهای پژوهش	پیش از طلاق (انحراف معیار) میانگین	حین طلاق (انحراف معیار) میانگین	مطلقه (انحراف معیار) میانگین	عادی (انحراف معیار) میانگین
طرد و بریدگی	۳۶/۳ (۲/۸)	۱۷/۸ (۲/۱)	۱۶/۵ (۳/۲)	۱۶/۴ (۲/۵)
خود گردانی و عملکرد مختل	۱۵/۸ (۲/۲)	۱۲/۸ (۲/۲)	۱۲/۶ (۳/۲)	۱۰/۴ (۲/۷)
محدودیت های مختل	۱۵/۸ (۲/۱)	۱۵/۱ (۲/۱)	۱۷/۱ (۳/۲)	۱۱/۹ (۳/۱)
دیگر جهت مندی	۱۷/۴ (۲)	۱۸/۱ (۳/۲)	۱۶/۵ (۳/۱)	۱۲/۱ (۲/۱)
گوش به زنگی بیش از حد و بازداری	۱۵/۶ (۲/۱)	۱۷/۸ (۳/۲)	۱۶/۱ (۳/۱)	۹/۴ (۱/۹)
نمره کل طرحواره های ناسازگار اولیه	۸۲/۵ (۵/۴)	۸۰/۵ (۴/۶)	۷۸/۹ (۶/۳)	۵۴/۹ (۲/۷)

در جدول آمار توصیفی فوق، میانگین های بالای عدد ۱۵ نشان دهنده این است که زوج های گروه های متقاضی طلاق، آن طرحواره ناسازگار اولیه را دارا می باشد. نتایج آزمون لوین در هیچ یک از متغیرها معنادار نمی باشد. از این رو فرض صفر ما مبنی بر همگنی واریانس متغیرها مورد تأیید قرار می گیرد. بدین ترتیب نتیجه می شود که مفروضه دیگر آزمون تحلیل واریانس چند متغیری، همگنی واریانس ها، برقرار می باشد. با توجه به مقدار لامبدای ویلکز و عدد ۰/۵۸ نشان دهنده میزان اثر کلی و اثربخش بودن طرحواره های ناسازگار اولیه، به قرار گرفتن زوجین در جریان طلاق می باشد.

جدول ۲- نتایج تحلیل واریانس چند متغیره بر روی نمرات مؤلفه های طرحواره های ناسازگار اولیه در چهار گروه زوجین

پیش، حین طلاق، مطلقه و عادی

مؤلفه های طرحواره های ناسازگار اولیه	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری
طرد و بریدگی	۵۲۷۸/۲۵	۳	۱۷۵۹/۴۲	۱۵/۳۶	۰/۰۰۱
خود گردانی و عملکرد مختل	۲۰۱۹/۳۲	۳	۶۷۳/۱۰	۷/۲	۰/۰۴
محدودیت های مختل	۱۱۳۲۳/۳۱	۳	۳۷۷/۴۳	۶/۸	۰/۰۶
دیگر جهت مندی	۲۵۳۵/۶۵	۳	۸۴۵/۲۱	۱۶/۰۳	۰/۰۳
گوش به زنگی بیش از حد و بازداری	۵۲۵۳/۱۵	۳	۱۷۵۱/۰۵	۱۸/۱۲	۰/۰۰۲

نتایج حاکی از آن است که میانگین (انحراف معیار) مؤلفه های طرد و بریدگی (۳۶/۳ (۲/۸) $P < ۰/۰۰۱$) و خود گردانی و عملکرد مختل (۱۵/۸ (۲/۲) $P = ۰/۰۴$) در گروه پیش از طلاق بالاتر از سایر گروه ها است. همچنین میانگین (انحراف معیار) دیگر جهت مندی (۱۲/۱ (۲/۱) $P = ۰/۰۳$) و گوش به زنگی بیش از حد و بازداری (۹/۴ (۱/۹) $P = ۰/۰۰۲$) در گروه عادی به طور معناداری پایین تر از سایر گروه ها بود اما نمرات مؤلفه محدودیت های مختل در چهار گروه زوجین پیش، حین طلاق، مطلقه و عادی با یکدیگر تفاوت معناداری با یکدیگر نداشت.

بحث

مطالعه نشان داد میانگین (انحراف معیار) مؤلفه های طرد و بریدگی (۳۶/۳ (۲/۸) و خود گردانی و عملکرد مختل (۱۵/۸ (۲/۲) در گروه پیش از طلاق بالاتر از سایر گروه ها بود. همچنین میانگین (انحراف معیار) دیگر جهت مندی (۱۲/۱ (۲/۱) و گوش به زنگی بیش از حد و بازداری (۹/۴ (۱/۹) در گروه عادی به طور معناداری پایین تر از سایر گروه ها بود اما نمرات مؤلفه محدودیت های مختل در چهار گروه زوجین پیش، حین طلاق، مطلقه و عادی با یکدیگر تفاوت معناداری با یکدیگر

نداشت. نتایج این تحقیق با تحقیقات نجفی و همکاران (۱۰) مبنی بر این که گروه زنان متقاضی طلاق در بیشتر طرحواره‌ها به استثنای طرحواره‌های تاییدجویی/ جلب توجه، استحقاق/ بزرگ‌منشی با گروه زنان عادی تفاوت داشتند همخوانی دارد. با توجه به رویکرد طرحواره درمانی و با عنایت به اینکه تمامی انسان‌ها دارای پنج نیاز اساسی می‌باشند که باید در دوران کودکی به آنها پاسخ داده شود، به دلایل مختلفی افراد به اندازه کافی پاسخ مناسبی از مراقبین خود برای رفع نیازهایشان دریافت نمی‌کنند که دارای یک یا بیشتر، طرحواره‌های ناسازگار اولیه می‌شوند که اگر درصدد حل آنها برنیایند طرحواره‌های ناسازگار در تمام طول زندگی‌شان برای آنها تصمیم خواهد گرفت (۱۵). از جمله دچار تعارضاتی با همسر می‌شوند. به عنوان مثال بنا بر نتایج این پژوهش، می‌توان گفت زوجینی که دارای طرحواره‌های محرومیت هیجانی، رها شدگی و بی‌اعتمادی هستند ابتدا به امر، در روابط زناشویی خود به گونه‌ای عمل می‌کنند که طرحواره‌های خود را تایید کنند. پس در پی آن دچار تعارضات بیشتر و احتمالات تمایل به جدایی پیدا خواهند کرد. یعنی در سه گروهی که دچار تعارضاتی هستند، به خاطر طرحواره‌های مذکور، دچار نوعی بی‌اعتمادی و بدبینی شده، و از بروز هیجانات‌شان به همسر جلوگیری می‌کنند و این امر باعث گسست بیشتر بین روابط و احساس رهاشدگی بیشتر می‌شود و چون از نوعی محرومیت هیجانی نیز رنج می‌برند و خود را برای رفع نیازهای اساسی‌شان، محق توجه می‌دانند، از روش‌های غیر سالم استفاده کرده، به شریک خود سخت می‌گیرند و عرصه را برایش تنگ می‌کنند، و تبع آن مجدداً شریک وی اقدام به پس زدن، بی‌محبتی، بی‌توجهی و بسیاری رفتارهای آسیب‌زا می‌کند، و این چرخه معیوب بارها و بارها ادامه پیدا می‌کند و بدین ترتیب مدام طرحواره‌هایشان را تغذیه می‌کنند و تعارضات بین‌شان بیشتر می‌گردد، تا به بن بست می‌رسند (۱۶). آن‌گاه باز هم به جای حل مشکلات درون فردی و به تبع آن مشکلات ارتباطی، از رابطه فاصله گرفته و اقدام به جدایی و طلاق می‌کنند و یا دست به رفتارهای پرخطر مانند خیانت، اعتیاد و یا خودکشی می‌زنند و یا دچار بیماری‌های روحی و روانی می‌شوند که کار را از قبل سخت‌تر و رنج‌آورتر می‌کنند (۱۷-۲۰).

از نتایج دیگر پژوهش این بود که دو گروه پیش از طلاق و حین طلاق، دارای طرحواره منفی‌گرایی/ بدبینی بودند. این یافته با نتایج پژوهش دهقانی و همکاران (۱۵) مبنی بر این که دو گروه متقاضی و غیر متقاضی طلاق در طرحواره بدبینی تفاوت داشتند، همسو است. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که زوجین پیش از طلاق بدبین هستند، ولی شاید بدبین به جدایی و شاید درگیر شدن با زندگی بدتر از زندگی‌ای که در حال حاضر دارند و زوجین حین طلاق، شاید بدبین به ادامه زندگی، و داشتن روزهای سخت‌تر از قبل که می‌توان آن را تبیین کرد. همچنین بنا بر نتیجه دیگری از پژوهش، وجود طرحواره وابستگی/ بی‌کفایتی، زوجین پیش از طلاق را از سه گروه دیگر متمایز می‌کند و همین طرحواره می‌تواند فاکتور مهمی در ماندن فرد در محیطی دردآور، و عدم اقدام به مقابله با مشکلات و در صورت لزوم و بعد از طی فرایند لازم برای حل مشکلات و تعارضات و رسیدن به بن بست، اقدام به جدایی باشد.

همچنین نتایج این پژوهش نشان داد نمرات مؤلفه محدودیت‌های مختل در چهار گروه زوجین پیش، حین طلاق، مطلقه و عادی با یکدیگر تفاوت معناداری ندارد. این یافته با نتایج پژوهش یوسفی و همکاران (۱۳) و دهقانی و همکاران (۱۵) مبنی بر این که دو گروه متقاضی و غیر متقاضی طلاق در طرحواره محدودیت‌های مختل تفاوت نداشتند، همسو است. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت از آنجایی که تمامی افراد شرکت‌کننده در این پژوهش را مراجعه‌کنندگان به دادگاه‌های خانواده تشکیل می‌دادند، بنابراین سطحی از تنش و مشکلات بین فردی میان زوجین وجود داشته است و همین امر سبب شده است تا تمامی این زوجین متقاضی طلاق (پیش، حین طلاق، مطلقه و عادی) از نظر محدودیت‌های مختل تفاوت معناداری با یکدیگر نداشته باشند چرا که هر کدام به نوعی دچار مشکلات در روابط زناشویی هستند و از این نظر دارای اشتراک هستند. دلیل عدم تفاوت بین زوجین عادی و متقاضی طلاق نیز در همین امر می‌باشد که زوجین عادی نیز از میان افرادی انتخاب شدند که به دادگاه‌های خانواده مراجعه کرده بودند، بنابراین آن‌ها نیز دارای اختلال‌هایی در روابط زناشویی خود بوده‌اند که باعث شده است حتی گروه عادی نیز اختلاف معناداری با گروه‌های طلاق نداشته باشد چرا که ممکن است همین گروه عادی نیز در مراحل بعد و به نتیجه نرسیدن روابط زوجین، مانند سایر گروه‌ها به طلاق و جدایی روی بیاورند.

مهم‌ترین محدودیت‌های پژوهش حاضر عبارت بودند از عدم امکان مصاحبه بالینی با افراد مورد پژوهش برای رسیدن به پاسخ‌های دقیق‌تر و عدم همکاری بعضی از سازمان‌های مربوطه در جهت انتخاب نمونه از گروه‌های مورد پژوهش. به علت عدم همکاری بعضی از سازمان‌های مربوطه، مجبور شدیم که تحقیق با نمونه نامساوی از جنسیت اجرا کنیم که اگر در پژوهش‌های آینده نمونه‌گیری از هر دو جنس به طور مساوی انجام شود، دقت نتایج بیشتر خواهد شد. با توجه به نتایج تحقیق، به محققین و پژوهشگران آینده پیشنهاد می‌گردد در انجام تحقیق در جهت تکمیل پرسشنامه از مصاحبه استفاده شود. این تحقیق در حجم مساوی زن و مرد تکرار شود تا به نتایج دقیق‌تری در هر جنس دست یابیم، این تحقیق در بین زوجین با طول مدت ازدواج متفاوت تکرار شود، به جهت وجود تفاوت‌های فرهنگی و اجتماعی، پژوهش‌های مشابهی در شهرهای دیگر هم انجام پذیرد و نتایج مورد مقایسه قرار گیرد، پیشنهاد می‌گردد پژوهش‌هایی در رابطه با فاکتورهای دیگر در خصوص موضوع پژوهش انجام شود تا به راه‌حل‌های بیشتری در خصوص کاهش تعارضات زوجین و حل معضل طلاق دست یابیم.

با توجه به نتیجه تحقیق و آمار روز افزون طلاق پیشنهاد می‌گردد: آموزش شیوه‌های صحیح رفتاری از طریق برگزاری دوره‌های آموزشی قبل از ازدواج تحت عنوان آموزش طرحواره درمانی و مهارت‌های زندگی برای زوجین متقاضی ازدواج، آموزش به زوجین، با داشتن مدلی کارآمد براساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه جهت بالا بردن بینش همسران از خود و یکدیگر، جهت کاهش اختلافات زناشویی و طلاق، بالابردن توانمندی‌ها و آموزش مهارت‌های لازم به گروه زوجین حین طلاق که هم به طور احساسی اقدام به جدایی نکنند و هم با دلایل قابل قبول و با بالا رفتن توانمندی‌هایشان، خودشان به درستی و به موقع اقدام یا عدم اقدام به طلاق داشته باشند، ترویج فرهنگ مراجعه خانواده‌ها به مراکز مشاوره خانواده در هنگام بروز اختلافات و جلوگیری از شدت یافتن آن، به مشاوران، روانشناسان و روان‌درمان‌گران پیشنهاد می‌گردد با دقت نظر و توجه بیشتری به طرحواره‌های ناسازگار اولیه، در پیشگیری و کنترل مشکلات زناشویی و معضل طلاق به مراجعین خود، چه در مشاوره‌های پیش از ازدواج و چه در مشاوره‌های زوجین هنگام تعارضات و چه در زمان مراجعه جهت جدایی و طلاق، یاری رسانند.

نتیجه‌گیری

مطالعه نشان داد، سه گروه زوجین پیش از طلاق، حین طلاق و مطلقه دارای طرحواره ناسازگار بیشتری نسبت به زوجین عادی هستند.

تشکر و قدردانی

از تمامی شرکت‌کنندگان در پژوهش حاضر کمال تشکر و قدردانی می‌گردد. مقاله حاضر برگرفته از طرح پژوهشی مصوب دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر و دارای کد کمیته اخلاق IR.IAUKHSH.REC.1396.853 از کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر می‌باشد.

تعارض در منافع

نویسندگان اظهار می‌دارند هیچ گونه تعارض منافع در مورد این مقاله وجود ندارد.

REFERENCES

1. Amato PR. Research on divorce: Continuing Trends and New Developments. *Journal of Marriage and Family*. 2010;72(3):650-66.
2. Hartley SL, Barker ET, Seltzer MM, Floyd F, Greenberg J, Orsmond G, Bolt D. The Relative Risk and Timing of Divorce in Families of Children with an Autism Spectrum Disorder. *Journal of Family Psychology*. 2010;24(4):449-57.
3. Markman HJ, Rhoades GK, Stanley SM, Ragan EP, Whitton SW. The Premarital Communication Roots of Marital Distress and Divorce: The First Five Years of Marriage. *Journal of Family Psychology*. 2010;24(3):289-98.
4. Hezarjaribi J, Entezari A, Niyayati M. Divorce Trends in Iran between 2004-2013. *Journal of History Culture and Art Research*. 2017;6(4):1108-22.

5. Yoosefi N, Etemadi O, Bahrami F, Fatehizade MA, Ahmadi SA. An investigation on Early Maladaptive Schema in Marital Relationship as Predictors of Divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*. 2010 ;51(5):269-92.
6. Dumitrescu D, Rusu AS. Relationship between Early Maladaptive Schemas, Couple Satisfaction and Individual Mate Value: An Evolutionary Psychological Approach. *Journal of Evidence-Based Psychotherapies*. 2012;12(1):63-76.
7. Abbas SP. Investigating the Relationship between the Early Maladaptive Schema & Marital Satisfaction among 25 to 45 years-old Couples. *International Journal of Humanities and Cultural Studies*. 2016:665-76.
8. Chay SR, Zarei E, Pour F. Investigating the Relationship between Maladaptive Schemas and Marital Satisfaction in Mothers of Primary School Children. *Journal of Biomedical and Life Sciences*. 2014;4:119-24.
9. Yousefi, N. Comparison of the Effectiveness of Family Therapy Based on Schema Therapy and Bowen's Emotional System Therapy on the early maladaptive schema Among Divorce Applicant Clients. *Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2011;13(52): 356-373 [Full text In Persian].
10. O'Connor P, Izadikhah Z, Abedini S, Jackson CJ. Can Deficits in Emotional Intelligence Explain the Negative Relationship Between Abandonment Schema and Marital Quality?. *Family Relations*. 2018;1-13.
11. Najafi M, Bitaraf M, Mohammadifar MA, Zarei Dahlukhayi A. Comparison of Primary Maladaptive Schemas and Cognitive Insights in Women Seeking Divorce and Normal. *Woman and Society*. 2015; 6 (4): 41-58. [Full text In Persian].
12. Lalzadeh Kandkoli A, Asghari Ebrahimabad MJ, Hesar Sorkhi R. Investigating the Role of Early Maladaptive Schemas in Predicting Emotional Divorce. *Clinical Psychology*. 2015; 7 (2): 9-19. [Full text In Persian].
13. Yoosefi N, Etemadi O, Bahrami F, Ahmadi SA, Fatehi-Zadeh M. Comparing Early Maladaptive Schemas among Divorced and Non-divorced Couples as Predictors of Divorce. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2010;16(1):21-33. [Full text In Persian].
14. Panahifar S, Yousefi N, Amani A. The Effectiveness of Schema-Based Couple Therapy on Early Maladaptive Schemata Adjustment and the Increase of Divorce Applicants Adaptability. *Kuwait Chapter of the Arabian Journal of Business and Management Review*. 2014;3(9):339-46.
15. Dehghani M, Esmailian N. Personality Characteristics, Early Maladaptive Schema and Family Function in Couples Initiating for divorce Versus Non-initiating Ones. *Journal of Family Research*. 2017;2(4):575-92. [Full text In Persian].
16. Masley SA, Gillanders DT, Simpson SG, Taylor MA. A Systematic Review of the Evidence Base for Schema Therapy. *Cognitive Behaviour Therapy*. 2012;41(3):185-202.
17. Sundag J, Zens C, Ascone L, Thome S, Lincoln TM. Are Schemas Passed on? A Study on the Association between Early Maladaptive Schemas in Parents and Their Offspring and the Putative Translating Mechanisms. *Behavioural and cognitive psychotherapy*. 2018:1-6.
18. Carter JD, McIntosh VV, Jordan J, Porter RJ, Frampton CM, Joyce PR. Psychotherapy for Depression: a Randomized Clinical Trial Comparing Schema Therapy and Cognitive Behavior Therapy. *Journal of Affective Disorders*. 2013;151(2):500-5.
19. Balsamo M, Carlucci L, Sergi MR, Murdock KK, Saggino A. The Mediating Role of Early Maladaptive Schemas in the Relation between Co-rumination and Depression in Young Adults. *PloS one*. 2015;10(10):e0140177.
20. Martin KP, Blair SM, Clark GI, Rock AJ, Hunter KR. Trait Mindfulness Moderates the Relationship Between Early Maladaptive Schemas and Depressive Symptoms. *Mindfulness*. 2018;9(1):140-50.

پرسشنامه طرحواره های ناسازگار اولیه

۶	۵	۴	۳	۲	۱	سؤالات
						۱- کسی را نداشته ام که از من حمایت کند، حرفهایش را با من بزند و عمیقاً نگران اتفاقاتی باشد که برایم پیش می آید.
						۲- من به افراد نزدیک خودم خیلی می چسبم، چون می ترسم مرا ترک کنند.
						۳- احساس می کنم افراد از من سودجویی خواهند کرد.
						۴- فکر می کنم فرد مناسبی برای اجتماع نیستم.
						۵- هنگامی که مردان یا زنانی که دوستشان دارم، نقاط ضعف یا عیب مرا ببینند، دیگر دوستم نخواهند داشت.
						۶- تقریباً هیچ کاری را نمی توانم در سر کار یا (در مدرسه، دانشگاه) به خوبی دیگران انجام دهم.
						۷- احساس می کنم به تنهایی نمی توانم از پس کارهای زندگی روزانه ام بربیایم.
						۸- نمی توانم از شر این احساس رها شوم که ممکن است اتفاق بدی بیفتد.
						۹- قادر نیستم از والدینم جدا شوم، کاری که هم سن وسالهایم انجام می دهند.
						۱۰- فکر می کنم اگر کاری را بکنم که دلم می خواهد، برای خودم دردسر درست می کنم.
						۱۱- کار مراقبت از نزدیکانم، شیوه رفتار من می باشد.
						۱۲- از این که احساسات مثبتم (مثل محبت و توجه) را به دیگران نشان بدهم، خیلی خجالت می کشم.
						۱۳- باید در هر کاری که انجام می دهم، بهترین باشم، نمی توانم توقعم را کم کنم.
						۱۴- وقتی از کسی چیزی می خواهم، خیلی برایم سخت است نه بشنوم.
						۱۵- نمی توانم برای انجام تمام و کمال وظایف روزمره یا خسته کننده، نظم و انضباط خاصی داشته باشم.
						۱۶- داشتن پول و شناختن افراد مهم در من احساس ارزشمندی ایجاد می کند.
						۱۷- حتی مواقعی که چیزها به خوبی جریان می یابند، من احساس می کنم که آنها موقتی و به زودی پایان می یابند.
						۱۸- چنانکه اشتباهی مرتکب شوم، سزاوار تنبیه هستم.
						۱۹- کسی نداشته ام که به من عاطفه، محبت و صداقت نشان دهد.
						۲۰- آنقدر به دیگران نیازمند هستم که نگران از دست دادن آنها هستم.
						۲۱- احساس می کنم باید در حضور دیگران از خودم محافظت کنم، چون فکر می کنم در غیر این صورت به من آسیب می زنند.
						۲۲- اساساً با بقیه خیلی فرق دارم.
						۲۳- اگر کسی که من او را دوست دارم، بداند که من واقعاً چه کسی هستم، نمی خواهد در کنار من بماند.
						۲۴- وقتی به موفقیت هایم نظر می اندازم، از درون احساس بی کفایتی می کنم.
						۲۵- وقتی به عملکرد روزانه ام فکر می کنم، خودم را آدم وابسته ای می بینم.
						۲۶- احساس می کنم هر لحظه ممکن است یک فاجعه (طبیعی، جنایی، حقوقی یا بیماری) برایم اتفاق بیفتد.
						۲۷- من و والدینم تمایل داریم خود را بیش از حد در مشکلات زندگی یکدیگر درگیر کنیم.

۱	۲	۳	۴	۵	۶	سؤالات
						۲۸- احساس می کنم چاره ای ندارم جز اینکه به خواسته های دیگران تن در بدهم، چون در غیر این صورت مرا ترک می کنند یا در صدد تلافی برمی آیند.
						۲۹- آدم خوبی هستم، چون بیش از آنکه به فکر خودم باشم، به فکر دیگران هستم.
						۳۰- برای بیان احساساتم به دیگران، خجالت می کشم.
						۳۱- سعی می کنم نهایت تلاش خودم را بکنم، این که کار "تا حدی خوب باشد" هیچ گاه راضی ام نمی کند.
						۳۲- آدم خاصی هستم و نمی توانم محدودیت هایی که بر سر راه افراد وجود دارد را بپذیرم.
						۳۳- اگر به یکی از اهدافم نرسم، زود مأیوس می شوم و دست از کار می کشم.
						۳۴- تمام پروژه ها موقعی برای من ارزشمند است که دیگران به آن توجه کنند.
						۳۵- اگر چیز خوبی اتفاق بیفتد، از اینکه به دنبال آن احتمال دارد چیز بدی اتفاق بیفتد، نگران می شوم.
						۳۶- اگر سخت ترین تلاش را نکنم باید انتظار از دست دادن (سرمایه، وقت) هم داشته باشم.
						۳۷- احساس نمی کنم که برای فرد دیگری شخص خاصی به حساب بیایم.
						۳۸- نگرانم از اینکه افرادی که به من نزدیکند، مرا ترک و رها کنند.
						۳۹- دیگران دیر یا زود به من خیانت می کنند.
						۴۰- به کسی تعلق خاطر ندارم، فرد تنهایی هستم.
						۴۱- لیاقت عشق، توجه و احترام از طرف دیگران را ندارم.
						۴۲- بسیاری از افراد در زمینه های کاری و حرفه ای خود از من تواناترند.
						۴۳- فاقد احساس جمعی و مشترک هستم.
						۴۴- نگرانم به وسیله دیگران مورد حمله فیزیکی قرار گیرم.
						۴۵- برای من و والدینم بسیار سخت است که بدون داشتن احساس گناه یا خیانت، مسائل جزئی و خصوصی خود را از دیگران پنهان نگاه دارم.
						۴۶- در روابطم معمولاً به دیگران اجازه می دهم که بالاتر از من باشند.
						۴۷- آنقدر سرگرم انجام کارهای دیگران هستم که نمی توانم وقت فراقتی را برای خودم کنار بگذارم.
						۴۸- برای من خیلی سخت است که با آزادی خاطر و به صورت خودجوش در جوار دیگران رفتار کنم.
						۴۹- باید به تمام مسئولیت هایم عمل کنم.
						۵۰- از اینکه من را محدود کنند یا نگذارند کاری را که من می خواهم بکنم، متنفرم.
						۵۱- برای من خیلی سخت است که رضایت یا خواسته های آنی خود را فدای اهداف بلند مدت کنم.
						۵۲- در صورتی که توجه کافی از سوی دیگران دریافت نکنم، احساس کم اهمیت بودن می کنم.
						۵۳- شما نمی توانید کاملاً مراقب باشید، زیرا برخی چیزها تقریباً همیشه اشتباه از آب در می آیند.
						۵۴- اگر شغلم را به درستی انجام ندهم، باید از پیامد آن رنج بکشم.
						۵۵- کسی را نداشتم که واقعاً به درد دل من گوش کند، مرا بفهمد یا اینکه احساس ها و نیازهای واقعی مرا درک کند.

۱	۲	۳	۴	۵	۶	سؤالات
						۵۶-وقتی احساس می کنم کسی که برایم مهم است از من دوری می کند، احساس یأس می کنم.
						۵۷-نسبت به انگیزه های دیگران سوء ظن شدید دارم.
						۵۸-احساس می کنم که از مردم بیگانه بریده شده ام.
						۵۹-احساس می کنم دوست داشتنی نیستم.
						۶۰-نمی توانم مانند اغلب افراد در کارهایم بااستعداد باشم.
						۶۱-اصلاً به قضاوت های خودم در موقعیت های روزمره، اعتماد ندارم.
						۶۲-می ترسم تمام سرمایه خود را از دست بدهم و بیچاره و خیلی فقیر شوم.
						۶۳-اغلب احساس می کنم که انگار والدینم در من زندگی می کنند، من نمی توانم زندگی جداگانه ای برای خودم داشته باشم.
						۶۴-همیشه به دیگران اجازه داده ام به جای من تصمیم بگیرند، در نتیجه من واقعاً نمی دانم چه می خواهم.
						۶۵-من همیشه سنگ صبور دیگران بوده ام و به مشکلات آنها گوش داده ام.
						۶۶-آنقدر خودم را کنترل می کنم که افراد فکر می کنند آدمی بدون هیجان و بی احساس هستم.
						۶۷-احساس می کنم برای پیشرفت و دستیابی به خواسته های خود همواره تحت فشار هستم.
						۶۸-احساس می کنم نباید از قانون ها و قراردادهای بهنجاری که مردم تابع آنها هستند، اطاعت کنم.
						۶۹-نمی توانم به خود فشار بیاورم که کارهایی را که برایم خوشایند نیستند را انجام دهم، حتی وقتی که می دانم نتایج خوبی در پی دارند.
						۷۰-اگر در مجالسی اظهارنظر کنم یا در موقعیت های اجتماعی آغازگر بحث باشم، برایم مهم است که دیگران مرا بشناسند و تأیید کنند.
						۷۱-وقتی کاری می کنم برایم مهم نیست که چقدر سخت است اما نگرانم از لحاظ مالی ورشکست بشوم و همه دارایی هایم را از دست بدهم.
						۷۲-وقتی کار اشتباهی انجام می دهم، برایم مهم نیست که چرا اشتباه می کنم، باید تاوان آن را بپردازم.
						۷۳-وقتی نمی دانستم کاری را چگونه انجام دهم، شخص عاقل یا ماهری را پیدا نمی کردم که مرا نصیحت و راهنمایی کند.
						۷۴-برخی اوقات آنقدر نگران آن هستم که نکنند افراد مرا ترک کنند که از آنها دوری می کنم.
						۷۵-به طور جدی به انگیزه های نهانی مردم فکر می کنم.
						۷۶-همیشه احساس می کنم که در بین افراد گروه جایی ندارم.
						۷۷-در بسیاری از موقعیت ها برای نشان دادن یا ابراز کردن خودم از طرف دیگران پذیرفتنی نیستم.
						۷۸-در کار یا تحصیل مثل بقیه باهوش نیستم.
						۷۹-احساس می کنم قادر نیستم به تنهایی مسائلی که برایم اتفاق می افتد را حل کنم.
						۸۰-اغلب نگرانم که دچار یک بیماری جدی شوم، حتی وقتی که دلایل پزشکی کمی برای این احتمال وجود دارد.
						۸۱-اغلب احساس می کنم که هویت جداگانه ای از والدین و همسر ندارم.

۶	۵	۴	۳	۲	۱	سؤالات
						۸۲-خیلی برایم مشکل است از دیگران تقاضا کنم که حقوقم را رعایت و احساساتم را درک کنند.
						۸۳-نظر دیگران این است که من برای دیگران خیلی کار می‌کنم، ولی برای خودم کاری انجام نمی‌دهم.
						۸۴-مردم نظرشان این است که من از نظر هیجانی ضعیف هستم.
						۸۵-وقتی کاری را اشتباه انجام می‌دهم، نمی‌توانم خودم را ببخشم یا برای اشتباهم بهانه تراشی می‌کنم.
						۸۶-احساس می‌کنم کاری که من برای دیگران انجام می‌دهم بیشتر از کارهایی است که آنها برای من انجام می‌دهند.
						۸۷-به ندرت توانسته‌ام به تصمیم خودم پایبند باشم.
						۸۸-تحسین زیاد در من این احساس را ایجاد می‌کند که فرد با ارزشی هستم.
						۸۹-نگرانم از اینکه تصمیم اشتباهی بگیرم زیرا آن موجب بدبختی می‌شود.
						۹۰-فرد بدی هستم و سزاوار تنبیه می‌باشم.