

The Relationship Between Anxiety and Irrational Beliefs With Marital Quality Among University Students

1. Seyedeh Fatemeh Farhanian : Department of Clinical Psychology, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

2. Shirin Kooshki *: Department of Clinical Psychology, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

*Corresponding Author's Email Address: Shirin_kooshki@yahoo.com



Received: 2025-03-03
Revised: 2025-04-16
Accepted: 2025-05-07
Published: 2025-06-03



Copyright: © 2025 by the authors.
Published under the terms and
conditions of Creative Commons
Attribution-NonCommercial 4.0
International (CC BY-NC 4.0) License.

Abstract:

Objective: The aim of this study was to investigate the role of anxiety and irrational beliefs in predicting marital quality among married university students.

Methods and Materials: This descriptive-correlational study included married students from Islamic Azad University, Central Tehran Branch, during the 2024–2025 academic year. A convenience sample of 160 participants was selected. Data were collected using the Marital Quality Questionnaire (Busby et al.), the Irrational Beliefs Questionnaire (Jones), and the Beck Anxiety Inventory. Data analysis was conducted using Pearson correlation and multiple regression analysis.

Findings: Pearson correlation results indicated a significant negative relationship between anxiety and marital quality ($r = -0.184$, $p < 0.05$) as well as between irrational beliefs and marital quality ($r = -0.294$, $p < 0.01$). Regression analysis showed that both anxiety ($\beta = -0.185$, $p = 0.015$) and irrational beliefs ($\beta = -0.295$, $p < 0.001$) significantly predicted marital quality and accounted for approximately 11% of its variance.

Conclusion: The findings demonstrated that anxiety and irrational beliefs are significant psychological factors that negatively affect the marital quality of married university students. It is recommended that these variables be addressed in life skills training programs and psychological interventions.

Keywords: Anxiety, Irrational Beliefs, Marital Quality, Married Students

How to Cite: Farhanian, S.F., Kooshki, Sh. (2025). The Relationship Between Anxiety and Irrational Beliefs With Marital Quality Among University Students. *Quarterly of Experimental and Cognitive Psychology*, 2(2), 27-39.

ارتباط اضطراب و باورهای غیر منطقی با کیفیت زندگی زناشویی دانشجویان

۱. سیده فاطمه فرهانیان ^{id}: گروه روانشناسی بالینی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۲. شیرین کوشکی ^{id}: گروه روانشناسی بالینی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران (نویسنده مسئول).

*پست الکترونیک نویسنده مسئول: Shirin_kooshki@yahoo.com

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر بررسی نقش اضطراب و باورهای غیرمنطقی در پیش‌بینی کیفیت زندگی زناشویی دانشجویان متأهل بود.

مواد و روش: این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود و جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز در سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۳ بود. نمونه‌ای به حجم ۱۶۰ نفر با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شد. برای جمع‌آوری داده‌ها از سه ابزار شامل پرسشنامه کیفیت زندگی زناشویی باسبی، پرسشنامه باورهای غیرمنطقی جونز، و پرسشنامه اضطراب بک استفاده شد. داده‌ها با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: نتایج آزمون همبستگی نشان داد بین اضطراب و کیفیت زندگی زناشویی رابطه منفی معناداری وجود دارد ($r = -0.184, p < 0.05$) و همچنین باورهای غیرمنطقی نیز با کیفیت زندگی زناشویی رابطه منفی معناداری دارند ($r = -0.294, p < 0.01$). تحلیل رگرسیون نشان داد که اضطراب ($\beta = -0.185, p = 0.015$) و باورهای غیرمنطقی ($\beta = -0.295, p < 0.001$) می‌توانند به‌طور معناداری کیفیت زندگی زناشویی را پیش‌بینی کنند و حدود ۱۱ درصد از واریانس آن را تبیین نمایند.

نتیجه‌گیری: یافته‌ها نشان داد که اضطراب و باورهای غیرمنطقی از جمله عوامل روان‌شناختی مهمی هستند که می‌توانند کیفیت زندگی زناشویی دانشجویان متأهل را کاهش دهند. لذا توجه به این متغیرها در برنامه‌های آموزش مهارت‌های زندگی و مداخلات روان‌شناختی توصیه می‌شود.

کلیدواژگان: اضطراب، باورهای غیرمنطقی، کیفیت زندگی زناشویی، دانشجویان متأهل

نحوه استناددهی: فرهانیان، سیده فاطمه، کوشکی، شیرین. (۱۴۰۴). ارتباط اضطراب و باورهای غیر منطقی با کیفیت زندگی زناشویی دانشجویان. فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی، ۲(۲)، ۲۷-۳۹.



تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۱۲/۱۳

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۱/۲۷

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۲/۱۷

تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۰۳/۱۳



مجوز و حق نشر: © ۱۴۰۴ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.

Extended Abstract

Introduction

Marital quality represents a crucial indicator of emotional, psychological, and relational well-being in adults, especially among couples navigating the dual challenges of academic life and intimate relationships. Defined as the subjective assessment of satisfaction, cohesion, and mutual understanding in marital interactions, marital quality is influenced by a multitude of intrapersonal and interpersonal factors. In recent years, psychological variables such as anxiety and irrational beliefs have received increasing scholarly attention due to their significant implications for relationship satisfaction and stability. Numerous studies have affirmed the detrimental effect of chronic anxiety on emotional intimacy and conflict resolution, thus contributing to the erosion of relationship satisfaction over time (Whisman & Collazos, 2023). Anxiety, as an affective disorder, interferes with the individual's capacity to engage in constructive communication and emotional regulation, particularly within intimate relationships.

Anxiety within the marital context can manifest as hypersensitivity to conflict, misinterpretation of the partner's intentions, emotional distancing, and diminished empathy. Byers et al. found that anxiety sensitivity specifically related to sexual contexts predicts lower levels of sexual satisfaction and overall marital well-being, highlighting the multidimensional reach of anxiety on intimate dynamics (Byers et al., 2023). From a psychosocial perspective, anxiety disrupts the cognitive appraisal of partner behaviors and diminishes emotional availability, which in turn exacerbates relational dissatisfaction (Ghafouri et al., 2023). Iranian studies have similarly shown that elevated anxiety levels are associated with higher conflict and marital distress (Khoran, 2021). Therefore, understanding anxiety as a predictor of marital quality is not only theoretically sound but practically vital for marital interventions.

In parallel, irrational beliefs—rigid, absolutist, and often unrealistic cognitive schemas—have also been shown to hinder healthy relational functioning. These beliefs encompass maladaptive assumptions about self-worth, others' approval, avoidance of discomfort, and emotional irresponsibility. Such cognitions often serve as cognitive distortions that shape maladaptive expectations within marital interactions, leading to greater dissatisfaction and conflict (Fatehi & Kachouei, 2020). Filipović et al. proposed a structural model in which irrational beliefs contribute to dysfunctional emotions and, consequently, lower marital adjustment (Filipović et al., 2016). Other studies found that women endorsing irrational beliefs about marriage and emotional regulation report lower levels of marital satisfaction, with such beliefs impeding compromise, empathy, and effective communication (Ganji et al., 2016; Pour Mohammad et al., 2014).

The role of irrational beliefs in shaping the cognitive foundations of marital expectations has also been emphasized by scholars exploring belief systems and communication patterns. Momenzadeh et al. found that these beliefs, in conjunction with attachment styles, predicted marital discord and misalignment in communication goals (Momenzadeh et al., 2006). Furthermore, Masarrat Mashhadi et al. emphasized that irrational beliefs distort reality and relational expectations, often causing partners to adhere to inflexible relational rules that are incongruent with the demands of modern marital life (Masarrat Mashhadi & Dowlatsahi, 2017). Nickl also emphasized the negative correlation between irrational beliefs and marital satisfaction in diverse cultural contexts, underscoring the universality of this cognitive-emotional link (Nickl, 2006).

More broadly, the cognitive-behavioral perspective posits that irrational beliefs are not merely reflections of individual pathology, but active contributors to relational maladjustment through the reinforcement of negative emotional patterns and interpersonal conflict. In couples where both partners exhibit high levels of irrationality and

anxiety, the cumulative impact can lead to a cycle of emotional withdrawal, defensive communication, and dissatisfaction. Sheykh et al. noted that belief systems influenced by irrational cognitions significantly shape attitudes toward relationships and interpersonal functioning (Sheykh et al., 2022). Similarly, Nameni et al. reported that beliefs about love and relational permanence significantly affect marital commitment, with irrational beliefs leading to unrealistic expectations and decreased relational endurance (Nameni et al., 2016). The interplay between irrational beliefs, anxiety, and marital satisfaction also aligns with findings by Shahi et al., who showed that personality traits and attachment styles predict marital beliefs, which in turn influence relational dynamics (Shahi et al., 2023).

In light of the growing body of research linking anxiety and irrational beliefs to marital dysfunction, the present study aimed to examine the predictive role of these two variables in the marital quality of married university students. Given the unique stressors and developmental challenges faced by student couples, understanding the cognitive and emotional factors influencing their marital experience can offer valuable insights for preventive and therapeutic interventions.

Methods and Materials

The study employed a descriptive-correlational design. The statistical population consisted of all married students enrolled in the Department of Psychology at Islamic Azad University, Central Tehran Branch, during the first semester of the 2024–2025 academic year. Based on the Tabachnick and Fidell formula ($N \geq 50 + 8M$), and considering two predictor variables—anxiety and irrational beliefs—a sample size of 160 participants was determined using a convenience sampling method. Data were collected using the following instruments: the Quality of Marital Relationship Scale by Busby et al., the Jones Irrational Beliefs Test, and the Beck Anxiety Inventory. The questionnaires were distributed both online and physically on campus. Data were analyzed using descriptive statistics,

Pearson correlation coefficients, and multiple regression analysis through SPSS.

Findings

Descriptive results revealed that the mean scores of the subcomponents of marital quality were 16.11 for agreement, 13.13 for satisfaction, and 7.18 for cohesion. The mean scores for irrational belief subscales were 58.93 for helplessness regarding change, 41.28 for need for approval, 18.67 for problem avoidance, and 41.93 for emotional irresponsibility. The mean anxiety score was 27.56. Pearson correlation analysis indicated a significant negative relationship between anxiety and marital quality ($r = -0.184$, $p < .05$), and between irrational beliefs and marital quality ($r = -0.294$, $p < .01$). Multiple regression analysis showed that anxiety ($\beta = -0.185$, $p = .015$) and irrational beliefs ($\beta = -0.295$, $p < .001$) significantly predicted marital quality. The model accounted for 11% of the variance in marital quality (adjusted $R^2 = .110$), and the Durbin-Watson statistic was 2.468, indicating no autocorrelation in residuals.

Discussion and Conclusion

The results of this study support the hypothesis that anxiety and irrational beliefs significantly predict lower levels of marital quality among married students. Anxiety, as a negative emotional state, appears to interfere with the individual's capacity to manage interpersonal stressors, communicate effectively, and maintain emotional availability within the marital context. This finding corroborates prior research which has consistently demonstrated the inverse relationship between anxiety and marital satisfaction, including studies linking anxiety sensitivity to lower intimacy, reduced sexual satisfaction, and emotional withdrawal. In the high-pressure environment of student life, where academic, financial, and social stressors converge, anxiety may be even more detrimental to marital dynamics.

The significant predictive role of irrational beliefs also reinforces the notion that cognitive distortions undermine relational functioning. Individuals who hold irrational assumptions about relationships—such as expecting

constant approval, fearing conflict, or denying emotional responsibility—are more prone to disappointment and conflict when reality fails to meet these expectations. These cognitive distortions not only hinder constructive communication but also foster unrealistic demands that strain relational equilibrium. This supports theoretical models and empirical findings that position irrational beliefs as central contributors to marital dissatisfaction.

The finding that irrational beliefs had a stronger beta coefficient than anxiety suggests that cognitive factors may exert a more direct and pervasive influence on marital quality than emotional states alone. While anxiety can fluctuate with situational stress, irrational beliefs often form more stable cognitive frameworks that shape long-term relational expectations and behaviors. Consequently,

targeting these beliefs in therapeutic interventions may yield more sustainable improvements in marital quality.

Taken together, the results highlight the need for preventive and corrective programs aimed at reducing anxiety and restructuring irrational beliefs among married students. Life skills training, premarital counseling, and cognitive-behavioral interventions may be especially effective in equipping couples with tools to recognize and modify maladaptive thought patterns and improve emotional regulation. Furthermore, this research underscores the value of integrating cognitive and emotional assessments into marital counseling protocols, particularly within populations facing unique developmental and contextual challenges such as student couples.

(Nejad & Khezri Moghadam, 2017). مطالعات مختلفی به بررسی این

نقش پرداخته‌اند. به عنوان مثال، فیلیپوویچ و همکاران در مدل ساختاری خود نشان دادند که باورهای غیرمنطقی به واسطه هیجانات ناکارآمد، سازگاری زناشویی را کاهش می‌دهند (Filipović et al., 2016). نتایج مشابهی توسط گنجی و همکاران در بین زنان دریافت‌کننده و فاقد جراحی زیبایی نیز گزارش شد که نشان‌دهنده رابطه منفی میان باورهای غیرمنطقی و سازگاری زناشویی بود (Ganji et al., 2015; Gonji et al., 2016).

در همین راستا، پژوهش‌هایی مانند کار مومن‌زاده و همکاران، و همچنین پژوهش نیکل نشان داده‌اند که باورهای غیرمنطقی در کنار سبک‌های دلبستگی می‌توانند پیش‌بینی‌کننده قابل توجهی برای رضایت زناشویی باشند و نارضایتی زناشویی را به صورت معناداری افزایش دهند (Momenzadeh et al., 2006; Nickl.K, 2006). از طرفی، باورهای غیرمنطقی می‌توانند باعث تحریف ادراک زوجین از نقش‌ها، انتظارات و نیازهای یکدیگر شده و کیفیت رابطه را به طور چشمگیری تحت تأثیر قرار دهند (Fatehi & Kachouei, 2020).

بررسی‌های صورت‌گرفته در زمینه روان‌شناسی اجتماعی و خانواده، نقش میانجی و تعدیل‌کننده برخی مؤلفه‌های شناختی و هیجانی را در رابطه میان اضطراب، باورهای غیرمنطقی و کیفیت زناشویی نشان داده‌اند. برای نمونه، شریعت و همکاران در مطالعه‌ای به بررسی نقش باورهای زناشویی پرداختند و دریافتند که ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های دلبستگی می‌توانند از طریق شکل‌دهی به باورهای زناشویی، کیفیت رابطه را تحت تأثیر قرار دهند (Shahi et al., 2023). همچنین مطالعه‌ای توسط غفوری و همکاران نشان داد که متغیرهایی نظیر اضطراب مرگ و تنهایی نیز در تعامل با اضطراب عمومی، نقش پیش‌بین برای سازگاری زناشویی ایفا می‌کنند (Ghafouri et al., 2023).

ازدواج به عنوان یکی از مهم‌ترین مراحل تحول اجتماعی و روان‌شناختی در زندگی انسان‌ها، بنیان‌گذار ساختاری پایدار برای رشد فردی، خانوادگی و اجتماعی تلقی می‌شود. کیفیت زندگی زناشویی، که بر چگونگی روابط هیجانی، شناختی و رفتاری میان زوجین دلالت دارد، در سال‌های اخیر توجه بسیاری از روان‌شناسان و متخصصان علوم اجتماعی را به خود جلب کرده است. بر اساس دیدگاه‌های روان‌شناسی اجتماعی، کیفیت زندگی زناشویی نه تنها متأثر از عوامل عینی مانند وضعیت اقتصادی و سطح تحصیلات است، بلکه عمیقاً تحت تأثیر فرایندهای شناختی، هیجانی و بین فردی همچون اضطراب و باورهای غیرمنطقی قرار دارد (Hosseini et al., 2023).

اضطراب به عنوان یکی از شایع‌ترین اختلالات هیجانی، می‌تواند تأثیر منفی چشمگیری بر روابط بین فردی از جمله رابطه زناشویی داشته باشد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که اضطراب مداوم می‌تواند رضایت زناشویی را کاهش داده، ارتباط مؤثر بین زوجین را مختل کرده و منجر به تعارضات پی‌درپی شود (Whisman & Collazos, 2023). در همین راستا، مطالعه‌ای توسط بایرز و همکاران نشان داد که اضطراب در بافت‌های خاصی مانند روابط جنسی نیز می‌تواند رضایت زناشویی و کیفیت کلی روابط را به طور معناداری تحت تأثیر قرار دهد (Byers et al., 2023). همچنین یافته‌های مطالعات داخلی مانند پژوهش خران نیز تأیید می‌کند که اضطراب و افسردگی از جمله مهم‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های تعارضات زناشویی هستند (Khoran, 2021).

در کنار اضطراب، باورهای غیرمنطقی نیز نقش قابل توجهی در شکل‌گیری و استمرار مشکلات زناشویی ایفا می‌کنند. باورهای غیرمنطقی، شامل انتظارات غیرواقع‌بینانه، تعمیم افراطی، درک تحریف‌شده از نقش‌ها و مسئولیت‌ها، و گرایش به فاجعه‌سازی در روابط هستند که می‌توانند باعث تضعیف صمیمیت، کاهش همدلی و افزایش سوءتفاهم در زندگی زناشویی شوند (Tikdari

در مجموع، مروری بر مطالعات پیشین بیانگر آن است که اضطراب به عنوان یک مؤلفه هیجانی و باورهای غیرمنطقی به عنوان یک متغیر شناختی، در تعامل با یکدیگر می توانند رضایت، سازگاری و کیفیت زندگی زناشویی را در زوجین تحت تأثیر قرار دهند. بنابراین، بررسی هم زمان این دو عامل و نقش آن ها در کیفیت زندگی زناشویی می تواند به درک بهتر فرآیندهای روان شناختی موثر در روابط زناشویی و طراحی مداخلات بالینی مؤثر کمک شایانی نماید. پژوهش حاضر در همین راستا و با هدف بررسی رابطه میان اضطراب و باورهای غیرمنطقی با کیفیت زندگی زناشویی در دانشجویان متأهل انجام شد.

روش شناسی پژوهش

در این پژوهش از طرح تحقیق همبستگی استفاده شد تا رابطه بین اضطراب، باورهای غیر منطقی و کیفیت زندگی زناشویی در میان دانشجویان متأهل بررسی شود. جامعه آماری این تحقیق شامل کلیه دانشجویان متأهل مشغول به تحصیل در نیم سال اول تحصیلی سال ۱۴۰۳-۱۴۰۴ در بخش روان شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز بود. جهت تعیین حجم نمونه، از فرمول پیشنهادی تاباچنیک و فیدل ($N \geq 50 + 8M$) استفاده شد که بر اساس آن و با در نظر گرفتن دو متغیر پیش بین (اضطراب و باورهای غیرمنطقی و مولفه های مربوط به آن ها)، حداقل حجم نمونه لازم ۱۳۰ نفر برآورد شد. با این حال، برای ارتقاء اعتبار نتایج و کنترل احتمال ریزش آزمودنی ها، در نهایت ۱۶۰ نفر به صورت در دسترس از میان دانشجویان متأهل علاقه مند به شرکت در پژوهش انتخاب شدند.

برای جمع آوری داده ها از سه ابزار معتبر استفاده شد. نخست، پرسشنامه کیفیت زناشویی باسبی، کران، لارسن و کریستنسن (۱۹۹۵) به کار گرفته شد. این مقیاس شامل ۱۴ گویه و سه زیرمقیاس توافق، رضایت و انسجام است که کیفیت روابط زناشویی را مورد سنجش قرار می دهد. گویه ها در طیف لیکرت

در سطح بین المللی، مطالعاتی مانند تحقیق سادیک در حوزه ناباروری نیز بیانگر آن است که عوامل روان شناختی نظیر شفقت به خود، اضطراب و درماندگی روانی می توانند بر کیفیت زناشویی به ویژه در موقعیت های استرس زا تأثیرگذار باشند (Sadiq et al., 2022). از سوی دیگر، پژوهش هایی مانند ماردانی و همکاران نیز نشان داده اند که سبک های دلبستگی از طریق الگوهای ارتباطی گاتمن، نقش واسطه ای در ارتباط میان ساختارهای شناختی و رضایت زناشویی دارند (Mardani et al., 2021).

با توجه به مطالعات موجود، می توان دریافت که اضطراب و باورهای غیرمنطقی، هر یک به تنهایی و یا در تعامل با یکدیگر، کیفیت زندگی زناشویی را تحت تأثیر قرار می دهند. نتایج پژوهش هایی همچون بررسی کلبری و همکاران نیز نشان داد که برداشت زوجین از روابط والدین خود، سبک دلبستگی، اضطراب و درک از تعهد، در کنار باورهای غیرمنطقی می توانند کیفیت و سازگاری زناشویی را به صورت معناداری پیش بینی کنند (Kiani Chelmar et al., 2021). در این میان، پژوهش شیخ و همکاران نیز با مقایسه باورهای غیرمنطقی و نگرش نسبت به روابط پیش از ازدواج در میان دانشجویان، نشان داد که این باورها می توانند نقش مهمی در مهارت های تنظیم رابطه و تصمیم گیری برای ازدواج ایفا کنند (Sheykh et al., 2022).

در ادامه، پژوهش نامنی و همکاران نیز نشان داد که سبک های عشق و باورهای رابطه ای به طور معناداری تعهد زناشویی را پیش بینی می کنند و زمانی که باورهای غیرمنطقی در ارتباط وجود داشته باشد، احتمال ضعف در تعهد و رضایت زناشویی افزایش می یابد (Nameni et al., 2016). پژوهش معصرت مشهدی نیز نشان داد که باورهای غیرمنطقی تأثیر مستقیم و منفی بر سازگاری زناشویی دارند و اصلاح این باورها از طریق مداخلات درمانی می تواند منجر به بهبود روابط زوجین شود (Masarrat Mashhadi & Dowlatsahi, 2017).

۶ نقطه‌ای از "همیشه اختلاف داریم" (نمره ۰) تا "توافق دائم داریم" (نمره ۵) نمره‌گذاری می‌شوند. در پژوهش‌های پیشین، این ابزار از لحاظ روایی سازه و پایایی درونی مورد تأیید قرار گرفته است. در مطالعه حاضر نیز آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه برابر با ۰/۸۱ به دست آمد که نشان‌دهنده پایایی مناسب ابزار است. تفسیر نمرات بر اساس سه سطح کیفیت زناشویی پایین (۰ تا ۲۴)، متوسط (۲۴ تا ۳۵) و بالا (بالتر از ۳۵) انجام می‌شود.

دومین ابزار مورد استفاده پرسشنامه باورهای غیرمنطقی جونز (۱۹۶۹) بود. این ابزار شامل ۴۰ پرسش در چهار مؤلفه درماندگی در برابر تغییر، انتظار تأیید از دیگران، اجتناب از مشکل و بی‌مسئولیتی هیجانی است. شرکت‌کنندگان پاسخ‌های خود را در یک طیف لیکرت چهار درجه‌ای ارائه می‌دادند. این پرسشنامه در پژوهش‌های مختلف از نظر اعتبار مفهومی و همسانی درونی مورد تأیید قرار گرفته است و در این مطالعه نیز میزان آلفای کرونباخ برای آن مناسب گزارش شد.

در نهایت، برای سنجش سطح اضطراب از پرسشنامه اضطراب بک (BAI) استفاده شد که توسط بک و همکاران در سال ۱۹۹۰ تدوین شده است. این پرسشنامه شامل ۲۱ سؤال است که هرکدام از علائم ذهنی، بدنی و هراسی اضطراب را پوشش می‌دهند و بر اساس یک طیف چهار گزینه‌ای از ۰ (اصلاً) تا ۳ (شدید) نمره‌گذاری می‌شود. در این مطالعه، پایایی این ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۱ برآورد شد که نشان‌دهنده انسجام درونی قابل قبول آن بود.

برای گردآوری داده‌ها، ابتدا مجوزهای لازم از معاونت پژوهشی دانشکده اخذ شد. سپس، پرسشنامه‌ها به دو شیوه آنلاین و حضوری در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفت. در شیوه آنلاین، لینک پرسشنامه از طریق سامانه‌های آموزشی دانشگاه به ایمیل دانشجویان متاهل ارسال شد و از آن‌ها خواسته شد که پس از مطالعه راهنمای پرسشنامه‌ها، به سؤالات پاسخ دهند.

همچنین، جهت افزایش تنوع پاسخ‌ها، تعدادی از پرسشنامه‌ها به صورت فیزیکی و کاغذی در مکان‌هایی همچون کتابخانه‌ها، سالن‌های مطالعه و کافه‌تریاهای دانشگاه توزیع شد. قبل از توزیع، تأکید شد که تنها دانشجویان متأهل مجاز به شرکت در مطالعه هستند و بر محرمانه ماندن اطلاعات نیز تأکید شد.

در مرحله تجزیه و تحلیل داده‌ها، ابتدا از شاخص‌های آمار توصیفی همچون میانگین، انحراف معیار، کمینه و بیشینه برای توصیف ویژگی‌های جمعیت‌شناختی و نمرات متغیرها استفاده شد. سپس، جهت بررسی رابطه بین متغیرهای پیش‌بین (اضطراب و باورهای غیرمنطقی) با متغیر ملاک (کیفیت زندگی زناشویی)، از آزمون همبستگی پیرسون استفاده شد. همچنین، برای تحلیل همزمان تأثیر متغیرهای پیش‌بین و سنجش سهم هر یک از آن‌ها در تبیین کیفیت زندگی زناشویی، از رگرسیون چندگانه به روش ورود همزمان استفاده گردید. کلیه فرضیات آماری از جمله نرمال بودن توزیع، هم‌خطی چندگانه و استقلال خطاها پیش از اجرای تحلیل‌ها بررسی و کنترل شد. تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۲۶ صورت گرفت.

یافته‌ها

در بخش ویژگی‌های جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان، از مجموع ۱۶۰ دانشجوی متأهل، ۷۸ نفر (۸/۴۸ درصد) مرد و ۸۲ نفر (۲/۵۱ درصد) زن بودند. توزیع سنی شرکت‌کنندگان نشان داد که ۴۰ نفر (۲۵ درصد) در بازه سنی ۲۲ تا ۲۵ سال، ۸۰ نفر (۵۰ درصد) در بازه ۲۶ تا ۲۹ سال، ۲۸ نفر (۵/۱۷ درصد) در بازه ۳۰ تا ۳۳ سال و ۱۲ نفر (۵/۷ درصد) در بازه ۳۴ تا ۳۷ سال قرار داشتند. از نظر سطح تحصیلات، ۹۶ نفر از شرکت‌کنندگان (۶۰ درصد) در مقطع کارشناسی و ۴۰ نفر (۴۰ درصد) در مقطع کارشناسی ارشد مشغول به تحصیل بودند. این توزیع نشان‌دهنده تنوع مناسب در متغیرهای جمعیت‌شناختی نمونه مورد مطالعه است.

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد شاخص‌های مورد بررسی

متغیرهای پژوهش	شاخص	میانگین	انحراف استاندارد
کیفیت زندگی زناشویی	توافق	۱۶.۱۰۶۲	۱.۳۸۰۹۰
	رضایت	۱۳.۱۲۵۰	۱.۳۷۷۰۴
	انسجام	۷.۱۷۵۰	۰.۷۰۵۳۳
باورهای غیرمنطقی	درماندگی در برابر تغییر	۵۸.۹۲۷۰	۷.۰۵۲۹۹
	توقع تایید از دیگران	۴۱.۲۷۸۱	۳.۴۰۰۳۱
	اجتناب از مشکل	۱۸.۶۶۶۷	۳.۴۷۹۲۶
	بی‌مسئولیتی هیجانی	۴۱.۹۳۳۳	۳.۷۲۸۴۸
اضطراب	—	۲۷.۵۶۲۵	۴.۳۰۵۴۶

بر اساس یافته‌های توصیفی، میانگین مؤلفه‌های کیفیت زندگی زناشویی شامل توافق برابر با ۱۶.۱۱، رضایت برابر با ۱۳.۱۳ و انسجام برابر با ۷.۱۸ بود که نشان‌دهنده ارزیابی نسبتاً مطلوب کیفیت زندگی زناشویی در میان شرکت‌کنندگان است. در حوزه باورهای غیرمنطقی، بالاترین میانگین مربوط به مؤلفه درماندگی در برابر تغییر با میانگین ۵۸.۹۳ و کمترین میانگین مربوط به اجتناب از مشکل با مقدار ۱۸.۶۷ بود. مؤلفه‌های دیگر باورهای غیرمنطقی نیز شامل توافق برابر با ۴۱.۲۸، رضایت برابر با ۳۱.۲۷ و انسجام برابر با ۱۷.۵۶ بودند. در نهایت، میانگین نمره اضطراب شرکت‌کنندگان برابر با ۲۷.۵۶ با انحراف استاندارد ۴.۳۱ بود که بیانگر وجود سطح نسبتاً متوسطی از اضطراب در میان دانشجویان متأهل مورد مطالعه است. این نتایج اطلاعات اولیه‌ای درخصوص وضعیت متغیرهای پژوهش فراهم می‌سازد و زمینه را برای تحلیل‌های استنباطی بعدی فراهم می‌کند.

جدول ۲. نتایج آزمون همبستگی پیرسون برای بررسی رابطه بین اضطراب و باورهای غیرمنطقی با کیفیت زندگی زناشویی

متغیر	ضریب همبستگی (r)	سطح معناداری (p)
اضطراب	*-۰.۱۸۴	۰.۰۲۰
باورهای غیرمنطقی	**۰.۲۹۴	۰.۰۰۰

یافته‌های حاصل از آزمون همبستگی پیرسون نشان داد که بین اضطراب و کیفیت زندگی زناشویی رابطه معنادار و منفی وجود دارد ($r = -0.184$)، $p = 0.020$. این نتیجه نشان می‌دهد که با افزایش سطح اضطراب در دانشجویان متأهل، سطح کیفیت زندگی زناشویی آن‌ها به طور معناداری کاهش می‌یابد. همچنین، رابطه بین باورهای غیرمنطقی و کیفیت زندگی زناشویی نیز منفی و معنادار گزارش شد ($r = -0.294$)، $p = 0.000$. به طوری که هرچه میزان باورهای غیرمنطقی در افراد بیشتر باشد، کیفیت زندگی زناشویی آن‌ها پایین‌تر است. این یافته‌ها بیانگر آن است که هر دو متغیر اضطراب و باورهای غیرمنطقی از عوامل مهم تأثیرگذار بر کیفیت زندگی زناشویی محسوب می‌شوند و می‌توانند در تضعیف روابط زوجین نقش داشته باشند.

جدول ۳. خلاصه مدل رگرسیونی برای پیش‌بینی کیفیت زندگی زناشویی بر اساس اضطراب و باورهای غیرمنطقی

R	R ²	R ² تعدیل شده	انحراف خطای برآورد	دوربین واتسون
۰.۳۴۸	۰.۱۲۱	۰.۱۱۰	۲.۱۷۹۹۷	۲.۴۶۸

در پیش‌بینی متغیر وابسته است. همچنین مقدار آماره دوربین-واتسون برابر با ۲,۴۶۸ بوده که بیانگر عدم وجود خودهمبستگی در باقیمانده‌های مدل است و از این نظر مدل دارای اعتبار آماری قابل قبولی است.

یافته‌های جدول بالا نشان می‌دهد که مدل رگرسیونی شامل متغیرهای اضطراب و باورهای غیرمنطقی توانسته است حدود ۱۲,۱ درصد از واریانس کیفیت زندگی زناشویی را تبیین کند. مقدار R برابر با ۰,۳۴۸ و ضریب تعیین تعدیل‌شده ($R^2 \text{ adjusted}$) برابر با ۰,۱۱۰ نشان‌دهنده قدرت متوسط مدل

جدول ۴. ضرایب برآورد شده برای پیش‌بینی کیفیت زندگی زناشویی بر اساس اضطراب و باورهای غیرمنطقی

متغیر	B	Std. Error	Beta	t	p
ضریب ثابت	۴۷,۴۰۳	۲,۳۸۰	—	۱۹,۹۱۴	.۰۰۰
اضطراب	-۰,۰۹۹	۰,۰۴۰	-۰,۱۸۵	-۲,۴۶۸	.۰۱۵
باورهای غیرمنطقی	-۰,۰۵۲	۰,۰۱۳	-۰,۲۹۵	-۳,۹۴۲	.۰۰۰

رگرسیون چندگانه نیز نشان داد که هر دو متغیر اضطراب و باورهای غیرمنطقی به‌صورت معناداری قادر به پیش‌بینی کاهش کیفیت زندگی زناشویی هستند. به‌طور کلی، این نتایج نشان‌دهنده آن است که هم عوامل هیجانی مانند اضطراب و هم عوامل شناختی مانند باورهای غیرمنطقی می‌توانند نقش چشمگیری در تضعیف روابط زناشویی ایفا کنند.

هم‌راستا با یافته‌های این پژوهش، مطالعات متعددی نیز به تأثیر اضطراب بر کیفیت رابطه زناشویی پرداخته‌اند. برای مثال، پژوهش (Whisman & Collazos, 2023) نشان داد که افزایش اضطراب در زوجین با کاهش سطح رضایت زناشویی و افزایش احتمال فروپاشی رابطه همراه است. در پژوهش (Byers et al., 2023) نیز بیان شد که حساسیت اضطرابی در زمینه روابط جنسی می‌تواند تأثیر منفی بر بهزیستی جنسی و در نهایت کیفیت زندگی زناشویی داشته باشد. در ایران نیز مطالعه (Khoran, 2021) بر نقش اضطراب و افسردگی در ایجاد تعارض‌های زناشویی تأکید کرده و نشان داده است که زوجینی که سطوح بالایی از اضطراب را تجربه می‌کنند، معمولاً در برقراری ارتباط مؤثر و همدلانه با همسران خود دچار مشکل می‌شوند.

تبیین این رابطه را می‌توان با رجوع به نظریه‌های روان‌شناسی شناختی توضیح داد؛ از جمله اینکه اضطراب با تحریف در ادراک واقعیت، موجب

بر اساس جدول فوق، نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که هر دو متغیر اضطراب و باورهای غیرمنطقی اثر منفی و معناداری بر کیفیت زندگی زناشویی دارند. به‌طور مشخص، متغیر اضطراب با ضریب استاندارد شده Beta برابر با -۰,۱۸۵ و مقدار t برابر با -۲,۴۶۸، توانست به‌طور منفی کیفیت زندگی زناشویی را پیش‌بینی کند ($p = ۰,۰۱۵$). همچنین، باورهای غیرمنطقی نیز با ضریب استاندارد شده Beta برابر با -۰,۲۹۵ و مقدار t برابر با -۳,۹۴۲، تأثیر منفی قوی‌تری بر کیفیت زندگی زناشویی داشت ($p < ۰,۰۰۱$). بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که افزایش در سطوح اضطراب و شدت باورهای غیرمنطقی به‌صورت معناداری با کاهش کیفیت زندگی زناشویی دانشجویان متأهل مرتبط است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف اصلی پژوهش حاضر بررسی نقش اضطراب و باورهای غیرمنطقی در پیش‌بینی کیفیت زندگی زناشویی دانشجویان متأهل بود. یافته‌های به‌دست‌آمده از آزمون همبستگی پیرسون نشان داد که بین اضطراب و کیفیت زندگی زناشویی رابطه منفی و معناداری وجود دارد. همچنین، باورهای غیرمنطقی نیز با کیفیت زندگی زناشویی رابطه منفی و معناداری داشتند. تحلیل

مشخص شد که سبک‌های عشق و باورهای رابطه‌ای پیش‌بینی‌کننده تعهد زناشویی هستند و زمانی که باورهای غیرمنطقی در رابطه حضور داشته باشند، احتمال کاهش تعهد افزایش می‌یابد. این یافته‌ها نشان می‌دهد که باورهای غیرمنطقی نه تنها کیفیت رابطه را کاهش می‌دهند، بلکه فرایند تصمیم‌گیری، حل مسئله و ابراز هیجانات سالم در رابطه را نیز مختل می‌سازند.

پژوهش (Shahi et al., 2023) نیز در همین راستا به بررسی نقش سبک‌های شخصیتی و دلبستگی در شکل‌گیری باورهای زناشویی پرداخت و نشان داد که باورهای ناکارآمد و ناهماهنگ می‌توانند از طریق تأثیر بر سبک تعاملات زوجین، سطح تعارض و نارضایتی را افزایش دهند. همچنین در پژوهش (Masarrat Mashhadi & Dowlatsahi, 2017) آمده است که اصلاح باورهای غیرمنطقی از طریق آموزش‌های شناختی رفتاری، می‌تواند به بهبود قابل توجهی در سطح سازگاری زناشویی منجر شود. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که باورهای غیرمنطقی نه تنها یک متغیر تأثیرگذار، بلکه یک متغیر مداخله‌پذیر نیز هستند که می‌توانند هدف مداخلات درمانی قرار گیرند.

از سوی دیگر، پژوهش (Sadiq et al., 2022) که بر روی زنان مبتلا به ناباروری انجام شده، نشان داد که کیفیت زندگی زناشویی رابطه معناداری با سطوح اضطراب و پریشانی روانی دارد، و این یافته بر اهمیت سلامت روان در تقویت روابط زناشویی تأکید دارد. در مطالعه (Maia et al., 2021) نیز بیان شد که اضطراب اجتماعی و سبک‌های دلبستگی می‌توانند در نوجوانی و بزرگسالی، نگرش نسبت به ازدواج و رضایت از رابطه را شکل دهند. این نتایج در مجموع با یافته‌های پژوهش حاضر سازگار است و نشان می‌دهد که متغیرهای هیجانی و شناختی در تعامل پیچیده‌ای، بر کیفیت روابط زناشویی اثرگذار هستند.

از دیگر نکات قابل توجه در تحلیل یافته‌ها، تفاوت شدت پیش‌بینی‌کنندگی متغیرها است؛ به گونه‌ای که ضریب رگرسیون باورهای غیرمنطقی در مقایسه

تفسیر منفی از رفتارهای همسر می‌شود، که در نهایت منجر به کاهش اعتماد، افزایش سوءتفاهم و تنش‌های زناشویی می‌گردد. این تحلیل با یافته‌های پژوهش (Ghafouri et al., 2023) همخوانی دارد که نشان داد اضطراب در تعامل با متغیرهایی همچون تنهایی و معنای زندگی می‌تواند رضایت زناشویی را تضعیف کند.

در خصوص نقش باورهای غیرمنطقی، نتایج پژوهش حاضر نشان داد که باورهای غیرمنطقی سهم قابل توجهی در تبیین واریانس کیفیت زندگی زناشویی دارند. این یافته هم‌راستا با نتایج پژوهش (Filipović et al., 2016) است که در آن مشخص شد باورهای غیرمنطقی با ایجاد هیجانات ناکارآمد نظیر خشم، حسادت یا درماندگی، باعث افت سازگاری زناشویی می‌شوند. همچنین، پژوهش‌های داخلی همچون تحقیقات (Ganji et al., 2016) و (Pour Mohammad et al., 2014) نیز تأیید می‌کنند که باورهای غیرمنطقی نظیر انتظارات غیرواقع‌بینانه از همسر، تمایل به کنترل کامل رابطه، و ترس از عدم تأیید، می‌توانند به تنش در تعاملات زناشویی منجر شوند.

از منظر شناختی-رفتاری، این باورها معمولاً محصول تجارب اولیه خانوادگی، الگوهای فرهنگی و سبک‌های دلبستگی ناکارآمد هستند که بدون بازنگری و اصلاح، می‌توانند در روابط زناشویی استمرار یابند و باعث درگیری‌های مزمن شوند. در همین راستا، پژوهش (Momenzadeh et al., 2006) نیز به رابطه بین باورهای غیرمنطقی، سبک دلبستگی و سازگاری زناشویی پرداخته و نقش واسطه‌ای این متغیرها را در کاهش رضایت زوجین نشان داده است.

علاوه بر این، یافته‌های پژوهش حاضر با مطالعه (Fatehi & Kachouei, 2020) نیز همخوانی دارد که در آن نشان داده شد باورهای غیرمنطقی از طریق استراتژی‌های ناکارآمد تنظیم هیجان می‌توانند به فرسودگی زناشویی منجر شوند. همچنین، در پژوهش (Nameni et al., 2016)

با اضطراب بالاتر بود، که این موضوع می‌تواند نشان‌دهنده تأثیر عمیق‌تر و پایدارتر ساختارهای شناختی بر کیفیت روابط زناشویی در قیاس با متغیرهای هیجانی باشد. البته این یافته نیازمند تبیین‌های تکمیلی است، اما می‌تواند مبنایی برای توسعه مداخلات روان‌شناختی با تأکید بر بازسازی شناختی در بافت زناشویی تلقی شود.

با وجود دقت و طراحی علمی این پژوهش، برخی محدودیت‌ها قابل اشاره است. نخست آنکه نمونه پژوهش تنها شامل دانشجویان متأهل یک دانشگاه خاص در تهران بوده و تعمیم‌پذیری نتایج به سایر گروه‌های سنی، فرهنگی و جغرافیایی با احتیاط باید صورت گیرد. دوم آنکه روش نمونه‌گیری در دسترس بوده و احتمال سوگیری در انتخاب شرکت‌کنندگان وجود دارد. سوم، ماهیت خودگزارشی پرسشنامه‌ها ممکن است تحت تأثیر سوگیری پاسخ‌دهی یا ملاحظات اجتماعی شرکت‌کنندگان قرار گرفته باشد. همچنین، این مطالعه مقطعی بوده و امکان بررسی علیت میان متغیرها را محدود می‌سازد. برای غنای بیشتر ادبیات موجود، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آتی با استفاده از روش‌های طولی به بررسی تغییرات کیفیت زندگی زناشویی در طول زمان و در تعامل با عوامل شناختی و هیجانی بپردازند. همچنین، استفاده از طرح‌های آزمایشی برای مداخله بر باورهای غیرمنطقی و اضطراب می‌تواند تأثیرات علی این متغیرها بر کیفیت روابط را به طور دقیق‌تری مشخص سازد. گسترش دامنه نمونه به گروه‌های سنی مختلف، افراد با سوابق فرهنگی متفاوت، یا بررسی نقش میانجی متغیرهایی مانند سبک دلبستگی، تنظیم هیجان یا حمایت اجتماعی نیز می‌تواند به فهم عمیق‌تری از این سازه‌ها منجر شود.

بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر، توصیه می‌شود که در برنامه‌های مشاوره پیش از ازدواج یا آموزش‌های مهارت‌های زندگی، مؤلفه‌هایی نظیر مدیریت اضطراب، بازسازی باورهای ناکارآمد، و آموزش سبک‌های ارتباطی سالم گنجانده شود. همچنین روان‌درمانگران می‌توانند از رویکردهای

شناختی-رفتاری در جهت اصلاح باورهای غیرمنطقی و کاهش اضطراب برای ارتقاء کیفیت زندگی زناشویی زوجین بهره بگیرند. استفاده از کارگاه‌های گروهی برای آموزش شناخت‌های منطقی و مهارت‌های حل مسئله نیز می‌تواند در پیشگیری از تعارضات زناشویی مؤثر باشد.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

حمایت مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

موازن اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازن و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که در طی مراحل این پژوهش یاری رساندند تشکر و قدردانی می‌گردد.

References

- Byers, E. S., Olthuis, J. V., O'Sullivan, L. F., & Connell, E. M. (2023). Anxiety Sensitivity in the Sexual Context: Links between Sexual Anxiety Sensitivity and Sexual Well-Being. *Journal of sex & marital therapy*, 49(5), 550-562. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2022.2156955>
- Fatehi, N., & Kachouei, M. (2020). *The relationship between irrational communication beliefs and marital burnout: The mediating role of maladaptive cognitive emotion regulation strategies*. https://journals.mums.ac.ir/article_17721_a8edc80d98972f9e93f413bbefa477c0.pdf
- Filipović, S., Vukosavljević-Gvozden, T., & Opačić, G. (2016). Irrational Beliefs, Dysfunctional Emotions, and Marital

- Marital Adjustment in Couples in Isfahan. *Journal of Social Welfare*, 14(53), 179-193. <https://refahj.uswr.ac.ir/article-1-1645-en.html>
- Sadiq, U., Rana, F., & Munir, M. (2022). Marital Quality, Self-compassion and Psychological Distress in Women with Primary Infertility. *Sexuality and Disability*, 40(1), 167-177. <https://doi.org/10.1007/s11195-021-09708-w>
- Shahi, H., Hall, S. S., Amraei, K., Ghasemi, A., Karami, J., Sadeghi, S., & Boehnke, K. (2023). Do Personality and Attachment Predict Marital Beliefs? Investigating Young Adults in Iran. *Journal of Social and Personal Relationships*, 40(12), 4219-4243. <https://doi.org/10.1177/02654075231202940>
- Sheykh, S., Khosh konesh, A., Ebrahim Poor, T., & Pourdel, M. (2022). Comparison of Attitude and Tendency Toward Pre-Marital Relationship, Irrational Beliefs, and Self-Inhibition of Male and Female Students [Research]. *Journal of counseling research*, 21(81), 211-229. <https://doi.org/10.18502/qjcr.v21i81.9497>
- Tikdari Nejad, A., & Khezri Moghadam, N. (2017). Relationship between irrational beliefs and marital conflicts in couples based on Rational-Emotive Behavior Therapy. *Journal of Patient Safety & Quality Improvement*, 5(2), 526-530.
- Whisman, M. A., & Collazos, T. (2023). A longitudinal investigation of marital dissolution, marital quality, and generalized anxiety disorder in a national probability sample. *Journal of anxiety disorders*, 96, 102713. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2023.102713>
- Adjustment: A Structural Model. *Journal of Family Issues*, 37(16), 2333-2350. <https://doi.org/10.1177/0192513X15572384>
- Ganji, S., Khoshkonesh, A., & Pourebrahim, T. (2016). Relationship between marital adjustment and irrational beliefs in women and non-cosmetic surgery. *Electronic Journal of Biology*, 12(2), 196-201.
- Ghafouri, M. S., Zadeh Mohammadi, A., & Panaghi, L. (2023). Predicting marital adjustment based on loneliness, death anxiety and meaning of life in couples in Tehran. *Family Research*, 19(74), 217-235. https://jfr.sbu.ac.ir/article_103586.html
- Gonji, S., Khosh Kenesh, A., & Pour Ebrahim, T. (2015). Comparison of marital adjustment and irrational beliefs in women who have and have not undergone cosmetic surgery. *Women's and Family Cultural and Educational Quarterly*, 10(31), 146-131. <https://en.civilica.com/doc/1446427/>
- Hosseini, S., Bagheri, S., Sarmast, S., & Ghorban Nezaad, A. (2023). Investigating the mediating role of communication beliefs in the relationship between marital expectations and the quality of marital life in military families. *Military Psychology*, 14(2), 173-188. https://journals.ihu.ac.ir/article_208262.html?lang=en
- Khoran, F. (2021). The relationship between anxiety and depression with marital conflicts. Fifth National Conference on Law, Social Sciences, and Humanities, Psychology and Counseling, Shirvan. <https://civilica.com/doc/1232825/>
- Kiani Chelmari, A., Shahbazi, N., Hasanzade, A., & Jamshidian Naeini, Y. (2021). Predicting marital adjustment, satisfaction and Psychological Distress (depression and Anxiety) based on Perception of Parents marriage and Attachment Styles in Married Women. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*, 10(6), 1-10. <http://frooyesh.ir/article-1-2726-en.html>
- Maia, B., Coelho, C. V. G., Marques, M., & Carvalho, F. (2021). Associations Between Social Anxiety and Avoidance, Attachment Styles and Parental Marital Status, in Late Adolescence. *European Psychiatry*, 64(S1), S183-S183. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2021.484>
- 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 [Research Article]. *Iran J Psychiatry Behav Sci*, 15(2), e108339. <https://doi.org/10.5812/ijpbs.108339>
- Masarrat Mashhadi, Z., & Dowlatsahi, B. (2017). The Influence of Irrational Beliefs on Marital Adjustment. *Ravish Psychology Journal*, 6(1), 69-84. <https://www.sid.ir/paper/224196/en>
- Momenzadeh, F., Mazaheri, M., & Heydari, M. (2006). Relationship Between Irrational Beliefs, Attachment Styles and Marital Adjustment. *Journal of Family Research*, 1(4), 369. <https://www.magiran.com/paper/331971>
- Nameni, E., Abasi, F., & Zarei, A. Z. (2016). Predicting Marital Commitment on the Basis of Love Style and Relationship Beliefs [orginal]. *Social Welfare*, 16(60), 87-107. <http://refahj.uswr.ac.ir/article-1-2477-en.html>
- Nickl, K. L. (2006). *The Relationship between Irrational Beliefs and Marital Satisfaction* Submitted in partial fulfillment of the Requirement for the Degree of Doctor of Philosophy IN e ducation psychology Northent Arizona University].
- Pour Mohammad, M., Pahlevan Neshan, S., & Najafi Fard, T. (2014). The Relationship Between Irrational Beliefs and