

# پیش بینی بلوغ عاطفی بر اساس جو عاطفی خانواده کمال گرایی و استرس ادراک شده در زوج‌های جوان

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۱۰/۰۵ - تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۴/۱۰

## خلاصه

**مقدمه:** پژوهش حاضر با هدف بررسی پیش بینی بلوغ عاطفی بر اساس جو عاطفی خانواده و کمالگرایی و استرس ادراک شده در زوج‌های جوان انجام شد.

**روش کار:** مطالعه حاضر به لحاظ هدف کاربردی؛ از نظر ماهیت، توصیفی و از نظر روش تحقیق، همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه زوج‌هایی جوانی است که یکسال از ازدواج آنها گذشته و در بهار و تابستان ۱۴۰۲ به کلینیک‌های مشاوره شهر تنکابن مراجعه کردند و تعداد آنها ۲۳۰ زوج بوده است که بر اساس جدول مورگان ۱۴۰ نفر با روش نمونه‌گیری تصادفی ساده به عنوان نمونه پژوهش حاضر انتخاب و پرسشنامه‌های بلوغ عاطفی یا شوهر سینگ و بهار گاو (۱۹۹۱)، جو عاطفی خانواده هیلرن (۱۹۶۴)، کمالگرایی هیل و همکاران (۲۰۰۴) و استرس ادراک شده کوهن (۱۹۸۳) پاسخ دادند. پس از جمع‌آوری اطلاعات، داده‌ها با استفاده از روش تحلیل رگرسیون چند متغیره به روش گام به گام به کمک نرم افزار SPSS ویراست ۲۷ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

**نتایج:** نتایج نشان داد که بین کمالگرایی منفی و استرس ادراک شده با بلوغ عاطفی رابطه معنادار منفی و بین کمالگرایی مثبت و جو عاطفی خانواده با بلوغ عاطفی رابطه مثبت وجود دارد.

**کلمات کلیدی:** بلوغ عاطفی، جو عاطفی خانواده، کمالگرایی، استرس ادراک شده، زوج‌های جوان

پی‌نوشت: این مطالعه فاقد تضاد منافع می‌باشد.

مآئده مرتمی<sup>۱</sup>

الهه صادقی<sup>۲\*</sup>

<sup>۱</sup>کارشناسی ارشد روانشناسی شخصیت، گروه روانشناسی،  
موسسه آموزش عالی آیندگان، تنکابن، ایران.

<sup>۲</sup>استادیار، گروه روانشناسی، موسسه آموزش عالی آیندگان،  
تنکابن، ایران. (نویسنده مسئول)

**نویسنده مسئول:** الهه صادقی، استادیار، گروه  
روانشناسی، موسسه آموزش عالی آیندگان، تنکابن،  
ایران

Email: elahehsadeghi49@yahoo.com

## مقدمه

ازدواج و تشکیل خانواده یکی از مراحل حساس زندگی است (۱) و به عنوان اولین تعهد عاطفی و پیوند قانونی بین یک زن و مرد شناخته می‌شود (۲) این پیوند سه رکن اساسی را دربر می‌گیرد جذابیت، تعهد و تفاهم (۳). بر اساس نتایج پژوهش‌ها، عمدتاً عشق و محبت، داشتن شریک و همراه در زندگی، رضای انتظارات عاطفی، روانی و افزایش شادی و خشنودی از علل اصلی ازدواج است (۴). یکی از مولفه‌هایی که به عنوان عاملی مهم، نقشی محوری در زندگی زناشویی ایفا می‌کند، بلوغ عاطفی است (۵). بلوغ عاطفی توانایی افراد برای مدیریت عواطف خود و همچنین ارزیابی حالت‌های عاطفی دیگران در روابط بین فردی، به منظور اتخاذ تصمیمات و اقدامات مناسب تعریف می‌شود (۶). نتایج پژوهش‌ها بیان‌کننده‌ی این امر است که متغیر بلوغ عاطفی با همه‌ی متغیرهای زناشویی شامل درک و پذیرش همسر، ارتباط زناشویی، حل تعارض، مدیریت مالی، اوقات فراغت، روابط جنسی، روابط با فرزندان و اقوام و دوستان و جهت‌گیری مذهبی رابطه‌ی معنی‌داری دارد (۴). همچنین بلوغ عاطفی پیش‌بینی‌کننده‌ی مهمی برای سطح موفقیت و سازگاری افراد در زندگی نیز به‌شمار می‌آید (۷)؛ عوامل متعددی بر میزان بلوغ عاطفی افراد تأثیرگذارند، یکی از مهمترین آنها جو عاطفی خانواده است (۸). برخی از پژوهشگران، در پژوهش‌های خود به این نتیجه رسیده‌اند که خانواده مطلوب، احساس ارزشمندی، احساس تعلق و مورد عشق و علاقه بودن را فراهم می‌کند، در چنین خانواده‌هایی افراد فرصت بیشتری برای کسب استقلال و مسئولیت‌پذیری خواهند داشت (۶).

بنابراین جو عاطفی خانواده، به مجموع روابط و تعاملات عاطفی میان اعضای یک خانواده مانند بیان احساسات و علائق، نحوه‌ی ارتباط و طرز برخورد افراد با یکدیگر گفته می‌شود (۹). قطعاً عواملی در زندگی وجود دارند که سبب ایجاد استرس و نهایتاً تأثیرات منفی بر سلامت روحی و جسمی انسان می‌شوند. بی‌شک کمال‌گرایی به دلیل ویژگی‌های خود، نقشی مهم در ایجاد ماندگاری استرس دارد (۱). استرس ادراک شده حالت یا فرایندی روانشناختی است که طی آن فرد بهزیستی جسمی و روانشناختی

خود را تهدیدآمیز ادراک می‌کند در واقع ایجاد استرس بستگی به چگونگی برداشت و درک فرد از موقعیت و حوادث دارد (۱۰). امروزه پژوهش‌های انجام شده کمال‌گرایی را یک عامل موثر در بالا بودن میزان استرس می‌دانند (۳) کمال‌گرایی به مجموعه‌ای از عملکردهاست که با خود ارزیابی منفی انتقادات و سرزنش به خود همراه است (۲). اعتقاد بندورا (۱۹۸۲) معیارهای سخت برای ارزشیابی مداوم و اشکال افراطی از خود به واکنش‌های نابه‌هنجار و احساس بی‌ارزشی و بی‌هدفی می‌انجامد که این خود می‌تواند زمینه‌ساز استرس را در فرد فراهم نماید (۴) در واقع کمال‌گرایی منفی یک منبع دائمی استرس است زیرا این افراد همیشه خود را ملزم به بی‌نقص بودن می‌کنند (۱۱) لذا این انتظار بر شیوه‌های مقابله آنها در برابر موقعیت‌های استرس‌زا تأثیر و در اغلب اوقات آنها را ناکام می‌کند (۱۲) همچنین با توجه به اینکه زوجین جوان دارای انگیزه قوی برای کمال، معیارهای بالای غیرواقعی، کوشش اجباری و دارای تفکر همه‌یا هیچ در رابطه با نتایج به صورت موفقیت‌های تام یا شکست‌های تام می‌باشند؛ و این شرایط می‌تواند بلوغ عاطفی زوجین را تحت تأثیر خود قرار دهند (۱۳). در نهایت با در نظر گرفتن این موضوع که استرس در روابط زوجین می‌تواند بسیار مخرب و آسیب‌رسان باشد، چه در روابط بین زوج و چه در میزان سلامت روان آنها؛ مهم است که به بررسی آنها در غالب پژوهش و تحقیقات پرداخته شود (۱۴). از این رو با توجه به ضرورت بلوغ عاطفی و تأثیر آن بر تحمل تنش‌های زندگی، سازگاری اجتماعی و تأثیر بر ایجاد روابط عاطفی مناسب در زندگی فردی و زناشویی و به منظور جلوگیری از پیامدهای نامطلوب عدم دست‌یابی به رشد عاطفی بررسی این متغیر مهم و عوامل مرتبط با آن از اهمیت و ضرورت بالایی برخوردار است (۱۵)؛ ضمن اینکه نتایج و دست‌آوردهای این مطالعه می‌تواند برای روانشناسان و مشاوران زوج درمانگر و خانواده درمانگر بسیار مفید و کارآمد باشد. با توجه به موارد فوق‌الذکر، فرض پژوهش حاضر بر این است آیا بین جو عاطفی خانواده و کمال‌گرایی و استرس ادراک شده و بلوغ عاطفی زوج‌های جوان شهرستان رابطه وجود دارد؟

## روش کار

از نظر هدف این پژوهش از نوع تحقیقات کاربردی و از جنبه‌های گرد آوری داده‌ها و تحلیل آنها به روش غیر آزمایشی و از نوع طرح‌های همبستگی و از لحاظ گرد آوری داده‌ها کمی می‌باشد. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه زوج‌هایی جوانی است که یکسال از ازدواج آنها گذشته و در بهار و تابستان ۱۴۰۲ به کلینیک‌های مشاوره شهر تنکابن مراجعه کردند و تعداد آنها ۲۳۰ زوج بوده است که بر اساس جدول مورگان ۱۴۰ نفر با روش نمونه‌گیری تصادفی ساده به عنوان نمونه پژوهش حاضر انتخاب و پرسشنامه‌های بلوغ عاطفی یا شویر سینگ و بهارگاوا (۱۹۹۱)، جو عاطفی خانواده هیلبرن (۱۹۶۴)، کمال‌گرایی هیل و همکاران (۲۰۰۴) و استرس ادراک شده کوهن (۱۹۸۳) پاسخ دادند.

## ابزار اندازه‌گیری:

پرسشنامه بلوغ عاطفی یا شویر سینگ و بهارگاوا (۱۹۹۱) این پرسشنامه توسط شویر سینگ و بهارگاوا در سال ۱۹۹۱ تدوین گردید. این پرسشنامه ۴۸ سوال دارد و هدف آن برای ابعاد مختلف بلوغ عاطفی می‌باشد. نمره‌گذاری آن بر اساس درجه‌بندی لیکرت تنظیم شده است. مقیاس اندازه‌گیری این ابزار از هرگز تا خیلی زیاد متغیر است. نمره بین ۵۰ تا ۱۴۰ می‌باشد و هرچه نمره کمتر باشد ثبات عاطفی بیشتر و هرچه نمره بالاتر باشد ثبات عاطفی کمتر است. روایی این پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۶۷ گزارش شده است که این پرسشنامه بیشتر در کارهای پژوهشی مورد استفاده قرار می‌گیرد. (پوراگرامی، ۱۳۹۸)

## پرسشنامه جو عاطفی خانواده هیلبرن (۱۹۶۴)

این پرسشنامه توسط هیلبرن در سال ۱۹۶۴ ساخته شد و دارای ۱۶ سوال بوده و هدف آن ارزیابی جو عاطفی خانواده (رابطه پدر - فرزندی و رابطه خانواده - فرزندی می‌سجد. نمره‌گذاری آن بر اساس طیف پنج‌گزینه‌ای لیکرت بوده و گزینه، خیلی کم، کم، در حد متوسط، زیاد، خیلی زیاد به ترتیب دارای امتیاز ۱، ۲، ۳، ۴ و ۵ است. هر دو سؤال یکی از خرده مؤلفه‌های جو عاطفی را اندازه‌گیری می‌کنند نمرات کلی بالاتر نشان دهنده جو عاطفی بالاتر و بهتر در خانواده فرد پاسخ دهنده خواه بود و بالعکس. جمشیدی (۱۳۹۹) ضریب پایایی آزمون جو عاطفی خانواده را از

طریق آلفای کرونباخ و بازآزمایی محاسبه کرد که به ترتیب ۰/۸۷ و ۰/۸۳ هستند.

## پرسشنامه کمال‌گرایی هیل و همکاران (۲۰۰۴)

این پرسشنامه در سال ۲۰۰۴ توسط هیل و همکاران ساخته شده است. پرسشنامه کمال‌گرایی به سنجش میزان کمال‌گرا بودن افراد می‌پردازد. این پرسشنامه دارای ۵۹ سوال است که جواب هر سوال به صورت لیکرت چهار درجه‌ای از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم می‌باشد. حد پایین نمره ۵۸، حد متوسط نمرات ۱۷۴ و حد بالای نمرات ۲۳۲. هیل و همکاران، (۲۰۰۴) گزارش دادند که همسانی درونی پرسشنامه کمال‌گرایی هیل و همکاران بالا است که طیفی از ۰/۸۳ تا ۰/۹۸ برای همه خرده مقیاس‌ها را در بر می‌گیرد (لول و لیمکی ۲۰۰۹) در پژوهش جمشیدی و همکاران (۱۳۹۸) ضریب پایایی کل پرسشنامه کمال‌گرایی هیل و همکاران از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ بود و برای بررسی روایی مقیاس از تحلیل عاملی با روش مؤلفه‌های اصلی و چرخش واریماکس استفاده گردید.

## پرسشنامه استرس ادراک شده کوهن (۱۹۸۳)

مقیاس استرس ادراک شده در سال ۱۹۸۳ توسط کوهن، کمارک و مرملستین ساخته شده است و هر آیت‌م بر اساس یک مقیاس لیکرتی پنج درجه‌ای (هیچ، کم، متوسط، زیاد و خیلی زیاد) پاسخ داده می‌شود، این گزینه‌ها به ترتیب نمره ۰، ۱، ۲، ۳ و ۴ می‌گیرند. در پژوهش احمدیان (۱۳۹۸) ضرایب پایایی همسانی درونی از طریق ضریب آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های ادراک مثبت از تنیدگی، ۰/۷۱ و ادراک منفی از تنیدگی ۰/۷۵ به دست آمد. ضمن این که ضریب آلفا برای کل نمرات پرسشنامه ۰/۸۴ مشخص گردید.

## نتایج

داده‌ها در دو سطح آمار توصیفی و استنباطی مورد بررسی و سنجش قرار گرفته است. در سطح توصیفی، از جدول فراوانی و شاخص‌های میانگین و انحراف استاندارد و در سطح تحلیل (آمار استنباطی)، از ضریب همبستگی پیرسون، تحلیل رگرسیون چند متغیری استفاده شده است. در مرحله تحلیل، مقیاس بلوغ عاطفی

بلوغ عاطفی	۰/۷۱	۱۴۰	۰/۷۶
جو عاطفی خانواده	۰/۰۷۳	۱۴۰	۰/۰۶۸
کمال گرایی مثبت	۰/۰۵۸	۱۴۰	۰/۲
کمال گرایی منفی	۰/۰۷	۱۴۰	۰/۰۸
استرس ادراک شده	۰/۰۴۸	۱۴۰	۰/۲

ملاحظه می شود که مقدار معنی داری این آزمون در متغیرها، بیشتر از ۰/۰۵ می باشد در نتیجه نرمال بودن توزیع داده‌های این متغیر رد نمی شود. بدین ترتیب در مرحله آزمون فرضیه ها، استفاده از آزمون‌های پارامتری روا می باشد. ( $\text{sig} > 0.05$ ).

### جدول ۳. میانگین و انحراف معیار و ضریب همبستگی پیرسون بین

متغیرهای تحقیق

متغیر	M±SD	۱	۲	۳	۴	۵
۱- بلوغ عاطفی	۱۰۵/۳±۱۶/۴	۱				
۲- جو عاطفی خانواده	۷۰/۷±۹/۸	۰/۵۳۷**	۱			
۳- کمال گرایی مثبت	۸۰/۲۱±۱۷/۵	۰/۲۹۳**	۰/۴۲۵**	۱		
۴- کمال گرایی منفی	۱۲۳/۴±۱۷/۹	-۰/۳۸۸**			۱	
۵- استرس ادراک شده	۴۶/۶±۱۱/۲	-۰/۲۰۲**	-۰/۲۷۳**			۱

\*\* سطح معنی داری در سطح ۰/۰۱ \* سطح معنی داری در سطح ۰/۰۵

جدول ۳ شاخص‌های میانگین و انحراف معیار ( $M \pm SD$ ) و همبستگی پیرسون بین متغیرها را نشان می‌دهد. همانگونه که ملاحظه می‌شود در مقیاس بلوغ عاطفی، بر اساس یک پیوستار (۴۸-۲۴۰) نمره ای، میانگین ۱۰۵/۳ محاسبه شده است. بر اساس پیوستار (۱۶-۹۰) نمره ای، میانگین جو عاطفی خانواده ۷۰/۷ محاسبه شده است. میانگین مؤلفه ی کمال گرایی مثبت، بر اساس یک پیوستار (۲۲-۱۱۰) نمره ای ۸۰/۲۱، کمال گرایی منفی (۳۶-۱۸۰) نمره ای ۱۲۳/۴، استرس ادراک شده (۰-۵۶) نمره ای ۴۶/۶، محاسبه شده است. در روابط متغیرها با بلوغ عاطفی، بیشترین همبستگی، به میزان ۰/۵۳۷، متعلق به متغیر «جو عاطفی خانواده» می‌باشد. جهت رابطه مثبت است. به این معنی که با افزایش در یک متغیر بر میزان متغیر دیگر افزوده می‌یابد.

به عنوان متغیر ملاک، مقیاس‌های کمال گرایی (دو خرده مقیاس) جو عاطفی خانواده و استرس ادراک شده به عنوان متغیرهای مستقل (پیش بین) وارد تحلیل شده اند. پردازش و تحلیل داده ها با استفاده از بسته‌های نرم افزاری SPSS27، صورت گرفته است.

### جدول ۱. توزیع فراوانی درصدی پاسخگویان بر حسب ویژگی‌های دموگرافیک

متغیر	طبقات پاسخ	فراوانی	درصد
گروه سنی	۲۰-۳۰ سال	۶۶	۴۷/۱
	۳۱-۴۰ سال	۴۹	۳۵/۰
	۴۱ سال و بیش تر	۲۵	۱۷/۹
تحصیلات	دیپلم و کم تر	۴۱	۲۹/۳
	لیسانس	۷۲	۵۱/۴
تأهل	فوق لیسانس و بالاتر	۲۷	۱۹/۳
	کم تر از ۲ سال	۳۷	۲۶/۴
	۱۰-۲۰ سال	۶۷	۴۷/۹
	۱۱-۲۰ سال	۲۵	۱۷/۹
	۲۱ سال و بیش تر	۱۱	۷/۹
	کل هر متغیر	۱۴۰	۱۰۰

در جدول فوق توزیع فراوانی مشخصات دموگرافیک جمعیت نمونه ارائه شده است. در گروه سنی، بیشترین فراوانی به میزان ۴۷/۱ درصد متعلق به گروه سنی ۲۰-۳۰ سال است و گروه سنی «۴۱ سال و بیش تر» به میزان ۱۷/۹ درصد از کمترین فراوانی برخوردار است. در بخش تحصیلات، بیشترین میزان فراوانی پاسخگویان متعلق به طبقه لیسانس است. به عبارتی، ۵۱/۴ درصد معادل ۷۲ نفر از افراد نمونه را پاسخگویان با میزان تحصیلات لیسانس تشکیل می‌دهد کمترین فراوانی به میزان ۲۷ نفر معادل ۱۹/۳ درصد از افراد نمونه، مربوط به طبقه فوق لیسانس است. طبقه ی ۱۰-۲۰ سال به میزان ۴۷/۹ درصد بیشترین فراوانی را در بخش مدت زمان تأهل پاسخگویان به خود اختصاص داده است.

### جدول ۲. آزمون کالماگروف اسمیرنوف برای نرمال بودن داده ها

مقیاس	آماره	درجه آزادی	sig
-------	-------	------------	-----

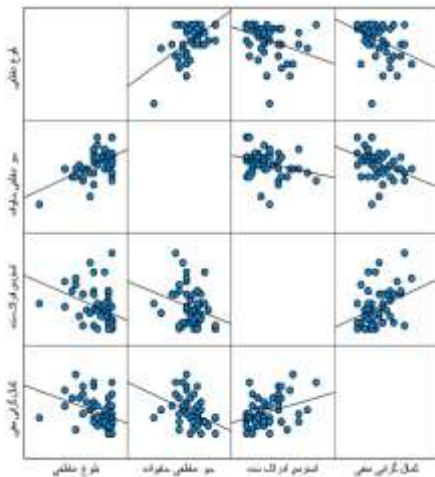
فرضیه اصلی: بین جو عاطفی خانواده و کمال‌گرایی و استرس ادراک شده با بلوغ عاطفی در زوج‌های جوان شهرستان تنکابن رابطه وجود دارد.  
برای سنجش فرضیه ی فوق از رگرسیون چندمتغیری به روش stepwise استفاده شده است. و نتایج آخرین مدل رگرسیونی در جدول ذیل گزارش شده است:

جدول ۴. شاخص‌های آماری تحلیل چند متغیره بلوغ عاطفی در آخرین

مدل رگرسیونی

مدل	R	R <sup>2</sup>	F	B	SE	t	sig
نهایی	.۵۹۹	.۳۵۸	۲۵/۳۱				.۰۰۰
مقدار ثابت				۲۴/۸۹	۹/۶	۲/۵	.۰۱
جو عاطفی خانواده				.۷۰۳	.۱۲	.۴۲۲	.۰۰۰
استرس ادراک شده				-.۲۸۷	.۱۰۸	-.۱۹۷	.۰۰۹
کمال‌گرایی منفی				-.۱۴۱	.۰۷۱	-.۱۵۴	.۰۴

بر حسب ضریب استاندارد، به ازای یک واحد تغییر در انحراف معیار جو عاطفی خانواده ۰/۴۲۲ به میزان بلوغ عاطفی افزوده می‌شود. متناسب با ضرایب استرس ادراک شده و کمال‌گرایی منفی به ترتیب ۰/۱۹۷ و ۰/۱۵۴. از میزان بلوغ عاطفی کاهش می‌یابد. این مقادیر به عنوان تأثیر خالص متغیرهای پیش بین در تغییرات بلوغ عاطفی می‌باشد. نمایش گرافیکی روابط در نمودار زیر ارائه شده است که بیانگر نوعی رابطه خطی می‌باشد.



نمودار ۱. پراکنش داده‌های متغیرهای پیش بین در رابطه با بلوغ عاطفی

در جدول ۴ خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون بلوغ عاطفی بر اساس متغیرهای پیش بین در آخرین مدل مشاهده می‌شود. همانگونه که نتایج نشان می‌دهد، از میان چهار متغیر مؤلفه وارد شده، کمال‌گرایی مثبت از مدل حذف شده است. متغیرهای پیش بین توانسته اند ۳۵/۸ درصد تغییرات بلوغ عاطفی را توضیح دهند. با توجه به مقدار (F=۲۵/۳۱) و (sig=.۰۰۰) این مدل از نظر آماری معنادار است (sig<.۰۱) به این معنا که متغیرهای وارد شده در مدل توانایی توضیح درصدی از تغییرات بلوغ عاطفی را دارا بوده و بین این متغیرها با بلوغ عاطفی رابطه معناداری وجود دارد. ضریب همبستگی چندگانه (R) مدل به میزان ۰/۵۹۹ محاسبه شده است که بیانگر همبستگی متوسط با متغیر ملاک است. مقدار ضرایب

جدول ۵. توزیع ضریب همبستگی پیرسون بین متغیرهای پیش بین و بلوغ عاطفی

متغیرها	بلوغ عاطفی	d.f	R <sup>2</sup>	t	sig
جو عاطفی خانواده	.۵۳۷	۱۳۸	.۲۸۸	۷/۴۷	.۰۰۰
کمال‌گرایی مثبت	.۲۹۳	۱۳۸	.۰۸۶	۳/۶	.۰۰۰
کمال‌گرایی منفی	-.۳۸۸	۱۳۸	.۱۵۱	-۴/۹۴	.۰۰۰
استرس ادراک شده	-.۳۶۵	۱۳۸	.۱۳۳	-۴/۶	.۰۰۰

جدول ۶. آزمون فرضیات فرعی

فرضیه	R	R <sup>2</sup>	t	sig
بین جو عاطفی خانواده و بلوغ عاطفی در زوج‌های جوان رابطه وجود دارد.	.۵۳۷	.۲۸۸	۷/۴۷	.۰۰۰
بین کمال گرایی مثبت و بلوغ عاطفی در زوج‌های جوان رابطه وجود دارد.	.۲۹۳	.۰۸۶	۳/۶	.۰۰۰
بین جو عاطفی خانواده و بلوغ عاطفی در زوج‌های جوان رابطه وجود دارد.	-.۳۸۸	.۱۵۱	-۴/۹۴	.۰۰۰
بین استرس ادراک شده و بلوغ عاطفی در زوج‌های جوان رابطه وجود دارد.	-.۳۶۵	.۱۳۳	-۴/۶	.۰۰۰

( $\text{sig} < .01$ ). جهت رابطه منفی است. بدین ترتیب، می‌توان گفت افزایش کمال گرایی منفی باعث کاهش بلوغ عاطفی می‌شود. ضریب تعیین محاسبه شده به میزان ۱۵۱/۱۵۱ نشان می‌دهد که دو متغیر به میزان ۱۵/۱ درصد تغییرات یکدیگر را توضیح می‌دهند.

فرضیه فرعی چهارم: بین استرس ادراک شده و بلوغ عاطفی در زوج‌های جوان رابطه وجود دارد.

نتایج آزمون همبستگی پیرسون بین استرس ادراک شده و بلوغ عاطفی نمایش داده شده است، ضریب همبستگی به میزان (۳۶۵/۰) محاسبه شده است. با توجه به مقدار ( $t = 4/6$ ) و ( $\text{sig} = .000$ ) رابطه از نظر آماری در سطح ۰۱/۰ و با ۹۹ درصد اطمینان معنی دار است. ( $\text{sig} < .01$ ). جهت رابطه منفی است. بدین ترتیب، می‌توان گفت افزایش استرس ادراک شده باعث کاهش بلوغ عاطفی می‌شود. ضریب تعیین محاسبه شده به میزان ۱۳۳/۱۳۳ نشان می‌دهد که دو متغیر به میزان ۱۳/۳ درصد تغییرات یکدیگر را توضیح می‌دهند.

### بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف جو عاطفی خانواده و کمال‌گرایی و استرس ادراک شده با بلوغ عاطفی در زوج‌های جوان شهرستان تنکابن انجام شد. نتایج نشان داد که از میان چهار متغیر مؤلفه وارد شده، کمال گرایی مثبت از مدل حذف شده است. متغیرهای پیش بین توانسته اند ۳۵/۸ درصد تغییرات بلوغ عاطفی را توضیح دهند. با توجه به مقدار ( $F = 25/31$ ) و ( $\text{sig} = .000$ ) این مدل از نظر آماری معنادار است ( $\text{sig} < .01$ ) به این معنا که متغیرهای وارد شده در مدل توانایی توضیح درصدی از تغییرات بلوغ عاطفی را دارا بوده و بین این متغیرها با بلوغ عاطفی رابطه معناداری وجود دارد. ضریب همبستگی چندگانه (R) مدل به

فرضیه فرعی اول: بین جو عاطفی خانواده و بلوغ عاطفی در زوج‌های جوان رابطه وجود دارد.

نتایج آزمون همبستگی پیرسون بین جو عاطفی خانواده و بلوغ عاطفی نمایش داده شده است، ضریب همبستگی به میزان (۵۳۷/۰) محاسبه شده است. با توجه به مقدار ( $t = 7/47$ ) و ( $\text{sig} = .000$ ) رابطه از نظر آماری در سطح ۰۱/۰ و با ۹۹ درصد اطمینان معنی دار است. ( $\text{sig} < .01$ ). جهت رابطه مثبت است. بدین ترتیب، می‌توان گفت بهبود جو عاطفی خانواده تأثیر مثبت بر بلوغ عاطفی دارد. ضریب تعیین محاسبه شده به میزان ۲۸۸/۲۸۸ نشان می‌دهد که دو متغیر به میزان ۲۸/۸ درصد تغییرات یکدیگر را توضیح می‌دهند.

فرضیه فرعی دوم: بین کمال گرایی مثبت و بلوغ عاطفی در زوج‌های جوان رابطه وجود دارد.

نتایج آزمون همبستگی پیرسون بین کمال گرایی مثبت و بلوغ عاطفی نمایش داده شده است، ضریب همبستگی به میزان (۲۹۳/۰) محاسبه شده است. با توجه به مقدار ( $t = 3/6$ ) و ( $\text{sig} = .000$ ) رابطه از نظر آماری در سطح ۰۱/۰ و با ۹۹ درصد اطمینان معنی دار است. ( $\text{sig} < .01$ ). جهت رابطه مثبت است. بدین ترتیب، می‌توان گفت افزایش کمال گرایی مثبت باعث بهبود بلوغ عاطفی می‌شود. ضریب تعیین محاسبه شده به میزان ۰۸۶/۰۸۶ نشان می‌دهد که دو متغیر به میزان ۸/۶ درصد تغییرات یکدیگر را توضیح می‌دهند.

فرضیه فرعی سوم: بین کمال گرایی منفی و بلوغ عاطفی در زوج‌های جوان رابطه وجود دارد.

نتایج آزمون همبستگی پیرسون بین کمال گرایی منفی و بلوغ عاطفی نمایش داده شده است، ضریب همبستگی به میزان (۳۸۸/۰) محاسبه شده است. با توجه به مقدار ( $t = 4/94$ ) و ( $\text{sig} = .000$ ) رابطه از نظر آماری در سطح ۰۱/۰ و با ۹۹ درصد اطمینان معنی دار است.

خود اشاره دارد و افراد با توجه به سبک‌های شخصی خود و تفسیر سازنده یا ناسازگاری با رخداد‌های زندگی، سطح استرس را درک می‌کنند (۱۶). بنابراین، این فرضیه می‌تواند بیان کند که جو عاطفی خانواده و کمال‌گرایی و استرس ادراک شده توان پیش‌بینی بلوغ عاطفی در زوج‌های جوان را دارد. به عبارتی دیگر، اثرگذاری این سه عامل می‌تواند در توانایی زوج‌های جوان در پیش‌بینی و تغییرات بلوغ عاطفی آن‌ها تأثیرگذار باشد، به خصوص زوج‌های جوانی که در حال شکل‌گیری هویت و استقلال خود هستند.

### تقدیر و تشکر

"این مقاله مستخرج از پایان‌نامه کارشناسی ارشد نویسنده اول در موسسه آموزش عالی آیندگان، تنکابن، ایران می‌باشد. موضوع پایان‌نامه در شورای آموزشی و تحصیلات تکمیلی موسسه آموزش عالی آیندگان با کدرهگیری ۲۳۰۶۵۰۸۰ در تاریخ ۱۴۰۲/۶/۱ به تصویب کمیته تخصصی گروه مربوطه رسید. در پایان از تمامی شرکت‌کنندگان در این پژوهش کمال تشکر و قدردانی را داریم.

### تعارض در منافع

نویسندگان اظهار می‌دارند هیچ‌گونه تعارض منافی در مورد این مقاله وجود ندارد.

میزان ۵۹۹/. محاسبه شده است که بیانگر همبستگی متوسط با متغیر ملاک است. مقدار ضرایب غیراستاندارد (B) نشان می‌دهد که تأثیر جو عاطفی خانواده در جهت مثبت و دو متغیر کمال‌گرایی منفی و استرس ادراک شده در جهت منفی می‌باشد. خانواده به عنوان نخستین نهاد اجتماعی نقش پایدار و تعیین‌کننده‌ای در شکل‌گیری رفتار، افکار و شخصیت افراد دارد (۷). جو عاطفی خانواده، شامل سبک و نوع روابط و ارتباطات خانوادگی، حس و حال عمومی خانواده و حمایت عاطفی می‌شود. (۸) بلوغ عاطفی، فرایند تحولی است که در آن افراد نه تنها درک عواطف خود را بالا برده و آن‌ها را به طور سالم و سازنده بیان می‌کنند، بلکه قادر به ایجاد روابط عمیق‌تر و محبت‌باورتر با دیگران همچون همسر خود نیز می‌شوند (۱۵). افرادی که از لحاظ عاطفی بالغ هستند کنترل عواطف خود را بر عهده دارند احساسات موجب تحریک آنها نمی‌شود و عواطف خود را در زمان مناسب نشان می‌دهند بنابراین توانایی نشان دادن عواطف در زمان مناسب از نشانه‌های بلوغ عاطفی است (۲۱) پژوهشگران کمال‌گرایی را یک ویژگی چندوجهی می‌دانند و بر بعد سالم آن تأکید دارند (۹) بعد سالم آن شامل انتظار معیارهای بالا برای عملکرد و اولویت‌قایل شدن برای نظم در زندگی است. (۱۱) همچنین ادراک استرس نیز به نحوه تفسیر و ادراک فرد از میزان و شدت استرس در زندگی

## منابع

- ۱) ابراهیمی، لقمان، حیدری، رقیه (۱۳۹۹) پیش بینی گرایش به طلاق عاطفی بر اساس ویژگی‌های شخصیتی، باورهای فراشناختی و بلوغ عاطفی زوجین، مجله تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره شماره ۷۴.
- ۲) بابایی، انسیه، حسین زاده، شیرین، گلستانی بخت، طاهره (۱۴۰۱) پیش بینی سازگاری اجتماعی دانش آموزان بر اساس سبک‌های فرزند پروری، کمال گرایی و تفکر خلاق، مجله مطالعات روانشناسی تربیتی، دوره ۱۹، شماره ۴۷، آبان ۱۴۰۱، صص ۱-۱۵.
- ۳) بابایی، شهلا، فتحی مقدم، قربان (۱۴۰۰) نقش جو عاطفی خانواده و استرس ادراک شده در پیش بینی ناگویی هیجانی دانش آموزان دبیرستان‌های دخترانه شهر خرمدره، ششمین کنفرانس بین المللی پژوهش‌های نوین در حوزه مشاوره، علوم تربیتی و روانشناسی ایران
- ۴) بدرگر، سمیرا؛ و هنرپروران، نازنین. (۱۳۹۸). مقایسه بلوغ عاطفی در افراد دارای گرایش به خیانت و افراد عادی. پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، ۴(۴۰)، ۱۷-۲۵.
- ۵) بیداری، فرزانه؛ و امیرفخرایی، آریتا؛ و زارعی، اقبال؛ و کرامتی، کرامت. (۱۴۰۱). اثربخشی طرحواره درمانی بر کمال‌گرایی و نگرش‌های ناکارآمد زنان دارای تعارض زناشویی با طرحوارهای ناسازگار اولیه. فصلنامه روانشناسی تحلیلی - شناختی، ۱۳(۴۹)، ۳۲-۱۹.
- ۶) جعفری هرنندی، رضا، رجایی، سیده فاطمه (۱۳۹۸) پیش بینی بلوغ عاطفی بر اساس جو عاطفی خانواده و میزان مذهبی بودن والدین در دانش آموزان دختر، مجله مطالعات روانشناسی تربیتی سال پانزدهم تابستان ۱۳۹۸ شماره ۳۴.
- ۷) چشمه علایی، مریم علی؛ و سامانی، سیامک؛ و سهرابی، نادره؛ و بقولی، حسین. (۱۴۰۲). الگوی علی دل زدگی زناشویی بر اساس بلوغ عاطفی و بلوغ اجتماعی. مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی ایلام، ۳۱(۱)، ۸۱-۹۴.
- ۸) حسینی میرصفی (۱۴۰۱) رابطه جو عاطفی خانواده با رشد مهارت‌های اجتماعی و پیشرفت تحصیلی، مجله مطالعات علوم رفتاری، دوره ۱۴، شماره ۵۱.
- ۹) خسروی، صدرا، جعفری، ایسودا (۱۴۰۰) پیش بینی نشخوار فکری و کمال گرایی بر اساس جو عاطفی خانواده در دانش آموزان، سومین کنفرانس بین المللی روانشناسی، مشاوره، تعلیم و تربیت، شماره ۲۴، صص ۱۲۱-۱۴۲.
- ۱۰) ذاکری، فاطمه؛ و صفاریان طوسی، محمدرضا؛ و نجات، حمید. (۱۳۹۸). نقش تعدیل کننده خودشفقتی در تاثیر ناگویی هیجانی و مشکلات بین فردی بر دل زدگی زناشویی در زنان ناسازگار. پژوهشنامه روانشناسی مثبت، ۵(۴)، ۵۰-۳۵.
- ۱۱) رضا نژاد، فاطمه، صادقی، جمال، اکبرتاجنبی الله (۱۴۰۲) رابطه جو عاطفی خانواده و بلوغ عاطفی با سلامت روان دانش آموزان، مجله پژوهش‌های کاربردی در مدیریت و علوم انسانی، دوره ۴، شماره ۱۰.
- ۱۲) رضی، امیرمحمد؛ اسدی مجره، سامره (۱۴۰۱). رابطه بین الگوهای ارتباطی و جو عاطفی خانواده با سرزندگی تحصیلی دانش آموزان: نقش میانجی تاب‌آوری تحصیلی. فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی، ۱۷(۶۷)، ۱۳۶-۱۲۷.
- ۱۳) قاسمی ورنیاب، بهناز؛ و رحمانی، محمدعلی؛ و زربخش بحری، محمدرضا؛ و ابوالقاسمی، شهنام. (۱۳۹۹). ارائه مدل ساختاری تعهد زناشویی بر اساس بلوغ عاطفی با میانجیگری صمیمیت و تحریف‌های شناختی بین فردی، فصلنامه علمی - پژوهشی سبک زندگی اسلامی با محوریت سلامت، ۴(۱)، ۱۳۳-۱۲۴.
- ۱۴) قربانی، نسرين و باقری حسین آبادی، شهره. (۱۴۰۰). اثربخشی خانواده درمانی کوتاه مدت ستیر بر ناگویی هیجانی و بلوغ عاطفی در زوجین متقاضی طلاق. سنجش و پژوهش در مشاوره و روان‌شناسی کاربردی، ۳(۳)، ۴۴-۳۳.
- ۱۵) مصباح، ایمان؛ و صدری دمیرچی، اسماعیل. (۱۴۰۲). پیش بینی تعهد زناشویی بر اساس الگوهای ارتباطی و جو عاطفی خانواده مبدأ با میانجی‌گری بلوغ عاطفی. رویش روان‌شناسی، ۱۲(۸)، ۴۵-۵۶.
- ۱۶) نارویی، فاطمه، کهرزایی، فرهاد، کردنمینی، بهمن (۱۴۰۲) رابطه جو عاطفی خانواده با مسئولیت‌پذیری و کمال گرایی تحصیلی در دانش آموزان مقطع متوسطه دوم شهرستان چابهار، اولین همایش بین المللی مشاوره، مددکاری اجتماعی و تعلیم و تربیت با رویکرد نگاهی به آینده.

17)-Atkinson, R. A. Atkinson, R. Thirty Smith, E.E. Bam, D. G. and Hogsma, S. N.(2018) The field of psychology of the Hilgard, (Translated by Brahnei, Mohammad Taghi, Birashk, Behrooz Bik, Mehrdad Zamani, Reza Shamsanlu, Saeed Shahriari, Mahnaz Karimi, Yousef Ghahan, Nissan. Mahyeddin, Mehdiand Hashemian, Kianoush) Tehran: Growth Publishing House.

18) -Hatamian, P. and Karami, J. (2018). The role of moderating social support in predicting the trend toward psychosocial use in relation to cognitive variables among nurses. Nursing Education Journal, 7(1), 1-9.

19) John, N. A., Seme, A., Roro, M. A., & Tsui, A.O. (2017). Understanding the meaning of marital relationship quality among couples in peri-urban Ethiopia. Cult Health Sex. 19(2): 267 -278.



- 20) Kuhn, T. (2016). *The structure of scientific revolutions*. Chicago: University of Chicago Press
- 21) Lee, Lisa. (2017). Dimension of perfectionism and life stress: Predicting symptoms of psychopathology. *Cognition Therapy Research*, 31(5): 573-587.
- 22) Lorca, A., Richaud, M. C., & Malonda, E. (2017). Parenting styles, prosocial, and aggressive behavior: The role of emotions in offender and non-offender adolescents. *Frontiers in psychology*, 8, 1246.
- 23) -Namazi, F. and Sohrabi, N. (2018). The role of mediating social adjustment among family patterns and adolescent mental health. *Journal of Educational Psychology*, 15(29), 237-256.
- 24) Negi, K. N., Rajkumari, Y., & Rana, M. (2022). A deep dive into metacognition: Insightful tool for moral reasoning and emotional maturity, *Neuroscience Informatics*, 2(4), <https://doi.org/10.1016/j.neuri.2022.100096>
- 25) Perry, N. B., Dollar, J. M., Calkins, S. D., Keane, S. P., & Shanahan, L. (2018). Childhood self-regulation as a mechanism through which early overcontrolling parenting is associated with adjustment in preadolescence. *Developmental psychology*, 54(8), 1542
- 26) Roper, S. W., Fife, S. T., & Seedall, R. B. (2020). The intergenerational effects of parental divorce on young adult relationships. *Journal of Divorce & Remarriage*, 61(4), 249–266. <https://doi.org/10.1080/10502556.2019.1699372>
- 27) Zonash R, Arouj K. Social Intolerance and Psychological Distress among Cardiac Patients: Moderating Role of Emotional Regulation. *Pak J Psychol Res* 2017:273-96

## Original Article

# Predicting emotional maturity based on family emotional atmosphere, perfectionism and perceived stress in young couples

Received: 26/12/2023 - Accepted: 30/06/2023

Maedeh Martami<sup>1</sup>  
Elaheh Sadeghi<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>M.A. Personality Psychology,  
Department of Psychology, Ayandegan  
Institute of Higher Education,  
Tonekabon, Iran.

<sup>2</sup> Assistant Professor, Department of  
Psychology, Ayandegan Institute of  
Higher Education, Tonekabon, Iran.  
(Corresponding author)

**Corresponding author:** Elaheh  
Sadeghi, Assistant Professor,  
Department of Psychology,  
Ayandegan Institute of Higher  
Education, Tonekabon, Iran.

Email:  
elahehsadeghi49@yahoo.com

### Abstract

**Introduction:** The present study was conducted with the aim of investigating the prediction of emotional maturity based on the emotional atmosphere of the family and perceived perfectionism and stress in young couples, which in terms of practical purpose; It was descriptive in nature and correlational in terms of research method. . The statistical population of the present study includes all young couples who have passed one year of marriage and visited the counseling clinics of Tunkabon city in the spring and summer of 1402, and their number is 230 couples, 140 of them according to Morgan's table, using a simple random sampling method. As an example of the current research, the selection and questionnaires of emotional maturity or Shewar Singh and Bhargava (1991), Hillburn's emotional atmosphere in the family (1964), Hill et al.'s perfectionism (2004) and Perceived stress was answered by Cohen (1983). After collecting the data, the data was analyzed using the step-by-step multivariate regression analysis method with the help of SPSS version 27 software. The results showed that There is a significant negative relationship between negative perfectionism and perceived stress with emotional maturity, and there is a positive relationship between positive perfectionism and emotional family atmosphere with emotional maturity.

**Key words:** emotional maturity, family emotional atmosphere, perfectionism, perceived stress, young couples

**Acknowledgement:** There is no conflict of interest