

فصلنامه روانشناسی زن

پاییز ۱۴۰۰، دوره ۲، شماره ۳ (پیاپی ۷)، صفحه‌های ۲۸-۱۴

تبیین علی طلاق عاطفی زنان متأهل: نقش راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان و فرسودگی زناشویی

مریم سرخابی عبدالملکی^۱، فریده دوکانه‌ای فرد^۲، معصومه بهبودی^۳

پذیرش مقاله: ۱۴۰۰/۰۷/۲۴

اصلاح مقاله: ۱۴۰۰/۰۶/۱۵

دریافت مقاله: ۱۴۰۰/۰۴/۱۸

چکیده

این پژوهش با هدف تبیین علی طلاق عاطفی زنان متأهل بر مبنای راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان و فرسودگی زناشویی انجام شد. پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی از نوع اکتشافی - متوالی و هدایت شده و جامعه آماری ۱۸۵۴ زن متأهل مراجعه کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران در سال ۱۳۹۸ بود که با روش نمونه‌گیری تصادفی چندمرحله‌ای ۳۷۵ زن بر اساس نرم افزار sample power انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش پرسشنامه‌های طلاق عاطفی گاتمن (۲۰۰۸)، راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) و فرسودگی زناشویی پاینز (۱۹۶۶) بود که بر روی نمونه مورد نظر اجرا شد. به منظور تحلیل داده‌ها، علاوه بر شاخص‌های آمار توصیفی، از روش آماری معادلات ساختاری smartpls استفاده شد. یافته‌های نتایج ضرایب استاندارد تحلیل مسیر مستقیم نشان داده است که بین راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان (۰/۶۹۴- β) با طلاق عاطفی رابطه معناداری وجود دارد و همچنین نتایج ضرایب استاندارد مسیر غیرمستقیم نشان داده است که بین فرسودگی زناشویی (۰/۶۹۴ β) با میانجی‌گری راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان با طلاق عاطفی زنان متأهل رابطه و شدت اثر مطلوبی وجود دارد. بر اساس یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه‌گیری کرد که نظم جویی شناختی هیجان در ارتباط بین فرسودگی زناشویی و طلاق عاطفی نقش واسطه‌ای دارد.

کلیدواژه‌ها: طلاق عاطفی، راهبردهای نظم جویی هیجانی، فرسودگی زناشویی

۱. دانشجوی دکتری مشاوره، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

۲. نویسنده مسئول: دانشیار گروه مشاوره، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران f.dokaneheefard@gmail.com

۳. استادیار گروه مشاوره، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

مقدمه

خانواده محل برآورده ساختن نیازهای مختلف جسمانی، عقلانی و عاطفی است و داشتن آگاهی از نیازهای زیستی، روانی و شناخت چگونگی برآورده کردن آنها ضرورتی انکارناپذیر و باعث تسهیل در امر رشد و تعالی در زندگی خانوادگی و اجتماعی و شغلی می شود (ادلتی و ردزون، ۲۰۱۰). با توجه به اینکه سلامت و پویایی خانواده ریشه در روابط زوجین دارد. براساس یافته های مختلف، بسیاری از مولفه های تهدید کننده رضایت زناشویی^۱ با عدم کارکرد سالم خانواده مرتبط است (تردول و گالد فارب، ۲۰۱۰؛ آفرایی، محمدی و صحرایی، ۲۰۱۳). کیفیت روابط زناشویی پدیده چندبعدی و شامل ابعاد گوناگون ارتباط زوج ها مانند سازگاری، رضایت، شادمانی، انسجام و تعهد در روابط را شکل دهد (یوسفی و سهرابی، ۱۳۹۵). روابط رضایت بخش بین زوجین از طریق علاقه متقابل، میزان مراقبت از همدیگر و تفاهم قابل سنجش است و می تواند بر سلامت خانواده (عزیزی، ۱۳۹۵) و از طرفی بر رشد و شکوفایی استعدادها، تکوین شخصیت، رشد جسمانی، شناختی، عاطفی و اخلاقی اعضای خانواده تأثیر گزار باشد (ماساریک و کانگر، ۲۰۱۷). با توجه افزایش تعداد زوج های مشکل دار، به هم خوردن تعادل خانواده ها، مختل شدن روابط زوجین و آمار بالای طلاق در این واحد اجتماعی، زنان بیش از سایر اعضا در معرض آسیب قرار دارند (صفریان، حاجی اربابی و عاشوری، ۲۰۱۵).

یکی از مهم ترین عامل های تنیدگی زا در خانواده و در روابط زوجین طلاق عاطفی^۲ است. طلاق عاطفی رابطه ای را توصیف می کند که در آن همسران، در محیط های اجتماعی خوب و صمیمی به نظر می رسند ولی در خلوت قادر به تحمل یکدیگر نیستند. طلاق عاطفی نه بعنوان یک اختلال مقطعی در زندگی زناشویی بلکه به صورت وضعیتی پایدار ظهور می یابد (موتاتایانو، ۲۰۱۵). طلاق عاطفی به علت نبود تعاملات مثبت با همسر، عدم تامین نیازهای عاطفی، نارضایتی جنسی، عدم جذابیت ظاهری، خیانت، مسائل مالی، بیماری های

مزمن، بد رفتاری فیزیکی و غیره به وجود می آید و منجر به بروز علائم اضطراب، افسردگی، احساس گناه، ناامیدی، کناره گیری از فعالیت های اجتماعی، نگرش بدبینانه و پایدار درباره خود، همسر و آینده می شود (لومینینتا، اسپرانتا، ۲۰۱۰). راهبردهای نظم جویی هیجانی به عنوان سبک شناختی-عاطفی در روابط بین زوجین در نظر گرفته می شود که عدم برون ریزی و راهبردهای نامناسب هیجانات منجر به ایجاد مشکلاتی در روابط زوجین می شود (باباخانی و رضایی، ۱۳۹۵). راهبردهای نظم جویی هیجانی به عنوان یک خصیصه شخصیتی در گستره هیجانات، موضوعی بسیار قابل ملاحظه است که آثار مشهود و نتایج غیرقابل انکاری بر روابط بین فردی داشته و می تواند گوشه ای از مسائل مربوط به روابط خانوادگی را در قالب روابط عاطفی بین دو فرد که پیمان زناشویی می بندند، روشن کند (بشارت، میرزایی، غلامعلی لواسانی و نقی پور، ۱۳۹۶). راهبردهای نظم جویی هیجانی یکی از عوامل اساسی بهرستی و کنش وری موفق بوده و نقش مهمی در سازگاری با وقایع استرس زای زندگی ایفا می کند و ممکن است کیفیت زندگی را تحت تاثیر قرار دهد. به عبارت دیگر، راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان، به نحوه تفکر افراد پس از بروز یک تجربه منفی یا واقعه آسیب زا برای آنها اطلاق می شود (پاتون، ۲۰۱۲). راهبردهای نظم جویی هیجانی نقش به سزایی در عملکرد روابط زناشویی ایفا می کند به طوری که راهبردهای نظم جویی هیجانی، شامل استفاده از استراتژی رفتاری و شناختی برای تغییر در مدت زمان یا شدت تجربه ی یک هیجان در پاسخ به نوع نیاز است که فرد از خود نشان می دهد (گراس و تامپسون، ۲۰۱۷). افراد در مواجهه با رویداد های استرس زا، از هیجانات متفاوتی برای اصلاح یا تعدیل تجربه ی هیجانی خود استفاده می کنند؛ آگاهی از هیجانها و چگونگی اثرگذاری این آگاهی در روابط بین فردی در زندگی زناشویی مؤثر است (سالستاد، ۲۰۱۷). محققان بر این باورند که توانایی درک و پذیرش افکار، احساس ها و

کارکردهای آن تاثیر می‌گذارد (مارشال، مائوریس-استام، تروستنبروگ و گروتنهايوس، ۲۰۱۶). آثار این آشفتگی‌ها و عوامل تنش‌زا در خانواده در قالب مشکلات فردی و خانوادگی بروز می‌کند که یکی از آنها فرسودگی - زناشویی است.

فرسودگی زناشویی در بین زوجین باعث ایجاد بی‌رمقی زناشویی می‌شود که بی‌رمقی زناشویی نشانه‌ای از خستگی هیجانی و بدبینی است (برملهوس، ترهاون، بکر و پیر، ۲۰۱۱). بررسی مک و ویلامز و بایلی (۲۰۱۰) نشان داد زوجینی که دچار بی‌رمقی زناشویی می‌باشند در برقراری ارتباط احساس ناایمن بودن و اضطراب می‌کنند و در کارکرد اجتماعی خود دچار تعارض می‌شوند و از سلامت روان پایینی برخوردارند. مهارت غنی‌سازی روابط، می‌تواند فرسودگی زناشویی و عوارض ناشی از آن را بهبود بخشد؛ از سوی دیگر زوج‌هایی که در رابطه خود فاقد فرسودگی زناشویی هستند از سلامت روان بالاتر و خورسندی بیشتری برخوردار هستند. در این خصوص می‌توان در نظر داشت که واکنش زوجین در زندگی زناشویی در مواجهه با عوامل آسیب‌رسان و استرس‌زا متفاوت است (وزیری نسب، ۱۳۹۴). ارزیابی و کارآمدی زوج‌درمانی بر کیفیت ارتباط زناشویی در بروز فرسودگی زناشویی از جمله بی‌رمقی جسمانی و اضطراب و کنش اجتماعی، افسردگی کارساز می‌باشد (جوکار کمال آبادی، ۱۳۹۱). بر همین اساس با افزایش تعارض در روابط زوجین، فرسودگی و حالتی از دلزدگی زناشویی افزایش یافته و نارضایتی بیشتری حاصل می‌شود. تعارض‌های زناشویی تأثیرات زیان‌باری بر سلامت جسمانی و روان‌شناختی و عاطفی خانواده می‌گذارد. پژوهش‌های صورت گرفته دو عامل برای فرسودگی زناشویی که شامل پریشانی و آشفتگی در روابط زناشویی است را شناسایی کرده‌اند: تعارض‌های زناشویی آشکار یا عدم توافق و دلزدگی و بی‌تفاوتی یا به عبارتی دلزدگی

عواطف یکدیگر در زندگی زناشویی با احساس رضایت مندی بیشتری همراه است. از این رو مردان و زنانی که سطح بالایی از رضایت مندی و صمیمیت را در رابطه با ازدواج خود گزارش می‌کنند در پیش‌بینی احساس‌ها و باورهای شریک زندگی خود بسیار دقیق هستند و ارزش‌ها و باورهای مشابهی درباره میزان نزدیکی و صمیمیت بین خود حفظ می‌کنند (بشارت و همکاران، ۱۳۹۶). موسوی و ایروانی (۲۰۱۱) نشان دادند که مؤلفه‌های بی‌ثباتی هیجانی^۱ و بازگشت هیجانی^۲ با رضایت زناشویی رابطه منفی دارند. کوچک انتظار، نورآینی و قنبری‌پناه (۲۰۱۱) و لوالیکار، کالکارنی و جاگتاپ (۲۰۱۰) نشان دادند که بین هیجان خواهی و رضایت زناشویی رابطه مثبت وجود دارد. کارن و تامارن (۲۰۱۰) نشان دادند که هیجان خواهی در خصوص (آگاهی هیجانی، تنظیم هیجانی و بیان هیجانی) در میزان رضایتمندی زناشویی زنان و مردان موثرند. بتول و خالد (۲۰۰۹) دریافتند که مؤلفه‌های خوش‌بینی، همدلی، بیانگری هیجانی، خودآگاهی هیجانی و کنترل تکانه از هیجان‌ات نقش مهمی در روابط زناشویی دارند. عبداللہی، کافی و شاه‌قلیان (۱۳۹۰) مشخص ساختند که هیجان خواهی با رضایت و سازگاری زناشویی رابطه مثبت معنی‌داری دارد. دوکانه‌ای‌فرد، بهبودی و خیاط‌خامنه (۱۳۸۹) نشان دادند که مؤلفه‌های روابط بین فردی، روابط درون فردی، سازگاری، کنترل تکانه و خلق عمومی هیجان‌ات در میزان رضایتمندی زناشویی زنان موثرند. راهبردهایی که افراد برای تنظیم هیجان‌اتشان استفاده می‌کنند، بصورت راهبردهای سازگارانه و ناسازگارانه موجب می‌شود که موجب می‌شود افراد با توجه به نوع طرز تفکرات خود در مواجهه با شرایط استرس‌زا از راهبردهای سازگارانه شامل پذیرش، تمرکز مجدد مثبت، ارزیابی مجدد مثبت، تمرکز بر برنامه ریزی، دیدگاه پذیرایی یا کم‌اهمیت‌شماری و یا راهبردهای ناسازگارانه شامل سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوار فکری و فاجعه‌نمایی استفاده نمایند (عیسی‌زاده، ۱۳۹۵). بنابراین خانواده مهم‌ترین نهاد جامعه است و ورود هر عامل تنش‌زایی بر

2. return emotional

1. emotional instability

امتیازات دیگران می دانند (کیانی، اسدی، اسماعیلی و زاوات، ۲۰۱۶).

در اهمیت این موضوع می توان بیان داشت که تفسیر و پیش بینی رفتار یک عضو از خانواده بدون در نظر گرفتن سایر اعضا خانواده دشوار است، بر همین اساس است که نوع سبک های دلپستگی افراد بر پایه تجربیات کسب شده در زندگی و باورهای فراشناختی حاصله که منجر به ایجاد شناخت احساسات مربوط به خود و در ارتباط با دیگران و یا خطاهای شناختی در بیان هیجانان و احساسات براساس راهبردهای کسب شده در ارضاء نیاز صورت می پذیرد که در روابط زناشویی بدلیل عدم درک متقابل زوجین در بیان احساسات، هیجانان و عواطف نسبت به یکدیگر موجب فرسودگی زناشویی و به دنبال آن فاصله عاطفی که منجر به ایجاد طلاق عاطفی می گردد منجر شود. با توجه به اهمیت و پیچیدگی مساله طلاق عاطفی و ظرفیت بالقوه راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان در فرسودگی زناشویی زوجین در توصیف، تبیین و اتخاذ اقدامات لازم در زمینه پیشگیری و درمان از منظر روانشناسی، همچنین با توجه به نتایج زیانبار طلاق عاطفی بر بهزیستی زوجین به دلیل نداشتن امنیت عاطفی در بروز هیجانان در زندگی مشترک بین زن و مرد پیامدهای ناگواری را ایجاد کرده است توجه خاصی مبذول داشت. بر همین اساس پژوهش حاضر در جهت بررسی تبیین علی طلاق عاطفی زنان متأهل بر اساس نقش راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان با فرسودگی زناشویی انجام شد.

روش پژوهش

جامعه آماری و نمونه های پژوهش

پژوهش حاضر یک پژوهش توصیفی از نوع همبستگی از نوع اکتشافی - متوالی و هدایت شده است که به ارائه مدلی برای تبیین علی طلاق عاطفی زنان بر اساس نقش راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان با فرسودگی پرداخته است. از همین رو، جامعه آماری این پژوهش از بین ۱۸۵۴ زن متأهل مراجعه کننده به خانه های سلامت شهر تهران در سال ۱۳۹۸ بود که

(هرینگتون، ۲۰۰۸). کایزر^۱، ۱۹۹۳ دلزدگی زناشویی را فقدان تدریجی دلپستگی عاطفی تعریف کرد که شامل کاهش توجه به همسر، بیگانگی عاطفی و افزایش احساس دلسردی و بی تفاوتی نسبت به همسر است و شامل سه مرحله می شود: (۱) سرخوردگی و ناامیدی: ویژگی بارز این مرحله سرخوردگی از روابط زناشویی است. در این مرحله، فرد دلزده سرخوردگی نسبت به همسرش را در سکوت کامل، نشخوار فکری می کند؛ (۲) خشم و تنفر: روشن ترین احساس در این مرحله، احساس تنفر است که به نظر می رسد ناشی از عود رفتارهای منفی و آسیب رسان زن و شوهر باشد. چرا که چشم پوشی از خطاهای همسر، که در مرحله اول کار آسانی بود، در این مرحله به سختی ممکن می شود؛ (۳) دلسردی و بی تفاوتی: فاصله گیری عاطفی و جسمی، مشخصه آخرین مرحله از فرایند فرسودگی زناشویی است. برخلاف مرحله قبل، خشم و نفرت تا حدی کاهش می یابد و سردی عاطفی به طور معنادار افزایش پیدا می کند. همچنین رفتارهای ترمیمی مراحل قبل به علت مقصر دانستن همسر در ایجاد مشکلات، در این مرحله صورت نمی پذیرد. فرسودگی زناشویی در یک رابطه زوجی به معنای نگرش منفی و غیر لذت بخشی است که زن و شوهر از جنبه های مختلف روابط زناشویی خود دارند (کوچکی امیرهنده، کربلایی محمد میگونی، ثابت، ۱۳۹۶). ساداتی، مهرابی زاده هنرمند و سودانی (۱۳۹۳) در پژوهشی نتیجه گرفتند تعارض های مکرر زناشویی بروز فرسودگی زناشویی را نیز تسهیل می کند. فرسودگی زناشویی پدیده پیچیده ای است که ضمن درگیر کردن بسیاری از زوج ها، از عوامل بسیاری از جمله تعارض زناشویی تأثیر می پذیرد. احمدی و زهراکار و داورنیا، رضایی (۱۳۹۴) در پژوهشی به این نتیجه دست یافتند که مداخلات زوج درمانی به شیوه خودتنظیمی می تواند به عنوان یک گزینه مداخله ای در کاهش فرسودگی زناشویی مورد استفاده قرار گیرد. همچنین درمانگران سیستمی تعارض زناشویی را تنازع بر سر تصاحب پایگاه، منافع قدرت، حذف

1. Kayser

اگر نمره فردی بالاتر از آن باشد در معرض خطر طلاق عاطفی قرار دارد و توصیه می‌شود که فرد مورد کمک حرفه‌ای توسط متخصصان مربوطه قرار گیرد. برای به دست آوردن روایی سازه از تحلیل عاملی به روش چرخشی واریماکس و آزمون اسکری استفاده شد و بدین صورت چهار عامل شناسایی شد: جدایی و فاصله از یکدیگر، احساس تنهایی و انزوا، نیاز به همراه و هم صحبت و احساس بی حوصلگی و بی‌قراری. بار عاملی همه گویه‌ها در دامنه ۰/۴۹ تا ۰/۸۰ قرار داشته و بار عاملی مقبولی دارند. کاتمن میزان اعتبار مقیاس طلاق عاطفی را ۰/۷۵ گزارش نموده است. بریدیت و همکاران (۲۰۱۰) در پژوهش خود ضریب اعتبار ابزار طلاق عاطفی را ۰/۸۳ بدست آورده‌اند. در پژوهش موسوی و رضازاده (۱۳۹۳) آلفای کرونباخ برای اعتبار مقیاس ۰/۹۳ ذکر شده است. در پژوهش مامی و عسگری (۱۳۹۳) آلفای کرونباخ برای پایایی پرسشنامه ۰/۸۷ ذکر شده است.

۲. پرسشنامه راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان^۳. پرسشنامه نظم جویی شناختی هیجان فرم کوتاه نسخه فارسی گارنفسکی بر مبنای پرسشنامه اصلی نظم جویی شناختی هیجانی (CERQ) و توسط گارنفسکی، کرایچ و اسپنهایون (۲۰۰۱) در کشور هلند تدوین شده است و یک پرسشنامه چند بعدی است که جهت شناسایی راهبردهای مقابله‌ای شناختی افراد پس از تجربه کردن وقایع یا موقعیتهای منفی مورد استفاده قرار می‌گیرد. بر خلاف سایر پرسشنامه‌های مقابله‌ای که به صورت آشکار بین افکار فرد و اعمال واقعی وی تمایز قائل نمی‌شوند، این پرسشنامه افکار فرد پس از مواجهه با یک تجربه منفی یا وقایع آسیب‌زا ارزیابی می‌کند. این پرسشنامه یک ابزار خودگزارشی است و دارای ۳۶ ماده می‌باشد. این پرسشنامه توسط گارنفسکی و کرایچ (۲۰۰۱) به منظور ارزیابی راهبردهای شناختی که هر فرد بعد از تجربه رخدادها یا تهدید کننده یا تیندگی‌های زندگی به‌کار می‌برد ابداع شده است. هدف آن سنجش

به روش نمونه‌گیری به صورت تصادفی چندمرحله‌ای^۱ و با توجه به احتمال اختلاف سطح فرهنگی، اجتماعی، طبقاتی و... ساکنین آن، خانه‌های سلامت شهر تهران به پنج منطقه شمال، جنوب، شرق، غرب و مرکز تقسیم شد و از هر منطقه تعداد پنج خانه سلامت به صورت تصادفی ساده انتخاب و از هر خانه سلامت تعداد ۱۵ زن متأهل به صورت غیر تصادفی، داوطلبانه و در دسترس به عنوان نمونه انتخاب شدند، به طور کلی از هر منطقه ۷۵ زن متأهل مراجعه کننده به خانه‌های سلامت به عنوان نمونه انتخاب شدند، حجم نمونه به نسبت جامعه آماری محاسبه شده صورت گرفت. در این پژوهش ملاک‌های ورود نمونه‌ها به پژوهش عبارت بودند از داشتن سن بین ۲۵ تا ۴۵ سال، طی ۶ ماه گذشته رویداد استرس‌زا مثل طلاق، فوت بستگان نزدیک، از دست دادن شغل، تصادف و... را تجربه نکرده باشند و همچنین داشتن حداقل یکسال و حداکثر ده سال زندگی مشترک و بیشتر را داشته باشند و ملاک‌های خروج از پژوهش هم داشتن سابقه بیماری عصبی، روانی و سابقه بستری در بیمارستان بدلیل بیماری‌های اعصاب و روان و ناقص و مخدوش بودن پرسشنامه‌ها بود. در ادامه بمنظور محاسبه حجم نمونه آماری براساس نرم افزار smartpls و با توجه به احتمال ۲۰ درصد افت آزمودنی‌ها تعداد نمونه ۳۷۵ نفر در نظر گرفته شد.

ابزار پژوهش

۱. پرسشنامه طلاق عاطفی^۲. یکی از ابزارهای رایج سنجش طلاق عاطفی، مقیاس طلاق عاطفی گاتمن (۲۰۰۸) که از کتاب موفقیت یا شکست در ازدواج گاتمن گرفته شده است. این مقیاس شامل جملاتی درباره جنبه‌های مختلف زندگی است که ممکن است فرد با آن موافق یا مخالف باشد. این مقیاس ۲۴ گویه دارد و به شیوه بله یا خیر باید به آن جواب داد. پاسخ بله امتیاز یک و پاسخ خیر صفر امتیاز می‌گیرد. حداقل نمره در این مقیاس صفر و حداکثر نمره ۲۴ است. هر چقدر میزان جواب‌های بله بیشتر باشد احتمال طلاق عاطفی بیشتر است. نقطه برش این پرسشنامه عدد ۸ است که

1. Emotional Divorce Questionnaire
3. Emotional Regulation Strategies Questionnaire

1. multistage sampling

از ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۲ گزارش شده است. همچنین در پژوهش حسینی (۱۳۹۸) آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۶۱ و برای راهبردهای منفی تنظیم هیجان و راهبردهای مثبت تنظیم هیجان به ترتیب ۰/۶۵ و ۰/۶۹ به دست آمد.

۳. پرسشنامه فرسودگی زناشویی^۱. مقیاس فرسودگی شریک زندگی یک ابزار خودگزارش دهی است که برای اندازه گیری درجه فرسودگی روابط بین زوج‌ها طراحی شده است. این مقیاس توسط پاینز (۱۹۹۶) ابداع شده است. این مقیاس ۲۱ ماده دارد که شامل ۳ جزء اصلی خستگی جسمی (مثلاً احساس خستگی، سستی و داشتن اختلالات خواب) از پا افتادن عاطفی (احساس افسردگی، ناامیدی، در دام افتادن) و از پا افتادن روانی (مثل احساس بی ارزشی، سرخوردگی و خشم به همسر) است. تمام این موارد روی یک مقیاس لیکرت هفت درجه‌ای نمره گذاری می‌شود. سطح ۱ معرف عدم تجربه عبارت مورد نظر و سطح ۷ معرف تجربه زیاد عبارت مورد نظر است. برای بدست آوردن میزان فرسودگی بین زوج‌ها دستورالعمل زیر اجرا می‌گردد: مرحله اول: امتیازهایی که به مواد ۲۱-۱۸-۱۷-۱۶-۱۵-۱۴-۱۳-۱۲-۱۱-۱۰-۹-۸-۷-۵-۴-۲-۱ داده شده‌اند با هم جمع می‌شوند. مرحله دوم: امتیازهایی که به مواد ۳، ۶، ۱۹، ۲۰، ۲۱ داده شده‌اند با هم جمع می‌شوند. مرحله سوم: امتیاز مرحله دوم از عدد ۳۲ کم می‌شود. مرحله چهارم: امتیاز اول با مرحله سوم جمع می‌شود. مرحله پنجم: عدد مرحله چهارم بر عدد ۲۱ تقسیم می‌شود. عدد حاصل درجه فرسودگی را نشان می‌دهد. لازم به ذکر است که اعداد بزرگتر بیانگر میزان فرسودگی بالاتر هستند.

ارزیابی ضریب اعتبار مقیاس فرسودگی زناشویی نشان داده است که این مقیاس دارای همسانی درونی در دامنه ۰/۸۴ و ۰/۹۰ است. روایی به وسیله همبستگی‌های منفی با ویژگی‌های ارتباطی مثبت به تایید رسیده است مانند: نظر مثبت در مورد ارتباط، کیفیت مکالمه، احساس امنیت، خود

زیرمقیاس‌های نظم‌جویی شناختی هیجان (ملاطت خویش، پذیرش، نشخوارگری، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، دیدگاه گیری، فاجعه سازی، ملاطت دیگران) است. نمره گذاری بر مبنای لیکرت پنج درجه‌ای از هرگز تا همیشه (هرگز ۱ تا همیشه ۵) صورت می‌گیرد. نمره هر راهبرد از طریق جمع نمره‌های داده شده به هر یک از راهبردها به دست می‌آید. دامنه نمره‌ها برای هر زیرمقیاس از ۴ تا ۲۰ است. جمع کل نمره‌ها در دامنه‌ای از ۳۶ تا ۱۸۰ نمره است. در بررسی مشخصات روان سنجی آزمون گارنفسکی و کرایچ (۲۰۰۱) پایایی آزمون را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب برابر با ۰/۹۱، ۰/۸۷، ۰/۹۳ به دست آوردند. اعتبار پرسشنامه براساس همسانی درونی، توسط گارنفسکی، کرایچ (۲۰۰۶) در راهبردهای تنظیم منفی شناختی هیجان برابر ۰/۶۵ و در راهبردهای تنظیم مثبت شناختی برابر ۰/۶۸ و اعتبار کل پرسشنامه براساس ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۸۰ گزارش شده بود. روایی همگرا پرسشنامه از طریق محاسبه همبستگی بین فرم کوتاه و بلند این پرسشنامه توسط گارنفسکی، کرایچ (۲۰۰۶) در خصوص نه عامل سرزنش خود، سرزنش دیگران، فاجعه آمیز کردن، نشخوار فکری، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی پذیرش، تمرکز مثبت و ارزیابی مثبت مطلوب گزارش شده بود. سامانی و جوکار (۱۳۸۶) اعتبار این پرسشنامه را ۰/۸۲ گزارش کرده اند برای محاسبه ضریب روایی همزمان، از سه عامل افسردگی، استرس و اضطراب که هر یک از عامل‌ها به عنوان اختلال هیجانی در نظر گرفته شده بودند مورد ارزیابی قرار گرفته که نتایج روایی همزمان سازه به ترتیب ضرایب ۰/۶۸، ۰/۸۵ مطلوب گزارش شده بود. در پژوهش حاضر اعتبار پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۶ بدست آمد. در ایران نیز روایی آزمون از طریق همبستگی نمره کل با نمرات زیر مقیاس‌ها آزمون بررسی شد که دامنه‌ای از ۰/۴۰ تا ۰/۶۸ با میانگین ۰/۵۶ را در برمی‌گرفت (حسینی، ۱۳۹۸). پایایی پرسشنامه در فرهنگ ایرانی توسط یوسفی (۱۳۸۲) با استفاده

1. Couple Burnout Questionnaire

ناقص ۳۵۰ پرسشنامه مورد تحلیل قرار گرفته شد. در نهایت تعداد ۳۵۰ پرسشنامه کامل در محیط نرم افزار SPSS و نرم افزار مدل‌یابی Smart PLS ۸٫۳ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها

میانگین و انحراف معیار سن زنان شرکت‌کننده ۳۹/۷۸ (۲/۸۴) بود که بیشترین درصد پاسخ‌دهندگان ۳۵/۴۲ درصد زنان از لحاظ سنین بالاتر از ۴۵ سال و کمترین درصد پاسخ‌دهندگان ۳/۴۲ بین ۲۵ تا ۳۰ سال بودند. همچنین بیشترین درصد پاسخ‌دهندگان ۳۹/۱۴ درصد زنان دارای مدرک لیسانس و کمترین درصد پاسخ‌دهندگان ۳/۴۲ درصد زنان دارای مدرک دکترا بودند. بیشترین درصد پاسخ‌دهندگان ۲۷/۷۱ درصد زنان دارای مدت تأهل بالاتر از ۲۶ سال و کمترین درصد پاسخ‌دهندگان ۴/۵۷ درصد زنان از لحاظ مدت تأهل زیر ۵ سال بودند و بیشترین درصد پاسخ‌دهندگان ۲۹/۴۲ دارای سه فرزند و کمترین درصد پاسخ‌دهندگان ۲/۵۷ درصد بدون فرزند بودند. همچنین بیشترین درصد پاسخ‌دهندگان ۳۹/۴۲ درصد زنان از لحاظ وضعیت شغلی خانه‌دار و کمترین درصد پاسخ‌دهندگان ۴/۸۵ درصد از لحاظ وضعیت شغلی رسمی بودند.

شکوفایی، احساس هدفمندی، کشش و جاذبه عاطفی نسبت به همسر و کیفیت رابطه جنسی آنها. نسخه‌های ترجمه شده مقیاس به طور موفقیت آمیزی در مطالعات بین فرهنگی در نروژ، مجارستان، مکزیک، اسپانیا، پرتغال، فنلاند و اسرائیل استفاده شده است (پانیز و نانز، ۲۰۰۳، لائس و لائس ۲۰۰۱). اعتبار با استفاده از شیوه آزمون - بازآزمون ۰/۸۹ برای یک دوره یک ماهه، ۰/۷۶ برای یک دوره دو ماهه، و ۰/۶۶ برای دوره چهارماهه بود. تداوم درونی برای اغلب آزمودنی‌ها با ضریب ثابت آلفا سنجیده شد، که بین ۰/۹۱ تا ۰/۹۳ بود (پانیز، ۱۹۹۶). در ایران نیز نویدی (۱۳۸۴) آلفای کرونباخ این مقیاس را در مورد ۲۴۰ نمونه ۱۲۰ پرستار و ۱۲۰ معلم اندازه‌گیری کرد و ضریب اعتبار را ۰/۸۶ به دست آورد. همچنین در پژوهش حسینی (۱۳۹۸) آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۷۵ به دست آمد.

شیوه اجرا. با توجه به اینکه پژوهش حاضر از نوع همبستگی و همخوانی است، طبق اصول صحیح و علمی و بر اساس نرم افزار sample power و با توجه به احتمال ۲۰ درصد افت آزمودنی‌ها تعداد نمونه ۳۷۵ نفر در نظر گرفته شد و پرسشنامه‌ها در بین آزمودنی‌ها توزیع شد که از بین پرسشنامه‌های انجام شده با خارج نمودن پرسشنامه‌های

جدول ۱. شاخص‌های گرایش به مرکز و پراکندگی و توزیع نرمال متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	ضریب کشیدگی	ضریب کجی	خطای معیار
طلاق عاطفی	۳۵/۲۷	۷/۴۱	۱/۲۵	-۰/۵۲	۰/۲۴
سرزنش خود	۱۸/۴۴	۶/۶۹	۳۲۱/۱	-۰/۶۲	۰/۳۴
سرزنش دیگران	۱۳/۲۱	۴/۲۱	۲۲۱/۱	-۰/۴۲	۰/۲۷
فاجعه آمیز کردن	۱۷/۶۴	۵/۴۳	۴۱/۱	-۰/۵۷	۰/۳۲
نشخوار فکری	۱۹/۷۹	۷/۵۲	۴۳۱/۱	-۰/۶۵	۰/۳۶
تمرکز مجدد بر برنامه ریزی	۲۳/۱۵	۹/۷۶	۵۶۱/۱	-۰/۸۷	۰/۴۲
پذیرش	۱۲/۰۸	۳/۲۱	۶۵۱/۱	۰/۷۱	۰/۳۲
تمرکز مثبت	۱۳/۱۰	۴/۰۹	۸۲۱/۱	۰/۸۴	۰/۴۲
ارزیابی مثبت	۱۲/۳۲	۳/۵۲	۷۴۱/۱	-۰/۷۲	۰/۳۵
کم اهمیت شماری	۱۰/۶۹	۲/۴۳	۱/۴۷۶	-۰/۶۲۷	۰/۲۷۶
خستگی جسمی	۳۰/۷۸	۶/۶۵	۳۲۱/۱	-۰/۶۸	۰/۲۸

از پا افتادن عاطفی	۳۴/۶۳	۹/۶۳	۸۹۱/	-۰/۸۶	۰/۳۴
از پا افتادن روانی	۳۲/۲۹	۷/۵۷	۷۵۱/	-۰/۷۴	۰/۳۱
فرسودگی زناشویی	۶۰/۵۸	۱۱/۱۳	-۰/۶۸	-۱/۵۹	۰/۴۱

از پا افتادن عاطفی و کمترین میانگین مربوط به خستگی جسمی است. از آنجایی که میزان ضریب کجی بین (۲ و -۲) می باشد، عنوان می شود که توزیع فوق نرمال است و از میانگین به عنوان مناسب ترین شاخص آمار پارامتریک می توان استفاده کرد.

بیشترین میانگین در رابطه با طلاق عاطفی در زنان برابر با ۳۵/۲۷ و انحراف معیار ۷/۴۱ به دست آمده است. بیشترین میانگین در رابطه با مولفه های راهبردهای شناختی هیجان در زنان مربوط به مولفه تمرکز مجدد بر برنامه ریزی و کمترین میانگین مربوط به راهبردهای پذیرش است. بیشترین میانگین در رابطه با مولفه های فرسودگی زناشویی در زنان مربوط به

جدول ۲ معناداری روابط و شدت و جهت متغیرها و مولفه های آن با حضور متغیر میانجی

نتیجه	ضرایب معناداری T	Pvalues	ضرایب استاندارد	مدل
معنادار	۱۳/۱۳	۰/۰۰۱	۰/۷۱۵	سرزنش خود -> طلاق عاطفی
معنادار	۱۰/۸۵	۰/۰۰۱	۰/۶۴۵	فرسودگی زناشویی -> سرزنش خود
معنادار	۱۰/۷۸	۰/۰۰۱	۰/۶۴۷	سرزنش دیگران -> طلاق عاطفی
معنادار	۸/۷۴	۰/۰۰۱	۰/۵۶۹	فرسودگی زناشویی -> سرزنش دیگران
معنادار	۱۲/۳۷	۰/۰۰۱	۰/۶۹۵	فاجعه آمیز کردن -> طلاق عاطفی
معنادار	۹/۶۸	۰/۰۰۱	۰/۵۸۷	فرسودگی زناشویی -> فاجعه آمیز کردن
معنادار	۱۳/۶۳	۰/۰۰۱	۰/۷۲۳	نشخوار فکری -> طلاق عاطفی
معنادار	۱۱/۷۴	۰/۰۰۱	۰/۶۷۲	فرسودگی زناشویی -> نشخوار فکری
معنادار	۱۵/۷۳	۰/۰۰۱	۰/۷۹۸	تمرکز مجدد بر برنامه ریزی -> طلاق عاطفی
معنادار	۱۳/۲۳	۰/۰۰۱	۰/۷۵۴	فرسودگی زناشویی -> تمرکز مجدد بر برنامه ریزی
معنادار	۱۰/۷۵	۰/۰۰۱	-۰/۶۷۳	پذیرش -> طلاق عاطفی
معنادار	۸/۷۴	۰/۰۰۱	-۰/۶۵۰	فرسودگی زناشویی -> پذیرش
معنادار	۱۳/۲۵	۰/۰۰۱	-۰/۷۲۱	تمرکز مثبت -> طلاق عاطفی
معنادار	۱۱/۲۳	۰/۰۰۱	-۰/۷۰۴	فرسودگی زناشویی -> تمرکز مثبت
معنادار	۱۰/۶۹	۰/۰۰۱	-۰/۶۷۵	ارزیابی مثبت -> طلاق عاطفی
معنادار	۸/۳۲	۰/۰۰۱	-۰/۶۳۸	فرسودگی زناشویی -> ارزیابی مثبت
معنادار	۸/۶۵	۰/۰۰۱	-۰/۶۲۷	کم اهمیت شماری -> طلاق عاطفی
معنادار	۶/۶۴	۰/۰۰۱	-۰/۶۱۲	فرسودگی زناشویی -> کم اهمیت شماری
معنادار	۱۲/۲۲	۰/۰۰۱	۰/۷۲۶	فرسودگی زناشویی -> طلاق عاطفی

فرسودگی زناشویی برای دو متغیر راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان و طلاق عاطفی نقش میانجی گری جزئی دارد. همچنین در خصوص هر یک از مولفه های راهبردهای نظم جویی هیجانی (سرزنش خود، سرزنش دیگران، فاجعه آمیز کردن، نشخوار فکری، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی،

نتایج ضرایب معناداری بدست آمده نشان می دهد که مسیر غیر مستقیم بین راهبردهای نظم جویی هیجانی و میانجی گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار می باشد. نتایج شمول واریانس یا VAF(۰/۴۰۳) نشان داده است که

ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است.

آزمون F^۲ یا آزمون طلایی صنعت (اندازه اثر)

آزمون F^۲ یا آزمون طلایی صنعت آزمونی است که بر خلاف R^۲ که بدنبال پیش بینی رفتار براساس کل متغیرهای مستقل می باشد، این آزمون بیان هر کدام از متغیرها بصورت تنها چه سهمی در پیش بینی متغیر وابسته دارد. مقادیر بدست آمده با سه مقدار ۰/۰۲ (ضعیف)، ۰/۱۵ (متوسط) و ۰/۳۵ (قوی) مقایسه می شود.

پذیرش، تمرکز مثبت، ارزیابی مثبت و کم اهمیت شماری) نتایج ضرایب معناداری بدست آمده نشان می دهد که مسیر بین مولفه های سرزنش خود، سرزنش دیگران، فاجعه آمیز کردن، نشخوار فکری، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی، پذیرش، تمرکز مثبت، ارزیابی مثبت و کم اهمیت شماری به عنوان نقش واسطه ای در فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار می باشد. در نتیجه مسیر بین مولفه های راهبردهای تنظیم شناختی هیجان نقش واسطه ای مناسبی برای فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار

جدول ۳. آزمون F^۲ یا آزمون طلایی صنعت

متغیر	طلاق عاطفی	فرسودگی زناشویی
سرزنش خود	۰/۲۳۵	۰/۲۲۴
سرزنش دیگران	۰/۱۵۷	۰/۱۳۹
فاجعه آمیز کردن	۰/۱۹۴	۰/۱۶۳
نشخوار فکری	۰/۲۰۹	۰/۱۸۶
تمرکز مجدد بر برنامه ریزی	۰/۲۲۶	۰/۲۰۷
پذیرش	۰/۲۲۸	۰/۲۱۳
تمرکز مثبت	۰/۲۱۹	۰/۱۸۴
ارزیابی مثبت	۰/۱۹۸	۰/۱۷۳
کم اهمیت شماری	۰/۱۶۵	۰/۱۲۴
فرسودگی زناشویی	۰/۲۸۵	-

مقایسه می شود. در دستور چشم پوشی فقط سوالات درون زا ها را چشم پوشی کرده و اگر مدل کیفیت مناسبی داشته باشد می تواند این اعداد را نزدیک به مقدار قبل پیش بینی کند.

همانطور که در مدل بیرونی (اندازه گیری از شاخصی به نام CVCOM استفاده شد، در مدل درونی (ساختاری) از شاخص CVRED که مخفف روایی متقاطع افزونگی می باشد، استفاده می شود. که با دستور چشم پوشی این شاخص را با عدد ۰/۰۲ (ضعیف)، ۰/۱۵ (متوسط) و ۰/۳۵ (قوی)

جدول ۴. آزمون کیفیت مدل ساختاری

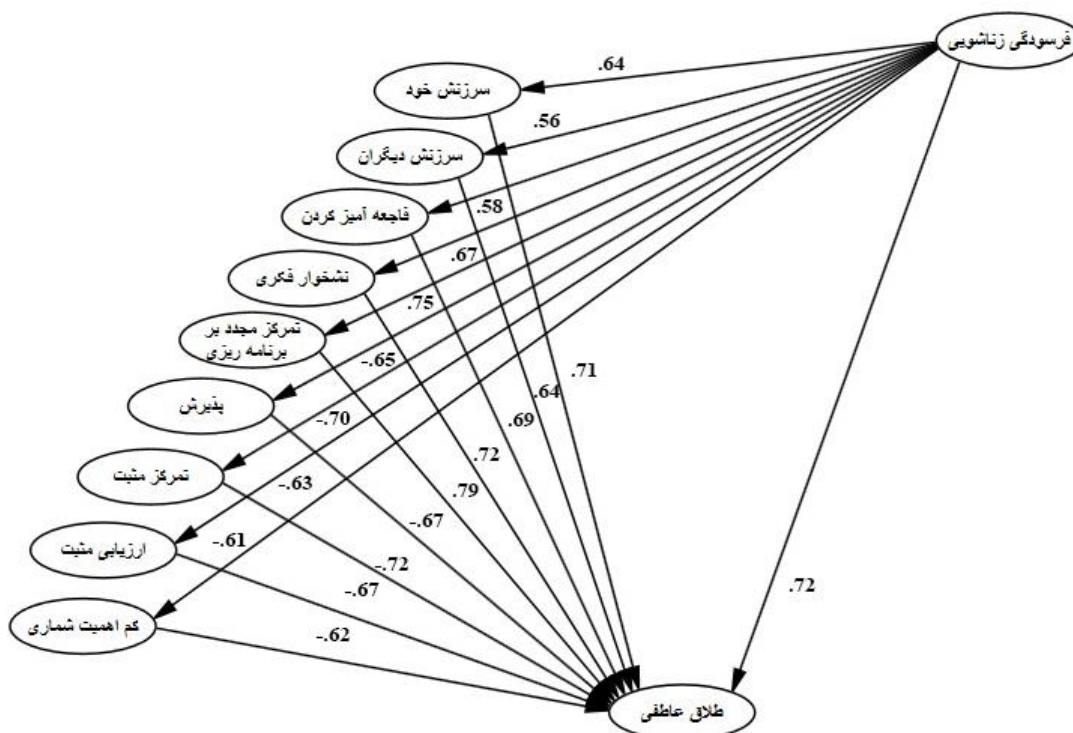
Q ² (=1-SSE/SSO)	
طلاق عاطفی	۰/۴۸۷
فرسودگی زناشویی	۰/۳۶۵

کیفیت بسیار قوی دارد. از طرفی براساس نتایج بدست آمده از مدل اندازه گیری در بخش CVCOM نیز از کیفیتی

کیفیت روایی متقاطع افزونگی مدل ساختاری برای فرسودگی زناشویی کمی بیشتر از قوی می باشد اما برای طلاق عاطفی

هنوز برای ارائه در مطالعات قابل اتکا نیست؛ از این بین رینگل (۲۰۱۶) آزمون برازش SRMR را به عنوان تنها آزمون برازشی قابل اتکا برای مدل ارائه نمود. که $SRMR < 0/08$ باید باشد که نشان دهد آزمون از برازش برخوردار است. در این پژوهش میزان $SRMR = 0/054 < 0/08$ بدست آمده است که نشان می دهد آزمون از برازش مطلوبی برخوردار است.

بسیار قوی برخوردار بود که نتایج مدل اندازه گیری با مدل ساختاری هر دو از کیفیت نسبتاً مناسب و بالایی برخوردار می باشند. اکنون به سراغ آزمون های مدل کلی می رویم تا مشخص شود پیش بینی ما از نتایج چه وضعیتی دارد. زیرا مدل اصلی تحقیق ترکیبی از دو مدل است. آزمون برازش SRMR (البته در سال های اخیر شاخص های برازش دیگری مانند NNFI، NFI و غیره نیز ارائه شده است اما به نقل از رینگل (۲۰۱۶) نتایج آنها در واریانس محور ها ثابت ندارد. و



شکل ۱ مدل نهایی ساختاری پژوهش در حالت معناداری ضرایب استاندارد

مسیر مستقیم مولفه های راهبردهای نظم جویی هیجانی (راهبردهای سرزنش خود، سرزنش دیگران، فاجعه آمیز کردن، نشخوار فکری، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی، پذیرش، تمرکز مثبت، ارزیابی مثبت و کم اهمیت شماری) با طلاق عاطفی با توجه به مقدار SIG که کمتر از $0/01$ می باشد و نیز مقدار ضرایب معناداری T value که خارج از بازه $-2/58$ و $2/58$ می باشد در سطح اطمینان $0/99$ فرض H_0 را رد و فرض H_1 را که خبر از وجود رابطه معنادار مولفه های راهبردهای نظم جویی هیجانی (راهبردهای سرزنش خود، سرزنش دیگران، فاجعه آمیز کردن، نشخوار فکری، تمرکز

بحث و نتیجه گیری

هدف پژوهش حاضر ارائه مدلی برای تبیین علی طلاق عاطفی زنان بر اساس راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان با فرسودگی زناشویی بود. استفاده از روش مدل یابی معادلات ساختاری برای ارزیابی چگونگی برازش مدل ساختاری با داده های گردآوری شده در آزمون سوال های پژوهش با مدل نظری مطابقت دارد. بدین ترتیب فرض صفر رد و فرض خلاف تأیید شد. بنابراین چنین نتیجه گیری می شود که مدل ساختاری پژوهش با داده های گردآوری شده برازش دارد. بررسی معناداری مسیرهای مستقیم نتایج نشان داده است که

مجدد بر برنامه ریزی، پذیرش، تمرکز مثبت، ارزیابی مثبت و کم اهمیت شماری) با طلاق عاطفی است را تایید می کند. بر همین اساس می توان بیان داشت که فرضیه پژوهش تایید می گردد. به منظور شدت و جهت رابطه براساس نتایج ضریب بتا می توان بیان داشت که مولفه های راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان ب با طلاق عاطفی شدت اثر بالایی دارد. نتایج پژوهش انجام شده همسو با نتایج پژوهش های صورت گرفته توسط آزادیان پور (۱۳۹۸)، نامنی، نجفی (۱۳۹۷)، بشارت و همکاران (۱۳۹۶)، عیسی زاده (۱۳۹۵)، ساکاتا و مکینز (۲۰۱۹)، جنفریو (۲۰۱۸)، سافستروم و همکاران (۲۰۱۷)، لیچستین و یوانگ (۲۰۱۷)، سولاستد (۲۰۱۷)، دانسون (۲۰۱۵) در پژوهش انجام شده به این نتیجه رسید که تنظیم هیجانی باعث می گردد افراد احساسات منفی و مثبت را تعدیل می کند و کمک به زوجین می کند تا موقعیت را بهتر درک نمایند و یاد بگیرند چگونه هیجان های خود را مدیریت کنند و این سازماندهی ظرفیت روانی، ذهنی و رضایت از زندگی و کیفیت روابط بین زوجین را ارتقاء می دهد. افرادی که دارای مهارت، تنظیم هیجانی هستند، یعنی کسانی که احساسات خود را به خوبی می شناسند و آنها را تنظیم می کنند و احساسات دیگران را نیز درک و به طرز اثربخشی با آن برخورد می کنند، در حوزه های مختلف موفق و کارآمد می باشند در نتیجه در روابط زوجین این رابطه از کیفیت بالایی برخوردار هستند. در پژوهش های انجام شده نتایج نشان داده است که استفاده از راهبردهای نظم جویی هیجانی تا حد زیادی می تواند بر مشکلات زناشویی زوجین تاثیر گذارد، از طرفی بین این دو متغیر در ابعاد گوناگون رابطه وجود دارد. یکی از عواملی که افراد در مشاوره های قبل از ازدواج بایستی مدنظر قرار دهند، توجه به خصیصه شخصیتی راهبردهای نظم جویی هیجان است. راهبردهای نظم جویی هیجان یک عامل مهم در درک متقابل زوجین نسبت به یکدیگر و کنترل و مدیریت بهنگام و مناسب هیجانها در بروز تعارضات زندگی می باشد که با سلامت عاطفی و در مجموع با سلامت روانی افراد ارتباط دارد. افزون بر آن راهبردهای نظم جویی هیجانی به عنوان سبک شناختی-عاطفی در روابط بین زوجین در نظر گرفته می شود که عدم

برون ریزی و راهبردهای نامناسب هیجانها منجر به ایجاد مشکلاتی در روابط زوجین می گردد. راهبردهای نظم جویی هیجانی به عنوان یک خصیصه شخصیتی در گستره هیجانها، موضوعی بسیار قابل ملاحظه است که آثار مشهود و نتایج غیرقابل انکاری بر روابط بین فردی داشته و می تواند گوشه ای از مسائل مربوط به روابط خانوادگی را در قالب روابط عاطفی بین دو فرد که پیمان زناشویی می بندند، روشن کند (باباخانی و رضایی، ۱۳۹۵).

به رغم تلاش جدی در جهت انجام صحیح و اصولی پژوهش حاضر، این تحقیق مانند دیگر پژوهش های انجام شده در حیطه مسائل انسانی، با محدودیتها و مشکلاتی مواجه بود که تلاش برای برطرف کردن آنها در پژوهش های آتی، می تواند مهر تأییدی بر نتایج به دست آمده در این پژوهش باشد کی از محدودیتها به روش پژوهش مربوط می شود، بدین دلیل که این پژوهش از نوع همبستگی بود و در آن کنترلی اعمال نشده است و ما نمی توانیم رابطه علت و معلولی را بررسی کنیم. همچنین در این پژوهش تلاش بر این بوده است که به ارائه مدلی برای پیش بینی طلاق عاطفی زوجین بر اساس سبک های دلبستگی، باورهای فراشناختی و راهبردهای نظم جویی هیجانی با میانجی گری فرسودگی زناشویی زنان متأهل مراجعه کننده به خانه های سلامت شهر تهران به کمک ابزارهای پژوهشی سنجیده شود، اما متغیرهای مزاحم (نگرش افراد، سن، شرایط محیط، جو عاطفی خانواده، زمان پاسخگویی،...) نیز ممکن است نتایج را تحت تأثیر قرار داده باشند. علاوه بر آن، یافته ها براساس مقیاس های خود گزارش دهی می باشد. بدین معنا که، گزارش های شخصی در پرسش نامه ها اصولاً به دلیل دفاع های ناخودآگاه، تعصب در پاسخ دهی و شیوه های معرفی شخصی، مستعد تحریف هستند و ممکن است زنان متأهل مراجعه کننده به خانه های سلامت در هنگام پاسخ دهی به جای توجه به وضع موجود، پاسخ های خود را با توجه به وضع مطلوب ارائه داده باشند که این امر به نوعی بر نتایج تأثیر خواهد گذاشت و در نهایت عدم امکان توجه همه زنان متأهل مراجعه کننده به خانه های سلامت درخصوص ابزارها و متغیرهای پژوهش و نیز موضوع پژوهش و نتایجی که این پژوهش برای زنان

فرسودگی زناشویی و نیز تلاش در جهت کاهش طلاق عاطفی در بین زوجین و ارتقاء سطح ثبات روابط زناشویی و رضایتمندی زناشویی شد.

موازن اخلاقی

ملاحظات اخلاقی در پژوهش با جلب رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان رعایت شده است؛ هم‌چنین به افراد درباره محرمانه بودن نتایج اطمینان داده شد.

سپاسگزاری

از همه شرکت‌کنندگان در پژوهش و همه کسانی که در اجرای این پژوهش همکاری داشتند؛ تشکر و قدردانی می‌شود.

مشارکت نویسندگان

مقاله حاضر برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول بود که توسط معاونت پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن به تصویب رسیده بود؛ در تدوین این مقاله همه نویسندگان در طراحی، روش‌شناسی، مفهوم‌سازی، گردآوری و تحلیل داده‌ها، پیش‌نویس، ویراستاری و نهایی‌سازی نقش یکسانی داشتند.

تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

منابع

- آزادیان پور، مریم. (۱۳۹۸). نقش باورهای فراشناختی و تنظیم شناختی هیجان بر روابط زوجین. پایان‌نامه ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب، دانشکده روانشناسی.
- ابراهیمی، لقمان، و حیدری، رقیه؛ (۱۳۹۹). پیش‌بینی گرایش به طلاق عاطفی براساس ویژگی‌هایی شخصیتی، باورهای فراشناختی و بلوغ عاطفی زوجین. فصلنامه پژوهش‌های مشاوره. ۷۴(۲): ۶۱-۳۶
- احمدی، مجید، زهراکار، کیانوش، داورنیا، رضا، و رضایی، محسن. (۱۳۹۴). اثربخشی زوج‌درمانی کوتاه‌مدت خودتنظیمی بر فرسودگی زناشویی در زوجین شهر ساوه. مجله علوم پزشکی رازی. ۲۲ (۱۳۹): ۶۴-۷۵
- باباخانی، نرگس، و رضایی، نبی‌اله. (۱۳۹۵). الگوی تبیین فرسودگی زناشویی بر اساس باورهای غیرمنطقی با

متاهل مراجعه‌کننده در بر می‌گیرد، که ممکن است نتایج را تحت پوشش خود قرار دهد، اگر این امر میسر می‌شد با بالا رفتن دقت پاسخ‌گویی نتایج بهتری کسب می‌شد. یافته‌های این پژوهش مؤید آن است که ارائه مدلی برای پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین بر اساس سبک‌های دلبستگی، باورهای فراشناختی و راهبردهای نظم‌جویی هیجانی با میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با مدل نظری مطابقت داشته و از برازش مطلوبی برخوردار است. هم‌چنین بررسی مسیر مستقیم پژوهش نشان داده است که بین مولفه‌های راهبردهای نظم‌جویی هیجانی (راهبردهای سرزنش خود، سرزنش دیگران، فاجعه‌آمیز کردن، نشخوار فکری، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی، پذیرش، تمرکز مثبت، ارزیابی مثبت و کم‌اهمیت‌شماری) با طلاق عاطفی زنان متأهل رابطه معناداری وجود دارد و از طرفی بررسی مسیر غیرمستقیم پژوهش نشان داده است که بین مولفه‌های راهبردهای نظم‌جویی هیجانی (راهبردهای سرزنش خود، سرزنش دیگران، فاجعه‌آمیز کردن، نشخوار فکری، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی، پذیرش، تمرکز مثبت، ارزیابی مثبت و کم‌اهمیت‌شماری) و فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی زنان متأهل مراجعه‌کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران شدت اثر مطلوبی داشته است. با توجه به نتایج پژوهش، از آنجا که ازدواج و انتخاب همسر یکی از تصمیمات مهم زندگی می‌باشد و با توجه به نقش پیش‌بینی‌کنندگی طلاق عاطفی بر اساس مولفه‌های راهبردهای نظم‌جویی هیجانی (راهبردهای سرزنش خود، سرزنش دیگران، فاجعه‌آمیز کردن، نشخوار فکری، تمرکز مثبت، ارزیابی مثبت و مجدد بر برنامه ریزی، پذیرش، تمرکز مثبت، ارزیابی مثبت و کم‌اهمیت‌شماری) و فرسودگی زناشویی از این رو پیشنهاد می‌شود بمنظور افزایش ایجاد بسترهای ارتباطی مناسب در زمینه کمک به بهبودی روابط زوجین امکانات مناسب در اختیار آنها قرار داده شود. در این خصوص پیشنهاد می‌شود که به زوجین آموزش‌های لازم در زمینه مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های حل مسئله و شیوه‌های حل تعارض و نیز آموزش‌های مختلف در حوزه زوج‌درمانی، بمنظور ارتقاء میزان بهبود کیفیت روابط زوجین بمنظور مواجهه با انواع تعارضات زناشویی ارائه شود تا از این طریق بتوان موجب پیشگیری از

صمدی فرد، حمیدرضا، نریمانی، محمد، شیخ الاسلامی، علی، و میکائیلی، نیلوفر. (۱۳۹۵). نقش مولفه های اجتناب شناختی و باور فراشناختی در پیش بینی طلاق عاطفی

همسران. مجله پژوهش های مشاوره، ۵۹(۳): ۳۸-۵۷

عبداللهی، افسانه، کافی، سیدموسی، و شاهقلیان، مهناز. (۱۳۹۰). رابطه هوش هیجانی و سبک های مقابله ای با رضایت و همسازگی زناشویی. *روان شناسان ایرانی*، ۷(۲۷): ۲۸۷-۲۷۹.

عزیزی، پریسا. (۱۳۹۵). بررسی تأثیر گروهی به شیوه تحلیل ارتباط محاوره ای بر کاهش تعارضات زناشویی. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی. واحد علوم و تحقیقات تهران.

عنایت پور، مهدیه، و دره کردی، علی، (۱۳۹۵). رابطه باورهای ارتباطی، سازگاری بهداشتی با طلاق عاطفی با توجه به میانجیگری صمیمیت و دلزدگی زناشویی، سومین کنفرانس بین المللی نوآوری های اخیر در روانشناسی، مشاوره و علوم رفتاری، تهران.

عیسی زاده، آمنه. (۱۳۹۵). نقش پیش بینی کننده راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در رضایت زناشویی و فرسودگی شغلی پرستاران زن. نشریه پرستاری ایران، ۲۹(۱۰۲): ۲۲-۳۱.

مامی، شهرام، و عسکری، میترا. (۱۳۹۳). نقش تمایز یافتگی خود و سبک های دلبستگی در پیش بینی طلاق عاطفی، همایش منطقه ای آسیب شناسی پدیده ی طلاق، سقز.

موسوی، سیده فاطمه، رضازاده، محمدرضا. (۱۳۹۳). بررسی نقش نگرش به عشق در پیش بینی طلاق عاطفی زنان و مردان متأهل شهر قزوین. *مطالعات اجتماعی روانشناختی*، ۱۲(۳): ۱۸۸-۱۶۹.

یوسفی، ناصر، و سهرابی، احمد. (۱۳۹۵). اثربخشی رویکردهای خانواده درمانی مبتنی بر فرا شناخت بر کیفیت روابط زناشویی. *فصلنامه مشاوره و روان درمانی خانواده*، ۱(۲): ۲۱۱-۱۹۲.

وزیری نسب، بهره. (۱۳۹۴). اثر بخشی مداخله شناختی - رفتاری مبتنی بر کنترل خشم روی سلامت روان و استرس ادراک شده و میزان موفقیت در لقای مصنوعی. پایان نامه

میانجیگری دشواری در تنظیم هیجانات در کارمندان متأهل دانشگاه علوم پزشکی دانشگاه تهران. *پژوهشنامه فصلنامه عدالت*. ۱(۱): ۶۳-۸۵

بشارت، محمد علی، میرزایی، طیبه، غلامعلی لوسانی، مسعود، و نقی پور، مرتضی. (۱۳۹۶). نقش تعدیل کننده عواطف مثبت و منفی در رابطه بین دانش و نگرش جنسی با رضایت زناشویی. *دوفصلنامه روانشناسی خانواده*، ۲(۴): ۶۱-۷۷

حاتمی، حمیدرضا. (۱۳۹۶). پیش بینی بهزیستی روان شناختی همسران نظامیان با تاکید بر باورهای فراشناختی و راهبردهای تنظیم هیجانی. *مجله روانشناسی نظامی*، ۳۰(۲): ۱۹-۳۷

جوکار کمال آبادی، مهناز. (۱۳۹۱). مقایسه تأثیر زوج درمانی رفتاری - جدلی و زوج درمانی هیجان مدار بر کیفیت ابعاد ارتباط زناشویی، سلامت روان و نشانه های اختلال شخصیت مرزی در زوجین دارای اختلال شخصیت مرزی در شهر شیراز. دانشکده روانشناسی. دانشگاه اصفهان.

ساداتی، احسان، مهرابی زاده هنرمند، مهناز، و سودانی، رضا. (۱۳۹۳). رابطه علی تمایز یافتگی، نورزگرای و بخشندگی با دلزدگی زناشویی با واسطه تعارض زناشویی، ۱۳۹۳، *دوفصلنامه روانشناسی خانواده*، ۱(۲): ۶۸-۵۵.

سلیمانی، بهاره، رحیمی، افسانه، بایستی، زینب، و ابوالقاسمی، عباس. (۱۳۹۴). بررسی رابطه بین شادکامی، کیفیت زندگی و هیجان خواهی با رضایت زناشویی، اولین همایش ملی روانشناسی و خانواده، اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.

دو کانه ای فرد، فریده، بهبودی، معصومه، و خیاط خامنه، مریم (۱۳۸۹). بررسی سهم هر یک از مؤلفه های هوش هیجانی در پیش بینی میزان رضایتمندی زناشویی دیران زن متأهل مقطع متوسطه در شهر ایلام. *فصلنامه تحقیقات مدیریت آموزشی*، ۲(۱): ۸۹-۶۱.

کوچکی امیرهنده، مونا، کربلایی محمد میگونی، احمد، و ثابت، مهرداد. (۱۳۹۶). نقش واسطه ای نشخوار خشم و نشخوار خودسرزنش گری در رابطه بین دلزدگی و خشونت زناشویی، اندیشه و رفتار در روانشناسی بالینی، ۱۱(۴۳): ۴۷-۵۶.

- moderates the relationship of disturbances in attachment with severity of borderline personality disorder among persons in treatment of substance use disorders. *Compr psychiatry*, 64: 22-28.
- Jeanfreau MM, Jurich AP, Mong MD.(2018). Predicting Marital Satisfaction Based on Love, Emotion-seeking and Sexual Satisfaction Styles. *Contemporary Family Therapy*. 2018;36(3):327-326.
- Helen, N., Steffen M. & Reinhard, P. (2013). Responsibility, metacognition and unrealistic pessimism in obsessive-compulsive disorder. *Journal obsessive compuls relat disord*, 2, 119-129.
- Herrington RL, et al.(2008). Assessing disharmony and disaffection in intimate relationships: Revision of the Marital Satisfaction Inventory factor scales. *Psychological assessment*,2008,vol 20, no 4:341-50.
- Karen, J., & Tamaren, M. A. (2010). Factor of emotional intelligence associated with marital satisfaction. New York: Cambridge University Press.
- Koochak Entezar, R., Nooraini, O., & Ghanbari Panah, A. (2011). Relation between emotional intelligence and forgiveness with marital satisfaction. *International Journal of Fundamental Psychology & Social Science*, 1, (2), 21-25.
- Kiani, A R., Asadi, S., Isma'ili Ghazi Voloui F., & Zavar, M. (2016). The prediction of marital boredom based on emotional expressiveness and marital attributes in Married people referred to the well-being of the city of Ardabil. *Journal of Research Advice*, 59 (18), 56-62.
- Kitson, G. C., & Holmes, W. M. (2016). The relationship between early maladaptive schemas and marital maladaptation between couples referred to counseling centers. New York: Guilford
- Larson, J. H., & Holman, T. B. (2017). Investigating the Relationship between Sexual Knowledge and Attitude and Communication Beliefs with Emotional Divorce. *Journal of Family Relations*, 43(2), 228- 237.
- Lavalekar, A., Kulkarni, P., & Jagtap, P. (2010). Emotional intelligence and marital
- کارشناسی ارشد. دانشکده علوم انسانی. دانشگاه پیام نور
استان تهران.
- Afraie, A. Mohammadi, A. Sohrabic, R. (2013). Relationship between marital conflict and child affective behavioral psychopathological symptoms. *Journal of Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84, 1776–1778. .
- Batool, S. S., & Khalid, R. (2009). Role of emotional intelligence in marital relationship. *Pakistan Journal Psychological Research*, 24(1, 2), 43- 62..
- Belanger, C., Laporte, L., Sabourin, S., & Wright, J. (2015). The Effect of Cognitive-Behavioral Group Marital Therapy on Marital Happiness and Problem Solving Self-Appraisal. *The American Journal of Family Therapy*, 43(2), 103-118.
- Brummelhuis, L., Ter Hoeven, C. L., Bakker, A. B., & Peper, B. (2011). Breaking through the loss cycle of burnout: The role of motivation. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 84, 268–287.
- Danson, R. (2015). The effect of self-compassion on the resilience and emotion regulation of marital woman. *Journal of Personality assessment*, 63 (2), 262 - 274.
- Edlati, A. Redzuan, M. (2010). Perception of women towards family values and their marital satisfaction; *Journal of American Science*, 6(4), 132-137.
- Garnefski, N. Kraaij, V. and Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotion problems, *Personality and individual differences*, 30(8): 1311-1327.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. *Personality and Individual differences*, 40(8), 1659-1669.
- Gottman, J. M. (2008). Gottman method couple therapy. *Clinical handbook of couple therapy*, 4(8), 138-164.
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2017). Emotion regulation: Conceptual foundations, in *Handbook of Emotion Regulation*, Ed J. J. Gross (New York, NY: Guilford Press), 3–24.
- Jared, O., Giancarlo, D., Raffaele, P, Kelly, B, Kelly, A. & et al. (2016). Metacognition

- women. *Journal of Woman and Family Studies*, 7(1), 95-113.
- Safstrom, C. Gentilia, T. (2017). The relationship between early maladaptive schemas, emotion seeking and family communication patterns with marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(3), 509-524.
- Sakata, K., & McKenzie, C. R. (2019). Predicting couples' emotional divorce based on ineffective beliefs, emotion regulation in Japan. *Mathematics and Computers in Simulation*, 81(7), 1507-1517.
- Solstad K.(2017). Investigating the Relationship between Positive and Negative Emotion Regulation and Marital Satisfaction and Performance: journal of attitudes and behavior. *Maturitas*. 2017;32(1):51-59.
- Spada, M.M., Nikcevic, A.V., Moneta, G.B., Wells, A. (2008). Meta cognition, faces. *Behaviour Research and Therapy*, 40,677-687.
- Streubert Speziale, H., Streubert, H. J.Carpenter, D. R. (2019). Qualitative Research in Nursing: The Relationship between Early Maladaptive Schemas and Emotional Divorce between Male and Female Nurses in Philadelphia. Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins.
- Trudel, G.Goldfarb, M.R. (2010). Marital and sexual functioning and dysfunctioning, journal of depression and anxiety. *Sexologist*, 19(3), 137-142.
- Veinberg I.(2015). Emotional awareness the key to dealing appropriately with children of divorced families in schools. *Soc Behav Sci*. 2015; 209: 514-518.
- Vohs, J.L., Lysaker, P.G., Francis, M.M., Hamm, J., Buck, K.D. & et al. (2014). Metacognition, social cognition, and symptoms in patients with first episode and prolonged psychoses. *Schizophrenia Research*, 153, 54-59.
- Wells A. (2009). *Metacognitive therapy for anxiety and depression*. New York: Guilford: 1-22.
- Wells, A., & Colbear, J. S. (2012). Treating posttraumatic stress disorder with metacognitive therapy: A preliminary controlled trial. *Journal of Clinical Psychology*, 68(4), 373-381.
- satisfaction. *The Journal of Social Psychology*, 5, 2, 185-194.
- Lemmens, G. M. D., Buysse, A. N., Heene, R., Eisler, I. V., & Demyttenaere, K. (2010). Marital satisfaction, conflict communication, attachment style and psychological distress in couples with a hospitalized depressed patient. *Acta Neuropsychiatrica*, 19, 2, 109-117.
- Lichstein, P. R., & Young, G. (2017). " The Relationship between Emotion-seeking and Marital Relationship Quality with Couples' Emotional Divorce Attitude. *Journal of General Internal Medicine*, 11(7), 406-409.
- Luminita, A., & Speranta, P. (2010). Emotional consequences of parental divorce and separation on preschool children. *Journal of Mental Health*, 7(3), 291- 296.
- Marchal, J. P., Maurice-Stam, H., Trotsenburg, A. P., & Grootenhuis, M.A. (2016). Mothers and fathers of young dutch adolescents with down syndrome: Health related quality of life and family functioning. *Research in Developmental Disabilities*, 59, 359-369.
- Masarik, A. S.Conger, R. D. (2017). Stress and child development: A review of the family stress model. *Current Opinion in Psychology*, 13, 85-90.
- McWilliams, L. A., Bailey, S. J. (2010). Associations Between Adult Attachment Ratings and Health Conditions: Evidence From the National Co morbidity Survey Replication. *Health Psychology*. 29(4), 446-453.
- Motataianu, I. R. (2015). The relation between anger and emotional synchronization in children from divorced families. *Social and Behavioral Science*, 203, 158- 162.
- Mosavi, S. E., & Iravani. M. R. (2011). A study on relationship between emotional maturity and marital satisfaction. *Management Science Letters*, 2, 1-6.
- Patton JH.(2012). Sensation seeking. In V. S. Ramachandran (Ed).*Encyclopedia of Human Behavior*.San Diego: Academic Press, 2012
- Pines, A. m. (1996). Sex differences in marriage burnout, *Journal Israel Social Science Research*, 5 (1-2), 60-75.
- Saffarian, M. R., HajiArbabi, F., & Ashoori, J. (2015). The effectiveness of spiritual therapy in order to increase marital satisfaction and decrease generalized anxiety disorder of