

طراحی مدل پیش‌بینی انعطاف‌پذیری شناختی بر اساس تحلیل روند تغییرات چرخه زندگی در زوجین متقاضی طلاق

محمد خیر الهی^۱ / اصغر جعفری^{۲*} / محمد قمری^۳ / وحیده باباخانی^۴

تاریخ ارسال: ۹۸/۱/۴

تاریخ پذیرش: ۹۸/۶/۲۷

چکیده

هدف پژوهش حاضر طراحی مدل پیش‌بینی انعطاف‌پذیری شناختی بر اساس تحلیل روند تغییرات چرخه زندگی در زوجین متقاضی طلاق بود. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی و بر اساس معادلات ساختاری و جامعه آماری زوجین متقاضی طلاق مراجعه‌کننده به دادگاه خانواده در ۶ ماه اول سال ۱۳۹۷ در استان آذربایجان شرقی بودند. با روش نمونه‌گیری هدفمند، ۲۰۰ زوجین (۴۰۰ نفر) که دارای ملاک‌های ورود به پژوهش بودند به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. ابزار پژوهش پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی (دنيس و وندروال، ۲۰۱۰) بود. داده‌ها با استفاده از روش معادلات ساختاری و تحلیل مسیر و نرم افزار AMOS تحلیل شدند. نتایج نشان داد که مدل ساختاری پژوهش برازش قابل قبولی با داده‌های پژوهش دارد. نتایج تحلیل روند حاکی از آن بود که تغییرات انعطاف‌پذیری شناختی در مراحل گوناگون چرخه زندگی زوجین متقاضی طلاق معنادار است. بیشترین میزان انعطاف‌پذیری شناختی در مراحل عقد و بدون فرزند می‌باشد. همچنین انعطاف‌پذیری شناختی زوجین با ورود اولین فرزند کاهش می‌یابد و کمترین انعطاف‌پذیری شناختی زوجین در دوره نوجوانی فرزند است و در مرحله آشنانه خالی دوباره افزایش می‌یابد. ($P < 0.01$). نتایج پژوهش شواهدی را پیشنهاد می‌کند که انعطاف‌پذیری شناختی همسران از مراحل چرخه زندگی خانوادگی تبعیت می‌کند. لذا پیشنهاد می‌شود زوج‌ها به آموزش مهارت‌های اجتماعی لازم به نوجوان توجه کنند و بعد از دوره نوجوانی فرزند، روابط خود را با اطرافیان دوباره بازسازی کنند.

کلیدواژه‌ها: چرخه زندگی، طلاق، انعطاف‌پذیری شناختی.

۱- دانشجوی دکتری مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهر. m.kheyrollahi@chmail.ir

۲- *استادیار گروه روان‌شناسی دانشکده علوم انسانی دانشگاه کاشان (نویسنده مسئول).

drasgharjafari@yahoo.com

۳- دانشیار گروه مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهر. counselor_ghamari@yahoo.com

۴- استادیار گروه مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهر. vahideh_babakhani@yahoo.com

مقدمه

تحولات اجتماعی دهه‌های گذشته در سطح جهانی، نظام خانواده را با تغییرات، چالش‌ها، مسائل و نیازهای جدید و متنوعی روبرو کرده است. نظریه پردازان تقسیم‌بندی گوناگونی از روند رشد و تحول خانواده داشته‌اند. چرخه زندگی خانوادگی ۱ روی تغییراتی تمرکز می‌کند که خانواده‌ها در طول زمان در ساختار و روابطشان، تجربه می‌کنند؛ خانواده‌ها در طول زمان، انتقال و مراحل مختلفی را پشت سر می‌گذارند که باعث به وجود آمدن روابط جدید در بین اعضاء می‌شود؛ به بیانی دیگر، همان‌طور که خانواده‌ها در مسیر زندگی خانوادگی پیش می‌روند، روابط درونی‌شان تغییر می‌کند (کلاین و وایت ۲، ۱۹۹۶؛ مک کارتی ۳، ۲۰۰۶). کارتر و مک گلدریک ۴ (۲۰۰۴) چرخه زندگی خانوادگی این‌گونه تعریف می‌کنند: روند رشد و تحول حیات خانواده که با گذر زمان شکل می‌گیرد. این مدل شامل کلیه ابعاد زندگی فردی است؛ لیکن بر خانواده به‌عنوان یک مجموعه تأکید می‌ورزد (نیکولز و نیکولز ۵، ۲۰۰۰). بسیاری از خانواده‌ها فارغ از تفاوت‌های ساختاری و ترکیبی که ممکن است داشته باشند، رویدادها و مراحل قابل پیش‌بینی خاصی را پشت سر می‌گذارند. هر مرحله در اثر یک رویداد خاص حادث می‌شود که مستلزم تغییر و سازگاری مجدد است (گلدنبرگ و گلدنبرگ ۶، ۲۰۰۰، ترجمه نقش‌بندی، حسین شاهی براوتی و ارجمند، ۱۳۸۲). در این رویدادهای محوری، اغلب برای اینکه خانواده به عملکرد خود ادامه دهد به سازمان‌دهی مجدد در زمینه نقش‌ها و قواعد نیاز دارد. این سازمان‌دهی مجدد می‌تواند از طریق یک سری تکالیف تحولی ۷ برای هر مرحله از چرخه زندگی خانوادگی میسر می‌شود (میدوری و براون ۸، ۱۹۹۵). نظریه پردازان تقسیم‌بندی گوناگونی از روند رشد و تحول خانواده داشته‌اند. برای نخستین بار دووال (۱۹۶۷) مطرح کرد که خانواده از هشت مرحله عبور می‌کند و هر مرحله دارای تکالیف محوری خاص خود می‌باشد. این مراحل شامل دوران نامزدی و عقد، خانواده‌های بدون فرزند، خانواده‌های

1. Family Life Cycle
2. Klein & J.M. White
3. Mc Carthy
4. Carter & M. Mc Goldrick
5. W.C. Nichols & A. Nichols
6. Goldenberg & H. Goldenberg
7. developmental tasks
8. H.S. Midori & J.H. Brown

دارای فرزند پیش‌دبستانی، خانواده‌های دارای فرزند دبستانی، خانواده‌های دارای فرزند نوجوان، مرحله ترک خانه توسط فرزندان، مرحله آشیانه خالی، خانواده‌های سالمند (از بازنشستگی تا مرگ) می‌باشند (قنبری پناه، شریف مصطفی و احمد، ۲۰۱۳). از نظر وارینگ^۱ (۲۰۱۵) ازدواج منشاء ایجاد چرخه زندگی خانوادگی است. معمولاً عوامل گوناگون فردی، اجتماعی، عاطفی و روان‌شناختی پایداری و انسجام این نهاد دیرینه و سازنده اجتماعی را تضعیف می‌کنند (آماتو، ماروت^۲، ۲۰۱۶). اگرچه زوجین در نخستین روزهای ازدواج احساس تعهد دائمی به یکدیگر می‌کنند، اما برخی از آن‌ها به مرور زمان دچار تعارض می‌شوند. تعارض زناشویی به‌عنوان تعامل بین زوج‌هایی در نظر گرفته می‌شود که علایق، دیدگاه‌ها و باورهای متضادی دارند. ۶۱ درصد افراد مطلقه تعارض بیش‌ازحد را یکی از دلایل طلاق خویش گزارش کرده‌اند (امانی، ۱۳۹۴). در دیدگاه سیستمی، تعارض را ناشی از هر نوع تنازع بر سر تصاحب پایگاه و منابع قدرت در بین زوج‌ها می‌دانند (آقایوسفی، فتحی آشتیانی، علی‌اکبری و ایمانی‌فر، ۱۳۹۴). هرچند تعارض در هر رابطه نزدیکی پرهیزناپذیر است ولی پیش‌درآمد جدایی همسران تعارضات زناشویی است که از بگومگوهای ساده آغاز شده تا درگیری‌های سهمگین گفتاری، کشمکش، کتک‌کاری و گاهی شاید تا جدایی گسترش یابد (آرین‌فر و پورشهریاری، ۱۳۹۶). گاتمن و لوینسون^۳ (۲۰۰۰، به نقل از دیوید^۴، ۲۰۱۵) معتقدند با تحلیل ارتباط یک زوج می‌توان احتمال به بن‌بست رسیدن ازدواج و رسیدن به طلاق را پیش‌بینی کرد. اگر زوج‌ها بتوانند به شیوه مثبتی تعارضات را مدیریت کنند و توانایی حل آن‌ها را داشته باشند، وجود تعارض فراوان آسیب‌زا نیست (سیفرتز و شوارتز^۵، ۲۰۱۰). رابطه تعارض و رضایت‌زناشویی از پیشینه پژوهشی چندین ساله‌ای برخوردار است (کلیر، دش و تایلر^۶، ۲۰۱۱). تعارضات زناشویی، پیش‌درآمد جدایی زوج‌ها محسوب می‌شود (حاجی حیدری، اسماعیلی و طالبی، ۱۳۹۴). در نتیجه شایع‌ترین جلوه تعارضات جدید، یعنی طلاق بروز می‌کند (بهاری، ۲۰۱۱). از سویی دیگر، اخیراً در جامعه علمی گرایشی پیدا شده است که به جای تمرکز

1. Waring, E. M.
2. Amato, P. R., & Marriott, B. H
3. Gottman, J. M. & Levenson, R. W.
4. David, P.
5. Siffert, A. & Schewartz, B.
6. Claire, WI. Dash, M. & Taylor, A.

بر عوامل مؤثر بر طلاق زوجین، بر روی ازدواج‌های رضایتمند تمرکز کرده است. تمرکز بر زوجین رضایتمند، باعث به دست آمدن تصویری می‌گردد که می‌تواند در امر ایجاد و ترویج ازدواج‌های رضایتمند در جامعه سازنده باشد (نیمتز^۱، ۲۰۱۱).

طلاق، شایع‌ترین تأثیر مخرب تعارض است و آمار بالای طلاق در کشورهای غربی گواه آن است، به طوری که شیوع آن به بیش از ۵۰ درصد می‌رسد (دی و یوجست^۲، ۲۰۱۷). طبق آمار رسمی در ایران از هر هزار مورد ازدواج، حدود دو یست مورد به طلاق منجر می‌شود و ایران، چهارمین کشور جهان از نظر میزان نسبت طلاق به ازدواج معرفی شده است (نریمانی، عبارسی، بیگیان کله مرز و بختی، ۱۳۹۳)، همچنین طبق آمارهای ثبت احوال کشور (نریمانی و همکاران، ۱۳۹۳)، فقط در ده سال اخیر، نزدیک به یک میلیون طلاق در ایران روی داده است که در نتیجه آن، حدود دو میلیون زن و مرد، فقط در همین دهه گذشته، واقعه طلاق را در ایران تجربه کرده‌اند. در این راستا جامعه ایرانی نیز در دو دهه اخیر به رغم تمام سیاست‌گذاری‌های اجتماعی و برنامه‌ریزی‌های فرهنگی، به سمتی در حال حرکت است که روزبه‌روز بر تعداد افراد مطلقه افزوده می‌گردد. بر این اساس از بین عوامل مؤثر بر تعارضات زناشویی که به بروز طلاق منجر می‌گردد، می‌توان به انعطاف‌پذیری شناختی اشاره کرد. یکی از متغیرهایی که با آسیب‌شناسی روابط زناشویی در ارتباط است، انعطاف‌پذیری شناختی است (گوتر و الیزابت^۳، ۲۰۱۰). علی‌رغم اینکه پژوهش‌های مختلفی در مورد این سازه‌ی شناختی صورت گرفته است، اما در حال حاضر اتفاق نظری در مورد چگونگی تعریف این مفهوم وجود ندارد. به طور کلی، توانایی تغییر آمایه‌های شناختی^۴ به منظور سازگاری با محرک‌های در حال تغییر محیطی، عنصر اصلی در تعاریف عملیاتی انعطاف‌پذیری شناختی^۵ است (دنيس و وندروال^۶، ۲۰۱۰). بعضی بعضی پژوهش‌ها گان^۷ و همکاران (۲۰۰۴) و زونگ^۸ و همکاران (۲۰۱۰) انعطاف‌پذیری شناختی را میزان ارزیابی فرد در مورد قابل کنترل بودن شرایط تعریف کرده‌اند که این

1. Nimetz, Mark A.

2. De Vuijst, J.

3. Goetter, EM. Elizabeth, M.

4. Cognitive sets

5. Cognitive flexibility

6. Dennis, J. P. & Vander Wal, J. S.

7. Gan, Y. Liu, Y. Zhang, Y.

8. Zong, J-G. Cao, X-Y. Cao, Y. Shi, Y-F. Wang, Y-N. Yan, C. et al.

ارزیابی در موقعیت‌های مختلف تغییر می‌کند. انعطاف‌پذیری شناختی فرد را قادر می‌سازد که در برابر فشارها، چالش‌ها و سایر مسائل عاطفی و اجتماعی برخورد مناسب و کارآمد داشته باشد. انعطاف‌پذیری شناختی، توانایی تغییر آمایه‌های شناختی به‌منظور سازگاری با محرک‌های در حال تغییر محیطی است، یعنی توانایی‌هایی مانند تغییر دیدگاه یا سازگاری انطباقی فرد با قوانین، تقاضاها یا شرایط محیطی جدید (دنیز و واندروال، ۲۰۱۰؛ کاربنلا و تیم پانو، ۲۰۱۶). توانایی تغییر آمایه‌های شناختی به‌منظور سازگاری با محرک‌های در حال تغییر محیطی عنصر اصلی در تعاریف انعطاف‌پذیری شناختی است (رستمی و همکاران، ۱۳۹۵). افرادی که انعطاف‌پذیری شناختی دارند می‌توانند مشکلات و موقعیت‌های جدید را در سطوح مختلف بررسی کرده و گزینه‌ها و ایده‌های جایگزین را ارائه کنند (دیبری، ۲۰۱۲) و تحمل تعارض در آن‌ها بیشتر است (مارتین، ۲۰۱۱). انعطاف‌پذیری شناختی و سرسختی روان‌شناختی باعث افزایش شادکامی ذهنی افراد می‌شود (حسینی و همکاران، ۱۳۹۴). افرادی که از انعطاف‌پذیری کمتری برخوردارند، به‌سختی می‌توانند یادگیری‌های اولیه خود را فراموش کنند، آن‌ها بر یادگیری‌های قبلی خود که پیامدهای منفی برایشان دارد پافشاری می‌کنند و این پافشاری به سازگاری آن‌ها با شرایط جدید آسیب می‌رساند (کاربنلا و تیم پانو، ۲۰۱۶). مطابق با نظریه انعطاف‌پذیری شناختی، سلامت روان یعنی پذیرش محیط‌های درونی و بیرونی خود فرد و تعهد به فعالیت‌هایی که از لحاظ ارزشمندی با ثبات است. شکل‌های مختلف آسیب‌شناسی روانی نیز بر اساس انعطاف‌پذیری شناختی به وسیله افراط در قوانین رفتاری و عاطفی ناسازگارانه یا به وسیله رفتارهایی ارزش محور و حساسیت به احتمالات که مربوط به آینده است، شرح داده می‌شوند (فاضلی و همکاران، ۲۰۱۴). کالدول و همکاران^۱، (۲۰۱۴) در مطالعه خود نشان دادند که بین کنترل شناختی، انسجام هیجانی و شدت رویدادهای آسیب‌زای گذشته و انعطاف‌پذیری شناختی و عاطفی ارتباط وجود دارد. گاندوز^۲ (۲۰۱۳)، ویو و همکاران^۳ (۲۰۱۲) و وانگ، یان و همکاران^۴ (۲۰۱۰) در تحقیقات خود به نتایج مشابهی در این زمینه

1. Carbonella, JY. & Team Pano, kR.
2. Martin, MM.
3. Caldwell, S. D.; Herold, D. M., & Fedor, D. B.
4. Gunduz, B.
5. Lee, G. J. Lu, P. H. Hua, X. Lee. S. Wu, S. et al
6. Zong, J-G. Cao, X-Y. Cao, Y. Shi, Y-F. Wang, Y-N. Yan, C. et al.

دست یافتند. آل کثیر و همکاران (۱۳۹۷) در پژوهشی بر روی ۴۰ نفر از زنان دارای اختلاف زناشویی مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهرستان شهرکرد در نیمه اول سال ۹۳ نشان دادند که بین میزان انعطاف پذیری شناختی زنان دارای اختلاف زناشویی و ابعاد همراهی، عاطفی، آمیزش عاطفی، کنترل رفتار و عملکرد کلی خانواده رابطه منفی وجود دارد؛ و انعطاف پذیری شناختی ۲۸ درصد از واریانس همراهی عاطفی و ۶۷ درصد آمیزش عاطفی را تبیین می کند. شفیع، بشرپور و حیدری راد (۱۳۹۵) در مقاله ای به مقایسه نگرش های ناکارآمد و انعطاف پذیری شناختی در زنان با و بدون سابقه طلاق پرداختند. نتایج نشان داد که میانگین نمرات گروه افراد مطلقه در متغیر نگرش های ناکارآمد به طور معنی داری بالاتر از افراد بدون سابقه طلاق است، اما در انعطاف پذیری شناختی و زیر مؤلفه های آن یعنی ادراک کنترل، ادراک چندین راه حل و ادراک توجهات، میانگین نمرات افراد مطلقه به طور معنی داری پایین تر از افراد بدون سابقه طلاق است. هم چنین جانکو و همکاران ۱ (۲۰۱۴) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که انعطاف پذیری شناختی کم تر، بر توانایی استفاده از بازسازی شناختی که یک راه کاهش پریشانی عاطفی است، تأثیرات منفی می گذارد و انعطاف پذیری شناختی بیش تر به افراد اجازه می دهد بر روش های جایگزین تغییرات شناختی تمرکز بیشتری داشته باشند (جانکو و همکاران، ۲۰۱۴). قربانی و همکاران (۱۳۹۷)، در پژوهشی نشان دادند که می توان از مداخله ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس برای افزایش عملکردهای اجرایی و انعطاف پذیری شناختی در زنان استفاده کرد. میکائیلی و همکاران (۱۳۹۷) با به کارگیری آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه بر روی ۴۰۰ نفر از زوجین شهر اردبیل نشان دادند که طلاق هیجانی با انعطاف پذیری شناختی، ساختار انگیزشی انطباقی و الگوی ارتباطی گفت و شنود ارتباط منفی معنی دار و با ساختار انگیزشی غیر انطباقی و الگوی ارتباطی همنوایی ارتباط مثبت و معنی داری دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نیز نشان داد ۴۵ درصد از واریانس طلاق هیجانی توسط متغیرهای ساختار انگیزشی، الگوهای ارتباطی خانواده و انعطاف پذیری شناختی تبیین می شود. با ارائه آموزش های لازم در جهت بهبود الگوهای ارتباطی خانواده، انعطاف پذیری شناختی و ساختار انگیزشی انطباقی زوجینی که مشکل طلاق هیجانی دارند یا متقاضی طلاق هستند می توان طلاق هیجانی را کاهش داد (میکائیلی

و همکاران، ۱۳۹۷). ملکی‌زاده، مرادخواه، ملکی و حبیب (۱۳۹۶) در پژوهش خود نشان دادند که میان ابعاد الگوهای ارتباطی خانواده با کنترل عوامل رابطه معنی‌داری وجود دارد و ابعاد الگوهای ارتباطی قادر به پیش‌بینی کنترل عواطف زوجین می‌باشد. همچنین خواهانی‌پور و چیناوه (۱۳۹۵) عنوان کردند که ساختار قدرت در خانواده و الگوهای ارتباطی خانواده می‌تواند روابط صمیمانه زوجین را پیش‌بینی کند. از سویی دیگر پژوهش پرویزی، سرایی، سالمی و کلهری (۱۳۹۵) نشان داد عملکرد خانواده و الگوهای ارتباطی زوجین نیز می‌تواند رضایت زناشویی را پیش‌بینی کنند.

توجه به طلاق نه تنها از دیدگاه فرد، به منزله انسان و فرزندانش، مهم است، بلکه از دیدگاه جامعه، فرهنگ، اقتصاد و حتی جمعیت قابل‌اعتناست. متأسفانه از نظر نسبت طلاق به ازدواج، ایران یکی از هفت کشور اول دنیا است (احمدی موحد، ۱۳۸۷). نرخ طلاق در چند دهه اخیر افزایش پیدا کرده است و تقریباً به صورت گسترده در جهان رو به افزایش فراینده است (سبارا و کوئن، ۲۰۱۷) و شیوع بالای متقاضی طلاق در زوجین ایرانی (عباسی و همکاران، ۱۳۹۷) سیر صعود طلاق را نشان می‌دهد. سیر صعودی آمار طلاق، انگیزه محققان را برای یافتن عوامل مؤثر و راهکارهای مناسب جهت مقابله با این فروپاشی رابطه را افزایش داده است. فولادی و شاه‌نعمتی (۱۳۹۴) با ارائه پژوهشی از نوع توصیفی بروی ۱۰۰ زوج از زوجین متقاضی طلاق مراجعه‌کننده به دادگاه‌های خانواده کلان‌شهر تبریز طی سال ۱۳۹۲ که به روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند به بررسی علل طلاق در استان آذربایجان شرقی (تبریز) پرداخته و نشان دادند همه عوامل طلاق در چهار دسته جای می‌گیرند که بیشترین درصد علل درخواست طلاق به ترتیب عبارت‌اند از: عوامل اجتماعی (۴۰٪)، عوامل شخصی و فردی (۳۴٪)، عوامل اقتصادی (۱۳٪) و عوامل فرهنگی (۱۰٪) می‌باشند (فولادی و شاه‌نعمتی، ۱۳۹۴). میکائیلی و همکاران (۱۳۹۷) با به‌کارگیری آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه بروی ۴۰۰ نفر از زوجین شهر اردبیل نشان دادند که طلاق هیجانی با انعطاف‌پذیری شناختی، ساختار انگیزشی انطباقی و الگوی ارتباطی گفت‌و شنود ارتباط منفی معنی‌دار و با ساختار انگیزشی غیر انطباقی و الگوی ارتباطی هم‌نواپی ارتباط مثبت و معنی‌داری دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نیز نشان داد ۴۵ درصد از واریانس طلاق هیجانی توسط متغیرهای ساختار انگیزشی، الگوهای ارتباطی خانواده و انعطاف‌پذیری شناختی تبیین می‌شود. با ارائه آموزش‌های لازم در جهت

بهبود الگوهای ارتباطی خانواده، انعطاف‌پذیری شناختی و ساختار انگیزشی انطباقی زوجینی که مشکل طلاق هیجانی دارند یا متقاضی طلاق هستند می‌توان طلاق هیجانی را کاهش داد (میکائیلی و همکاران، ۱۳۹۷).

برای اصلاح و بهبود الگوهای ارتباطی و به‌مراتب افزایش سازگاری و ساختار انگیزشی انطباقی زوجین اثربخشی عوامل مؤثر در گرایش به طلاق مورد بررسی قرار گرفته و هر مطالعه بر اساس تبیین‌های خاص خود روش‌های آموزشی، انگیزشی و درمانی متفاوتی را برای پیشگیری از طلاق پیشنهاد داده است. برای پیشگیری از وقوع طلاق و کاهش آن در جامعه، باید عوامل مؤثر در گرایش به طلاق را شناسایی و برای حذف یا کم‌رنگ کردن این عوامل تلاش نمود و با توجه به اینکه تا به حال مطالعات محدودی مبنی بر بررسی نقش حمایت اجتماعی و مشکلات عاطفی زوجین در حال طلاق انجام شده است به نظر می‌رسد این قبیل مطالعات کمک‌شایانی در راستای کاهش احتمال وقوع طلاق در زوجین متعارض می‌باشد.

همچنین بانمن^۱ (۲۰۱۴) عقیده دارد که با فراهم ساختن فرصت‌های آموزشی جدید برای زوج‌هایی که به دلیل انعطاف‌پذیری شناختی پایین معمولاً درگیر تعارض زناشویی هستند، می‌توان به زوج‌ها کمک کرد تا شیوه‌های مخرب و ناکارآمد مقابله با تعارض را تغییر دهند و شیوه‌های کارآمد و سازنده را با توجه به تغییرات در چرخه زندگی زناشویی در روند به کار گیرند. با توجه به اینکه انعطاف‌پذیری شناختی زوج‌ها به‌عنوان مفهومی شناختی به همسران کمک می‌کند تا بین کارکردهای عقلانی، صمیمیت و خودمختاری در روابط زناشویی خود تعادل برقرار کند، می‌تواند در روابط بین زوج‌ها نقش سازنده و کارآمدی داشته باشد و بر سطح رضایت‌مندی زناشویی آنان تأثیر بگذارد. لذا بر مبنای نتایج اکثر مطالعات مقطعی پیشین و پژوهش میکائیلی و همکاران (۱۳۹۷) که به بررسی نقش الگوهای ارتباطی خانواده، ساختار انگیزشی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در پیش‌بینی طلاق هیجانی زوجین پرداخته شده است و همچنین این نکته که تا کنون پژوهشی به بررسی و اثربخشی انعطاف‌پذیری شناختی در طول تغییرات چرخه زندگی بروی زوجین متقاضی طلاق پرداخته و مطالعات پیشین بدون در نظر گرفتن تغییرات چرخه زندگی به بررسی اثربخشی عوامل مؤثر در گرایش به طلاق صورت گرفته است، انجام چنین پژوهشی

1. Banmen, J

ضروری به نظر می‌رسد؛ بنابراین با توجه به اهمیت موضوع طلاق و افزایش روزافزون آمار طلاق در کل جامعه و بخصوص استان آذربایجان شرقی، با استناد به پژوهش فولادی و شاه‌نعمتی (۱۳۹۴) بررسی علل طلاق در استان آذربایجان شرقی (تبریز) می‌باشد و همچنین فرض اصلی این مطالعه که رابطه بین تغییرات انعطاف‌پذیری شناختی، با مدل منحنی بهتر توجیه می‌شود؛ از این رو در مطالعه حاضر با به کار گرفتن روش تحلیل روند، به بررسی این سؤال پژوهشی پرداخته شد که آیا تغییرات چرخه زندگی می‌تواند، انعطاف‌پذیری شناختی را در زوجین متقاضی طلاق پیش‌بینی کند؟

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش کلیه زوج‌های متقاضی طلاق در دامنه سنی ۱۶ تا ۶۰ سال در استان آذربایجان شرقی بودند که در ۶ ماه اول سال ۹۷ به دادگاه‌های خانواده مراجعه کردند. وضعیت فعلی زندگی زناشویی زوج‌های شرکت‌کننده در پژوهش به این صورت بود که حداقل یکی از همسران باید متقاضی طلاق باشد. نمونه‌های پژوهش به روش نمونه‌گیری مفید، در دسترس از زوج‌های متقاضی طلاق انتخاب شدند. پژوهشگر پس از اخذ معرفی‌نامه از دانشگاه در ۶ ماهه اول سال ۱۳۹۷ به دادگاه‌های خانواده در استان آذربایجان شرقی مراجعه کرده و از زوجین متقاضی طلاق که روزانه به این دادگاه‌ها مراجعه می‌کردند، درخواست شده که به سؤالات پرسشنامه‌ها پاسخ دهند. با توجه به روش پژوهش همبستگی و طراحی مدل، ۲۰۰ زوج متقاضی طلاق (۴۰۰ نفر) در دسترس از زوج‌های متقاضی طلاق به‌عنوان حجم نمونه در نظر گرفته شده است. بر اساس اطلاعات موجود در پرونده آنان زوج‌های متقاضی طلاق در چرخه‌های گوناگون زندگی انتخاب شدند.

- معیارهای ورود و خروج شرکت‌کنندگان در پژوهش به صورت زیر بودند:
- از سلامت روانی و جسمانی بهنجار برخوردار باشند. این معیار در مصاحبه اولیه با زوجین کنترل شده است.
 - یکی از همسران یا هر دوی همسران باید متقاضی طلاق باشند و به دادگاه خانواده مراجعه کرده باشند؛ که بر اساس پرونده دادگاهی آنان کنترل شد.
 - شرکت‌کنندگان باید در دامنه ۱۶ تا ۶۰ سال باشند.

در صورتی که زوجین متقاضی طلاق شرایط ورود به پژوهش را نداشتند، نمی‌توانستند در پژوهش شرکت کنند.

برای سنجش انعطاف‌پذیری شناختی نمونه‌های پژوهش از ابزار پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی استفاده شده است. این پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی توسط دنیس و وندروال^۱ (۲۰۱۰) ساخته شده و یک ابزار خود گزارشی کوتاه ۲۰ سؤالی و بر اساس طیف لیکرت ۷ درجه‌ای است و سه جنبه از انعطاف‌پذیری شناختی را می‌سنجد: الف) میل به درک موقعیت‌های سخت به‌عنوان موقعیت‌های قابل کنترل (ادراک کنترل‌پذیری)، ب) توانایی درک چندین توجه جایگزین برای رویدادهای زندگی و رفتار انسان‌ها (ادراک توجه رفتار)، ج) توانایی ایجاد چندین راه‌حل جایگزین برای موقعیت‌های سخت (ادراک گزینه‌های مختلف) است. این پرسشنامه برای ارزیابی میزان پیشرفت فرد در کار بالینی و غیر بالینی و برای ارزیابی میزان پیشرفت فرد در ایجاد تفکر انعطاف‌پذیر در درمان شناختی رفتاری افسردگی و سایر بیماری‌های روانی به کار می‌رود. اعتبار هم‌زمان این پرسشنامه با افسردگی بک برابر با ۰/۳۹ - و روایی همگرایی آن با مقیاس انعطاف‌پذیری شناختی مارتین و رابین^۲ ۰/۷۵ بود (دنیس و واندروال، ۲۰۱۰). در ایران شاره و همکاران (به نقل از سلطانی، شاره، بحرینیان و فرمانی، ۲۰۱۳) ضریب باز آزمایی کل مقیاس را ۰/۷۱ و ضرایب آلفای کرونباخ کل مقیاس را ۰/۹۰ و برای خرده مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۸۹ و ۰/۵۵ گزارش نمودند. همچنین این ابزار از روایی عاملی، همگرا و هم‌زمان مطلوبی در ایران برخوردار است (تقی زاده و فرمانی، ۱۳۹۲). در پژوهش حاضر هم ضریب اعتبار این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به دست آمد. داده‌ها با استفاده از آزمون‌های ضریب همبستگی پیرسون، معادلات ساختاری و تحلیل مسیر و یا استفاده از نرم‌افزارهای SPSS-۱۹ و AMOS تحلیل شدند.

یافته‌ها

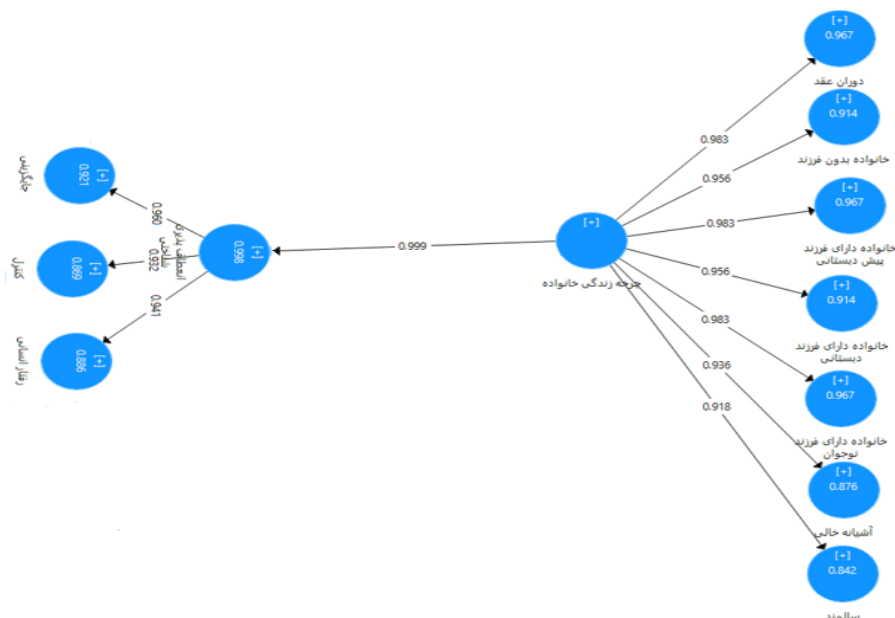
در این مطالعه داده‌های مربوط به ۲۰۰ زوج (۴۰۰ شرکت‌کننده) تحلیل شد.

1. Dennis, J. P. & Vander Wal, J. S.
2. Martin & Robin

جدول ۱. ویژگی‌های جمعیت شناختی شرکت‌کنندگان

متغیر	سطوح متغیر	فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی تجمعی
تجربیات	۲۰ تا ۲۵ سال	۶۲	۱۵/۵	۱۵/۵
	۲۶ تا ۳۰ سال	۱۸۶	۴۶/۶	۶۲/۱
	۳۱ تا ۳۵ سال	۹۸	۲۴/۶	۸۶/۷
	۳۶ تا ۴۰ سال	۴۰	۱۰	۹۶/۷
	بیشتر از ۴۰ سال	۱۴	۳/۳	۱۰۰
	کل	۴۰۰	۱۰۰	
	کمتر از دیپلم	۱۲۶	۳۱/۶	۳۱/۶
	دیپلم و فوق‌دیپلم	۱۱۲	۲۸/۱	۵۹/۶
	لیسانس	۱۴۲	۳۵/۶	۹۵/۲
	فوق‌لیسانس	۲۰	۴/۸	۱۰۰
کل	۴۰۰	۱۰۰		

نتایج جدول ۱ ویژگی‌های جمعیت شناختی شرکت‌کنندگان را نشان می‌دهد. در راستای تحلیل استنباطی و آزمون سؤال پژوهش از آزمون‌های کولموگوروف اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها و روش معادلات ساختاری مبتنی بر روش حداقل مربعات جزئی برای تهیه مدل و تست فرضیات استفاده شده است و از این طریق به آزمون طراحی مدل پیش‌بینی انعطاف‌پذیری شناختی بر اساس تحلیل روند تغییرات چرخه زندگی در زوجین متقاضی طلاق پرداخته شده است. روش‌های تائیدی (آزمون فرضیه) تعیین می‌کنند که داده‌ها با یک ساختار عاملی معین (که در فرضیه آمده) هماهنگ هستند یا خیر. نتایج حاصل از تحلیل عاملی تائیدی متغیرهای پژوهش توسط نرم‌افزار PLS به صورت جداگانه برای هر متغیر آورده شده است و به بررسی معنادار بودن ارتباط هر یک از سؤالات با عامل بررسی خواهد شد.



شکل ۱: ضرایب بارهای عاملی متغیرهای پژوهش

مقدار ملاک برای مناسب بودن ضرایب بارهای عاملی $0/4$ می‌باشد. در شکل ۱ میانگین اعداد ضرایب بارهای عاملی سؤالات از $0/4$ بیشتر است که نشان از مناسب بودن این معیار دارد. بررسی فرضیه پژوهش؛ مدل معادلات ساختاری یک رویکرد آماری جامعی برای آزمون فرضیه‌هایی درباره روابط بین متغیرهای مشاهده شده و متغیرهای مکنون است. از طریق این رویکرد می‌توان قابل قبول بودن مدل‌های نظری را در جامعه‌های خاص با استفاده از داده‌های همبستگی، غیرآزمایشی، آزمون نمود. اگر مدل قابل آزمون باشد ولی با داده‌ها به‌طور مناسب تناسب نداشته باشد شاخص‌های اصلاحی که یک وسیله معتبر برای ارزیابی تغییرات موردنظر در بیان مدل هستند به کار گرفته می‌شوند تا مدل متناسب با داده‌ها شود (هداد^۱، ۱۹۸۸).

جهت بررسی برازش مدل، از برازش مدل اندازه‌گیری، برازش مدل ساختاری و برازش کلی مدل استفاده شده و به‌منظور بررسی پایایی مدل اندازه‌گیری تحقیق، به بررسی ضرایب بارهای عاملی، ضریب آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی پرداخته شده است. فورنل و لارکر^۲

1. Hadad, M. D.

2. Fornell, C. & Larcker, D. F

(۱۹۸۷) مقدار روایی همگرا بالایی ۰,۵ را قابل قبول دانستند ولی باین حال مگنر و همکاران^۱ (۱۹۹۶) مقدار ۰/۴ به بالا را هم معیار کافی دانستند (نقل از داوری و رضازاده، ۱۳۹۳). ضریب پایایی ترکیبی توسط ورتس و همکاران معرفی شد مقدار پایایی ترکیبی یک سازه از یک نسبت حاصل می‌شود که در صورت این کسر، واریانس بین یک سازه با شاخص‌هایش و در مخرج کسر، واریانس سازه با شاخص‌هایش به‌اضافه مقدار خطای اندازه‌گیری می‌آید. در صورتی که مقدار پایایی ترکیبی بالاتر ۰/۷ باشد نشان از پایداری درونی مناسب است و مقدار کمتر از ۰/۶ عدم وجود پایایی است (نونال و بمستین^۲، ۱۹۹۴) ذکر این نکته ضروری است که پایایی ترکیبی معیار بهتری از آلفا به شمار می‌رود (وینز و همکاران^۳، ۲۰۱۰، نقل از داوری و رضازاده، ۱۳۹۳). مطابق با الگوریتم تحلیل داده‌ها بعد از سنجش بارهای عاملی سؤال به محاسبه و گزارش ضرایب آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی پرداخته شد.

سؤال پژوهش؛ انعطاف‌پذیری شناختی در روند تغییرات چرخه زندگی خانواده در زوجین متقاضی طلاق چگونه است؟

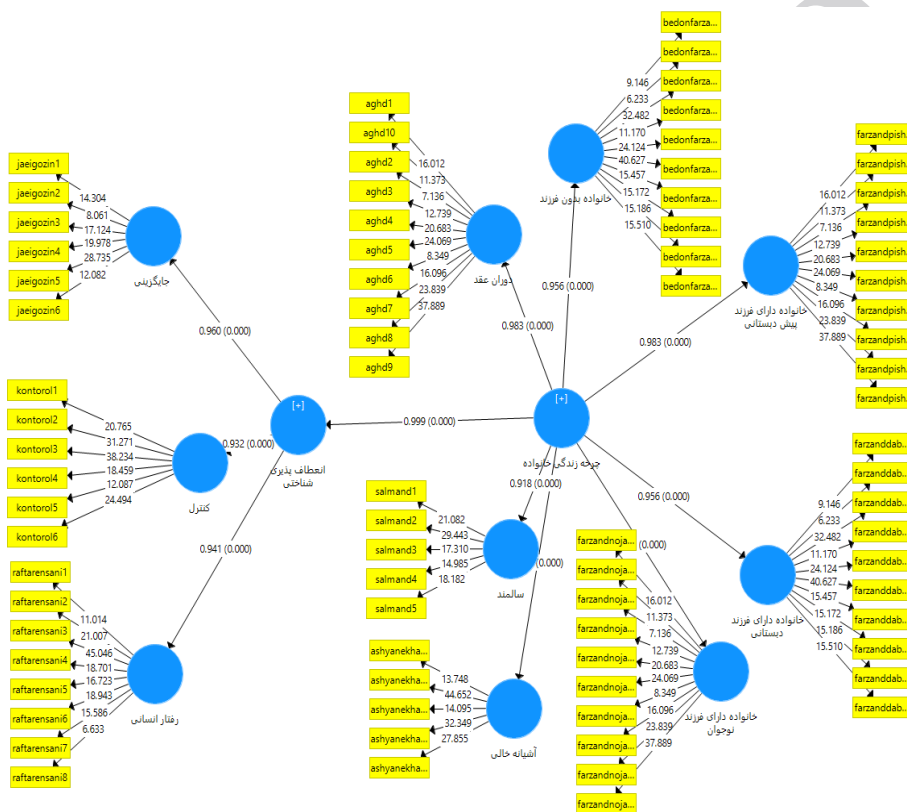
به‌منظور بررسی سؤال پژوهش، ابتدا روابط بین متغیرها محاسبه شد سپس با استفاده از روش تحلیل روند انعطاف‌پذیری شناختی در روند تغییرات چرخه زندگی خانواده موردبررسی قرار گرفت.

جدول ۲. نتایج سؤال پژوهش

نتیجه	P Values	T Statistics	Original Sample	ضریب مسیر
تأیید	۰/۰۰۱	۸۷/۴۴۳	۰/۹۶۰	انعطاف‌پذیری شناختی -> جایگزینی
تأیید	۰/۰۰۱	۵۸/۹۲۱	۰/۹۴۱	انعطاف‌پذیری شناختی -> رفتار انسانی
تأیید	۰/۰۰۱	۶۷/۱۴۴	۰/۹۳۲	انعطاف‌پذیری شناختی -> کنترل
تأیید	۰/۰۰۱	۳/۶۳۵	۰/۲۷۳	چرخه زندگی -> آشیانه خالی
تأیید	۰/۰۰۱	۲/۳۳۵	۰/۲۵۵	چرخه زندگی -> انعطاف‌پذیری شناختی
تأیید	۰/۰۰۱	۷۱/۱۱۹	۰/۹۳۶	چرخه زندگی -> خانواده بدون فرزند
تأیید	۰/۰۰۱	۷۶/۶۵۰	۰/۹۹۹	چرخه زندگی -> خانواده دارای فرزند دبستانی

1. Magner, N. Welker, R.B. & Campbell, T.L.
2. Nunally, Jum C. & Bernstein, I. H.
3. Vinzi, V. Trinchera, L. & Amato, S.

تأیید	۰/۰۰۱	۷۹/۲۵۴	۰/۹۵۶	چرخه زندگی - خانواده دارای فرزند نوجوان
تأیید	۰/۰۰۱	۲۹/۹۹۶	۰/۹۸۳	چرخه زندگی - خانواده دارای فرزند پیش دبستانی
تأیید	۰/۰۰۱	۴۱/۹۹	۰/۹۳۸	چرخه زندگی - دوران عقد
تأیید	۰/۰۰۱	۳۸/۵۹۴	۰/۹۱۸	چرخه زندگی - سالمند
تأیید	۰/۰۰۱	۱۴/۸۵۶	۰/۹۹۷	چرخه زندگی - انعطاف پذیری شناختی



شکل ۲: ضرایب مسیر و p-values سؤال فرضیه

تحلیل روند

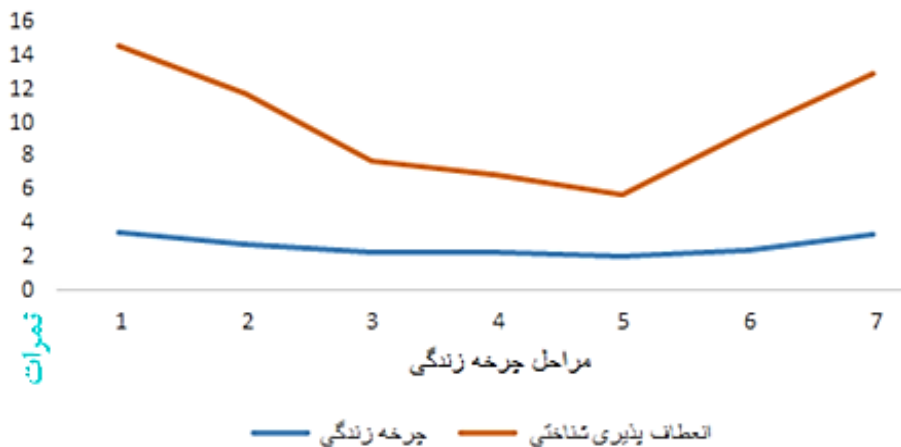
داده‌ها به روش تحلیل واریانس چندمتغیره تحلیل شده و سپس با نتایج آزمون تحلیل روند مقایسه شدند. این تحلیل‌ها در همه مراحل به صورت انفرادی انجام گرفته است.

جدول ۳: نتایج آزمون‌های تحلیل واریانس یک‌راهه و آزمون تعقیبی توکی

P	F	زیر مقیاس						
		عقد کرده	بدون فرزند	پیش‌دبستان	دبستانی	نوجوان	آشپز خالی	سالمندی
		حدافل	حدافل	حدافل	حدافل	حدافل	حدافل	حدافل
		حداکثر	حداکثر	حداکثر	حداکثر	حداکثر	حداکثر	حداکثر
		۳/۴۱	۲/۷۲۴	۲/۲۰۴	۲/۱۵۵	۱/۹۴۶	۲/۲۷۵	۳/۲۵۵
		۱۱/۰۹۷	۸/۸۶۷	۵/۴۴۲	۴/۶۱۲	۳/۷۰۶	۷/۱۳۷	۹/۵۴۹

به منظور بررسی رابطه بین متغیر انعطاف‌پذیری شناختی و مراحل مختلف چرخه زندگی از روش تحلیل رگرسیون منحنی استفاده شد. در این روش مراحل چرخه زندگی خانواده به عنوان متغیر پیش‌بین و متغیر انعطاف‌پذیری شناختی به عنوان متغیر ملاک وارد تحلیل شدند.

انعطاف‌پذیری شناختی



نمودار ۱: تحلیل روند مراحل چرخه زندگی و انعطاف‌پذیری شناختی

در نمودار بالا، محور افقی که همان مراحل چرخه زندگی شامل دوران نامزدی و عقد (عدد ۱)، خانواده‌های بدون فرزند (عدد ۲)، خانواده‌های دارای فرزند پیش‌دبستانی (عدد ۳)، خانواده‌های دارای فرزند دبستانی (عدد ۴)، خانواده‌های دارای فرزند نوجوان (عدد ۵)، مرحله ترک خانه توسط فرزندان (عدد ۶)، مرحله آشیانه خالی و خانواده‌های سالمند (از

بازنشستگی تا مرگ؛ عدد ۷) می‌باشند؛ و محور عمودی شامل نمرات پاسخگویی زوجین به سؤالات پرسشنامه می‌باشد.

نتایج تحلیل روند نشان می‌دهد که بیشترین میزان انعطاف‌پذیری شناختی در مراحل اولیه چرخه زندگی (دوران عقد و زوج‌های بدون فرزند) می‌باشد و در مراحل میانی چرخه زندگی (ورود اولین فرزند، ورود فرزند به دبستان، زوج‌های دارای فرزند نوجوان) به تدریج کاهش می‌یابد و دوباره در مراحل پایانی چرخه زندگی (دوران آشیانه خالی و سالمندی) افزایش می‌یابد.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاکی از آن است که انعطاف‌پذیری شناختی با چرخه زندگی خانوادگی رابطه مثبت و معناداری دارد. به‌طور دقیق‌تر می‌توان بیان کرد که بیشترین میزان انعطاف‌پذیری شناختی در مراحل دوران عقد و بدون فرزند می‌باشد. روند میزان انعطاف‌پذیری شناختی در چرخه زندگی با مرحله ورود اولین فرزند سیر نزولی به خود گرفته و به کمترین مقدار خود در مرحله نوجوانی فرزند می‌رسد و با مرحله آشیانه بدون فرزند دوباره سیر صعودی خود را از سر گرفته است.

روند تغییرات انعطاف‌پذیری شناختی نشان داد که حضور فرزندان صرف‌نظر از سن آن‌ها رابطه منفی با میزان انعطاف‌پذیری شناختی دارد. به‌عبارت‌دیگر، فرزندان مطالباتی مانند زمان و هزینه بیشتری را والدین پدید می‌آورند، که استرس را در والدین افزایش داده و به‌نوبه خود تأثیری منفی بر رضایت زناشویی آنان خواهد داشت. به نظر می‌رسد والدین در مرحله‌ای از زندگی که کودکان زیر ۶ سال (مرحله پیش‌دبستانی) و نوجوان دارند، افت میزان انعطاف‌پذیری شناختی را در مسائل زندگی تجربه می‌کنند، دیری نمی‌پایند که نوجوانی رخ می‌دهد و مطالبات نوجوان انعطاف‌پذیری شناختی والدین را به چالش می‌کشد. این تعارض با بزرگ‌تر شدن فرزندان افزایش یافته و با خروج آن‌ها از خانه کاهش می‌یابد. با عبور از این مرحله و خروج نخستین فرزند از خانواده و نیز ورود به مرحله آشیانه بدون فرزند و سالمندی از این فشارها و چالش‌ها کاسته می‌شود. به لحاظ بالینی، آگاهی متخصصان از تغییرات مورد انتظار در مسیر زندگی زناشویی می‌تواند به تصمیم‌گیری بهتر هم در حوزه درمان و هم آموزش زوجین کمک شایانی کند. آگاهی از تغییراتی که می‌توان آن‌ها را بخشی طبیعی از زندگی زناشویی در طول زمان دانست، این نگاه مثبت را

به همراه دارد که این نوسانات در رضایت زناشویی خاص یک زوج نبوده و دارای الگویی در جامعه بزرگ‌تر یا حتی جهانی است. این شناخت به‌خودی‌خود می‌تواند تسکین‌بخش و راه‌گشا باشد و به زوجین نشان دهد مشکل پیش رو می‌تواند بخش طبیعی از زندگی باشد که مستلزم کنار آمدن و کسب مهارت‌های متناسب با این مرحله زندگی است. در پی چنین تغییراتی خانواده، نوجوان خود را برای آموزش مهارت‌های اجتماعی جدید در برخورد با مسائل جدی پیش رو یاری کند و با خروج اولین فرزند از خانه و گذر از بحران نوجوانی، والدین می‌توانند روابط خود را با دوستان و اطرافیان مجدداً بازسازی کنند. این نتایج با نتایج پژوهش‌های قبلی همسو است. آل‌کثیر و همکاران (۱۳۹۷) در پژوهشی بر روی ۴۰ نفر از زنان دارای اختلاف زناشویی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهرستان شهرکرد در نیمه اول سال ۹۳ نشان دادند که بین میزان انعطاف‌پذیری شناختی زنان دارای اختلاف زناشویی و ابعاد همراهی، عاطفی، آمیزش عاطفی، کنترل رفتار و عملکرد کلی خانواده رابطه منفی وجود دارد و انعطاف‌پذیری شناختی ۲۸ درصد از واریانس همراهی عاطفی و ۶۷ درصد آمیزش عاطفی را تبیین می‌کند. شفیعی، بشرپور و حیدری‌راد (۱۳۹۵) در مقاله‌ای به مقایسه نگرش‌های ناکارآمد و انعطاف‌پذیری شناختی در زنان با و بدون سابقه طلاق پرداختند. نتایج نشان داد که میانگین نمرات گروه افراد مطلقه در متغیر نگرش‌های ناکارآمد به‌طور معنی‌داری بالاتر از افراد بدون سابقه طلاق است، اما در انعطاف‌پذیری شناختی و زیر مؤلفه‌های آن یعنی ادراک کنترل، ادراک چندین راه‌حل و ادراک توجهات، میانگین نمرات افراد مطلقه به‌طور معنی‌داری پایین‌تر از افراد بدون سابقه طلاق است (شفیعی و همکاران، ۱۳۹۵). هم‌چنین جانکو، وتریچ و راپته^۱ (۲۰۱۴) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که انعطاف‌پذیری شناختی کم‌تر، بر توانایی استفاده از بازسازی شناختی که یک راه کاهش پریشانی عاطفی است، تأثیرات منفی می‌گذارد و انعطاف‌پذیری شناختی بیش‌تر به افراد اجازه می‌دهد بر روش‌های جایگزین تغییرات شناختی تمرکز بیش‌تری داشته باشند (جانکو، وتریچ و راپته، ۲۰۱۴). قربانی و همکاران (۱۳۹۷)، در پژوهشی نشان دادند که می‌توان از مداخله ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس برای افزایش عملکردهای اجرایی و انعطاف‌پذیری شناختی در زنان استفاده کرد. از یافته‌های پژوهشی بروی ۲۷۷ نفر از دانشجویان دانشگاه شیراز در سال تحصیلی ۸۹-۹۰

1. Janco, C. Wuthrich, V.M. Rappee, R.M

می‌توان این‌گونه نتیجه‌گیری کرد که انعطاف‌پذیری شناختی، توانایی پیش‌بینی نومی‌دی و ناباوری را دارد؛ بنابراین آموزش انعطاف‌پذیری شناختی از طریق درمان شناختی-رفتاری (CBT) می‌تواند موجب کاهش نومی‌دی و افزایش تاب‌آوری شود (تقی‌زاده و فرمانی، ۱۳۹۲). میکائیلی و همکاران (۱۳۹۷) با به‌کارگیری آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه بر روی ۴۰۰ نفر از زوجین شهر اردبیل نشان دادند که طلاق هیجانی با انعطاف‌پذیری شناختی، ساختار انگیزشی انطباقی و الگوی ارتباطی گفت‌وگوشود ارتباط منفی و معنی‌دار و با ساختار انگیزشی غیر انطباقی و الگوی ارتباطی هم‌نوایی ارتباط مثبت و معنی‌داری دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نیز نشان داد ۴۵ درصد از واریانس طلاق هیجانی توسط متغیرهای ساختار انگیزشی، الگوهای ارتباطی خانواده و انعطاف‌پذیری شناختی تبیین می‌شود. با ارائه آموزش‌های لازم در جهت بهبود الگوهای ارتباطی خانواده، انعطاف‌پذیری شناختی و ساختار انگیزشی انطباقی زوجینی که مشکل طلاق هیجانی دارند یا متقاضی طلاق هستند می‌توان طلاق هیجانی را کاهش داد (میکائیلی و همکاران، ۱۳۹۷). قادری، تبریزی و احقر (۱۳۸۸)، در پژوهشی به بررسی اثربخشی خانواده‌درمانی ستیر بر تغییر سبک‌های مقابله با تعارض زناشویی بر روی زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره دولتی شهر شیراز پرداختند که نتایج نشان داد که اجرای الگوی خانواده‌درمانی ستیر موجب کاهش سبک مقابله با تعارض هیجانی، سبک اجتنابی، سبک مقابله با تعارض متخاصم و افزایش سبک مقابله با تعارض موثق می‌شود. کاظمیان، شریعتی، اسمعیلی و فرحبخش (۱۳۹۲) در مقاله‌ای به طراحی الگوی آموزشی حل تعارض خانواده: برمبنای دیدگاه انسان‌شناسانه پرداختند. نتایج این پژوهش الگوی آموزشی را متشکل از سه محور اصلی ارائه داد که عبارت‌اند از: باور، اخلاق (درون فردی)، اعمال و هرکدام نیز شامل زیرمقوله‌ها و روابطی مختص خود است. فاضلی، احتشام‌زاده و هاشمی شیخ‌شبنانی (۱۳۹۳) در مقاله‌ای به اثربخشی درمان شناختی-رفتاری بر انعطاف‌پذیری شناختی افراد افسرده پرداختند. نتایج تحلیل مانکوا نشان داد درمان شناختی-رفتاری بر افزایش انعطاف‌پذیری شناختی اثربخش بوده است و این تأثیر تا مرحله پیگیری تداوم داشته است. به نظر می‌رسد با استفاده از تکنیک‌های شناختی-رفتاری و تمرین‌های آن می‌توان انعطاف‌پذیری را افزایش داده و در نهایت خلق را بهبود بخشید. خالدی، موتابی، پور ابراهیم؛ باقریان (۱۳۹۳) پژوهشی با هدف بررسی عوامل حفاظت‌کننده ازدواج در افراد متأهل دارای عوامل خطر

پرداختند. نتایج نشان داد که عوامل عمده حفاظت‌کننده بر اساس فراوانی شامل ارتباط، ویژگی‌های شخصیتی، مهارت‌ها، سازگاری، عوامل بیرونی، مذهب و باورها می‌باشند. فتحی، اسمعیلی، فرحبخش و دانش‌پور (۱۳۹۴) در مقاله‌ای به بررسی حیطه‌های تعارض و استراتژی‌های حل آن در زوجین رضایتمند پرداختند. نتایج نشان داد که پنج مضمون همراه با خرده مضامین و مضامین فرعی‌شان به دست آمد که عبارت بودند از ۱) تعارض‌های مرحله پیش از ازدواج ۲) تعارض‌های مرحله نامزدی ۳) تعارض‌های مرحله اولیه ازدواج ۴) تعارض‌های مرحله ثانویه ازدواج ۵) راهبردهای سازنده برای حل تعارض‌های زناشویی و خانوادگی روشن‌سازی، حمایت از همسر و منظومه زن‌شوهری، سازگاری، جبران، افزایش استقلال، آرام‌بخشی، بهره‌گیری از منابع حمایتی. با شناسایی تعارضات زناشویی در مراحل مختلف می‌توان مداخلات پیشگیرانه و درمانی متناسب با هر مرحله را طراحی نمود. همچنین راهبردهای حل تعارض مؤثر می‌تواند در مباحث آموزشی و زوج‌درمانی مورد توجه قرار گیرد. در نهایت با توجه به یافته‌های به دست آمده در تحقیق حاضر می‌توان گفت که متخصصان و مسئولین بهتر است علاوه بر در نظر داشتن واحد زوجی نقش خانواده‌های اصلی را در ارتباط با تعارض‌ها و نحوه حل آن‌ها مورد توجه قرار دهند. شفیعی، بشرپور و حیدری‌راد (۱۳۹۵) در مقاله‌ای به مقایسه نگرش‌های ناکارآمد و انعطاف‌پذیری شناختی در زنان با و بدون سابقه طلاق پرداختند. نتایج نشان داد که میانگین نمرات گروه افراد مطلقه در متغیر نگرش‌های ناکارآمد به‌طور معنی‌داری بالاتر از افراد بدون سابقه طلاق است، اما در انعطاف‌پذیری شناختی و زیر مؤلفه‌های آن یعنی ادراک کنترل، ادراک چندین راه‌حل و ادراک توجیه‌ها، میانگین نمرات افراد مطلقه به‌طور معنی‌داری پایین‌تر از افراد بدون سابقه طلاق است. در تبیین این نتیجه که انعطاف‌پذیری شناختی زوج‌ها پس از ورود اولین فرزند سیر نزولی دارد در مرحله نوجوانی فرزند به حداقل می‌رسد و با مرحله آشیانه بدون فرزند دوباره سیر صعودی پیدا می‌کند، می‌توان گفت که پرورش و مسائل تربیتی فرزند ترکیب و اندازه شبکه اجتماعی والدین را تحت تأثیر قرار می‌دهد. وقتی فرزندان خیلی کوچک هستند فراوانی تماس‌های اجتماعی والدین را کاهش می‌دهند و شاید تنها خویشاوندان نزدیک، شبکه اجتماعی والدین تشکیل دهند؛ اما به‌طور منطقی می‌توان انتظار داشت که با بزرگ‌تر شدن فرزندان و کسب توانایی مراقبت از خودشان فرصت والدین برای برقراری تماس‌های اجتماعی افزایش یابد.

با این وجود بحران ورود فرزند به مرحله نوجوانی می‌تواند در این مورد نیز روابط خانواده را تحت تأثیر قرار دهد. شاید نیازهای ارتباطی جدید نوجوان والدین را در روابط اجتماعی خود با مسئله جدیدی مواجه می‌سازد. به نظر می‌رسد روابط خانواده مجدداً به ارتباطات درون خانواده هسته‌ای معطوف می‌شود تا بحران نوجوانی پشت سر گذاشته شود. تغییر در ساختار خانواده برای رویارویی با تکالیف دوره نوجوانی آن‌چنان مهم است که خانواده را از یک واحد پرورش‌دهنده و حمایت‌کننده فرزندان کوچک به مرکز اصلی آماده‌سازی نوجوان برای ورود به دنیای مسئولیت‌ها و تعهدات بزرگ‌سالی تبدیل می‌کند که به نظر می‌رسد این تغییر شکل خانواده، تغییرات عمیقی در دیدگاه‌های شناختی زوج‌ها ایجاد می‌کند. پژوهش حاضر بر روی زوجین متقاضی طلاق در استان آذربایجان شرقی انجام شده است که به لحاظ علل تعارضات زناشویی و طلاق متفاوت هستند و همچنین محدود بودن نمونه و وجود تفاوت‌های فرهنگی، قومی و خانوادگی شرکت‌کنندگان محدودیت‌هایی را مورد نتایج پژوهش حاضر ایجاد می‌کند. بر این اساس محدودیت‌هایی را در زمینه تعمیم یافته‌ها، تفسیرها و اسنادهای علت‌شناسی متغیرها ایجاد می‌کند که پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی به نقش این متغیرها توجه شود. همچنین با توجه به نتایج پژوهش حاضر پیشنهاد می‌گردد در مطالعات آتی به تأثیر آموزش و مشاوره درمانی در مورد برخورد با مسائل جدید پیش رو، مهارت‌های اجتماعی و روابط زوجین در نحوه برخورد با فرزندان پرداخته شود. همچنین با توجه به افزایش انعطاف‌پذیری شناختی و سازگاری زوجین در مراحل آغازین و پایانی چرخه زندگی زوجین متقاضی طلاق پیشنهاد می‌گردد از آموزش مهارت‌های ارتباط با فرزندان و همسر برای بهبود وضعیت زناشویی زوجین در مراکز آموزشی و مشاوره در کارگاه‌های آموزشی پیش از ازدواج استفاده شود. همچنین با توجه کاهش انعطاف‌پذیری شناختی زوج‌ها دارای فرزند نوجوان، پیشنهاد می‌شود در پی چنین تغییراتی خانواده، نوجوان خود را برای آموزش مهارت‌های اجتماعی جدید در برخورد با مسائل جدی پیش رویاری کند و با خروج اولین فرزند از خانه و گذر از بحران نوجوانی، والدین می‌توانند روابط خود را با دوستان و اطرافیان مجدداً بازسازی کنند.

منابع

- احمدی، خدابخش و فتحی آشتیانی، علی. (۱۳۸۳). بررسی تأثیر روش مداخله‌ای حل مشکل خانوادگی بر کاهش ناسازگاری زوجین. مجله‌ی روانشناسی، ۴(۸)، ۳۸۹-۴۰۳.
- آقا یوسفی، علیرضا؛ فتحی آشتیانی، علی؛ علی اکبری، مهناز و ایمانی‌فر، حمیدرضا. (۱۳۹۴). اثربخشی ساختارگرایی بر تعارضات زناشویی، سبک‌های اسناد و بهزیستی اجتماعی. دوفصلنامه روانشناسی بالینی و شخصیت، ۱۳(۲)، ۱۱۵-۱۲۸.
- آل کثیر، عماد؛ واحد، ندا؛ محمدخانی، پروانه و جعفریان دهکردی، فاطمه. (۱۳۹۷). نقش انعطاف‌پذیری شناختی زنان دارای اختلاف زناشویی در پیش‌بینی عملکرد خانواده. سومین کنفرانس توانمندسازی جامعه در حوزه علوم انسانی و مطالعات روانشناسی، ۹.
- تقی‌زاده، محمد احسان و فرمانی، اعظم. (۱۳۹۲). بررسی نقش انعطاف‌پذیری شناختی در پیش‌بینی نومییدی و تاب‌آوری در دانشجویان. فصلنامه روان‌شناسی شناختی، ۱(۲)، ۳۳-۲۱.
- حاجی حیدری، زهرا، اسماعیلی، معصومه و طالبی ابوتراب (۱۳۹۴). تعارضات زناشویی زوجین فاقد فرزند در آستانه طلاق: یک مطالعه کیفی. مجله تحقیقات کیفی در علوم سلامت، ۴(۱)، ۱۲-۲۱.
- حافظ نیا، م. (۱۳۸۹). مقدمه‌ای بر روش تحقیق در علوم انسانی. تهران: سمت.
- حسینی سه‌ده، سیدمجتبی و فتحی آشتیانی، علی (۱۳۸۹). بررسی رابطه‌ی بین رضایتمندی زناشویی و مدت‌زمان ازدواج در میان دانش‌پژوهان مؤسسه‌ی آموزشی و پژوهشی امام خمینی(ره). روان‌شناسی و دین، ۳(۴)، ۱۲۷-۱۴۵.
- حیدری‌راد، حدیث؛ شفیع، معصومه و بشرپور، سجاد (۱۳۹۵). مقایسه نگرش‌های ناکارآمد و انعطاف‌پذیری شناختی در زنان با و بدون سابقه طلاق. فصلنامه زن و فرهنگ، ۸(۳۰)، ۱۰۳-۱۱۲.
- رستمی، چنگیز؛ جهانگیرلو، اکرم؛ سهرابی، احمد و احمدیان، حمزه (۱۳۹۵). نقش انعطاف‌پذیری شناختی و ذهن آگاهی در پیش‌بینی اهمال‌کاری دانشجویان. مجله علوم پزشکی زانکو، صص ۵۰-۶۱.

شجاعی، فاطمه؛ السادات جزایری، رضوان؛ احمدی، سید احمد و فاتحی‌زاده، مریم السادات (۱۳۹۸). بررسی سازگاری زناشویی و عملکرد ازدواج بر اساس میزان سطح تحصیلی در زوجین. فصلنامه فرهنگ و مشاوره و روان‌درمانی، ۱۰(۳۸)، ۱۱۱-۱۳۴.

عباسی، محمدباقر؛ عزیززاده، مرجان؛ امیدوار شلمانی، صدیقه؛ حسینی، سیدمحمد؛ خطیبی، آمنه و صفاکیش، محدثه (۱۳۹۷). طلاق در ایران. سازمان ثبت احوال کشور، تهران.

فاضلی، مژگان و احتشام‌زاده، پروین (۱۳۹۳). اثر بخشی درمان شناختی - رفتاری بر انعطاف‌پذیری شناختی افراد افسرده. فصلنامه اندیشه و رفتار، ۹(۳۴)، ۲۷-۹۱.

فولادی، اصغر و شاه‌نعمتی گاوگانی، نویده. (۱۳۹۴). بررسی علل طلاق در استان آذربایجان شرقی (تبریز). جامعه پژوهی فرهنگی، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، ۶(۲)، ۹۳-۱۰۹.

قادری، زهرا؛ تبریزی، مصطفی و احقر، قدسی (۱۳۸۸). اثر بخشی خانواده‌درمانی ستیر بر تغییر سبک‌های مقابله با تعارض زناشویی. مجله اندیشه و رفتار، ۳(۱۱)، ۶۷-۷۶.

قربانی، مریم؛ نجفی، مریم و رضایی دهنوی، صدیقه (۱۳۹۷). اثربخشی مداخله‌ی ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس بر عملکردهای اجرایی و انعطاف‌پذیری شناختی در زنان دارای خصیصه نوروگرایی در شهر اصفهان. مجله روان‌شناسی و روان‌پزشکی شناخت، ۵(۳)، ۲۲-۳۷.

قمری، محمد و خوشنام، امیرحسین. (۱۳۹۰). بررسی رابطه عملکرد خانواده‌ی اصلی و کیفیت ارتباط در زندگی بین دانشجویان. فصلنامه‌ی خانواده پژوهی، ۷(۲۷)، ۳۵۴-۳۴۳.

کلانتری، خلیل. (۱۳۸۸). مدل‌سازی معادلات ساختاری در تحقیقات اجتماعی - اقتصادی (با برنامه LISREL و SIMPLIS). چاپ اول، انتشارات فرهنگ صبا، صص ۱-۲۴۴.

ملکی زاده، علی‌اصغر؛ مرادخواه، وحید؛ ملکی، حیدر و حبیب، حبیب. (۱۳۹۵). بررسی رابطه الگوهای ارتباطی خانواده با کنترل عواطف در زوجین. اولین کنفرانس بین‌المللی روانشناسی و علوم اجتماعی، تهران، شرکت خدمات برتر، <https://www.civilica.com>

- میکائیلی، نیلوفر، رحیمی، سعید و صداقت، مهرناز (۱۳۹۷). نقش الگوهای ارتباطی خانواده، ساختار انگیزشی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در پیش‌بینی طلاق هیجانی زوجین. دو فصلنامه آسیب‌شناسی مشاوره و غنی‌سازی خانواده، ۴(۳۸)، ۱-۱۶.
- میکائیلی، نیلوفر، فتوحی، سکینه، عطادخت، اکبر و حاجلو، نادر (۱۳۹۷). مقایسه اثر بخشی زوج‌درمانی مبتنی بر فراهیجان با زوج‌درمانی روایتی بر سازگاری و دل‌زدگی زناشویی زوجین متعارض. فصلنامه فرهنگ و مشاوره و روان‌درمانی، ۹(۳۴)، ۹۷-۱۰۱.
- نریمانی، محمد؛ عباسی، مسلم؛ بگیان کوله مرز، محمدجواد و بختی، مجتبی. (۱۳۹۳). مقایسه اثربخشی دو رویکرد مبتنی بر آموزش پذیرش و تعهد و روان‌درمانی گروهی بر تعدیل طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در مراجعان متقاضی طلاق. مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۱(۴)، ۱-۲۸.

- Amato, P. R., & Marriott, B. H. (2016). *A Comparison of high-and low Distress Marriages that end in Divorce*. Journal of Marriage and Family, (69)2, 621-638.
- Bahari, F. (2011). *Interpersonal relationship conflict management style and marital conflict divorce city of Esfahan*. Counseling Research and Developments. (10)39, 125-38. [In Persian].
- Banmen, J., Maki-Banmen, K. (2014). *What has become of Virginia Satir's therapy model since she left us in 1988?* Journal of Family Psychotherapy, (25)2, 117-131. doi:10.1080/08975353.2014.909706
- Beilby, J. (2014). *Psychosocial impact of living with a stuttering disorder: Knowing is not enough*. In Seminars in speech and language, Theme Medical Publishers.
- Canas, J., Quesada, J., Antolí, A., & Fajardo, I. (2003). *Cognitive flexibility and adaptability to environmental changes in dynamic complex problem-solving tasks*. Journal of Ergonomics, (46)5, 482-501.
- Carbonella, JY., & Timpano, KR. (2016). *Examining the link between hoarding symptoms and cognitive flexibility deficits*. Behav Ther. (47)2, 262-73.
- Claire, M. Kamp Dush., & Miles G. Taylor. (2011). *Trajectories of Marital Conflict Across the Life Course: Predictors and Interactions With Marital Happiness*.
- De Vuijst, E., & et al. (2017). *Cross-sibling effects on divorce in the Netherlands*. Journal of Advances in Life Course Research, (34)12, 1-9.
- Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). *The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity*. Cognitive Therapy Research, (34)3, 241-53.

- Gan, Y., Liu, Y., & Zhang, Y. (2004). *Flexible coping responses to severe acute respiratory syndrome-related and daily life stressful events*. Asian Journal of Social Psychology, 7, 55–66.
- Ghanbaripannah. A., Sharif Mustaffa. M., & Ahmad. R. (2013). *Structural Analysis of Family Dynamics across Family Life Cycle in Iran*. Procedia - Social and Behavioral Sciences, (84), 486-490.
- Goetter, EM., & Elizabeth, M. (2010). *An empirical investigation of depressive rumination: implications for cognitive flexibility, problem solving and depression*. MA thesis. Philadelphia. Science Drexel University.
- Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (2000). *The timing of divorce: predicting when a couple will divorce over a 14-year period*. Journal of Marriage and Family, (62)3, 737-745.
- Gunduz, B. (2013). *Emotional intelligence, cognitive flexibility and psychological symptoms in preservice teachers*. Educ Res Rev, (8)13, 1048-56.
- Jaces, F. C., & Froma, W. (2009). *Spiritual resources in family therapy*. Guilford press.
- Jenkins, SM. (2005). *Differentiation of self and psychology development*. Contemp Fam Ther. (27)2, 251-61.
- khahanipour, M., & Chinavah M. (2016). *Predicting Sincere Relationships Based on Family Communication Patterns and Power Structure in the Family in Couples*. 9th International Congress on Psychotherapy (Asian Summit on Cultural Values), Tehran, Secretariat of the International Congress on Psychotherapy. (In Persian)
- Martin, MM., Stagers, SM., & Anderson, CM. (2011). *The relationships between cognitive flexibility with dogmatism, intellectual flexibility, preference for consistency, and self-compassion*. Commun Res Rep, (28)3, 275-80.
- Nimtz, Mark. A. (2011). *satisfaction and contributing factors in satisfying long-term marriage: a phenomenological study*. Doctoral dissertation, ProQuest Dissertations and Theses, Liberty University.
- Sbarra, D. A., & Coan, J. A. (2017). *Divorce and health: Good data in need of better theory*. Journal of Current Opinion in Psychology, (13)2, 91-95.
- Siffert, A., & Schwarz, B. (2010). *Spouses' demand and withdrawal during marital conflict in relation to their subjective well-being*. Journal of Social and Personal Relationships. 28(2) 262–277.
- Waring, E. M. (2015). *Enhancing Marital Intimacy through Facilitating Cognitive Self-Disclosure*. Routledge Publication.
- Zong, J-G., Cao, X-Y., Cao, Y., Shi, Y-F., Wang, Y-N., Yan, C., & et al. (2010). *Coping flexibility in college students with depressive symptoms*. Health Qual life Outcom. 8(1), 1.