

## مدل ساختاری برای پیش‌بینی دلزدگی زناشویی بر اساس هیجان‌خواهی، کمال‌گرایی و راهبردهای تنظیم هیجان با میانجی‌گری تاب‌آوری در زنان متأهل\*

شایا عمادی<sup>۱</sup>، مالک میرهاشمی<sup>۲</sup>، حسن پاشاشریفی<sup>۳</sup>

## A structural model for prediction of couple burnout based on sensation seeking, perfectionism and emotion regulation strategies with the mediation of resiliency in married women

Shaya Emadi<sup>1</sup>, Malek Mirhashemi<sup>2</sup>, Hasan Pashasharifi<sup>3</sup>

### چکیده

**زمینه:** مطالعات متعددی به بررسی علل دلزدگی زناشویی و هیجان‌خواهی، کمال‌گرایی، راهبردهای تنظیم هیجان و تاب‌آوری زوجین پرداخته‌اند. اما پژوهش پیرامون تدوین مدل ساختاری برای پیش‌بینی دلزدگی زناشویی بر اساس هیجان‌خواهی، کمال‌گرایی و راهبردهای تنظیم هیجان با میانجی‌گری تاب‌آوری در زنان متأهل مغفول مانده است. **هدف:** پژوهش حاضر با هدف ارائه مدل دلزدگی زناشویی زنان متأهل بر اساس متغیرهای هیجان‌خواهی، کمال‌گرایی و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان با میانجی‌گری تاب‌آوری انجام شد. **روش:** این پژوهش از نوع تحقیقات همبستگی با استفاده از مدل‌یابی معادلات ساختاری بود که ۲۵۶ زن متأهل دانشجویان از واحدهای مختلف دانشگاه آزاد اسلامی استان تهران در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ در آن شرکت داشتند. گروه نمونه به روش نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله‌ای انتخاب شد. برای اندازه‌گیری متغیرهای پژوهش، از مقیاس دلزدگی زناشویی (پاینز، ۱۹۹۶)، هیجان‌خواهی (زاکرمین، ۱۹۷۱)، کمال‌گرایی (هیل و همکاران، ۲۰۰۴)، تنظیم شناختی هیجان (گرانفسکی و همکاران، ۲۰۰۰) و تاب‌آوری (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳) استفاده شد و داده‌ها با استفاده از آزمون‌های مدل ساختاری و تحلیل مسیر تحلیل شد. **یافته‌ها:** میزان واریانس تبیین شده متغیر درون‌زای اصلی مدل یعنی دلزدگی زناشویی از طریق پنج متغیر برابر ۰/۳۲ است؛ یعنی حدود ۳۲ درصد از واریانس متغیر وابسته اصلی توسط متغیرهای مدل تبیین می‌شود و ۶۸ درصد از واریانس آن به متغیرهای خارج از مدل مربوط می‌شود. هیجان‌خواهی و مکانیسم‌های تنظیم شناختی سازش‌یافته و سازش‌نیافته هیجان، با دلزدگی زناشویی زنان رابطه مستقیم معنادار دارند (۰/۰۰۱ <math>P</math>). رابطه‌ای میان کمال‌گرایی با دلزدگی زناشویی و تاب‌آوری زنان متأهل به دست نیامد. تاب‌آوری با دلزدگی زناشویی زنان رابطه منفی معنادار دارد (۰/۰۰۱ <math>P</math>). نتایج ارزیابی شاخص‌های برازش نشان داد که مدل نهایی پژوهش به صورت قابل قبولی با داده‌های جمع‌آوری شده برازش دارد و مدل مفهومی تحقیق تأیید می‌شود. **نتیجه‌گیری:** با توجه به ارتباط هیجان‌خواهی، راهبردهای تنظیم هیجان و تاب‌آوری با دلزدگی زناشویی، می‌توان گفت که سرمایه‌گذاری برای بهبود هیجان‌خواهی، راهبردهای تنظیم هیجان و تاب‌آوری زنان متأهل می‌تواند باعث کیفیت زندگی زناشویی زنان را افزایش دهد. **واژه کلیدی‌ها:** دلزدگی زناشویی، هیجان‌خواهی، کمال‌گرایی، راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، تاب‌آوری

**Background:** Numerous studies have examined the causes of marital boredom and excitement, perfectionism, emotion regulation strategies, and couple resilience. However, research on the development of a structural model for predicting marital boredom based on excitement, perfectionism, and emotion regulation strategies has been neglected through the mediation of resilience in married women. **Aims:** aim of this study was to provide a couple burnout model of married women based on variables of sensation seeking, perfectionism and emotion regulation strategies with resiliency mediation. **Method:** This research was kind of modeling and path analysis, in which 256 married female students of different Islamic Azad University Branches of Tehran participated in the academic year of 2017-2018. The experimental group was selected through multi-stage random sampling. collect data associated with the subject, Couple Burnout (Pines, 1996), Sensation Seeking (Zuckerman, 1971), Perfectionism (Hill, 2004), Cognitive Emotion Regulation (Garnefski, 2000) and Resiliency Scale (Connor-Davidson, 2003) were used and Data were analyzed using structural model tests and path analysis. **Results:** This means that the relationships of these variables can be better examined through the present study model. The degree of variance explained by the main endogenous variable of the model, the couple burnout, through five variables is equal to 0/32. approximately 32% of the variance of the main dependent variable is explained by the model variables, and 68% of its variance is related to external variables of the model. Sensation seeking and adaptive and cognitive emotion regulation mechanisms have a direct relationship with couple burnout of women ( $p \leq 0/0/001$ ). There was no relationship between perfectionism with couple burnout and resiliency of married women. Resiliency has a significant negative relationship with couple burnout of women ( $p \leq 0/0/001$ ). the results of evaluating fitness indexes indicated that the final model of the research fitted with the collected data in acceptable manner and conceptual model of the research is confirmed. **Conclusions:** Given the relationship between emotion seeking, emotion regulation strategies, and resilience with marital disgust, it can be said that investing in improving emotion seeking, emotion regulation strategies, and resilience of married women can improve women's marital quality of life. Increase. **Key Words:** Couple burnout, sensation seeking, perfectionism, emotion regulation strategies, resiliency  
**Corresponding Author:** mirhashemi@riau.ac.ir

\* این مقاله مستخرج از رساله دکتری نویسنده اول است.

<sup>۱</sup> دانشجوی دکتری روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد رودهن، رودهن، ایران

<sup>۱</sup> Ph D Student in Psychology, Islamic Azad University, Roudehen Branch, Roudehen, Iran

<sup>۲</sup> دانشیار، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد رودهن، رودهن، ایران (نویسنده مسئول)

<sup>۲</sup> Associated Professor, Department of Psychology, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Roudehen, Iran (Corresponding Author)

<sup>۳</sup> استاد، گروه روانشناسی، واحد رودهن دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

<sup>۳</sup> Professor, Department of Psychology, Islamic Azad University, Roudehen Branch, Roudehen, Iran

پذیرش نهایی: ۹۸/۰۹/۱۵

دریافت: ۹۸/۰۷/۰۳

## مقدمه

شیشه‌گران، اسماعیلی قاضی‌ولویی و زوار، ۱۳۹۵). نحوه کنترل افراد بر عواطف و هیجانانگشان و چگونگی تنظیم این عواطف را می‌توان به عنوان عاملی مهم در ارتباط میان زوجین، رضایت یا عدم رضایت زناشویی و سازگاری زناشویی یا دلزدگی میان زوجین عنوان کرد.

برای ایجاد سازگاری زناشویی و پیشگیری از دلزدگی زناشویی، زوجین به یادگیری و به‌کارگیری مهارت‌های زندگی نیاز دارند. از بین مهارت‌های زندگی به نظر می‌رسد تنظیم هیجانی نقش مهمی در پیشگیری از دلزدگی زناشویی دارد، زیرا از یک طرف خانواده‌کانون احساسات و هیجان‌هاست و از طرف دیگر در زندگی زناشویی تجربه هیجان‌های منفی‌گریزناپذیر است. بنابراین بدون تردید در زندگی‌های امروز ظرفیت قابل توجهی برای دشواری در تنظیم هیجانی وجود دارد. تنظیم هیجانی به عنوان فرآیند آغاز، حفظ، تعدیل و تغییر در بروز، شدت یا استمرار احساس درونی و هیجان مرتبط با فرایندهای اجتماعی - روانی، فیزیکی در به انجام رساندن اهداف فرد تعریف می‌شود (ویمز و پینا، ۲۰۱۰). پژوهش‌های پیشین ۹ راهبرد متفاوت تنظیم شناختی هیجان را به صورت مفهومی شناسایی کرده‌اند که عبارتند از: ملامت خویش، پذیرش، نشخوارگری، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، دیدگاه‌پذیری، فاجعه‌انگاری و ملامت دیگران. تنظیم شناختی هیجان نقش مهمی در سازگاری انسان با وقایع استرس‌زای زندگی دارد. با توجه به مطالب گفته شده مشخص است که تنظیم شناختی هیجان از عوامل مهم و مؤثر در رضایت زناشویی است. تطبیق و سازگاری روانشناختی تا حد زیادی به تنظیم هیجان بستگی دارد و تنظیم هیجانی یکی از مهمترین تکالیف برای سلامت جسمی و روانشناختی به‌ویژه در روابط زناشویی است.

هیجان‌خواهی<sup>۲</sup> به‌عنوان یک خصیصه شخصیتی در گستره هیجانی، موضوعی بسیار قابل ملاحظه است که آثار مشهود و نتایج غیرقابل انکاری بر روابط بین فردی دارد و می‌تواند گوشه‌ای از مسائل مربوط به روابط خانوادگی را در قالب روابط عاطفی بین دو فرد که پیمان زناشویی می‌بندند، روشن کند. طبق تحقیقات انجام شده، یکی از ویژگی‌های شخصیتهایی که می‌تواند بر روابط بین زوجین اثرگذار باشد، میزان هیجان‌خواهی آنهاست (کججاف، نشاط‌دوست و خالویی، ۱۳۸۴). هر اندازه میزان نمرات هیجان‌خواهی بالا باشد،

خانواده مهمترین واحد جامعه است و ازدواج، هسته اولیه ایجاد رابطه خانوادگی و گسترش آن است. میزان رضایت زناشویی از عوامل مهمی است که به طور کلی خانواده را تحت تأثیر قرار می‌دهد اما رضایت زناشویی هدفی است که به نظر نمی‌رسد به راحتی قابل دسترس باشد. پژوهش‌ها دو عامل برای پریشانی و آشفتگی در روابط زناشویی را مشخص کرده‌اند: تعارض‌های زناشویی آشکار و دلزدگی زناشویی<sup>۱</sup>. در واقع دلزدگی زناشویی یکی از عوامل اصلی طلاق به شمار می‌رود (ایدلخانی، حیدری، داوودی و زارع بهرام آبادی، ۱۳۹۷). عوامل متعددی روابط زناشویی زوجین را در گذر زمان تهدید می‌کند و سبب فرسایش عشق و صمیمیت میان همسران و در نتیجه دلزدگی زناشویی آنان می‌شود. کایزر (۱۹۹۶) دلزدگی زناشویی را فقدان تدریجی دلبستگی عاطفی تعریف کرد که شامل کاهش توجه به همسر، بیگانگی عاطفی و افزایش احساس دلسردی و بی‌تفاوتی نسبت به همسر است. یعنی یک حالت تجربه شده خستگی جسمی، عاطفی و روانی است که به صورت تدریجی طی فرآیندی ایجاد می‌شود و ناگهانی اتفاق نمی‌افتد. ابتدا از عدم تناسب مزمن بین توقعات و واقعیت‌های زندگی فرد ناشی می‌شود که باعث ایجاد استرس آگاهانه و ناآگاهانه است. سپس فشارهای عاطفی، فرسودگی و خستگی فرد را درگیر می‌کند و در مرحله بعد تغییراتی در نگرش و رفتار فرد در مورد زندگی زناشویی و همسر ایجاد می‌شود و سرانجام فرد دچار دلزدگی زناشویی می‌شود (پاینز، ۱۹۹۶).

کیفیت روابط زناشویی هم برای مردان و هم برای زنان حائز اهمیت فراوانی است اما به نظر می‌رسد که زنان بیشتر تحت تأثیر زمینه‌های مخرب رابطه، نظیر نارضایتی زناشویی و انواع تعارضات زناشویی قرار دارند که زمینه دلزدگی زناشویی را فراهم می‌آورد. مطالعات انجام گرفته در زمینه دلزدگی زناشویی، به عوامل زیادی اشاره کرده‌اند، یکی از عوامل بین فردی مؤثر بر دلزدگی زناشویی، شیوه‌های ابرازگری هیجان است. آبت (۲۰۰۵)، طی پژوهشی در مورد رابطه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان با رضایت زناشویی نشان داد که بین دشواری در تنظیم هیجانی با رضایت زناشویی رابطه منفی وجود دارد. اسنادهای ارتباطی و ابرازگری هیجانی قادر به پیش‌بینی معنادار دلزدگی زناشویی هستند (کیانی چلمردی، اسدی

2. Sensation seeking

1. Couple burnout

تاب‌آوری<sup>۲</sup>، توانمندی فرد در برقراری تعادل زیستی - روانی، در شرایط خطرناک است (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳). اکثر پژوهشگران بر این باورند که تاب‌آوری نوعی ترمیم خود با پیامدهای مثبت هیجانی، عاطفی و شناختی می‌باشد (گارمزی، ۱۹۹۱). افرادی که دارای تاب‌آوری هستند، اغلب با ایجاد هیجانات مثبت پس از رویارویی‌های فشارزا به حالت طبیعی باز می‌گردند. افراد تاب‌آور بدون این که سلامت روان‌شان کاهش یابد و دچار بیماری روانی شوند، رویدادهای فشارزا را پشت سر می‌گذارند، همچنین به نظر می‌رسد در بعضی موارد با وجود تجارب سخت‌شان پیشرفت نیز کرده و کامیاب شده‌اند. تاب‌آوری می‌تواند سطوح استرس و ناتوانی را در شرایط استرس‌زا تعدیل نموده و باعث افزایش رضایت از زندگی گردد (بنارد، ۱۹۹۵).

مرور پژوهش‌ها نشان می‌دهد که تنظیم هیجانی مثبت و تعاملات متعاقب آن، باعث افزایش صمیمیت زوجین می‌شود (واتکینز، دیلیلو، هافمن و تمپلین، ۲۰۱۵). بین سبک‌های سازش یافته تنظیم شناختی هیجان و رضایت از زندگی رابطه‌ای مثبت و معنادار وجود دارد. بنابراین، توجه به آن، جهت بهبود زندگی زناشویی ضروری است (اسمیت، کیروچی و هیون، ۲۰۰۸). میرجین و کوردوا (۲۰۰۷)، رابطه میان مهارت‌های هیجانی، صمیمیت و رضایت زناشویی را مورد بررسی قرار دادند، نتایج نشان داد که مهارت‌های هیجانی می‌تواند به‌طور پایایی در روابط میان همسران و رضایت زناشویی مؤثر باشد. مهارت‌های هیجانی در تعاملات زوجین به وضوح نمایانگر است. نتایج همچنین مشخص کرد که مهارت‌های تنظیم هیجانی از طریق اثرگذاری بر صمیمیت بر رضایت زناشویی تأثیر می‌گذارد. مشخص شد زنان از لحاظ هیجانی بسیار با مهارت‌تر از مردان هستند. آبت (۲۰۰۵)، طی پژوهشی در مورد راهبردهای تنظیم شناختی هیجان با رضایت زناشویی نشان داد که بین دشواری در تنظیم هیجانی با رضایت زناشویی رابطه منفی وجود دارد. هرینگ، هویت و فلت (۲۰۰۳)، به بررسی رابطه کمال‌گرایی با سازگاری زناشویی در میان ۷۶ زوج پرداختند، نتایج نشان داد بین ویژگی‌های کمال‌گرایی به ویژه، کمال‌گرایی اجتماع‌مدار و عملکرد زناشویی ضعیف، رابطه مثبت معنادار وجود دارد. کیانی چلمردی و همکاران (۱۳۹۵) نشان دادند که بین ابعاد اسنادهای زناشویی و ابرازگری منفی با دلزدگی

میزان رضایت زناشویی کاهش می‌یابد. بنابراین، اگر زن یا شوهر، نمره بالایی در مقیاس هیجان‌خواهی و همسر نمره بسیار پایین داشته باشد، احتمال عدم توافق در زندگی زناشویی افزایش می‌یابد. پس می‌توان انتظار داشت افرادی که در سطح شدید هیجان‌خواهی قرار دارند تمایل داشته باشند با افرادی نظیر خود ازدواج کنند و همین گرایش نیز باید در هیجان‌خواهانی مشاهده شود که در سطح خفیف هیجان‌خواهی هستند، به عبارت دقیق‌تر، هم‌سازی زن و شوهر در این رگه را باید سبب دوام زندگی زناشویی آنها دانست و برعکس نابرابری سطح هیجان‌خواهی زن و شوهر را منبع تعارض‌هایی از قبیل تفاوت در استفاده از اوقات فراغت، هم‌نشینی با دوستان، انجام برنامه‌های مسافرت، ابراز علاقه مندی‌های فرهنگی و نشان دادن بازخوردهایی در زمینه تربیت کودکان دانست که به ناراضمانندی و فروپاشی زناشویی منجر می‌شود (کجباف و همکاران، ۱۳۸۴).

کمال‌گرایی<sup>۱</sup> را به منزله مجموعه‌ای از معیارهای بسیار بالا برای عملکرد تعریف کرده‌اند که با خود ارزشیابی انتقادی افراطی همراه است (فروست، مارتین، لاهارت و روزنبلت، ۱۹۹۰). کمال‌گرایی معمولاً به عنوان یک ویژگی شخصیتی در نظر گرفته می‌شود که با تلاش برای بی‌عیب بودن و وضع استانداردهای بسیار بالا برای عملکرد مشخص می‌شود و با گرایش به ارزیابی منتقدانه رفتار خود و دیگران همراه است (فلت و هویت، ۲۰۰۲؛ فروست و همکاران، ۱۹۹۰). هام‌اچک (۱۹۷۸) بیان داشته است کمال‌گرایی به افکار و رفتارهای خودتخریب‌گرانه‌ای اشاره می‌کند که هدف آنها رسیدن به اهداف به شدت افراطی و غیر واقع‌گرایانه است. گستره وسیعی از مطالعات روی خانواده‌ها و افراد نشان داده که افراد با کمال‌گرایی زیاد نه تنها استانداردهای بالاتری را برای خود تعیین می‌کنند، بلکه عموماً از دیگران نیز انتظارات کمال‌گرایانه‌ای دارند. از چنین منظری کاملاً طبیعی است که در عرصه روابط زناشویی نیز همسران با تمایلات و ویژگی‌های کمال‌گرایانه، از خود و همسرشان انتظارات خاص داشته باشند و لحظه لحظه روابط خود را مبتنی بر سطح کمال-گراییشان نگرسته و به پیش برند. در افراد کمال‌گرا هرگونه شکست در قلمرو مربوطه‌شان مانند ازدواج منجر به انتقادگری شده و باعث پایداری دید منفی آنان از خودشان می‌شود.

2. Resiliency

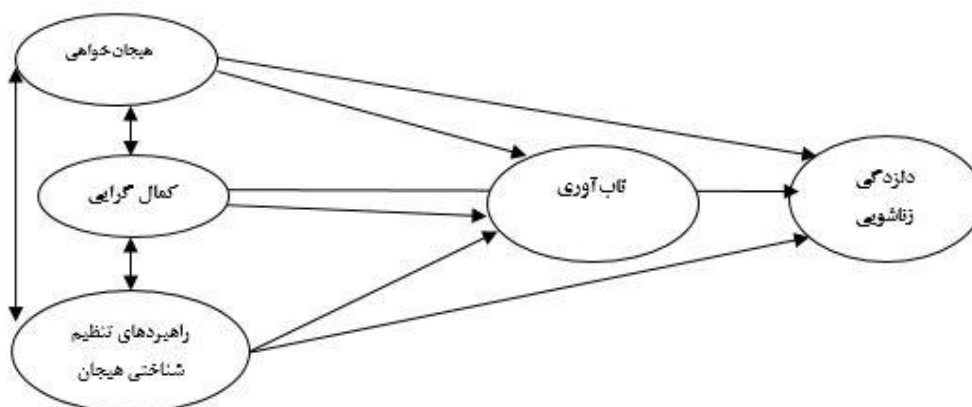
1. Perfectionism

زوج‌درمانی آگاهی‌های لازم به منظور شناخت هر چه بیشتر افراد نسبت به خصوصیات شخصیتی یکدیگر، به آنها داده شود تا در آینده از بروز اختلافات زناشویی جلوگیری به عمل آید. از آنجایی که ازدواج موفق نقش مؤثری در سلامت عمومی ایفا می‌کند باید تلاش کرد تا از این طریق عوامل مخرب در سلامت عمومی و ازدواج را کاهش داده و زمینه‌های مساعدی را برای افزایش سلامت عمومی و بهداشت جسمانی و روانی افراد فراهم کرد. پژوهش در رابطه با دزدگی زناشویی و استفاده از نتایج آن به شکل کاربردی و مداخله‌ای، تأثیرات بسیاری بر بهبود روابط زوجین، افزایش احترام و مورد حمایت قرار گرفتن، داشتن نگرش مثبت به زندگی و در نهایت رسیدن به خود شکوفایی دارد. همانطور که مرور پژوهشی نشان داد ارتباط بین هیجان‌خواهی، کمال‌گرایی و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان با میانجی‌گری تاب‌آوری در بین زنان متأهل مغفول مانده است؛ برای این مسأله، سؤال مطرح شده در این پژوهش به این شرح است:

آیا بر اساس متغیرهای هیجان‌خواهی، کمال‌گرایی و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان با میانجی‌گری تاب‌آوری می‌توان مدلی برای تبیین دزدگی زناشویی در زنان متأهل تدوین کرد؟

زناشویی همبستگی مثبت معنادار و بین ابرازگری مثبت و ابراز صمیمیت با دزدگی زناشویی همبستگی منفی معنی‌دار وجود دارد. بخشی، احمدبرآبادی و یاقوتیان (۱۳۹۵) با بررسی نقش هیجان‌خواهی در دزدگی زناشویی زوجین نشان دادند که بین هیجان‌خواهی و دزدگی زناشویی رابطه مثبت معنی‌داری دارد. گل‌پرور و ستایش‌منش (۱۳۹۳) نشان دادند که از شش مؤلفه کمال‌گرایی، پنج مؤلفه شامل استانداردهای شخصی، تردید نسبت به اعمال، انتظارات والدین، نظم و ترتیب و انتقادگرایی والدین با ترکیب‌های مختلفی قادر به پیش‌بینی رضایت زناشویی، رضایت از مسائل شخصیتی، رضایت از ارتباط زناشویی، رضایت از حل تعارض، رضایت از مدیریت مالی، رضایت از فعالیت‌های اوقات فراغت، رضایت از رابطه جنسی، رضایت از خانواده و دوستان و رضایت از نقش‌های مساوات طلبانه هستند. در مجموع نتایج حاصل از این پژوهش نشان داد که کمال‌گرایی در مواردی می‌تواند موجب کاهش رضایت زناشویی زنان متأهل دانشجو شود.

بروز دزدگی زناشویی یکی از مقدمات جدایی و طلاق می‌باشد و اگر این مسأله به گونه‌ای حل و کنترل نشود ازدواج به جدایی ختم می‌شود. روانشناسان و مشاوران باید درصدد ارائه راه کارهایی جهت درمان و پیشگیری از دزدگی زناشویی باشند و از طریق مشاوره‌های



شکل ۱. دیاگرام مدل مفهومی پژوهش

آماري این پژوهش شامل تمامی دانشجویان زن متأهل واحدهای مختلف دانشگاه آزاد اسلامی استان تهران در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ بود. حجم نمونه متناسب با الگوی معادلات ساختاری که به ازای هر متغیر بین ۲۰ تا ۴۰ نمونه باید اخذ شود، با توجه به سه متغیر پیش‌بین یک متغیر میانجی و یک متغیر ملاک و جمعاً ۵ متغیر، به ازای هر

## روش

پژوهش حاضر از نوع تحقیقات همبستگی با استفاده از روش الگوی علی یا معادلات ساختاری بود. هدف از آن بررسی رابطه سازه‌های نهان برونزاد و درونزاد موجود در مدل و در نهایت تدارک مدلی علی برای پیش‌بینی دزدگی زناشویی بود. جامعه

ارتباطی مثبت به تأیید رسیده است مانند: نظر مثبت در مورد ارتباط، کیفیت مکالمه، احساس امنیت، خود شکوفایی، احساس هدفمندی، کشش و جاذبه عاطفی نسبت به همسر و کیفیت رابطه جنسی آنها. ضریب اطمینان آزمون - باز آزمون ۰/۸۹ برای یک دوره یک ماهه، ۰/۷۶ برای یک دوره دو ماهه و ۰/۶۶ برای یک دوره چهار ماهه بود. تداوم درونی برای اغلب مشارکت‌کنندگان با ضریب آلفا سنجیده شد که بین ۰/۹۱ تا ۰/۹۳ بود (پاینز، ترجمه شاداب، ۱۳۸۱). در ایران نیز نویدی (۱۳۸۴) آلفای کرونباخ این پرسشنامه را در مورد ۱۴۰ نمونه ۱۲۰ پرستار و ۱۲۰ معلم اندازه‌گیری کرد که ۰/۸۶ بود. در پژوهش حاضر میزان قابلیت اعتماد پرسشنامه از طریق روش آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۳ بدست آمد.

پرسشنامه هیجان‌خواهی زاگرم (SSS<sup>1</sup>): این مقیاس، فرم بلند مقیاس هیجان‌خواهی زاگرم (۱۹۷۱) است و شامل ۴۰ سؤال ۲ گزینه‌ای صحیح و غلط می‌باشد. در این مقیاس کلی چهار مقیاس فرعی وجود دارد که هر یک ده سؤال را شامل می‌شود. مقیاس‌های فرعی عبارتند از: ۱) هیجان‌خواهی شدید و ماجراجویانه (۲ تجربه خواهی (۳) عدم بازداری (۴) حساسیت به کسالت. در ایران قابلیت اعتماد ابزار هیجان‌خواهی زاگرم با استفاده از فرمول کودریچاردسون برابر ۸۵ درصد محاسبه شده است. زاگرم اعتبار درونی آن را در دامنه ۰/۸۳ و ۰/۸۶ و اعتبار بازمی‌آزمایی آن را ۰/۹۴ گزارش کرده است. در این پژوهش نتایج تحلیل نشان داد که میزان آلفای کرونباخ برای گزینه‌های A برابر ۰/۶۹۷ و برای گزینه‌های B برابر ۰/۶۲۰ حاصل شد.

پرسشنامه کمال‌گرایی: مقیاس کمال‌گرایی را هیل و همکاران (۲۰۰۴) تهیه کرده‌اند و ۵۹ گویه و ۸ خرده مقیاس دارد. نتایج حاصل از مطالعه درستی و قابلیت اعتماد این مقیاس در پژوهش هیل و همکاران (۲۰۰۴) حاکی از آن است که ضریب قابلیت اعتماد به روش آلفای کرونباخ بین ۰/۸۳ تا ۰/۹۱ به دست آمده است. قابلیت اعتماد کل مقیاس در ایران توسط شریفی و همکاران در سال ۱۳۹۰ با استفاده از آلفای کرونباخ (همسانی درونی)، ۰/۹۲ به دست آمد. در تحقیق حاضر میزان ضریب آلفای کرونباخ کمال‌گرایی برابر ۰/۹۳ بوده و بیشتر از معیار قابل قبول یعنی ۰/۷۰ قرار دارد.

متغیر ۴۰ نفر در نظر گرفته شد که تعداد نمونه ۲۰۰ و با بیش‌برآورد ۲۵۶ نفر انتخاب شد (هویت و کرامر؛ ترجمه شریفی و همکاران، ۱۳۸۹). گروه نمونه به روش نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله‌ای انتخاب شدند. به منظور اجرا، پرسشنامه‌های پژوهش هم‌زمان به مشارکت‌کنندگان ارائه شد قبل از توزیع پرسشنامه‌ها جهت ترغیب مشارکت‌کنندگان به پاسخ‌گویی صادقانه، اهداف تحقیق و اهمیت آن توضیح داده شد. در ابتدای پرسشنامه‌ها اطلاعات دموگرافیک مشارکت‌کنندگان شامل: سن و تحصیلات مشارکت‌کنندگان و مدت (عمر) ازدواج با سؤالات کوتاه پاسخ، پرسیده شد. ضمن اطمینان - بخشی به مشارکت‌کنندگان که اطلاعات محرمانه خواهد ماند و همچنین نیازی به ثبت نام و نام‌خانوادگی وجود ندارد، خواسته شد که پس از اتمام کار پرسشنامه‌ها را به محقق تحویل دهند و در صورت تمایل به دریافت نتایج ارزیابی پرسشنامه‌های مربوط به خود مراتب را به پژوهشگر اطلاع دهند. پرسشنامه‌ها جمع‌آوری و مورد بررسی قرار گرفتند. ۳۱۸ پرسشنامه توزیع و جمع‌آوری شد که از این تعداد ۲۵۶ عدد کامل پر شده و اطلاعات بقیه پرسشنامه‌ها ناقص بود که حذف شدند.

برای تجزیه و تحلیل اطلاعات جمع‌آوری شده از ماتریس همبستگی پیرسون به منظور بررسی رابطه بین متغیرها استفاده شد و در بخش دوم که به یافته‌های استنباطی اختصاص داده شده است، ابتدا مفروضه‌ها یا پیش‌فرض‌های آزمون آماری بررسی شده‌اند و سپس یافته‌های استنباطی مربوط به متغیرهای اصلی پژوهش از طریق روش تحلیل مسیر گزارش شده‌اند. به این منظور از نرم‌افزارهای SPSS و AMOS استفاده شد.

## ابزار

پرسشنامه دزدگی زناشویی (CBM): مقیاس دزدگی زناشویی توسط پاینز در سال ۱۹۹۶ تهیه شد. این پرسشنامه یک ابزار خودسنجی است که برای اندازه‌گیری درجه دزدگی زناشویی در بین زوجین طراحی شده است و دارای ۲۱ عبارت و سه خرده مقیاس اصلی خستگی جسمی، خستگی عاطفی و خستگی روانی است. ارزیابی ضریب قابلیت اعتماد پرسشنامه دزدگی زناشویی نشان داد که دارای یک همسانی درونی بین متغیرها در دامنه بین ۰/۸۴ تا ۰/۹۰ می‌باشد. درستی پرسشنامه به وسیله همبستگی‌های منفی با ویژگی‌های

<sup>1</sup>. Sensation Seeking Scale

هنجاریابی شده است. وی برای تعیین قابلیت اعتماد مقیاس تاب آوری کانر و دیویدسون از روش آلفای کرونباخ بهره گرفته و ضریب قابلیت اعتماد ۰/۸۹ را گزارش کرده است. پژوهش حاضر برای تعیین قابلیت اعتماد این پرسشنامه از روش آلفای کرونباخ استفاده شد و میزان قابلیت اعتماد آن با روش مذکور برابر ۰/۹۰ بدست آمد.

### یافته‌ها

این پژوهش روی ۲۵۶ زن متأهل اجرا شد که میانگین سنی آنها ۳۲/۴۰ با انحراف معیار ۸/۱۵ که مدت زمان ازدواج این زنان ۸/۵۳ با انحراف معیار ۱/۰۸ بود؛ وضعیت تحصیل این زنان ۶/۳۰ درصد زیرکارشناسی، ۵۷/۴۰ درصد کارشناسی، ۳۱/۶ کارشناسی ارشد و ۴/۷ درصد دانشجوی دکتری و بالاتر بودند. در ادامه برای پاسخ گویی به سؤالات پژوهش، ابتدا ماتریس همبستگی ترسیم شد تا در صورت وجود ارتباط معنی‌دار بین متغیرها، به تعیین ضریب تأثیر آنها پرداخته شود. در جدول زیر ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش آورده شده است. قبل از ارائه جدول ماتریس همبستگی، جدول شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول ۱ گزارش شده است:

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش		
متغیر	میانگین	انحراف معیار
دلزدگی زناشویی	۹/۷۶	۳/۶۹
راهبردهای سازش یافته	۳/۳۶	۰/۷۰
راهبردهای سازش نیافته	۲/۷۱	۰/۷۳
کمال‌گرایی مثبت	۲/۹۸	۰/۳۸
کمال‌گرایی منفی	۲/۶۶	۰/۵۱
تاب آوری	۶۴/۱۰	۱۵/۲۰
هیجان خواهی	۱۵/۵۰	۵/۷۱

براساس ضرایب همبستگی گزارش شده در ماتریس فوق، دلزدگی زناشویی با همه متغیرها بجز کمال‌گرایی مثبت دارای ضریب همبستگی معنادار است. همچنین رابطه همبستگی بین کمال‌گرایی مثبت با تاب‌آوری ( $r = -0.11, p > 0.05$ ) و راهبردهای سازش یافته با سازش نیافته ( $r = -0.14, p < 0.05$ ) معنادار نیست. بیشترین مقدار ضریب همبستگی بین متغیر کمال‌گرایی منفی با هیجان‌خواهی است (۰/۶۵۳). شدت اکثر ضرایب معنادار طبق طبقه بندی انجام شده (۰/۲۹ - ۰/۱۰ = کوچک، ۰/۴۹ - ۰/۳۰ = متوسط، ۰/۵۰ - ۰/۷۰ = بزرگ) در

پرسشنامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان: پرسشنامه سبک‌های تنظیم هیجان فرم کوتاه شده که یکی از معتبرترین ابزار ارزیابی برای اندازه‌گیری راهبردهای گوناگون شناختی می‌باشد که به وسیله گرانفسکی، کرایچ و اسپاینهاون (۲۰۰۰) ساخته شده است. پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان در فرهنگ ایرانی توسط بشارت و بزازیان (۱۳۹۱) مورد بررسی قرار گرفته است. ضرایب همبستگی بین نمره های ۱۰۸ نفر از شرکت‌کنندگان در دو نوبت با فاصله دو تا چهار هفته برای سنجش قابلیت اعتماد بازآزمایی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان محاسبه شد. این ضرایب برای خودسرزنش‌گری ۰/۷۰، برای پذیرش ۰/۸۱، برای نشخوارگری ۰/۷۴، برای تمرکز مجدد مثبت ۰/۷۷، برای برنامه‌ریزی ۰/۸۳، برای ارزیابی مجدد مثبت ۰/۷۶، برای کم اهمیت‌شماری ۰/۷۸، برای فاجعه‌نمایی ۰/۷۲، و برای دیگرسرزنش‌گری ۰/۸۰ به دست آمد. این ضرایب نشانه قابلیت اعتماد بازآزمایی رضایت‌بخش پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان هستند. برای سنجش همسانی درونی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان از ضریب آلفای کرونباخ در مورد نمره‌های مشارکت‌کنندگان استفاده شد. ضرایب آلفای کرونباخ پرسش‌های هر یک از مقیاس‌های پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان برای نمونه ۱۰۸ نفری شرکت‌کنندگان در نوبت اول به ترتیب ۰/۷۶، ۰/۸۳، ۰/۷۹، ۰/۸۷، ۰/۸۵، ۰/۷۹، ۰/۸۷، ۰/۸۹ و در نوبت دوم به ترتیب ۰/۷۳، ۰/۸۳، ۰/۷۵، ۰/۸۶، ۰/۸۷، ۰/۸۳، ۰/۸۰، ۰/۹۰، ۰/۸۷ برای زیر مقیاس‌های خودسرزنش‌گری، پذیرش، نشخوارگری، تمرکز مجدد مثبت، برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، کم اهمیت‌شماری، فاجعه‌نمایی و دیگر سرزنش‌گری محاسبه شد. درستی محتوایی پرسشنامه بر اساس داوری ده نفر از متخصصان روانشناسی بررسی و ضرایب توافق‌کنندال برای هر یک از مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۷۳، ۰/۸۰، ۰/۷۷، ۰/۷۵، ۰/۸۶، ۰/۸۱، ۰/۷۹، ۰/۸۵ و ۰/۸۷ محاسبه شد. در پژوهش حاضر نیز میزان قابلیت اعتماد این پرسشنامه برای کل سؤالات برابر ۰/۷۹ حاصل شد که مقدار قابل قبولی محسوب می‌شود.

پرسشنامه تاب‌آوری: این پرسشنامه ۲۵ گویه دارد؛ کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) آن را با مرور منابع پژوهشی ۱۹۹۱ - ۱۹۷۹ در حوزه تاب‌آوری تهیه کردند. کانر و دیویدسون ضریب آلفای کرونباخ مقیاس تاب‌آوری را ۰/۸۹ گزارش کرده‌اند. همچنین ضریب پایایی حاصل از روش بازآزمایی در یک فاصله ۴ هفته‌ای ۰/۸۷ بوده است. این مقیاس در ایران توسط محمدی (۱۳۸۴)

حد کم و متوسط قرار دارد (کوهن، ۱۹۸۸، نقل از زارعی، ۱۳۹۷). جدول زیر شاخص‌های برازش مدل ارائه شده است. جهت همه ضرایب نیز با مبانی نظری متغیرها هماهنگ است. در

جدول ۲. ماتریس ضرایب همبستگی پیرسون متغیرهای اصلی پژوهش							
متغیرها	(۱)	(۲)	(۳)	(۴)	(۵)	(۶)	(۷)
دزدگی زناشویی (۱)	۱						
راهبرد سازش‌یافته هیجان (۲)	-۰/۳۸۲**	۱					
راهبرد سازش‌نیافته هیجان (۳)	۰/۲۶۰**	-۰/۱۴۰	۱				
کمال‌گرایی مثبت (۴)	۰/۰۴۰	۰/۰۶۷	۰/۱۹۷**	۱			
کمال‌گرایی منفی (۵)	۰/۲۵۴**	-۰/۱۶۳**	۰/۴۴۵**	۰/۵۱۱**	۱		
تاب‌آوری (۶)	-۰/۴۹۲**	۰/۴۸۵**	-۰/۳۳۵**	۰/۱۱۰	-۰/۳۲۹**	۱	
هیجان‌خواهی (۷)	۰/۳۷۵**	-۰/۳۸۰**	۰/۵۳۶**	۰/۶۰۲**	۰/۶۵۶**	-۰/۳۶۹**	۱

\*\*  $p \leq 0.001$

جدول ۳. شاخص‌های برازندگی مدل پژوهش									
شاخص‌های برازندگی	( $\chi^2$ )	df	$\chi^2/df$	RMSEA	CFI	TLI	IFI	GFI	AGFI
مدل اولیه	۱۳۸/۵۷	۱۰	۱۳/۸۵	۰/۲۲	۰/۴۴	۰/۱۷	۰/۴۷	۰/۸۷	۰/۶۴
مدل اصلاح شده	۱۱/۸۹	۷	۱/۷۰	۰/۰۵۲	۰/۹۷	۰/۹۳	۰/۹۸	۰/۹۸	۰/۹۴
مقدار قابل قبول	نزدیک به صفر	-	زیر ۳	< ۰/۰۸	> ۰/۹۰	> ۰/۹۰	> ۰/۹۰	> ۰/۹۰	> ۰/۸۰

پدیده معمول در مدل‌یابی معادلات ساختاری و تحلیل مسیر محسوب می‌شود. برای حل این مسأله نرم‌افزار AMOS از طریق بخش شاخص‌های اصلاح خود برقراری سه کواریانس خطا بین سه متغیر را پیشنهاد کرد:

شاخص‌های برازندگی مدل اولیه در جدول فوق نشان می‌دهد که اغلب شاخص‌های برازش و همچنین شاخص RMSEA در حد قابل قبول قرار ندارند اما بعضی از آنها همچون شاخص GFI تا حدودی به دامنه قابل قبول بسیار نزدیک هستند. چنین حالتی یک

جدول ۴. نتیجه کواریانس خطا		
متغیرها	شاخص اصلاح	مقدار تغییر
سازش نیافته <--> هیجان‌خواهی	۳۳/۶۹۷	۱/۸۳۰
سازش یافته <--> هیجان‌خواهی	۱۷/۶۸۸	-۱/۳۷۲
کمال‌گرایی مثبت <--> کمال‌گرایی منفی	۶۶/۶۷۲	۰/۰۹۹

تصمیم‌گیری بر این اساس صورت می‌گیرد که اکثریت شاخص‌ها در دامنه مطلوب قرار داشته باشند. در جدول ۵ معناداری کواریانس‌های بین متغیرهای مستقل و ضرایب همبستگی بین آنها ارائه شده است.

پس از برقراری سه کواریانس پیشنهادی که از نظر آماری قابل توجه بودند. همه شاخص‌های برازش مدل در دامنه مطلوب قرار گرفتند. هر چند این کار موجب از دست دادن سه درجه آزادی و کاهش درجه آزادی از ۱۰ به ۷ شد با این وجود موجب بهبود کامل همه شاخص‌های برازش شد. میزان شاخص‌های برازش مدل اصلاح شده در سطر دوم جدول ۴ قابل مشاهده است. در روش تحلیل مسیر بر خلاف سایر آزمون‌های آماری که تنها بر روی یک معیار تصمیم‌گیری می‌شود ملاک برازش مدل تنها یک شاخص نیست و ملاک

جدول ۵. معناداری ضرایب غیراستاندارد مستقیم بین متغیرهای موجود در مدل						
از متغیر	به	به متغیر	مقدار b	خطا (S.E)	نسبت بحرانی (C.R)	سطح معناداری p
هیجان خواهی	←	تاب آوری	۰/۳۸۰	۰/۱۵۵	۲/۴۴۷	۰/۰۱۴
هیجان خواهی	←	دلزدگی زناشویی	۰/۱۲۳	۰/۳۶	۳/۴۰۷	۰/۰۰۱
کمال گرایی مثبت	←	تاب آوری	۳/۸۶	۲/۸۶	۱/۳۴	۰/۱۷
کمال گرایی مثبت	←	دلزدگی زناشویی	-۰/۰۴۸	۰/۶۶	-۰/۰۷۳	۰/۹۴۲
کمال گرایی منفی	←	تاب آوری	-۲/۷۱	۲/۱۱	-۱/۲۸	۰/۲۰
کمال گرایی منفی	←	دلزدگی زناشویی	-۰/۳۳	۰/۴۸	-۰/۶۹	۰/۴۹
راهبردهای سازش یافته	←	تاب آوری	۱/۴۰۱	۱/۲۱۰	۱/۴۰۶	۰/۱۶۰
راهبردهای سازش نیافته	←	دلزدگی زناشویی	۰/۸۵۸	۰/۲۹۸	۲/۸۷۶	۰/۰۰۴
راهبردهای سازش نیافته	←	تاب آوری	-۱/۶۴۳	۱/۲۹۷	-۱/۲۶۷	۰/۲۰۵
تاب آوری	←	دلزدگی زناشویی	۰/۰۴۹	۰/۰۱۴	۳/۴۲۳	۰/۰۰۱
راهبردهای سازش یافته	←	دلزدگی زناشویی	-۲/۱۵۶	۰/۲۷۹	-۷/۷۴۱	۰/۰۰۱

جدول ۶. معناداری ضرایب کواریانس غیراستاندارد مستقیم بین متغیرهای موجود در مدل						
از متغیر	به	به متغیر	مقدار b	خطا (S.E)	نسبت بحرانی (C.R)	سطح معناداری p
هیجان خواهی	↔	راهبرد سازش یافته	-۱/۱۰	۰/۳۱۲	-۳/۵۴۵	/۰۰۱
هیجان خواهی	↔	راهبرد سازش نیافته	۱/۶۶۵	۰/۳۲۲	۵/۱۷۲	/۰۰۱
کمال گرایی مثبت	↔	کمال گرایی منفی	۰/۰۹۹	۰/۰۱۴	۷/۲۷۰	/۰۰۱

با توجه به جدول فوق، همه کواریانس‌های برقرار شده بین متغیرهای برون‌زای مدل در سطح ۰/۰۵ معنادار هستند. در جدول زیر ضرایب استاندارد مستقیم، غیرمستقیم و کل بین سازه‌ها ارائه شده است. همچنین میزان واریانس تبیین شده متغیرهای وابسته در مدل نیز ارائه شده‌اند:

جدول ۷. اثرات استاندارد مستقیم و غیرمستقیم و کلی متغیرهای اصلی پژوهش					
از سازه	به سازه	اثر مستقیم	اثر غیر مستقیم	اثر کل	واریانس تبیین شده
هیجان خواهی	دلزدگی زناشویی	۰/۱۹۴	۰/۰۳	۰/۲۲۳	۰/۳۲
کمال گرایی مثبت		-۰/۰۰۴	۰/۰۱۷	۰/۰۱۳	
کمال گرایی منفی		-۰/۰۴۲	۰/۰۱۷	۰/۰۵۸	
راهبردهای سازش یافته هیجان		-۰/۲۹۴	۰/۰۱۲	-۰/۲۸۱	
راهبردهای سازش نیافته هیجان		۰/۱۵۸	-۰/۰۱۵	۰/۱۴۴	
هیجان خواهی	تاب آوری	۰/۱۶۴	ندارد	۰/۱۶۴	۰/۰۴
کمال گرایی مثبت		۰/۰۹۳	ندارد	۰/۰۹۳	
کمال گرایی منفی		-۰/۰۹۲	ندارد	-۰/۰۹۲	
راهبردهای سازش یافته هیجان		۰/۰۸۹	ندارد	۰/۰۸۹	
راهبردهای سازش نیافته هیجان		-۰/۰۸۳	ندارد	-۰/۰۸۳	
تاب آوری	دلزدگی زناشویی	۰/۱۸	ندارد	۰/۱۸	

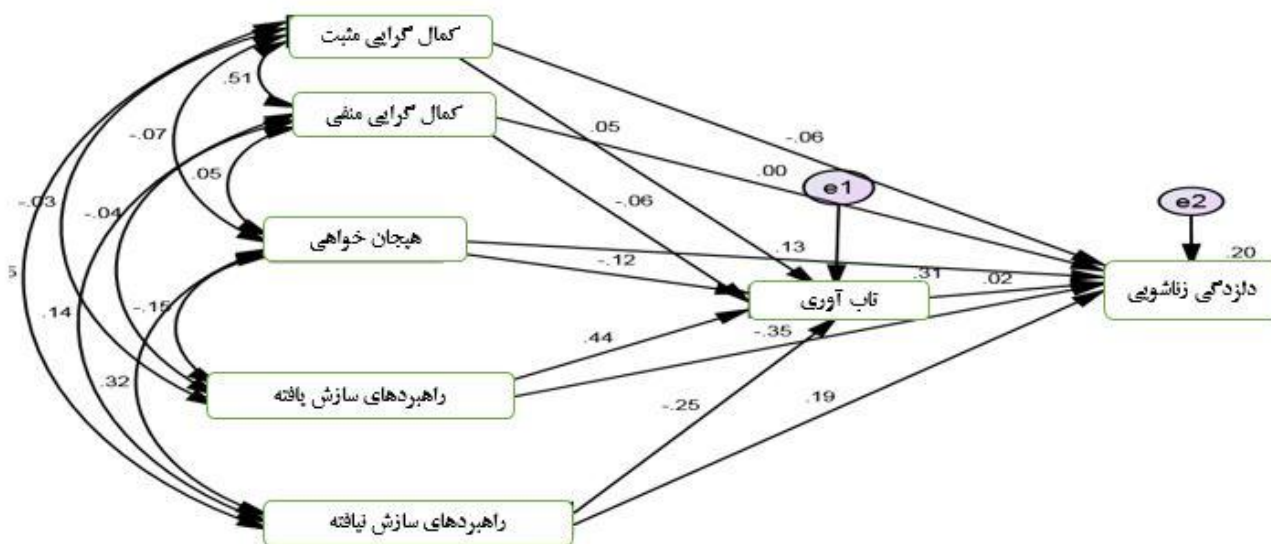
  

جدول ۸. بررسی نتایج میانجی‌گری متغیر تاب آوری				
متغیر مستقل	اثر مستقیم C	اثر غیرمستقیم a.b	اثر مستقیم در مدل میانجی C	نتیجه‌گیری
کمال گرایی مثبت	۰/۰۱۳	۰/۰۱۷	-۰/۰۰۴	بدون تأثیر
کمال گرایی منفی	-۰/۰۵۸	-۰/۰۱۷	-۰/۰۴۲	بدون تأثیر
هیجان خواهی	۰/۲۲۳ <sup>***</sup>	۰/۰۳۰ <sup>*</sup>	۰/۱۹۴ <sup>***</sup>	میانجی‌گری جزئی
راهبردهای سازش یافته هیجان	-۰/۳۹۶ <sup>***</sup>	۰/۰۱۶	-۰/۴۱۲ <sup>***</sup>	اثر مستقیم
راهبردهای سازش نیافته هیجان	۰/۱۴۴ <sup>*</sup>	-۰/۰۱۵	۰/۱۵۸ <sup>*</sup>	اثر مستقیم



دزدگی زناشویی نیز به صورت اثر مستقیم است. همچنین کمال‌گرایی مثبت و منفی نیز بر دزدگی زناشویی بدون تأثیر هستند. دیاگرام مدل مفهومی پژوهش به شکل زیر می‌باشد:

بر اساس داده‌های جدول فوق، تاب‌آوری بین متغیرهای هیجان‌خواهی با دزدگی زناشویی نقش میانجی یا واسطه‌ای به صورت جزئی دارد. تأثیر راهبردهای سازش‌نیافته و سازش‌یافته هیجان‌با



نمودار ۲. مدل میانجی تحقیق

## بحث و نتیجه‌گیری

هیجان‌ها و مکانیسم‌های تنظیم هیجان در روابط زوجین اثرگذار است و تنظیم هیجانی مثبت و تعاملات متعاقب آن موجب صمیمیت زوجین می‌شود. در واقع صمیمیت تحت تأثیر راهبردهای مثبت هیجانی می‌تواند ایجاد شود (واتکینز و همکاران، ۲۰۱۵). راهبردهای سازش‌یافته تنظیم شناختی هیجان شامل پذیرش، تمرکز مثبت مجدد، برنامه‌ریزی، بازاریابی مثبت و اتخاذ دیدگاه می‌باشد. واتکینز و همکاران (۲۰۱۵) بیان می‌دارند تنظیم هیجانی مثبت و تعاملات متعاقب آن، باعث افزایش صمیمیت زوجین می‌شود. بنابراین می‌توان این نتیجه‌گیری را مطرح کرد که صمیمیت تحت تأثیر راهبردهای مثبت هیجانی می‌تواند ایجاد شود و البته به واسطه تأثیر راهبردهای منفی تنظیم هیجان نیز از بین نمی‌رود. آموزش تنظیم هیجان بر کاهش دزدگی اثر معناداری دارد و همچنین بین آموزش تنظیم هیجان و کاهش خستگی جسمی رابطه معناداری وجود دارد و بین آموزش تنظیم هیجان و کاهش خستگی عاطفی اثر معناداری وجود دارد و همچنین بین آموزش تنظیم هیجان و کاهش خستگی روانی اثر معناداری وجود دارد (بالی و همکاران، ۱۳۹۵). عدم تنظیم هیجان می‌تواند باعث رفتارهای مشکل‌آفرینی همچون خشونت باشد (دیلون، ریچی، جانسون و لا - بار، ۲۰۰۷). خشونت از دلایل دزدگی زناشویی است. راهبردهای سازش‌نیافته تنظیم شناختی هیجان شامل سرزنش خود،

میزان واریانس تبیین شده متغیر درون‌زای اصلی مدل یعنی دزدگی زناشویی از طریق پنج متغیر برابر ۰/۳۲ است یعنی حدود ۳۲ درصد از واریانس متغیر وابسته اصلی توسط متغیرهای مدل تبیین می‌شود و ۶۸ درصد از واریانس آن به متغیرهای خارج از مدل مربوط می‌شود. همچنین ۰/۴ از واریانس متغیر تاب‌آوری از طریق چهار متغیر برون‌زای اصلی مدل یعنی هیجان‌خواهی، کمال‌گرایی، راهبردهای سازش‌یافته و سازش‌نیافته تبیین می‌شود. در مجموع نتایج ارزیابی شاخص‌های برازش نشان داد که مدل نهایی پژوهش به صورت قابل قبولی با داده‌های جمع‌آوری شده برازش دارد و مدل مفهومی تحقیق تأیید می‌شود. این بدین معناست که روابط متغیرهای مذکور از طریق مدل تحقیق حاضر می‌تواند بهتر مورد بررسی قرار گیرد. نتایج فوق با تحقیق داورنیا، زهراکار، معیری و شاکرمی (۱۳۹۴)، میرجین و کوردوا (۲۰۰۷)، دانهام (۲۰۰۸)، بالی، گل‌پور و معدنی (۱۳۹۵)، امیدفر، پوراهاهم، خوش‌کنش و مرادی (۱۳۹۵)، بخشی و همکاران (۱۳۹۵)، واتکینز و همکاران (۲۰۱۵)، تای و پولسون (۲۰۱۳)، اسمیت و همکاران (۲۰۰۸)، آبت (۲۰۰۵)، همسو می‌باشد.

به کاهش دزدگی زناشویی و در نتیجه افزایش رضایت زناشویی زوجین کمک کنند (بخشی و همکاران، ۱۳۹۵).

ضریب همبستگی بین تاب‌آوری و دزدگی زناشویی برابر ۰/۲۴۹- (منفی و معنادار) است اما در مدل مثبت ذکر شده. این به دلیل تأثیر متغیرهای پیش‌بین همچون کمال‌گرایی منفی و راهبردهای سازش‌نیافته و همچنین کمال‌گرایی مثبت و راهبردهای سازش‌یافته با تاب‌آوری و دزدگی زناشویی است. برآورد رابطه این‌ها باعث مثبت شدن ضریب مسیر بین تاب‌آوری و دزدگی زناشویی شده است. این یک امر طبیعی است و مشکل آماری نیست. بنابراین رابطه این دو متغیر منفی و معنادار است (۰/۲۴۹-). این نتیجه با نتیجه پژوهش‌های موحد و کریمی (۱۳۹۶) و عبادت پور، نوایی‌نژاد، شفیع‌آبادی و فلسفی‌نژاد (۱۳۹۲) همسو است.

همه ضرایب مستقیم بجز ضریب مستقیم کمال‌گرایی مثبت و منفی به دزدگی، معنادار هستند لذا می‌توان نقش میانجی این متغیرها را بررسی کرد. چون ضریب کمال‌گرایی مثبت و کمال‌گرایی منفی به دزدگی زناشویی معنادار نیست لذا نقش میانجی‌گری تاب‌آوری در این مورد رد می‌شود و تنها باید رابطه غیرمستقیم بین این دو را در مدل اثرات غیرمستقیم بررسی کرد. رابطه میانجی‌گری با رابطه غیرمستقیم متفاوت است. در حالت نقش میانجی داشتن، متغیر میانجی رابطه بین دو متغیر را توضیح می‌دهد و این که چرا بین دو متغیر چنین رابطه‌ای وجود دارد. اما در رابطه غیرمستقیم تنها مشخص می‌شود که یک متغیر از طریق یک متغیر دیگر رابطه معناداری با متغیر وابسته دارد. بر اساس یافته‌های پژوهش، تاب‌آوری بین متغیرهای هیجان-خواهی با دزدگی زناشویی نقش میانجی یا واسطه‌ای به صورت جزئی دارد. تأثیر راهبردهای سازش‌نیافته و سازش‌یافته هیجان با دزدگی زناشویی نیز به صورت اثر مستقیم است. همچنین کمال‌گرایی مثبت و منفی نیز بر دزدگی زناشویی بدون تأثیر هستند. در تبیین عدم تأثیر‌گذاری کمال‌گرایی بر دزدگی زناشویی می‌توان بیان داشت که اشخاصی که دچار دزدگی می‌شوند خود را باور ندارند و احساس شکست می‌کنند. خود را دوست ندارند و همین احساس را نسبت به همسرشان دارند. آنها نه همسرشان را قبول دارند و نه می‌توانند او را دوست داشته باشند. این در حالی است که کمال‌گرایان نه تنها خود را باور دارند بلکه معیارهای بسیار بالایی برای خود در نظر می‌گیرند، نه تنها احساس شکست نمی‌کنند بلکه انتظاراتشان از خود و دیگران بسیار بالاست. برخی ویژگی‌های کمال‌گرایی موجب

فاجعه‌پنداری و نشخوار فکری با سبک‌های اسنادی فرد و احساس گناه ارتباط دارند که هر دو با دزدگی زناشویی ارتباط دارند. دانهام (۲۰۰۸)، در تحقیق خود دریافت که هم در زنان و هم در مردان دشواری در تنظیم هیجان با رضایت و کیفیت زندگی زناشویی رابطه منفی دارند و زوجین دارای مشکلات در تنظیم شناختی هیجان، بیشتر در زندگی زناشویی ناسازگاری نشان می‌دادند. راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان اما نه راهبردهای سازگارانه‌ی تنظیم شناختی هیجان، با علایم آسیب‌شناسی روانی (اضطراب، افسردگی، سوء‌مصرف الکل و خوردن) مرتبط شدند که این آسیب‌های روانی از جمله اضطراب و افسردگی با مؤلفه‌های دزدگی زناشویی به خوبی در ارتباط هستند. نتایج این پژوهش‌ها همسو با نتیجه پژوهش حاضر است.

یافته‌ها نشان داد بین هیجان‌خواهی و دزدگی زناشویی رابطه مثبت معنی‌داری وجود دارد. همچنین مؤلفه‌های دزدگی زناشویی (از پا افتادگی جسمانی و از پا افتادگی روانی) با هیجان‌خواهی رابطه مثبت و معنی‌داری داشت. نتایج پژوهش‌های قبلی همچنین نشان داد که تاب‌آوری و هیجان‌خواهی با تعارض زناشویی ارتباط دارند. با توجه به این که هیجان‌خواهی صفت شخصیتی نسبتاً ثابتی است، پیش‌ازدست زدن به برخی انتخاب‌های مهم زندگی باید سبک زندگی خود را در نظر گرفت. فرد هیجان‌خواه، تحریک بیرونی دائمی مغز را ترجیح می‌دهد، از کارهای عادی خسته می‌شود و مرتباً در جستجوی راه‌هایی برای افزایش انگیزندگی از طریق تجربه‌های هیجان‌انگیز است. هیجان‌خواهان افرادی هستند که دارای خصوصیات همچون برون‌گرایی، خودمختاری، جسور و ناهماهنگ می‌باشند. در نگرش‌های مذهبی و سیاسی بیشتر تمایل به آزاداندیشی دارند، در برابر موفقیت‌های مبهم تحمل بیشتری دارند. در نگرش‌های جنسی از سلطه‌جویی ضعیف‌تری برخوردارند و پاسخ‌های فیزیولوژیک آنان به محرک‌های جدید شدیدتر از گروه‌های دیگر است. در چهار مؤلفه هیجان‌خواهی تفاوت‌های جنسیتی معناداری پیدا شده است. مردان در هیجان‌زدگی و ماجراجویی، بازداری، و حساسیت نسبت به یکنواختی، نمره‌های بالاتری گرفتند. زنان در تجربه‌جویی، نمره‌های بالاتری گرفتند. بر اساس یافته‌ها، هیجان‌خواهی در بروز دزدگی زنان نقش بسزایی داشته و مشاوران می‌توانند با در نظر گرفتن علایم دزدگی و آموزش مهارت‌های هیجانی

## منابع

امیدی‌فر، حنا؛ پورا‌براهیم، تقی؛ خوش‌کنش، ابوالقاسم و مرادی، ایوب (۱۳۹۵). مقایسه و رابطه خودتنظیمی هیجانی با دلزدگی و صمیمیت زناشویی در زوجین هر دو و یکی شاغل ادارات دولتی. *فصلنامه علمی پژوهشی مشاوره شغلی و سازمانی*، ۸(۱)، ۶۷-۵۰.

ایدلخانی، شیرین؛ حیدری، حسن؛ داوودی، حسین و زارع بهرام آبادی، مهدی (۱۳۹۷). مقایسه اثربخشی آموزش روش چند سطحی فلدمن و مهارت‌های صمیمانه بر صمیمیت جنسی زنان دچار دلزدگی زناشویی. *فصلنامه علمی پژوهشی علوم روانشناختی*، ۱۷(۷۲)، ۹۴۴-۹۳۷.

بالی، زینب؛ گل‌پور، رضا و معدنی، طاهره (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر کاهش سطح دلزدگی زن و شوهر افراد مراجعه‌کننده به مرکز بهزیستی شهر ری. *فصلنامه مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی*، ۱۲(۴)، ۱۴۷-۱۵۹.

بخشی، مریم؛ احمدبرآبادی، حسین و یاقوتیان، محمود (۱۳۹۵). بررسی نقش هیجان‌خواهی زوجین در دلزدگی زناشویی، چهارمین همایش ملی مشاوره و سلامت‌روان، قوچان، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قوچان.

بشارت، محمدعلی و بزازیان، سعیده (۱۳۹۱). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه تنظیم هیجان شناختی در نمونه‌ای از جامعه ایرانی. *نشریه علمی پژوهشی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی*، ۲۴(۸۴)، ۷۰-۶۱.

پاینز، آ (۱۹۹۶). چه کنیم تا عشق رؤیایی‌مان به دلزدگی نینجامد، ترجمه فاطمه شاداب (۱۳۸۱)، تهران: نشر ققنوس.

زارعی، حیدرعلی (۱۳۹۷). *راهنمای آمار استنباطی در روانشناسی به زبان ساده*. تهران: ارجمند.

داورنیا، رضا؛ زهراکار، کیانوش؛ معیری، نسیم و شاکرمی، محمد (۱۳۹۴). بررسی کارایی زوج درمانی هیجان‌مدار به شیوه گروهی بر کاهش فرسودگی زناشویی زنان. *فصلنامه علوم پزشکی*، ۲۵(۲)، ۱۴۰-۱۳۲.

کجباف، محمدباقر؛ نشاط دوست، حمید طاهر و خالویی، قاسم (۱۳۸۴). بررسی رابطه بین هیجان‌خواهی و میزان رضایت زناشویی. *ماهنامه علمی پژوهشی دانشگاه شاهد*، ۱۲(۱۰)، ۷۸-۶۹.

کیانی چلمردی، احمدرضا؛ اسدی شیشه‌گران، سارا؛ اسماعیلی قاضی ولویی، فریبا و زوار، مجید (۱۳۹۵). پیش‌بینی دلزدگی زناشویی بر اساس ابرازگری هیجانی و اسنادهای زناشویی در افراد متأهل مراجعه‌کننده به مراکز بهزیستی شهر اردبیل. *فصلنامه علمی-پژوهشی پژوهش‌های مشاوره*، ۱۵(۵۹)، ۷۵-۵۸.

گل‌پرور، محسن و ستایش‌منش، ساناز (۱۳۹۳). پیش‌بینی‌پذیری مؤلفه‌های رضایت زناشویی بر اساس مؤلفه‌های کمال‌گرایی زنان متأهل دانشجویان.

خودشکوفایی می‌شوند. زنان دانشگاهی که معیارهای شخصی بالایی دارند از گونه‌های مثبت کمال‌گرایی به‌شمار می‌روند. اصولاً تحصیلات باعث بینش و آگاهی بیشتر می‌شود که همین امر می‌تواند از بروز دلزدگی زناشویی بر اثر ویژگی‌های منفی کمال‌گرایی پیشگیری کند. کمال‌گرایی اثرات خود را در همه جنبه‌های زندگی ممکن است نمایان کند اما در حیطه‌های شغلی بیشتر نمایان می‌شود. همچنین افراد کمال‌گرا در خود گزارش‌دهی تمایل به مطلوبیت دارند. احتمالاً افراد کمال‌گرا باور ندارند که دلزده هستند چون معیارهای سخت‌گیرانه به آنها اجازه دلزده شدن و بیان آن را نمی‌دهد. این افراد همه چیز را بی‌نقص می‌خواهند و به نقص اذعان نمی‌کنند و باور ندارند که مشکلی در روابطشان وجود دارد و در گزارش هم احتمالاً بی‌نقص بیان می‌کنند و نشان می‌دهند. حفظ ظاهر و کمال‌گرایی حتی در پاسخ به پرسشنامه هم بروز می‌کند. کمال‌گرایی منفی نوعی قفل ذهنی است. در همین راستا و مطابق با نتیجه پژوهش، نتایج تحقیق اشبای، ریس، کات چینس (۲۰۰۸) نشان داد زمانی که هر دو همسر کمال‌گرای ناهنجار بودند، احتمال بیشتری داشت که در گروه زوج‌های ناکارآمد دسته‌بندی شوند، زوج‌هایی که هر دو کمال‌گرای ناهنجار بودند، بیشتر در گروه زوج‌های کارآمد دسته‌بندی شدند. احتمالاً تأثیرگذاری کمال‌گرایی بر دلزدگی زناشویی به هر دو زوج و انواع کمال‌گرایی زوجین بستگی دارد و بررسی کمال‌گرایی یک زوج به تنهایی نمی‌تواند اثرات این ویژگی شخصیتی را بر دلزدگی زناشویی مشخص و روشن کند. نوع کمال‌گرایی هر دو زوج بسیار مؤثر است. اصولاً مشکلات خانوادگی ریشه در نظام خانوادگی گسترده دارد نه فردی و به هر دو زوج و ویژگی‌هایشان برمی‌گردد. گزارش هر پژوهشی به امید ادامه یافتن راه تحقیق و پژوهش در مورد آن موضوع نگارش و به جامعه پژوهشگران ارائه می‌شود. بنابراین لازمه هر گزارش پیشنهاداتی است که راه را برای پژوهش‌های آتی هموار سازد. این پژوهش نیز از این امر مستثنی نبوده و پیشنهاداتی به شرح زیر ارائه می‌شود: این پژوهش در جامعه آماری زنان دانشگاهی انجام شده است و پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی طبقات فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی دیگر هم مورد بررسی قرار بگیرد. آموزش مهارت‌های سازنده تنظیم هیجانی به عنوان یک روش مؤثر برای کاهش مشکلات هیجانی و تنظیم آن پیشنهاد می‌گردد که در این روش‌ها به بررسی و شناسایی سبک خودکار تنظیم هیجانی در افراد پرداخته می‌شود.

- Garnezy, N. (1991). Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American behavioral scientist*, 34(4), 416-430.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation, and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30 (8), 1311- 1327.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism, psychology. *Journal of human behaviors*, 15 (3), 27-33.
- Haring, M., Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (2003). Perfectionism, coping, and quality of intimate relationships. *Journal of Marriage and Family*, 65(1), 143-158.
- Hill, R. W., Huelsman, T. J., Furr, R. M., Kibler, J., Vicente, B. B., & Kennedy, C. (2004). A new measure of perfectionism: The Perfectionism Inventory. *Journal of personality assessment*, 82(1), 80-91.
- Kaysner, K. (1996). The marital disaffection scale: An inventory for assessing emotional estrangement in marriage. *American Journal of Family Therapy*, 24 (1), 68-80.
- Mirgain, S. A., & Cordova, J. V. (2007). Emotion skills and marital health: the association between observed and self-reported emotion skills, intimacy, and marital satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26(9), 983-1009.
- Pines, A. M. (1996). *Couple burnout: Causes and Cures*. London Routledge.
- Smith, L., Ciarrochi, J. & Heaven, C. L. (2008). The stability and change of trait emotional intelligence, conflict communication patterns, and relationship satisfaction: A one year longitudinal study, *Personality and Individual Differences*, 45, 8, 738-743.
- Tie, S. & Poulsen, Sh. (2013). Emotionally focused couple therapy with couple's marital adjustment. *Contemporary Family Therapy*, 35(3), 557-67.
- Watkins, L. E., DiLillo, D., Hoffman, L., & Templin, J. (2015). Do self-control depletion and negative emotion contribute to intimate partner aggression? A labbased study. *Psychology of Violence*, 5(1), 35-36.
- Weems, C. F., & Pina, A. A. (2010). The assessment of emotion regulation: Improving construct validity in research on psychopathology in youth—An introduction to the special section. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 32(1), 1-7.
- Zuckerman, M. (1971). Personality and risk-taking: common bisocial factors. *Journal of personality*, 68(6), 999-1029.
- فصلنامه علمی پژوهشی مطالعات راهبردی زنان (کتاب زنان سابق). ۱۷ (۶۵)، ۲۱۵-۲۴۷.
- هویت، دنیس و کرامر، دانکن (۱۳۸۹)، مقدمه‌ای بر روش‌های تحقیق در روانشناسی و مشاوره. ترجمه: شریفی، حسن‌پاشا؛ نجفی‌زند، جعفر؛ میرهاشمی، مالک؛ معنوی‌پور، داود و شریفی، نسترن. تهران: نشر سخن.
- عبادت‌پور، بهناز؛ نوابی‌نژاد، شکوه؛ شفیع‌آبادی، عبدالله و فلسفی‌نژاد، محمدرضا (۱۳۹۲). نقش واسطه‌ای کارکردهای خانواده برای تاب‌آوری فردی و باورهای معنوی و دلزدگی زناشویی. روش‌ها و مدل‌های روانشناختی، ۱۳ (۲)، ۲۹-۴۵.
- محمدی، مسعود (۱۳۸۴). بررسی عوامل مؤثر بر تاب‌آوری در افراد در معرض خطر سوء مصرف مواد. پایان‌نامه دکتری روانشناسی بالینی، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، تهران.
- مطهری، زهراسادات؛ بهزادپور، سمانه و سهرابی، فرامرز (۱۳۹۲). تبیین سطح تعارض زناشویی بر اساس هیجان‌خواهی و تاب‌آوری در زوجین زن و مطالعات خانواده، ۵ (۲۰)، ۱۰۵-۱۲۲.
- موحد، سکینه و کریمی، کیومرث (۱۳۹۶). بررسی رابطه تاب‌آوری و نارسایی هیجانی با دلزدگی زناشویی معلمان شاغل در مدارس. فصلنامه پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، ۶ (۲)، ۴۰-۵۲.
- Abbot, B. (2005). *Emotion Dysregulation and Re-Regulation: predictors of Relationship intimacy and Distress*, Doctoral Dissrtation, Texas A & M university.
- Ashby, J. S., Rice, K. G., & Kutchins, C. B. (2008). Matches and mismatches: Partners, perfectionism, and premarital adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 55(1), 125-132.
- Benard, B. (1995), *Fostering Resilience in Children*. Council for Exceptional Children.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82.
- Dillon, D. G., Ritchey, M. Johnson, B. D., La-Bar, K. S. (2007). Dissociable effects of conscious emotion regulation strategies on explicit and implicit memory. *Emotion*, 7(2), 345-62.
- Dunham, SM. (2008). *Emotional skillfulness in African American marriage: Intimate safety as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction*. Dissertation of Doctor of Philosophy, University of Akron.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2002). *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. American Psychological Association.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive therapy and research*, 14(5), 449-468.