

بررسی نقش تنظیم شناختی هیجانی در پیش بینی طلاق عاطفی

زهرة رجب زاده^۱، خدیجه اعراب شیبانی^۲

^۱ کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه پیام نور، واحد فردوس، فردوس ایران.

^۲ دکتری روانشناسی سلامت، استادیار گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

نام نویسنده مسئول:

زهرة رجب زاده

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۲/۳۰

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۵/۶

چکیده

خانواده مهمترین نهاد جامعه است که سلامت و استحکام آن بر کل جامعه اثر می گذارد. یکی از آسیبهایی که بسیاری از خانواده ها با آن مواجه می شوند، طلاق عاطفی است طلاق عاطفی نوعی نابهنجاری در نظام خانواده است که زندگی زوجین را به ازدواجی پوچ مبدل می سازد که فاقد عشق، مصاحبت و دوستی است. هدف از این پژوهش بررسی نقش تنظیم شناختی هیجانی در پیش بینی طلاق عاطفی می باشد روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش، کلیه زنان و مردان متأهل ساکن شهر مشهد می باشند که حداقل پنج سال از ازدواج به دلیل اینکه زوجین به حداقل میزانی از ثبات در زندگی زناشویی رسیده باشند، نمونه ی این پژوهش تعداد ۱۳۴ زوج نهایی که دامنه سنی آنها بین ۲۲ تا ۵۱ سال نفر بود که به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. داده های به دست آمده از طریق رگرسیون و با نرم افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد. تنظیم شناختی هیجان و با طلاق عاطفی رابطه دارند. همچنین میان ارزیابی مجدد با طلاق عاطفی رابطه منفی و معناداری وجود دارد. میان سرکوب هیجان و طلاق عاطفی نیز رابطه مثبت و معناداری وجود دارد بدین صورت که با افزایش ارزیابی مجدد میانگین طلاق عاطفی کاهش و با افزایش سرکوب هیجان میانگین طلاق عاطفی افزایش می یابد.

واژگان کلیدی: تنظیم شناختی هیجانی، طلاق عاطفی.

مقدمه

هیچ یک از آسیب‌های اجتماعی بی تأثیر از خانواده پدید نیامده اند. یکی از مهمترین آسیب‌های خانوادگی، طلاق است. بعضی طلاق را در شرایطی رهای یبخش می خوانند. زمانی که خانواده در آتش ستیز و آشوب می سوزد و فرزندان در معرض بیماریهای روانی پایا هستند، طلاق می تواند درمان نهایی باشد (باستانی، گلزاری، روشنی ۱۳۹۶). اما برخی زوجین به دلیل ساختار فرهنگی جامعه، تأکید اسلام بر قبح طلاق و پیامدهای طلاق به خصوص باوجود فرزندان، حاضر به جدایی نمی باشند و برای سالهای زیادی به زندگی سرد و توأم با فرسایش روحی و روانی و حتی جسمی ادامه می دهند. در این موارد طلاق عاطفی اتفاق می افتد. طلاق عاطفی یا طلاق خاموش، خطرناک ترین نوع طلاق است و علایم آن عبارت است از: عدم توجه به خواسته های همسر، مخدوش شدن نقش های خانواده، سرکوب شدن نیازها و ... زن و شوهر به طور فیزیکی از هم جدا نمی شوند و در کنار هم زندگی می کنند. یکی از انواع طلاق است که در جایی ثبت نمی شود و در مقابل طلاق رسمی و قانونی است. اسلام سخت باطلاق مخالف است و می خواهد تا حد امکان طلاق رخ ندهد. آیات و روایات بسیاری مبنی بر مذمت طلاق وارد شده است. (سنجری پور، ۱۳۹۵) طلاق عاطفی وضعیتی است که در ظاهر ساختار خانواده حفظ می شود ولی درواقع خانواده از درون تهی است، چرا که رابطه عاطفی مثبت میان زوجین از میان رفته و روابط منفی عاطفی جای آن را گرفته است (پروین، داودی، محمدی ۱۳۹۲). فاصله عاطفی مشخص و آشکار میان زوجینی است که هر دو ناپخته هستند. زوجها به جای حمایت از هم در جهت اذیت و آزار، ناکامی و کاهش عزت نفس یکدیگر عمل می کنند و به دنبال یافتن دلیلی برای اثبات کوتاهی دیگری و طرد او هستند. (لورا ۲۰۱۵)؛ بنابراین، در طلاق عاطفی، زوجین فقط زیر یک سقف زندگی می کنند؛ درحالیکه ارتباط میان آنها کاملاً قطع شده یا بدون رضایت است. طلاق عاطفی در زمره دشوارترین پدیده های اجتماعی از دیدگاه پژوهشی است. چون این پدیده در زمره پوشیده ترین و حتی ناگفتنی ترین و پیچیده ترین ابعاد حیات انسانی است. شاید فردی که طلاق عاطفی پایان بخش حیات خانوادگی اوست، دلایل واقعی و درست عمل خود را حتی با نزدیکترین افراد مطرح نسازد؛ بنابراین روش های متداول پژوهش در این زمینه با مشکلاتی بی سابقه مواجه اند. هیچگاه مطالعه آسیب شناسی اجتماعی، انحرافات و بزهکاری اجتماعی، بدون شناسایی طلاق و طلاق عاطفی صورت پذیر نیست. به عبارتی، هر جامعه ای که در جستجوی سلامت است، باید این پدیده را مهار کند (باستانی و همکاران ۱۳۹۵) در یک پژوهش کیفی روی زنان، یازده عامل طلاق عاطفی شامل؛ بی توجهی مرد، مشکلات ارتباطی، عدم تأمین نیازهای عاطفی، رفتارهای خشونت آمیز، عدم همدلی، عدم گذراندن زمان با یکدیگر، انتخاب نادرست همسر، بی اعتمادی، عدم احساس مسئولیت مرد و عدم تعادل روحی مرد را نشان دادند. سایر مطالعات نیز به نقش نظم درون خانواده، ساختار قدرت خانواده و سرمایه اجتماعی درون خانواده و عدم مهارت ارتباطی، بیماری روحی، عدم بلوغ فکری و اعتیاد در طلاق عاطفی اشاره کرده اند. طلاق عاطفی در پژوهش های علمی، کمتر مورد توجه قرار گرفته است؛ هر چند در مورد مفاهیم نزدیک به طلاق عاطفی همچون طلاق رسمی و نارضایتی زناشویی مطالعات زیادی انجام شده است. در بررسی طلاق، علاوه بر علل اقتصادی، فرهنگی، جامعه شناختی و حقوقی، عوامل روانشناختی و فردی نیز دخیل می باشد. یکی از این عوامل سازه تنظیم هیجان را معرفی کرده و آن را به عنوان گامی مهم در رشد روابط بین فردی تشخیص دادند. تنظیم هیجان شامل گستره ای از راهبردهای شناختی و رفتاری هشیار و ناهشیار است که جهت کاهش، حفظ یا افزایش یک هیجان صورت می گیرد و به عنوان فرآیند آغاز، حفظ، تعدیل یا تغییر در بروز، شدت یا استمرار هیجان مرتبط با فرآیندهای اجتماعی روانی، فیزیکی تعریف می شود (آیزنبرگ، فابس، گوتری ۲۰۱۶) این باور وجود دارد که تنظیم هیجان یک محدوده بهینه دارد، هم کنترل بیش از حد و هم کنترل ضعیف هیجانها ممکن است در سطح فردی و بین فردی، مضر باشد بدتنظیمی هیجانی، نقص در توانایی تجربه، ابراز و استفاده از هیجان است. جنبه مهم دیگر تنظیم هیجان، تنظیم مجدد هیجان یا ظرفیت بازپس گیری کنترل هیجان است. افرادی که در تنظیم مجدد هیجان مشکل دارند ممکن است متوجه باشند که احساسات و اعمالشان تناسبی با رویدادهای محیط ندارد اما نمی توانند راهی برای خروج از پریشانی بیابند. یلسما و شرلین، رایان (۲۰۱۴). علیرغم پیشرفتهای صورت گرفته در فهم ما از فرایندهای عصبی، فیزیولوژیکی، اجتماعی و رشدی که به افراد در تنظیم هیجانها کمک می کند، اطلاعات نسبتاً کمی در این رابطه وارد

پژوهش های نارضایتی های زناشویی همچون طلاق و طلاق عاطفی شده است. باتلر، اسمیت، گراس (۲۰۱۵)^۳ در مطالعه ای نشان می دادند که سرکوب رفتار گویای هیجانی تواند برای تعاملات اجتماعی و زناشویی مضر باشد. تحقیقات گاتمن (۲۰۱۶)^۴ نشان می دهد برای اینکه یک رابطه عاشقانه به یک رابطه قابل درک برسد، باید هیجانات مثبت پنج برابر بیشتر از هیجانات منفی ابراز شود. لونسون و همکاران (۲۰۱۵)^۵ نشان داد افرادی که از ارزیابی مجدد به عنوان راهبرد مدیریت هیجان در طول رابطه بین فردی استفاده کردند حافظه ضعیف تری در مورد جزئیات گفتگو، اما حافظه بهتری در مورد حالت هیجانی خود داشتند. یلسما و شرلین، رایان (۲۰۱۴)^۶، تاشیرو گاتمن، موری، کریر و سوانسون (۲۰۱۶)^۷ دریافتند که بین بدتنظیمی هیجانی و رضایت زناشویی رابطه منفی وجود دارد.

طرح پژوهش

این پژوهش از نوع توصیفی همبستگی می باشد که دران به رابطه سرسختی شناختی و راهبردهای تنظیم هیجان در طلاق عاطفی پرداخته می شود

جامعه آماری، حجم نمونه و روش نمونه گیری و جمع آوری داده ها

جامعه آماری این پژوهش، کلیه زنان و مردان متأهل ساکن شهر مشهد می باشند که حداقل پنج سال از ازدواج به دلیل اینکه زوجین به حداقل میزانی از ثبات در زندگی زناشویی رسیده باشند، همچنین با توجه به اینکه ویژگی طلاق عاطفی تدریجی بودن آن است و یکی دو سال بعد از آغاز زندگی و بیشتر باگذشت ۵ تا ۷ سال از زندگی مشترک رخ می دهد نمونه پژوهش: بدین ترتیب با مراجعه به منازل این افراد، پس از کسب رضایت و شرح اهداف پژوهش در این پژوهش به دلیل اینکه واژه طلاق حساسیتی ایجاد نکند، به زوجین توضیح داده شد که پژوهش در مورد روابط زناشویی است و تکمیل پرسشنامه های طلاق عاطفی گاتمن در سال ۱۹۹۱، پرسشنامه مقیاس تنظیم هیجانی گراس (۲۰۰۳)، نمونه ای ۱۳۸ نفری از زنان و مردان به شیوه نمونه گیری در دسترس انتخاب شد. از ۱۳۴ زوج نهایی که دامنه سنی آنها بین ۲۲ تا ۵۱ سال درخواست شد که پرسشنامه های و پرسشنامه تنظیم هیجان را تکمیل کنند ملاک های شرکت در پژوهش را (تحصیلات سیکل و بالاتر) و عدم مصرف دارو خاص یا روان گردان بود. ملاک های خروج تحصیلات کمتر از سیکل و مصرف دارو خاص یا روان گردان و نداشتن فرزند و گذشتن کمتر از ۵ سال از ازدواج می باشد. در تحقیق حاضر سعی شده است تا اصول اخلاقی مورد تایید انجمن روانشناسی آمریکا (APA 2003) رعایت گردد. بدین منظور در ابتدای تحقیق و پس از انتخاب نمونه نهایی در طی جلسه ای به تمام شرکت کنندگان در مورد اهداف پژوهش، شیوه اجرا، اطلاعات کافی داده شد. قبل از اجرای برنامه آزمودنی ها رضایت نامه اخلاقی مشارکت آگاهانه در تحقیق را تکمیل نمودند. که در آن تاکید شده بود که مشارکت در این تحقیق کاملاً داوطلبانه است و داوطلبان اجازه دارند که در صورت عدم تمایل از شرکت خود انصراف دهند. محرمانه بودن اطلاعات شخصی و صحبت های بیماران در طی دوره مورد تایید قرار گرفت. همچنین در هنگام تجزیه و تحلیل داده ها کلیه ملاحظات اخلاقی در مورد عدم اشاره به نام و هویت شرکت کنندگان رعایت گردید.

ابزار پژوهش

مقیاس طلاق عاطفی:

این مقیاس توسط گاتمن در سال (۱۹۹۴) تهیه شده که دارای ۲۴ سؤال می باشد. سؤالات به صورت «بلی و خیر» جواب داده می شوند، بعد از جمع کردن پاسخ های بله و خیر، اگر تعداد پاسخهای «بله» برابر یا بالاتر از هشت بود نشان دهنده

3-Butler, Smith, Grass

4-grass

5- Lonson et al

6- Yelsma & Sherlin, Ryan

7- Tashiro Gutman, Murray, Carrier & Swanson

نارضایتی زندگی زناشویی و طلاق عاطفی است. به این معنا که زندگی زناشویی فرد در معرض جدایی قرار داشته و علائمی از طلاق عاطفی در او مشهود می باشد. پایایی آن در ایران ۹۳/۱ گزارش شده است. برای به دست آوردن روایی سازه از تحلیل عاملی به روش چرخشی واریماکس و آزمون اسکری استفاده شد و بدینصورت 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 سوالات در دامنه ۰/۴۹ و ۰/۸۰ قرار داشته و بار عاملی مقبولی دارند. روایی صوری آن نیز توسط متخصصان تأیید شده است. پایایی این مقیاس در پژوهش حاضر با استفاده از آلفای کرونباخ، ۸۳/۱ به دست آمد.

مقیاس تنظیم هیجانی: این مقیاس در سال (۲۰۰۳) توسط گراس و جان تهیه و از ۱۱ گویه تشکیل شده که دارای دو خرده مقیاس ارزیابی مجدد و سرکوب هیجان می باشد. پاسخ ها بر اساس مقیاس لیکرت از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۷) می باشد. آلفای کرونباخ برای ارزیابی مجدد ۷۹/۱ و برای سرکوب هیجانی ۷۳/۱ و اعتبار بازآزمایی بعد از ۳ ماه برای کل مقیاس ۶۹/۱ گزارش شده است. همبستگی ارزیابی مجدد با مقیاس عواطف مثبت ۲۴٪، عواطف منفی ۱۵٪- و سرکوب هیجان با مقیاس عواطف مثبت ۱۵٪- و عواطف منفی ۴٪ گزارش شده است. اعتبار این مقیاس در ایران توسط قاسم پور، ایل بیگی، حسن زاده سال ۱۳۹۱ بر اساس روش همسانی درونی با دامنه آلفای کرونباخ ۶۰٪ تا ۸۱٪ و روایی پرسشنامه مذکور از طریق تحلیل مؤلفه اصلی با استفاده از چرخش واریماکس، همبستگی بین دو خرده مقیاس ۱۳٪ و روایی مالکی مطلوب گزارش شده است.

روش اجرای پژوهش

طرح این پژوهش، طرح توصیفی از نوع همبستگی است.

ملاک های ورود به پژوهش این بود که افراد انتخاب شده به شرکت در پژوهش رضایت داشته باشند و قادر به دراختیارداشتن اطلاعات و تجربیات خود باشند. ملاک خروج از پژوهش اعلام عدم رضایت جهت ادامه همکاری و همچنین پاسخدهی ناقص به پرسش نامه ها بود. در تحقیق حاضر سعی شده است تا اصول اخلاقی مورد تایید انجمن روانشناسی آمریکا (APA 2003) رعایت گردد. بدین منظور در ابتدای تحقیق و پس از انتخاب نمونه نهایی در طی جلسه ای به تمام شرکت کنندگان در مورد اهداف پژوهش، شیوه اجرا، اطلاعات کافی داده شد. قبل از اجرای برنامه آزمودنی ها رضایت نامه اخلاقی مشارکت آگاهانه در تحقیق را تکمیل نمودند. که در آن تاکید شده بود که مشارکت در این تحقیق کاملاً داوطلبانه است و داوطلبان اجازه دارند که در صورت عدم تمایل از شرکت خود انصراف دهند. محرمانه بودن اطلاعات شخصی و صحبت های بیماران در طی دوره مورد تایید قرار گرفت. همچنین در هنگام تجزیه و تحلیل داده ها کلیه ملاحظات اخلاقی در مورد عدم اشاره به نام و هویت شرکت کنندگان رعایت گردید.

روش تجزیه و تحلیل داده ها

داده های بدست آمده ابتدا در سطح توصیفی با استفاده از شاخص های آماری به توصیف و تلخیص ویژگی های جمعیت شناختی افراد نمونه در تحقیق شامل جنسیت، سن، تحصیلات و... پرداخته می شود و سپس با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چند متغیری با شیوه گام به گام مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

تجزیه و تحلیل داده ها

شاخص های جمعیت شناختی

نمونه پژوهش حاضر را ۱۳۴ نفر از زنان و مردان متأهل مشهد تشکیل می دادند. میانگین و انحراف معیار سن در کل نمونه ۳۹/۴۲ و ۷/۲۰ با دامنه ۲۸ تا ۵۱ سال بود. میانگین سال های ازدواج این افراد نیز ۱۴/۵۲ و ۷/۱۴ با دامنه ۵ تا ۲۹ سال بود. توزیع نمونه بر جنسیت، میزان تحصیلات و تعداد فرزندان در جدول ۴-۱ آورده شده است.

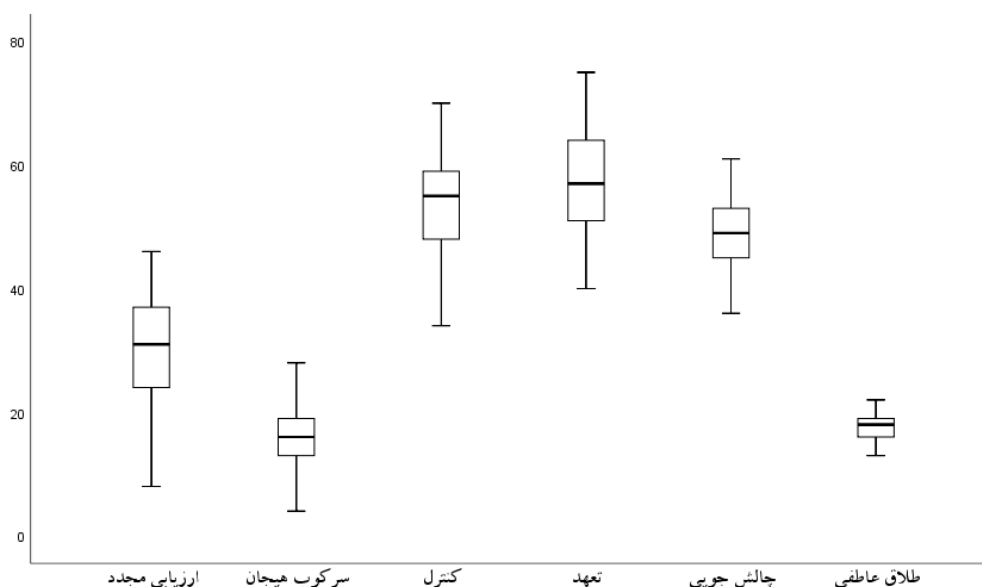
جدول ۴-۱- توصیف نمونه بر حسب جنسیت، میزان تحصیلات و تعداد فرزندان

شاخص	گروه	فراوانی	درصد معتبر	درصد تجمعی
جنسیت	زن	۸۹	۶۶/۴	۶۶/۴
	مرد	۴۳	۳۳/۶	۱۰۰
میزان تحصیلات	کاردانی	۲۶	۱۹/۴	۱۹/۴
	کارشناسی	۹۴	۷۰/۱	۸۹/۶
	کارشناسی ارشد و بالاتر	۱۴	۱۰/۴	۱۰۰
	یک فرزند	۶۸	۵۰/۷	۵۰/۷
	دو فرزند	۵۱	۳۸/۱	۸۸/۸
	سه فرزند یا بیشتر	۱۵	۱۱/۲	۱۰۰

جدول ۴-۱ نشان می‌دهد که در کل نمونه ۶۶/۴ درصد زن و ۳۳/۶ درصد مرد هستند؛ ۱۹/۴ درصد دارای تحصیلات کاردانی، ۷۰/۱ درصد دارای تحصیلات کارشناسی و ۱۰/۴ درصد دارای تحصیلات کارشناسی ارشد و بالاتر هستند. در نهایت در کل نمونه ۵۰/۷ درصد دارای یک فرزند، ۳۸/۱ درصد دارای دو فرزند و ۱۱/۲ درصد دارای سه فرزند یا بیشتر هستند.

تجزیه و تحلیل توصیفی داده‌ها

پیش از شروع تحلیل به غربالگری داده‌ها پرداخته شد. بدین ترتیب که دورافتاده‌ها و گمشده‌ها شناسایی و اصلاح شدند. در ادامه با استفاده از نمودار جعبه‌ای^۸ پرت‌های تک متغیره بررسی شدند. نتایج نشان از عدم وجود داده‌های پرت بود. نمودار جعبه‌ای جهت بررسی پرت‌های تک متغیره در شکل ۴-۱ ارائه شده است.



شکل ۴-۱- نمودار جعبه‌ای جهت بررسی پرت‌های تک متغیره

بررسی پرت‌های چند متغیره با محاسبه فواصل ماهالانوبیس^۹ مورد بررسی قرار گرفت. سپس فواصل مورد نظر بر اساس درجات آزادی (تعداد متغیرها که در اینجا پنج متغیر پیش بین موجود در مدل بود) در آزمون χ^2 اصلاح و در سطح

8. Box Plot

9. Mahalanobis distance

$\alpha=0/001$ مورد بررسی قرار گرفت (میرزا^۱ و همکاران، ۱۳۹۶). نتایج نشان داد که پرت چندمتغیره ای وجود ندارد ($\alpha>0/001$) و می توان تحلیل را با ۱۳۴ نفر ادامه داد. شاخص های توصیفی متغیرهای پژوهشی در جدول ۴-۲ آورده شده است.

جدول ۴-۲- شاخص های توصیفی متغیرهای پژوهشی

متغیرها	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
تنظیم هیجانی	ارزیابی مجدد	۸	۴۶	۳۰/۱۱	۸/۷۳	-۰/۵۹
	سرکوب هیجان	۴	۲۸	۱۶/۴۶	۵/۳۰	-۰/۳۳
سرسختی روانشناختی	کنترل	۳۴	۷۰	۵۳/۵۴	۸/۱۰	-۰/۵۹
	تعهد	۴۰	۷۴	۵۷/۲۰	۷/۶۴	-۰/۸۱
	چالش جویی	۳۷	۶۱	۴۹/۰۵	۵/۴۲	-۰/۷۰
	نمره کل	۱۱۹	۱۹۵	۱۵۹/۷۹	۱۶/۳۶	-۰/۵۸
طلاق عاطفی	۱۳	۲۲	۱۷/۷۴	۱/۹۲	-۰/۰۳	-۰/۵۹

نتایج درج شده در جدول ۴-۲ نشان می دهد که در ارزیابی مجدد میانگین بالاتری نسبت به سرکوب هیجان دارد (۳۰/۱۱) در برابر (۱۶/۴۶).

خلاصه مدل رگرسیون و نتایج تحلیل واریانس طلاق عاطفی بر حسب تنظیم هیجان

ضرایب رگرسیون گام به گام طلاق عاطفی بر حسب تنظیم هیجان

سطح معناداری	t	Beta	ضرایب غیر استاندارد		متغیرهای پیش بین	مدل
			B	خطای معیار		
۰/۰۰۰۱	-۷/۸۴	-۰/۵۶	۰/۰۲	-۰/۱۳	کنترل	۱
۰/۰۰۰۱	-۵/۴۸	-۰/۴۱	۰/۰۲	-۰/۱۰	کنترل	۲
۰/۰۰۰۱	-۴/۵۸	-۰/۳۴	۰/۰۲	-۰/۰۹	تعهد	
۰/۰۰۰۱	-۴/۰۰۲	-۰/۳۲	۰/۰۲	-۰/۰۸	کنترل	۳
۰/۰۰۰۱	-۳/۹۵	-۰/۲۹	۰/۰۲	-۰/۰۷	تعهد	
۰/۰۰۳	-۳/۰۰۱	-۰/۲۳	۰/۰۲	-۰/۰۵	ارزیابی مجدد	۴
۰/۰۰۰۱	-۳/۶۹	-۰/۲۹	۰/۰۲	-۰/۰۷	کنترل	
۰/۰۰۱	-۳/۴۰	-۰/۲۵	۰/۰۲	-۰/۰۶	تعهد	
۰/۰۰۹	-۲/۶۵	-۰/۲۰	۰/۰۲	-۰/۰۴	ارزیابی مجدد	
۰/۰۱	-۲/۵۲	-۰/۱۸	۰/۰۳	-۰/۰۶	چالش جویی	

ضرایب رگرسیون درج شده در جدول ۴-۵ نشان می دهد که در بهترین مدل پیش بینی برای طلاق عاطفی، کنترل (۰/۲۹- β)، تعهد (۰/۲۵- β)، ارزیابی مجدد (۰/۲۰- β) و چالش جویی (۰/۱۸- β) قادر به پیش بینی متغیر ملاک هستند. سهم کنترل در این میان بیشتر از متغیرهای پیش بین است. بر این اساس فرضیه اصلی پژوهش حاضر تأیید می شود. بدین معنی که تنظیم شناختی هیجان می تواند طلاق عاطفی را پیش بینی کند.

بین تنظیم شناختی هیجان و طلاق عاطفی رابطه وجود دارد.

پاسخگویی به این فرضیه با ضریب همبستگی پیرسون صورت گرفت. ضرایب همبستگی متغیرها در جدول ۴-۶ آورده شده است.

جدول ۴-۶- ضرایب همبستگی تنظیم شناختی هیجان و طلاق عاطفی

متغیرها	طلاق عاطفی	
	تعداد	ضریب همبستگی
ارزیابی مجدد	۱۳۴	-۰/۵۰
سرکوب هیجان	۱۳۴	۰/۳۶

نتایج جدول ۴-۶ نشان می‌دهد که میان ارزیابی مجدد با طلاق عاطفی رابطه منفی و معناداری وجود دارد ($P \leq 0/01$ ، $r = -0/50$). میان سرکوب هیجان و طلاق عاطفی نیز رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ($P \leq 0/01$ ، $r = 0/36$). بر این اساس فرضیه پژوهش حاضر تأیید می‌شود. بدین معنی که بین ابعاد تنظیم شناختی هیجان با طلاق عاطفی رابطه معناداری وجود دارد. بدین صورت که با افزایش ارزیابی مجدد میانگین طلاق عاطفی کاهش و با افزایش سرکوب هیجان میانگین طلاق عاطفی افزایش می‌یابد.

بحث و نتیجه گیری

نتایج نشان می‌دهد که میان ارزیابی مجدد با طلاق عاطفی رابطه منفی و معناداری وجود دارد. میان سرکوب هیجان و طلاق عاطفی نیز رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بر این اساس فرضیه فرعی اول پژوهش حاضر تأیید می‌شود. بدین معنی که بین ابعاد تنظیم شناختی هیجان با طلاق عاطفی رابطه معناداری وجود دارد. بدین صورت که با افزایش ارزیابی مجدد میانگین طلاق عاطفی کاهش و با افزایش سرکوب هیجان میانگین طلاق عاطفی افزایش می‌یابد. این نتایج با نتایج حیدری (۱۳۹۸) بلیوند و گرجی (۱۳۹۴) همسوزی است.

اکبری؛ عظیمی؛ طالبی و فهیمی، (۱۳۹۵) همسو وهم جهت است در تبیین این نتایج می‌توان گفت هیجان نقش مهمی در جنبه‌های مختلف زندگی نظیر سازگاری با تغییرات زندگی و رویدادهای تنیدگی‌زا ایفا می‌کند. اصولاً، هیجان را می‌توان واکنش‌های زیست‌شناختی به موقعیت‌هایی دانست که آن را یک فرصت مهم یا چالش‌برانگیز ارزیابی می‌کنیم و این واکنش‌های زیستی با پاسخی که به آن رویدادهای محیطی می‌دهیم، همراه می‌شوند (گرنفسکی و همکاران، ۲۰۰۱). هر چند هیجان‌ها مبنای زیستی دارند، اما افراد قادرند بر شیوه‌هایی که این هیجان‌ها را ابراز می‌کنند، اثر بگذارند. این توانایی که نظم‌جویی هیجان نامیده می‌شود، فرآیندهای درونی و بیرونی‌ای است که مسئولیت کنترل، ارزیابی و تغییر واکنش‌های عاطفی فرد را در مسیر تحقق یافتن اهداف بر عهده دارند. بنابراین نظم‌جویی هیجان، یک اصل اساسی در شروع، ارزیابی و سازماندهی رفتار سازگاران و همچنین جلوگیری از هیجان‌های منفی و رفتارهای ناسازگارانه محسوب می‌شود (گرنفسکی و همکاران، ۲۰۰۲). این سازه یک مفهوم پیچیده است که طیف گسترده‌ای از فرآیندهای زیستی، اجتماعی، رفتاری و همچنین فرآیندهای شناختی هشیار و ناهشیار را در بر می‌گیرد. به عبارت دیگر، واژه‌ی نظم‌جویی هیجان مشتمل بر راهبردهایی است که باعث کاهش، حفظ و یا افزایش یک هیجان می‌شوند و به فرآیندهایی اشاره دارد که بر هیجان‌های کنونی فرد و چگونگی تجربه و ابراز آن‌ها اثر می‌گذارد. بنابراین تنظیم هیجان راهبردهایی را برای فرد ایجاد می‌کند که بر کاهش نارضایتی و سازگاری بالاتر و احساس خشنودی بیشتر و در نتیجه افزایش صمیمیت در بین زوجین می‌شود و بر روی روابط رضایت بخش تاثیر گذاشته و منجر به کاهش روابط سرد عاطفی زوجین می‌شود.

منابع و مراجع

- [۱] اجتماعی سنگری، ندا و سلیمیان ریزی، محمدمهدی. (۱۳۹۱). نقش واسطه‌ای سبک‌های دلبستگی بر رابطه طلاق روانی و کیفیت زندگی زنان متأهل، روان شناسی معاصر، ۷، ۳۴-۳۸.
- [۲] اکبری، ابراهیم؛ زینب عظیمی؛ سعیده طالبی و صمد فهیمی. (۱۳۹۵). پیشبینی طلاق عاطفی زوجین بر اساس طرحواره های ناسازگار اولیه، تنظیم هیجان و مولفه های آن، دوفصلنامه روانشناسی بالینی و شخصیت .
- [۳] امین پور، حسن؛ حوریه بایرام نژاد و خدیجه رسولی. (۱۳۹۴). رابطه بین رضایت زناشویی و سرسختی روان شناختی در دانشجویان زن دانشگاه پیام نورنقده، کنفرانس سراسری دانش و فناوری علوم تربیتی مطالعات اجتماعی و روانشناسی ایران، تهران، موسسه برگزار کننده همایش های توسعه محور دانش و فناوری سام ایرانیان، https://www.civilica.com/Paper-ESPCONF01-ESPCONF01_107.html
- [۴] بدار، لوک، دزبل، ژوزه و لامارش، لوک. (۲۰۰۰). روانشناسی اجتماعی. ترجمه حمزه گنجی (۱۳۸۰)، تهران: انتشارات ساوالان.
- [۵] برک، لورا ای. (۲۰۰۶). روان شناسی رشد، ترجمه یحیی سیدمحمدی (۱۳۹۰). تهران: نشر ارسباران.
- [۶] برک، لورا ای. (۲۰۰۶). روان شناسی رشد (از کودکی تا بزرگسالی)، جلد اول. ترجمه یحیی سید محمدی (۱۳۹۲). تهران: انتشارات رشد.
- [۷] بلالی، طیبیه، اعتمادی، عذار و فاتحی‌زاده، مریم السادات. (۱۳۹۰). بررسی رابطه عوامل روان شناختی و جمعیت شناختی پیش بینی کننده سازگاری پس از طلاق در زنان مطلقه شهر اصفهان. فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی، سال دوم، شماره پنجم، صص، ۵۵-۳۰.
- [۸] بلیوند، مریم و یوسف گرجی. (۱۳۹۴). بررسی تأثیر رویکرد هیجان مدار بر کاهش علائم طلاق عاطفی در زنان مورد مطالعه زنان شهرستان لنجان، کنفرانس ملی پژوهشهای کاربردی در علوم تربیتی و روانشناسی و آسیب های اجتماعی ایران، تهران، انجمن توسعه و ترویج علوم و فنون بنیادین و مرکز مطالعات و تحقیقات.
- [۹] پروین، ستار، داودی، مریم و محمدی، فریبرز. (۱۳۹۰). عوامل جامعه شناختی موثر در طلاق عاطفی در بین خانواده های تهرانی، مطالعات راهبردی زنان، ۱۴(۵۶): ۱۵۱-۱۱۹.
- [۱۰] حفاریان، لیلا. (۱۳۸۶). مقایسه عزت نفس، شادمانی، کیفیت زندگی و امید به زندگی زنان مطلقه و غیر مطلقه شهر شیراز، پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خورسگان.
- [۱۱] حقیقی، حمید، زارعی، اقبال و قادری، فواد. (۱۳۹۱). بررسی ساختار عاملی و ویژگی های روان سنجی. پرسشنامه سبک های حل تعارض رحیم (ROCI-II). فصلنامه مشاوره و روان درمانی خانواده، سال اول، شماره ۴، صص، ۵۶۱-۵۳۴.
- [۱۲] حیدری، نهال. (۱۳۹۸). پیش بینی طلاق عاطفی براساس تمایز یافتگی خود، طرح واره های ناسازگار و مهارت مقابله ای در زوجین، پنجمین کنفرانس ملی نوآوری های اخیر در روانشناسی، کاربردها و توانمندسازی با محوریت رواندرمانی، تهران، دانشگاه شمس گنبد و با حمایت انجمن ها و گروههای آموزشی دانشگاههای کشور،
- [۱۳] روشنی، شهره (۱۳۸۹). زمینه ها و پیامدهای طلاق عاطفی، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهرا (س).
- [۱۴] زمانی، ساره، احدی، حسن و عسگری، پرویز. (۱۳۹۳). رابطه طلاق عاطفی با تصویر بدنی و کمال گرایی، مطالعات روان شناختی، دوره ۱۰، شماره ۴، ۴۹-۴۱.
- [۱۵] سنجری پور، علی. (۱۳۹۵). طلاق عاطفی و راه های پیشگیری از آن، کنفرانس بین المللی نوآوری و تحقیق در علوم انسانی و مطالعات فرهنگی اجتماعی، قم، مرکز مطالعات و تحقیقات اسلامی سروش حکمت مرتضوی- انجمن علمی ارتباطات و تبلیغ حوزه علمیه،
- [۱۶] شکرکن، حسین، خجسته مهر، رضا، عطاری، یوسفعلی، حقیقی، جمال و شهنی ییلاق، منیجه. (۱۳۸۵). بررسی ویژگی های شخصیتی، مهارت های اجتماعی، سبک های دلبستگی و ویژگی های جمعیت شناختی به عنوان پیش بین های موفقیت و شکست رابطه زناشویی در زوج های متقاضی طلاق و عادی در اهواز، مجله علوم تربیتی و روان شناسی، دوره ۳، شماره ۱، ۳۰-۱.
- [۱۷] صادقی فسایی، سهیلا و ایثاری، مریم. (۱۳۹۱). تحلیل جنسیتی از زندگی پس از طلاق: مطالعه کیفی. زن در توسعه و سیاست، دوره دهم، شماره سوم، صص، ۳۰-۵.

- [۱۸] قبادی، نسیم، (۱۳۹۸)، مقایسه تاب آوری و رضایت زناشویی در زنان و مردان دارای طلاق عاطفی، سومین کنفرانس بین المللی نوآوری و تحقیق در علوم تربیتی، مدیریت و روانشناسی، تهران، دبیرخانه دائمی کنفرانس، https://www.civilica.com/Paper-HPCONF03-HPCONF03_185.html
- [۱۹] کفاشی، مجید و سرآبادانی، سمیه. (۱۳۹۳). عوامل اقتصادی-اجتماعی موثر بر طلاق عاطفی دو گروه زنان متأهل خانه دار شاغل شهر قم، جامعه شناسی معاصر، ۳(۵): ۱۵۳-۱۲۵.
- [۲۰] لعل زاده، انسیه، اصغری، محمدجواد و حصار برفی، ربابه. (۱۳۹۴). بررسی نقش طرحواره های ناسازگار اولیه در پیش بینی طلاق عاطفی، روان شناسی بالینی، ۷(۳): ۳۸-۲۹.
- [۲۱] مامی، شهرام و عسگری، میترا. (۱۳۹۲). نقش تمایز یافتگی خود و سبک های دلبستگی در پیش بینی طلاق عاطفی، همایش منطقه ای آسیب شناختی پدیده طلاق، دانشگاه آزاد اسلامی واحد سقز.
- [۲۲] محمدنظری، علی، صاحب‌دل، حسین و اسدی، مسعود. (۱۳۸۹). بررسی ارتباط بین سبک های دلبستگی و میزان بی ثباتی ازدواج در زنان و مردان متأهل، زن و مطالعات خانواده، دوره ۲، شماره ۸، ۱۲۵-۱۱۵.
- [۲۳] محمودیان، حسین و خدامرادی، حسام. (۱۳۸۹). بررسی رابطه طلاق و توسعه اقتصادی اجتماعی در شهرستان‌های کشور در سال ۱۳۸۵. فصلنامه مطالعات اجتماعی، صص، ۴۳-۲۹.
- [۲۴] معصومه طیارپور سمیه هاشمی زاده جواد تقوی. (۱۳۹۶). تبیین صمیمیت زناشویی براساس سبک های مقابله ای و سرسختی روان شناختی در زنان مبتلا به طلاق عاطفی. رویش روان شناسی سال هفتم آذر ۱۳۹۷ شماره ۹ (پیاپی ۳۰)
- [۲۵] موسوی، سیده فاطمه و رضازاده، سیدمحمدرضا. (۱۳۹۳). بررسی نقش نگرش به عشق در پیش بینی طلاق عاطفی زنان و مردان متأهل شهر قزوین، مطالعات اجتماعی روانشناختی زنان، ۱۲(۳): ۸۸-۷۲.
- [۲۶] میرزاده، فاطمه، احمدی، خدابخش و فاتحی‌زاده، مریم. (۱۳۹۱). تاثیر درمان هیجان مدار بر سازگاری پس از طلاق در زنان. فصلنامه مشاوره و روان درمانی. سال اول، شماره چهارم، صص، ۴۶۱-۴۴۱.
- [27] Abbott, B. V. (2015). Emotion dysregulation and re-regulation: predictors of relationship intimacy and distress. Doctora Dissertation. The Office of Graduate Studies of Texas A & M University.
- [28] Baum, N. (2004). On helping divorced men to mourn their losses, *American Journal of Psychotherapy*, 58(2): 174-185.
- [29] Buss, D. M., & Shackelford, T. D. (2005). How To Save A Marriage: Different Gender Strategies To Save Relationship. *Journal of personality and Social Psychology*, 72(2): 237-251.
- [30] Butler, E. A., Egloff, B., Wilhelm, F. H., Smith, N. C., Erickson, E. A., & Gross, J. J. (2014). The social consequences of expressive suppression. *Emotion*, 3 (1), 48-67. 37
- [31] Castaneda, A., Tuulio, H., Marttunen, M., suvisaari, J. & Lonnqvist, J. (2008). A review on cognitive impairments in depressive and anxiety disorders with a focus on young adults. *Journal of Affective Disorders*, 5(6): 26-30.
- [32] Cobasa SC, Maddi SR.(1999). Comments on trends in hardiness research a theorizing. *Consulting Psychology Journal Practice and Research*; 51:67-71.
- [33] Dunham, S. M. (2016). 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. 40-
- [34] Eisenberg, N., Fabes, R. A., Guthrie, I. K., & Reiser, M. (2015). Dispositional emotionality and regulation: Their role in predicting quality of social functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78 (1): 136-157. 36
- [35] Fardis, M., & Waltz, J. (2015). Emotion regulation and the quality of romantic relationships. Unpublished master's thesis, University of Montana, Missoula.
- [36] Gratz, K. L., & Roemer, L. (2014). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology Behavior Assessment* 26, 41- 54. 35

- [37] Lopes, P. N., Brackett, M. A., Nezlek, J., Schultz, A., Sellin, I., & Salovey, P. (2014). Emotional intelligence and social interaction. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 1018-1034. 38
- [38] Portes, P. Brown, J. & Smith, T. (2000). The divorce adjustment inventory- revised: validation of a parental report concerning children's post- custody adjustment. *Journal of Divorce & Remarriage*, 33(3-4): 93-109.
- [39] Ryan, K., D., Gottman, J., M., Murray, J., D., Carrère, S., & Swanson, C. (2017). Theoretical and mathematical modeling of marriage. In Lewis, M., D., & Granic, I. (Eds.), *Emotion, Development, and Self-Organization* (pp. 349- 371). Cambridge, UK: Cambridge University Press. 41
- [40] Tashiro, T. (2015). Positive emotion and attributions in close relationships (Doctoral dissertation, University of Minnesota). *Dissertation Abstracts International*, 65, 4307. 42
- [41] Thimm J. C. (2013). Early maladaptive schemas and interpersonal problems: A circumplex analysis of the YSQ-SF. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, 13 (1): 113-124.
- [42] Yelsma, P., & Sherilyn, M. (2013). An Examination of Couples' Difficulties with Emotional Expressiveness and Their Marital Satisfaction. *Journal of family communication*, 3(1), 41-62. 39