

تبیین روابط علی تنظیم هیجان و استرس والدینی با تعارضات زناشویی: نقش میانجی‌گر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در دوران همه‌گیری کروناویروس

فاطمه مهدیان^۱

رضا قربان جهرمی^۲

چکیده

این پژوهش با هدف بررسی نقش میانجی‌گری انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در رابطه بین تنظیم شناختی هیجان و استرس والدینی با تعارضات زناشویی در دوران همه‌گیری کرونا ویروس اجرا شد. روش تحقیق توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش را زنان متأهل شهر تهران در سال ۱۴۰۰ تشکیل دادند. نمونه پژوهش ۲۵۷ نفر بود، که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش عبارت بودند از: پرسش‌نامه تعارضات زناشویی (۱۳۷۹)، پرسش‌نامه تنظیم هیجان (۲۰۰۶)، پرسش‌نامه پذیرش و عمل ویرایش دوم (۲۰۱۱) و فرم کوتاه پرسشنامه استرس والدینی (۱۹۸۳). اطلاعات به دست آمده با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر مورد تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد که استرس والدگری و تنظیم هیجان با تعارضات زناشویی در دوران همه‌گیری کرونا ویروس رابطه معناداری وجود دارد ($p < 0/05$). همچنین نتایج نشان داد که انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در رابطه بین استرس والدگری و تنظیم هیجان با تعارضات زناشویی در دوران همه‌گیری کرونا ویروس نقش میانجی دارد ($p < 0/05$). بنابراین، به منظور کاهش شدت تعارضات زناشویی در دوران همه‌گیری کرونا ویروس، پیشنهاد می‌شود برنامه‌های آموزشی لازم برای کاهش استرس‌های والدگری اجرا شود.

واژه‌گان کلیدی: انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، استرس والدگری، تنظیم هیجان، تعارضات زناشویی، کرونا ویروس.

۱- کارشناس ارشد روانشناسی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران (نویسندهٔ مسئول)
fatemehmahdian079@gmail.com

۲- استادیار گروه روانشناسی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

مقدمه

خانواده بیماری همه‌گیر کرونا ویروس^۱ به دلیل چالش‌های مربوط به نابسامانی‌های اجتماعی مانند عدم امنیت مالی، تعطیلی مدارس، بار مراقبت و استرس ناشی از قرنطینگی، تغییر در ساختار و روال زندگی، تهدیدی جدی برای خانواده‌ها است (پریم، براون و واد^۲، ۲۰۲۰؛ زی^۳ و همکاران، ۲۰۲۰؛ گاسمن-پینس، اولتمن-انانات و فیتز-هنلی^۴، ۲۰۲۰). ماهیت مزمن این عوامل استرس‌زا در دوران همه‌گیری کروناویروس ممکن است تعارضات زناشویی^۵ مکرر را بین زوجین ایجاد نماید. محققانی مانند کلور^۶ و همکارانش (۲۰۲۰) شرح داده‌اند که چگونه اقدامات فاصله اجتماعی می‌تواند برای زندگی خانوادگی مضر باشد. دیگران مانند کوین^۷ و همکاران (۲۰۲۰) "برخورد استرس‌زا با نقش‌ها، مسئولیت‌ها و انتظارات" (به عنوان مثال به عنوان یک والد، همسر، کارمند، معلم) که والدین در طی این همه‌گیری تجربه کرده‌اند را توصیف کردند. با افزایش استرس کار، فرزندپروری تمام وقت در خانه، کارشناسان در مورد خطر افزایش تعارضات زناشویی و خشونت خانگی در این دوره هشدار داده‌اند (کمپیل^۸، ۲۰۲۰). تعارضات زناشویی به صورت ناهماهنگی زن و شوهر در نوع نیازها و روش ارضای آن، خودمحوری، اختلاف در خواسته‌ها، طرحواره‌های رفتاری و رفتار نامسئولانه نسبت به ارتباط زناشویی و ازدواج تعریف می‌شود (گلاسر^۹، ۲۰۰۰) و می‌تواند از سوءاستفاده کلامی تا جسمی باشد و به طور کلی با نتایج ضعیف‌تر سلامتی برای زوجین متعارض است (شروت، براون، اورباچ و ویگل^{۱۰}، ۲۰۱۹). به بیانی، تعارضات زناشویی، که به طور گسترده به عنوان اختلاف زناشویی نیز شناخته می‌شود، معمولاً به تعارض، ناهماهنگی یا عدم توافق بین والدین اشاره دارد (رید و

¹ Coronavirus

² Prime, H., Browne, D.T. & Wade, M.

³ Xie, X.

⁴ Gassman-Pines, A., Oltmans Ananat, E., & Fitz-Henley, J.

⁵ marital conflicts

⁶ Cluver, L.

⁷ Coyne, L. W.

⁸ Campbell, A. M.

⁹ Glasser, W.

¹⁰ Shrout, M. R., Brown, R. D., Orbuch, T. L., & Weigel, D. J.

کریسافولی^۱، ۱۹۹۰). به عنوان مثال، والدینی که باید از طریق کار از راه دور بر یادگیری مبتنی بر خانه فرزندان در سن مدرسه نظارت کنند، در پایان روز از بسیاری از انرژی‌های جسمی و شناختی خود استفاده می‌کنند. کاهش دسترسی به منابع، نیز به نوبه خود، منابع کمتری را برای والدین برای برقراری ارتباط با همسران خود و یا کمک به کارهای خانه فراهم می‌کند، که به طور بالقوه منجر به تعارض بین هر دو طرف می‌شود (چانگ، لانیر، چان و جو^۲، ۲۰۲۰).

در این میان، تنظیم هیجان می‌تواند در تعارضات زناشویی نقش داشته باشد. روان‌شناسان از تنظیم هیجان^۳ به عنوان فرآیند آغاز، حفظ و اصلاح تجربه و بیان هیجانی فرد یاد می‌کنند (کوتی، دی‌کلس، مک‌کارتی، وان کلیف و هیدگ^۴، ۲۰۱۱؛ گروس^۵، ۲۰۱۴). راهبردهای تنظیم هیجان رفتارهایی هستند که افراد برای مدیریت و تغییر هیجان خود استفاده می‌کنند. راهبردهای تنظیم هیجانی مناسب بر ارتباط بین فردی، تعارض و صمیمیت بین زوجین تأثیر می‌گذارند (لارنکیو، بارت و رووین^۶، ۲۰۰۵؛ ویلسون^۷ و همکاران، ۲۰۱۷). بر اساس تحقیقات موجود، به نظر می‌رسد راهبردهای تنظیم هیجان سازگار به نتایج مثبت زناشویی مربوط می‌شود، در حالی که راهبردهای تنظیم هیجان ناسازگار با نتایج منفی زناشویی ارتباط دارد. راهبردهای سازگار می‌تواند روابط زناشویی را با افزایش درک افراد از روابط شخصی خود و از طریق کاهش تعارضات زناشویی تقویت کند (بین-نایم، هیرشبرگر، این-دور و میکالینسر^۸، ۲۰۱۳؛ فینکل، اسلوتر، لاجیز، والتون^۹ و گروس، ۲۰۱۳؛ کربای و باکوم^{۱۰}، ۲۰۰۷) و استفاده همسران از راهبردهای ناسازگار تنظیم هیجان از جمله سرکوب با رضایت زناشویی خود و همسرانشان رابطه منفی دارد (ولتی^{۱۱} و همکاران، ۲۰۱۵).

¹ Reid, W. J., & Crisafulli, A.

² Chung, G., Lanier, P., Chan, X.W. & Ju, P.W.Y.

³ emotion regulation

⁴ Côté, S., DeCelles, K. A., McCarthy, J. M., Van Kleef, G. A., & Hideg, I.

⁵ Gross, J. J.

⁶ Laurenceau, J.P., Barrett, L.F., Rovine, M.J.

⁷ Wilson, S.J.

⁸ Ben-Naim, S., Hirschberger, G., Ein-Dor, T., & Mikulincer, M.

⁹ Finkel, E. J., Slotter, E. B., Luchies, L. B., Walton, G. M.

¹⁰ Kirby, J. S., & Baucom, D. H.

¹¹ Velotti, P.

از طرفی، زمانی که زوجها صاحب فرزند می‌شوند، مرحله جدید در زندگی آنان آغاز می‌گردد که می‌تواند تبعات روانی برای هر دو داشته باشد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که استرس والدینی موجب تعارضات زناشویی در بین زوجین می‌گردد (موسوی، ۱۳۹۷؛ فلاح چای، موذن جامی و فلاحی، ۱۳۹۶). مطالعه استرس والدین از آن جهت مهم است که تعیین کننده اصلی رفتارهای والدین است (ابیدین^۱، ۱۹۹۲) به ویژه فرزند پروری خشن که ممکن است منجر به بدرفتاری کودک شود (چانگ و همکاران، ۲۰۲۰). استرس والدگری به صورت واکنش روان-شناختی والدین، وقتی والدین خواسته‌های والدینی مغایر با انتظارات (انتظار از خود و دیگران) تجربه می‌کنند و منابعی (مثلاً انرژی، مهارت و زمان) برای تأمین این خواسته‌ها ندارند، تعریف می‌شود (هولی^۲ و همکاران، ۲۰۱۹). استرس والدگری از نظر مفهومی از سایر استرس‌هایی که ممکن است والدین تجربه کند (مثلاً استرس زناشویی) متمایز است. به طور خاص، استرس والدگری ممکن است ناشی از ارزیابی والدین از خواسته‌های زمینه‌ای (یا عوامل استرس‌زا) مرتبط با نقش والدینی آنها باشد، مانند منابع شخصی ناکافی (به عنوان مثال، ضعف انرژی‌های جسمی، زمان و مهارت‌های والدگری) برای تأمین نیازهای مراقبت از کودکان خردسال (چانگ و همکاران، ۲۰۲۰).

از دیگر متغیرهای مرتبط با آسیب شناسی روابط زناشویی، می‌توان به انعطاف‌پذیری روانشناختی اشاره کرد (گوتر و الیزابت^۳، ۲۰۱۰). انعطاف‌پذیری روانشناختی^۴ یک مفهوم فراتشخیصی است که شامل طیف وسیعی از مهارت‌های درونی و درون فردی است و به دلیل ارتباط نزدیک با تاب‌آوری، سنگ بنای سلامت روان محسوب می‌شود (کاشدان و روتنبرگ^۵، ۲۰۱۰). انعطاف‌پذیری روانشناختی شامل باز بودن نسبت به تجربه درونی در حال حاضر، و تنظیم رفتارها در پاسخ به تغییر خواسته‌های موقعیتی است که با ارزش‌های شخصی نیز مطابقت دارد (هایز، لوما، بوند، ماسودا و لیلیس^۶، ۲۰۰۶). به همین ترتیب، انعطاف‌پذیری

¹ Abidin, R. R.

² Holly, L. E

³ Goetter, EM. Elizabeth, M.

⁴ psychological flexibility

⁵ Kashdan, T. B., & Rottenberg, J.

⁶ Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J.

روانشناختی فرد را قادر می‌سازد تا هنگامی که در دستیابی به ارزش‌های شخصی خود به خطر می‌افتد، مجموعه رفتاری خود را تغییر دهد و در عین حال با شرایط متغیر سازگار شود (کاشدان و رونتبرگ، ۲۰۱۰).

در خصوص انعطاف‌پذیری روانشناختی و روابط زوجین پژوهش‌های متعددی انجام شده است. کالدول، کراگ، کارتر و مینزبرگ^۱ (۲۰۱۴) در پژوهش خود دریافتند که بین کنترل شناختی، انسجام هیجانی و انعطاف‌پذیری روانشناختی و عاطفی ارتباط وجود دارد. گاندوز^۲ (۲۰۱۳)، وو، ییم، کوان و ژانگ^۳ (۲۰۱۲) و زونگ، کائو، کائو و همکاران (۲۰۱۰) نیز در پژوهش‌های خود به نتایج مشابه دست یافتند. همچنین، جانکو، ووتریک و رابی^۴ (۲۰۱۳) 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. با استناد به پژوهش‌ها و نظریات یاد شده، پژوهشگر در این پژوهش به دنبال پاسخگویی به این سوال است که آیا انعطاف‌پذیری روانشناختی در رابطه بین استرس والدگری و تنظیم هیجان با تعارضات زناشویی در دوران همه‌گیری کرونا ویروس، نقش میانجی‌گری دارد؟

روش

روش این مطالعه توصیفی با طرح همبستگی بود. جامعه آماری را زنان متأهل شهر تهران در نیمه نخست سال ۱۴۰۰ تشکیل دادند. با توجه به اینکه کلانین^۶ (۲۰۰۵)، با تقسیم انواع مدل‌های تحلیل به سه نوع ساده، کمی پیچیده و مدل‌های پیچیده عنوان می‌کند که حجم نمونه در مدل‌های ساده زیر ۱۰۰، در مدل‌های کمی پیچیده بین ۱۰۰ تا ۲۰۰ نفر و در مدل-

¹ Caldwell, G. J., Krug, K. M., Carter, S. C., Minzenberg

² Gunduz, B

³ Wu, L., Yim, F., Kwan, H., & Zhang, X.

⁴ Zong, J. G., Cao, X. Y.,

⁵ Johnco, C., Wuthrich, V. M., & Rapee, R. M.

⁶ Klein, M. R.

های پیچیده، بالای ۲۰۰ نفر باشد و با توجه به تعداد متغیرهای مورد بررسی، پژوهش حاضر از نوع مدل‌های ساده است. بر این اساس و با در نظر گرفتن پرسشنامه‌های مخدوش احتمالی و بالاتر بردن اعتبار بیرونی پژوهش، نمونه‌ی آماری این پژوهش ۳۰۰ نفر در نظر گرفته شد که با کنار گذاشتن ۴۳ پرسشنامه‌ای که ناقص تکمیل شده بود، در نهایت ۲۵۷ پرسشنامه سالم مورد تحلیل قرار گرفت. روش نمونه‌گیری نیز به صورت در دسترس و داوطلبانه انجام شد. در انتها، به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش همبستگی و تحلیل مسیر در نرم افزار *AMOS* و *SPSS* استفاده شد.

ابزار پژوهش

پرسشنامه تعارضات زناشویی: این پرسش‌نامه توسط براتی و ثنایی (۱۳۷۵) ساخته شد و دارای ۴۲ زوج ماده است که هفت حیطة تعارض، کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش هیجانی، افزایش رابطه با اقوام خود، کاهش رابطه با اقوام همسر، جدا کردن امور مالی از همدیگر، افزایش جلب حمایت فرزند، و کل تعارضات زناشویی را بررسی می‌کند. پرسش‌نامه تعارضات زناشویی در یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از هرگز (۱) تا همیشه (۵) نمره‌گذاری می‌شود و دامنه نمرات آن بین ۴۲ تا ۲۱۰ است. نمرات بالاتر بیانگر تعارضات زناشویی بالاتر است. اعتبار این ابزار توسط براتی (۱۳۷۵) برابر ۰/۵۲ و توسط فرحبخش (۱۳۸۴) ۰/۶۹ به دست آمد. روایی پرسش‌نامه از طریق همبستگی با مقیاس سازگاری^۱ (اسپانییر^۲، ۱۹۷۶) ۰/۶۷- گزارش شده است (حسن‌شاهی و همکاران، ۱۳۸۷).

پرسشنامه تنظیم هیجان: این پرسش‌نامه توسط گارنسکی و کرایچ (۲۰۰۶) ساخته شد که دارای ۱۸ ماده است و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان‌ها را در پاسخ به حوادث تهدیدکننده و تنیدگی‌زای زندگی می‌سنجد. دارای ۹ زیرمقیاس است و بر اساس طیف پنج درجه‌ای لیکرت از ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) نمره‌گذاری می‌شود (گارنسکی و کرایچ، ۲۰۰۶). حداقل و حداکثر نمره در هر زیرمقیاس به ترتیب ۲ و ۱۰ و نمره بالاتر نشان‌دهنده استفاده بیش‌تر فرد از آن راهبرد شناختی

^۱ Dyadic Adjustment Scale (DAS)

^۲ Spanier, G. B.

است. ویژگی‌های روان‌سنجی این پرسش‌نامه در پژوهش‌های خارجی مورد تأیید قرار گرفته است (گارنسفکی و کرایج، ۲۰۰۶). نتایج تحلیل عاملی به روش مولفه‌های اصلی، نه عامل پیش‌بینی شده را مشخص کرد. اعتبار^۱ بازآزمایی نشان داد که راهبردهای شناختی از ثبات نسبی برخوردارند و همسانی درونی^۲ مقیاس‌ها با ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۸۰ تأیید شد. بشارت و بزازیان (۱۳۹۳) در ایران به بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی این پرسش‌نامه پرداختند. ضرایب همبستگی برای خودسرزنشگری $r=0/70$ برای پذیرش $r=0/81$ ، برای نشخوارگری $r=0/74$ برای تمرکز مجدد مثبت $r=0/77$ ، برای برنامه‌ریزی $r=0/83$ ، برای ارزیابی مجدد مثبت $r=0/76$ ، برای کم اهمیت شماری $r=0/78$ ، برای فاجعه‌نمایی $r=0/72$ و برای دیگر سرزنشگری $r=0/80$ به دست آمد و در سطح $p<0/001$ معنادار بودند.

پرسشنامه استرس والدینی: فرم کوتاه مقیاس استرس والدینی ۳۶ ماده دارد که به منظور ارزیابی سه زیرمقیاس آشفستگی والدینی، تعاملات ناکارآمد والد-فرزند و ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین، به همراه نمره کلی استرس طراحی شده است. نمره‌گذاری بر اساس طیف لیکرت از ۱ تا ۵ (کاملاً موافق تا کاملاً مخالف) انجام می‌شود. در نمره‌گذاری این پرسشنامه باید توجه کرد که ترتیب قرار گرفتن سؤال‌های زیر مقیاس‌ها در طول کل مقیاس پخش شده-اند و روش نمره‌گذاری همه سؤال‌ها یکسان نیست (فدایی و همکاران، ۱۳۸۸). پایایی از طریق باز آزمایی روی ۵۳۰ نفر از مادران بافاصله زمانی شش ماه انجام شد. ضریب همسانی درونی برای استرس کلی (۰/۸۴) به دست آمده است (کاوه و همکاران، ۱۳۹۰).

پرسش‌نامه پذیرش و عمل ویرایش ۲: این پرسش‌نامه توسط بوند و همکاران (۲۰۱۱) برای سنجش تجربی/انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، بویژه در ارتباط با اجتناب تجربی و تمایل به درگیری در عمل با وجود افکار و احساس‌های ناخواسته تدوین شده و دارای ۷ ماده است که تمایل نداشتن به تجربه افکار و احساسات ناخواسته (از احساس‌هایم می‌ترسم)، ناتوانی در بودن در زمان حال و حرکت در جهت ارزش‌های درونی (خاطرات دردناکم مرا از داشتن یک زندگی رضایت بخش محروم می‌کند) را می‌سنجد. ماده‌های این پرسش‌نامه در یک طیف

¹ reliability

² internal consistency

لیکرت ۷ درجه‌ای (هرگز= ۱، خیلی بندرت= ۲، بندرت= ۳، گاهی اوقات= ۴، بیشتر اوقات= ۵، تقریباً همیشه= ۶، همیشه= ۷) نمره‌گذاری می‌شود. نمره‌های بالاتر در این مقیاس نشان‌دهنده انعطاف‌پذیری روانشناختی پایین‌تر و اجتناب تجربی بالاتر است. پایایی بازآزمایی این پرسش-نامه به وسیله بوند و همکاران (۲۰۱۱)، ۰/۸۱ و همسانی درونی آن ۰/۸۴ به دست آمد.

یافته‌ها

در پژوهش حاضر ۲۵۷ شرکت‌کننده حضور داشتند که ۸۹ نفر (۳۴/۶ درصد) از آنان مرد و ۱۶۸ نفر (۶۵/۴ درصد) زن بودند. میانگین و انحراف استاندارد سن شرکت‌کنندگان به ترتیب $35/72 \pm$ ۵/۸۱ سال، و میانگین و انحراف استاندارد سال‌های زندگی مشترک با همسر به ترتیب برابر با $8/77 \pm$ ۵/۶۳ بود. در نهایت میزان تحصیلات ۱۲۰ نفر (۴۶/۷ درصد) از شرکت‌کنندگان زیردیپلم، ۱۱۳ نفر (۴۴ درصد) دیپلم، ۶ نفر (۲/۳ درصد) فوق‌دیپلم و ۱۸ نفر (۷ درصد) لیسانس و بالاتر بود. جدول ۱ میانگین، انحراف استاندارد و ضرایب همبستگی بین مؤلفه‌های استرس والدگری (آشناختگی والدینی، تعاملات ناکارآمد والد/فرزند و ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین)، راهبردهای انطباقی و غیر انطباقی، تنظیم شناختی هیجان، انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و تعارضات زناشویی (کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش‌های هیجانی، جلب حمایت فرزند، افزایش رابطه با خویشاوندان خود، کاهش رابطه با خویشاوندان همسر و جدا کردن امور مالی) را نشان می‌دهد.

جدول ۱: میانگین، انحراف استاندارد و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیرهای تحقیق	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳
۱. استرس والدینی- آشناختگی والدینی	-												
۲. استرس والدینی- تعاملات ناکارآمد والد/فرزند	۰/۵۳***	-											
۳. استرس والدینی	۰/۴۹***	۰/۵۲***	-										
ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین				-									
۴. راهبردهای تطبیقی تنظیم شناختی	۰/۱۰۴	۰/۱۳*	۰/۰۸۳	-									
۵. راهبردهای غیر تطبیقی تنظیم شناختی	۰/۶۸***	۰/۳۵***	۰/۲۱***	۰/۱۱۵*	-								
۶. انعطاف‌پذیری روان‌شناختی	۰/۴۰***	۰/۲۹***	۰/۱۱	۰/۲۵**	۰/۲۱**	-							
۷. تعارضات- کاهش همکاری	۰/۳۱**	۰/۳۵***	۰/۲۳***	۰/۱۱۵*	۰/۲۰**	۰/۵۳***	-						
۸. تعارضات- کاهش رابطه جنسی	۰/۶۵***	۰/۳۳***	۰/۲۱***	۰/۱۷**	۰/۳۷**	۰/۵۶**	۰/۵۳***	-					
۹. تعارضات- افزایش واکنش‌های هیجانی	۰/۶۹***	۰/۲۶**	۰/۲۲**	۰/۲۰**	۰/۳۱**	۰/۵۸**	۰/۴۷**	۰/۴۹**	-				

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳
۱۰ تعارضات- جلب حمایت فرزند													
۱۱ تعارضات- افزایش رابطه با همسر	۰/۳۱**												
۱۲ تعارضات- کاهش رابطه با همسر	۰/۲۸**	۰/۲۹**											
۱۳ تعارضات- جدا کردن فرمالی	۰/۳۱**	۰/۲۹**	۰/۲۸**										
میانگین	۱۵/۷۷	۱/۳۸	۱/۷۱	۱/۲۱	۱۴/۳۸	۱۲/۳۱	۱/۱۵	۳۳/۵۱	۱/۵۶	۵۴/۲۲	۲/۳۲	۲۷/۸۵	۲۷/۸۶
انحراف استاندارد	۵/۱۹	۱/۳۵	۱/۱۱	۳/۷۲	۱/۱۲	۳/۵۳	۳/۸۵	۱۰/۵۰	۱/۲۹	۱۲/۳۰	۱/۲۸	۱/۱۳	۱/۸۷

* $p < 0.05$ و ** $p < 0.01$

جدول ۱ نشان می دهد که هر سه مؤلفه استرس والدینی با مؤلفه های هفت گانه تعارضات زناشویی به صورت منفی و در سطح معناداری ۰/۰۱ همبسته اند. ضریب همبستگی بین راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان با مؤلفه های جدا کردن امور مالی و کاهش همکاری تعارضات زناشویی منفی و در سطح ۰/۰۵ و با دیگر مؤلفه های آن به صورت منفی و در سطح معناداری ۰/۰۱ همبسته بود. راهبردهای غیر انطباقی تنظیم شناختی هیجان به صورت مثبت و انعطاف پذیری روان شناختی به صورت مثبت و در سطح معناداری ۰/۰۱ با همه مؤلفه های تعارضات زناشویی همبسته بودند. در ادامه جدول ۲ کشیدگی و چولگی همه متغیرها و عامل تورم واریانس^۱ (VIF) و ضریب تحمل^۲ متغیرهای پیش بین را نشان می دهد.

جدول ۲: بررسی مفروضه های نرمال بودن و همخطی بودن

متغیر	مفروضه نرمال بودن		مفروضه همخطی بودن	
	چولگی	کشیدگی	ضریب تحمل	تورم واریانس
استرس والدینی - آسفتگی والدینی	-۰/۴۴	-۰/۳۷	۰/۶۳	۱/۵۹
استرس والدینی - تعاملات ناکارآمد والد/ فرزند	-۰/۵۰	۰/۰۳	۰/۵۹	۱/۷۱
استرس والدینی - ویژگی های کودک	-۰/۵۸	-۰/۴۴	۰/۶۷	۱/۴۹
مشکل آفرین				
راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی	-۰/۳۲	-۰/۸۰	۰/۷۷	۱/۳۱
راهبردهای غیر انطباقی تنظیم شناختی	-۰/۲۲	-۱/۳۲	۰/۷۲	۱/۴۰
انعطاف پذیری روان شناختی	۰/۵۵	-۰/۸۴	۰/۸۱	۱/۲۳

¹ variance inflation factor

² tolerance

-	-	-۰/۲۱	۰/۴۹	تعارضات - کاهش همکاری
-	-	-۰/۳۹	۰/۴۶	تعارضات - کاهش رابطه جنسی
-	-	-۰/۳۰	۰/۲۷	تعارضات - افزایش واکنش‌های هیجانی
-	-	-۰/۷۹	-۰/۶۲	تعارضات - جلب حمایت فرزند
-	-	-۰/۹۲	-۰/۴۷	تعارضات - افزایش رابطه با خویشاوندان خود
-	-	-۰/۰۸	۰/۷۱	تعارضات - کاهش رابطه با خویشاوندان همسر
-	-	-۰/۲۳	-۰/۱۴	تعارضات - جدا کردن امور مالی

جدول ۲ نشان می‌دهد که مقادیر کشیدگی و چولگی همه مؤلفه‌ها و متغیرها در محدوده ± 2 قرار دارد. براین اساس چنین نتیجه‌گیری شد که مفروضه نرمال بودن توزیع داده‌ها برقرار است. جدول ۲ نشان می‌دهد که مقادیر ضریب تحمل متغیرهای پیش بین بزرگتر از ۰/۱ و مقادیر عامل تورم واریانس هر یک از آنها کوچکتر از ۱۰ است. براین اساس چنین نتیجه‌گیری شد که مفروضه همخطی بودن نیز در بین داده‌های پژوهش حاضر برقرار است. در این پژوهش برقراری/عدم برقراری مفروضه نرمال بودن توزیع داده‌های چند متغیری با استفاده از تحلیل اطلاعات «فاصله ماهالانوبیس^۱» بررسی شد. مقادیر چولگی و کشیدگی اطلاعات مربوط به فاصله ماهالانوبیس به ترتیب برابر با ۰/۷۴ و ۰/۲۱ به دست آمد که نشان می‌دهد مقادیر چولگی و کشیدگی نمرات فاصله مهلبوبایس در محدوده ± 2 قرار دارد. بنابراین می‌توان گفت مفروضه نرمال بودن توزیع داده‌های چند متغیری در بین داده‌ها برقرار بود.

در این پژوهش متغیرهای استرس والدگری و تعارضات زناشویی مکنون بوده و مدل اندازه‌گیری را تشکیل می‌دادند. چنین فرض شده بود که نشانگرهای آشفتگی والدینی، تعاملات ناکارآمد والد/فرزند و ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین متغیر مکنون استرس والدگری

¹ - Mahalanobis distance (D)

و نشانگرهای کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش های هیجانی، جلب حمایت فرزند، افزایش رابطه با خویشاوندان خود، کاهش رابطه با خویشاوندان همسر و جدا کردن امور مالی متغیر مکنون تعارضات زناشویی را اندازه گیری می کنند. چگونگی برازش مدل اندازه گیری با استفاده از تحلیل عاملی تاییدی، نرم افزار *AMOS 24.0* و برآورد بیشینه احتمال (*ML*) ارزیابی شد. جدول شاخص های برازندگی مدل اندازه گیری را نشان می دهد.

جدول ۳. شاخص های برازش مدل اندازه گیری

شاخص های برازندگی	مدل اولیه	مدل اصلاح شده	نقطه برش ^۱
مجذور کای ^۲	۱۰۶/۶۵	۸۵/۰۳	
درجه آزادی	۳۴	۳۳	-
χ^2/df^3	۳/۱۴	۲/۵۸	-
<i>GFI</i> ^۴	۰/۹۲۶	۰/۹۳۸	کمتر از ۳
<i>AGFI</i> ^۵	۰/۸۸۰	۰/۸۹۷	۰/۹۰ >
<i>CFI</i> ^۶	۰/۹۶۰	۰/۹۷۲	۰/۸۵ >
<i>RMSEA</i> ^۷	۰/۰۹۱	۰/۰۷۸	۰/۹۰ >

جدول ۳ نشان می دهد که به استثنای شاخص برازندگی *RMSEA* دیگر شاخص های برازندگی حاصل از تحلیل عاملی تاییدی از برازش قابل قبول مدل اندازه گیری با داده های گردآوری شده حمایت می کنند ($\chi^2/df=3/14$ ، *CFI* = ۰/۹۶۰، *GFI* = ۰/۹۲۶، *AGFI* = ۰/۸۸۰ و *RMSEA* = ۰/۰۹۱). با توجه به اهمیت شاخص *RMSEA* در برازش مدل با داده ها، مدل اندازه گیری با ایجاد کوواریانس بین خطاهای دو نشانگر کاهش همکاری و افزایش رابطه با خویشاوندان خود اصلاح و در نهایت شاخص های برازندگی حاصل شد که نشان داد، مدل اندازه گیری پژوهش با داده های گردآوری شده برازش قابل قبول دارد ($\chi^2/df=2/58$).

^۱ - نقاط برش براساس دیدگاه کلاین (۲۰۱۶)

^۲ - Chi-Square

^۳ - normed chi-square

^۴ - Goodness Fit Index

^۵ - Adjusted Goodness Fit Index

^۶ - Comparative Fit Index

^۷ - Root Mean Square Error of Approximation

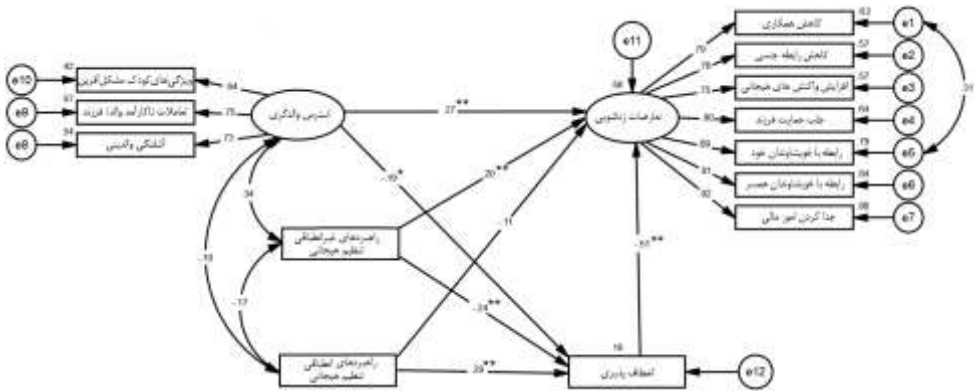
$CFI = 0/972$ ، $GFI = 0/938$ ، $AGFI = 0/897$ و $RMSEA = 0/078$ ، در مدل اندازه‌گیری، بزرگترین بار عاملی متعلق به نشانگر جدا کردن امور مالی ($\beta = 0/933$) و کوچکترین بار عاملی متعلق به نشانگر ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین ($\beta = 0/647$) بود. بدین ترتیب با توجه به این که بارهای عاملی همه نشانگرها بزرگتر از $0/32$ بود، می‌توان گفت همه آنها از توان لازم برای اندازه‌گیری متغیرهای مکنون پژوهش حاضر برخوردار بودند.

به دنبال ارزیابی چگونگی برازش مدل اندازه‌گیری، در مرحله دوم شاخص‌های برازندگی مدل ساختاری (شکل ۱) برآورد و ارزیابی شد. در مدل ساختاری پژوهش چنین فرض شده بود که تنظیم شناختی هیجان و استرس والدینی با میانجیگری انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، تعارضات زناشویی را پیش‌بینی می‌کنند. نتایج نشان داد که شاخص‌های برازندگی از برازش قابل قبول مدل ساختاری با داده‌های گراوری شده حمایت می‌کنند ($\chi^2(df=57, N=257) = 130/38$)، $\chi^2/df = 2/29$ ، $CFI = 0/965$ ، $GFI = 0/927$ ، $AGFI = 0/884$ و $RMSEA = 0/071$). جدول ۴ ضرایب مسیر در مدل ساختاری را نشان می‌دهد.

جدول ۴: ضرایب مسیر کل و مستقیم بین متغیرهای پژوهش در مدل ساختاری

مسیر	متغیرها	b	$S.E$	β	p
۱	راهبردهای غیرانطباقی تنظیم هیجانی ← انعطاف‌پذیری	-0/177	0/056	-0/241	0/001
	راهبردهای انطباقی تنظیم هیجانی ← انعطاف‌پذیری	0/232	0/057	0/294	0/001
	استرس والدگری ← انعطاف‌پذیری	-0/565	0/252	-0/192	0/017
	راهبردهای غیرانطباقی تنظیم هیجانی ← تعارضات زناشویی	0/045	0/016	0/205	0/004
	راهبردهای انطباقی تنظیم هیجانی ← تعارضات زناشویی	-0/026	0/017	-0/111	0/174
	استرس والدگری ← تعارضات زناشویی	0/236	0/068	0/268	0/003
۲	انعطاف‌پذیری ← تعارضات زناشویی	-0/154	0/021	-0/515	0/001
	راهبردهای غیرانطباقی تنظیم هیجانی ← تعارضات زناشویی	0/027	0/010	0/124	0/001
	راهبردهای انطباقی تنظیم هیجانی ← تعارضات زناشویی	-0/036	0/011	-0/151	0/001
۳	استرس والدگری ← تعارضات زناشویی	0/087	0/042	0/099	0/021
	راهبردهای غیرانطباقی تنظیم هیجانی ← تعارضات زناشویی	0/072	0/015	0/329	0/001
	راهبردهای انطباقی تنظیم هیجانی ← تعارضات زناشویی	-0/062	0/015	-0/262	0/001
	استرس والدگری ← تعارضات زناشویی	-0/323	0/069	0/367	0/001

جدول ۴ نشان می دهد که ضریب مسیر کل بین استرس والدگری ($\beta=0/367$ ، $P<0/01$) و راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان ($\beta=0/329$ ، $P<0/01$) با تعارضات زناشویی مثبت و در سطح ۰/۰۱ معنادار است. ضریب مسیر کل بین راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان با تعارضات زناشویی ($\beta=-0/262$ ، $P<0/01$) همانند ضریب مسیر بین انعطاف پذیری روان شناختی با تعارضات زناشویی ($\beta=-0/515$ ، $P<0/01$) منفی و در سطح ۰/۰۱ معنادار بود. جدول ۴ نشان می دهد که ضریب مسیر غیر مستقیم بین استرس والدگری ($P<0/01$) و راهبردهای غیر انطباقی تنظیم شناختی هیجان ($\beta=0/099$) و راهبردهای غیر انطباقی تنظیم شناختی هیجان ($\beta=0/124$ ، $P<0/01$) با تعارضات زناشویی مثبت و در سطح ۰/۰۱ معنادار است. همچنین ضریب مسیر غیر مستقیم بین راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان با تعارضات زناشویی ($\beta=-0/151$ ، $P<0/01$) منفی و در سطح ۰/۰۱ معنادار بود. بر این اساس می توان گفت انعطاف پذیری روان شناختی رابطه بین استرس والدگری و راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان با تعارضات زناشویی را به صورت مثبت و رابطه بین راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان با تعارضات زناشویی را به صورت منفی و معنادار میانجیگری می کند. شکل ۱ مدل ساختاری پژوهش در تبیین روابط بین راهبردهای تنظیم هیجان، استرس والدگری و انعطاف پذیری روان شناختی با تعارضات زناشویی را نشان می دهد.



شکل ۱: پارامترهای استاندارد در مدل ساختاری پژوهش

شکل بالا نشان می‌دهد که مجموع مجذور همبستگی‌های چندگانه (R^2) برای متغیرهای تعارضات زناشویی برابر با ۰/۵۸ به بدست آمده است، این موضوع بیانگر آن است که استرس والدگری، راهبردهای تنظیم هیجان و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در مجموع ۵۸ درصد از واریانس تعارضات زناشویی را تبیین می‌کند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف تحقیق حاضر، بررسی نقش میانجی‌گری انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در رابطه بین استرس والدگری و تنظیم هیجان با تعارضات زناشویی در دوران همه‌گیری کرونا ویروس بود. نتایج نشان داد که از بین مؤلفه‌های استرس والدینی آشفستگی والدینی و تعاملات ناکارآمد والد/فرزند به صورت مثبت و معنادار تعارضات زناشویی را پیش‌بینی می‌کند. این نتایج مشابه پژوهش‌های موسوی (۱۳۹۷)، فلاح‌چای و همکاران (۱۳۹۶)، چانگ و همکاران (۲۰۲۰) می‌باشد.

در تبیین این یافته فولکمن و لازاروس (۱۹۸۴) بیان داشته‌اند که استرس در هر نوع که باشد منجر به بروز پاسخ‌های مختلف برای کنار آمدن و مقابله با آن می‌شود. افزایش استرس والدین با فقدان رفتارهای مثبت فرزند پروری مرتبط است و در ترکیب با عوامل دیگر می‌تواند به مشکلات جدی‌تری همانند کودک‌آزاری در فرزندپروری منجر می‌شود (استبرگ و هاگلول، ۲۰۱۳). بنابراین، هنگامی که والدین نمی‌توانند به طور موثر با تنیدگی‌هایی که به صورت روزانه در هنگام پرورش کودک مواجه می‌شوند، مقابله و سازش نمایند، این منابع استرس که در ابتدا جزئی به نظر می‌رسند در چنین شرایطی بسیار بزرگتر، پایدارتر و غیرقابل کنترل خواهند شد (اشتون، ۲۰۱۳). شرایط همه‌گیری کرونا ویروس و فشار ناشی از همه‌گیری از یک طرف، استرس‌هایی که به دلیل قرنطینگی در رابطه با والدگری برای والدین ایجاد می‌شود از سوی دیگر، موجب تشدید استرس‌های والدین می‌شود. چانگ و همکاران (۲۰۲۰) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که در دوران کرونا ویروس هنگامی که تعادل بین کار و خانواده ضعیف‌تر باشد، استرس والدگری افزایش می‌یابد و در نتیجه استرس والدگری بالاتر

¹ Ostberg & Hagekull

² Ashton

نیز موجب افزایش تعارضات زناشویی می‌گردد. بر اساس دید سیستمی، امروز خانواده می‌تواند موجب بروز انواع بیماری‌های روانی و نیز عامل اصلی بروز اختلال در زندگی زناشویی شود. دیدگاه خانواده درمانی ساختی، راهبردهای تحولات ناشی از مراحل تکامل خانواده مانند تولد فرزندان و لزوم تطابق خانواده با آن را جزء علل اختلافات زناشویی می‌داند (فینجام، پیچ و داویلا، ۲۰۰۷). به طور کلی می‌توان بیان نمود سطوح بالای استرس والدین موجب می‌گردد که آنها گرایش بیشتری به استفاده از روش‌های انعطاف‌ناپذیر، تهدیدآمیز و پرخاشگرانه داشته باشند و کمتر از روش‌های موثر برای رفتار با فرزند خود و ارتباط با همسر بهره ببرند، بنابراین در تصمیم‌گیری درباره استفاده از مناسب‌ترین روش‌های برخورد شکست بخورند. در نتیجه هنگام بحث و اختلاف نظر با همسر به دلیل استفاده از همین روش‌های ناکارآمد می‌تواند به تشدید تعارض کمک کند.

از دیگر نتایج مطالعه حاضر این بود که از بین راهبردهای تنظیم شناختی، راهبردهای مثبت به صورت منفی و راهبردهای منفی به صورت مثبت و معنادار تعارضات زناشویی را پیش‌بینی می‌کند. این یافته‌ها با نتایج پیینگ و همکاران (۲۰۱۸)، درعلی و سهرابی (۱۳۹۴)، ولی پور شیخی و میردربیکوند (۱۳۹۸) همسو است. در تبیین این یافته‌ها می‌توان بیان داشت افراد یک روند عادی از تنظیم شناختی هیجان را نشان می‌دهند که شامل تلاش‌های صورت گرفته برای کاهش تجربه‌ی هیجان‌های منفی و افزایش تجربه‌ی هیجان‌های مثبت است (کویدباچ، بری، هانسن و میکولاجزاک^۱، ۲۰۱۰). این یافته‌ها با گزاره‌ی سازگار است که تنظیم هیجان سازگار و موثر می‌تواند به آنها کمک کند تا با سازگاری بیشتری به عواملی که رضایت را تضعیف می‌کنند، انتقاد از خود، عملکرد اضطرابی، ناراحتی از صمیمیت پاسخ دهند (مک‌کابی^۲ و همکاران، ۲۰۱۰؛ سانچز-فونتس، سانتوس-ایگلسیاس و سیرا^۳، ۲۰۱۴؛ پیینگ و همکاران، ۲۰۱۸). در نقش راهبرد تنظیم هیجانی بر تعارضات زناشویی چنین می‌توان گفت که به دلیل این که تنظیم هیجان به صورت ناسازگار و سرکوب، توجه فرد را به سمت محرک‌ها و منابع درون فردی

¹ Quoidbach, J., Berry, E. V., Hansenne, M., & Mikolajczak, M.

² McCabe, M.

³ Sanchez-Fuentes, M. D. M., Santos-Iglesias, P., & Sierra, J. C.

می‌کشاند، توانایی کنترل فرد را نسب به محرکات بیرونی کاهش می‌دهد و این امر باعث احساس ناتوانی برای رویارویی با منابع بیرونی می‌شود و در طرف دیگر افرادی که از تنظیم هیجان به شیوه ارزیابی مجدد و سازگار بهره می‌گیرند، به دلیل این که پیش از آغاز روابط میان فردی توجهشان را به جای معطوف کردن بر خود به منابع بیرونی متمرکز می‌سازند، توانایی آنها برای کنترل کیفیت روابط بیشتر و در نتیجه رضایت آنها و همچنین کاهش تعارضات آنها بالا می‌رود.

علاوه بر این، مشخص شد که انعطاف پذیری روان شناختی رابطه بین راهبردهای تنظیم شناختی هیجان با تعارضات زناشویی را میانجیگری می‌کند. تاکنون پژوهشی که به بررسی نقش میانجی انعطاف پذیری روان‌شناختی در رابطه بین تنظیم هیجان با تعارضات زناشویی بپردازد، انجام نشده است، لذا امکان مقایسه بین نتایج وجود ندارد. اما پژوهش‌های بسیاری به نشان دادند که انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و تنظیم هیجان مثبت و استرس‌والدگری با پریشانی روان‌شناختی، سازگاری و کاهش تعارضات زناشویی رابطه دارد (ولی پور شیخی و میردریکوند، ۱۳۹۸؛ موسوی، ۱۳۹۷؛ فلاح‌چای و همکاران، ۱۳۹۶؛ درعلی و سهرابی، ۱۳۹۴؛ چانگ و همکاران، ۲۰۲۰؛ کوبوس-سانچ، فلوجاس-کانتراس و بکرا، ۲۰۲۰). در تبیین این یافته، بیان شده است که شیوه‌های مختلف تنظیم هیجان می‌تواند پیامدهای مختلفی برای روابط بین فردی داشته باشد. این فرایند خودتنظیمی، به پیامدهای مهمی برای عملکرد و کیفیت رابطه منجر می‌شود. در موقعیت‌های تعارض، برانگیختگی هیجانی ناشی از تحریکات به‌وجودآمده می‌تواند منجر به برون‌ریزی خشم و رفتارهای مخرب از سوی طرفین شود که احتمال تشدید تعارض را افزایش می‌دهد. یکی از مشخصه‌های روابط زناشویی ناسازگارانه وجود الگوهای تشدیدشونده از تبادل متقابل هیجان‌ات منفی است که در آن هیجان منفی ابرازشده از سوی یک همسر با هیجان‌ات منفی مشابه یا شدیدتر از سوی دیگری پاسخ داده می‌شود (گاتمن و لونسون، ۱۹۸۶). تنظیم هیجان کارآمد موجب می‌گردد تا فرد آگاهی بیشتری نسبت به رفتارها و هیجان‌ات و مشکلات در زندگی پیدا کنند و این نظم‌بخشی و مدیریت رفتارها که هم بر

¹ Cobos-Sánchez, L., Flujas-Contreras, J. M., & Becerra,

² Gottman JM, Levenson RW.

شناخت و تفکر توجه دارد و هم به رفتار جهت می‌دهد (لاورنس^۱ و همکاران، ۲۰۱۸). از آن-جایی که تنظیم هیجان کارآمد بر تفکر منطقی و ابراز صحیح واکنش‌های روانشناختی و هیجانی تاکید دارد و آگاهی از احساسات و هیجان‌ها و مهارت‌های درک هیجان و انتخاب موقعیت را موجب می‌گردد، لذا، تاثیر قابل توجهی بر انعطاف‌پذیری فرد خواهد داشت (آدیگون^۲، ۲۰۱۷). نتایج همچنین حاکی از آن بود که انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، تعارضات زناشویی را پیش‌بینی می‌کند. در تبیین این یافته می‌توان بیان نمود، انعطاف‌پذیری روانشناختی به عنوان محور اصلی سلامت روانی و بهزیستی و یک عامل تعیین‌کننده اثربخش در تعاملات زناشویی به شمار می‌رود و یک فرایند کلیدی است که مکانیسم‌های بالقوه را در نتایج پریشانی به دنبال دارد (اسواش، برامول^۳ و هولبرت-ویلیامز، ۲۰۱۷). انعطاف‌پذیری روانشناختی فرد را قادر می‌سازد تا هنگامی که در دستیابی به ارزش‌های شخصی خود به خطر می‌افتد، مجموعه رفتاری خود را تغییر دهد و در عین حال با شرایط متغیر سازگار شود (کاشدان و روتبرگ، ۲۰۱۰). از آنجا که مفهوم مرکزی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، این است که افراد باید قادر باشند تا به شرایط به صورت منعطف پاسخ دهند و دارای درجات متنوعی از پاسخ‌ها به رویدادهای شخصی روانشناختی باشند یا احتمالات مختلف موجود در یک وضعیت را در نظر بگیرند. لذا، زمانی که افراد اعمالشان براساس در نظر گرفتن احتمالات ضروری و ارزش‌های شخصی و نه به سادگی براساس آنچه فکر یا احساس می‌کنند باشد، در نتیجه در روابط بین فردی و با همسر خود نیز عملکرد مؤثرتری خواهند داشت. درواقع، اینها افرادی هستند که اجازه می‌دهند ارزش‌هایشان و احتمالات ضروری موقعیتی به جای دروندادهای فیزیولوژیکی رفتارهای آنها را به جلو براند حتی اگر آن دروندادها علیرغم میل باطنی آنها باشند؛ و با انجام مداوم این کار در طول زمان، به نوعی زندگی معناداری برای خود ایجاد می‌نمایند (باند و همکاران، ۲۰۱۱). لذا می‌توان چنین برداشت کرد که تنظیم هیجان کارآمد از طریق افزایش

¹ Lawrence, B. J

² Adigun, O. T.

³ Swash, B., Bramwell, R.

انعطاف‌پذیری روانشناختی در فرد، موجب می‌گردد در حین تعارضات زناشویی فرد تحمل و انعطاف بالاتری داشته باشد و در نتیجه بهتر بتواند این تعارضات را مدیریت و رفع نماید.

در نهایت نتایج بیانگر این بود که انعطاف‌پذیری روان‌شناختی رابطه بین استرس والدگری با تعارضات زناشویی را میانجی‌گری می‌کند. در زمینه والدگری، انعطاف‌پذیری روانشناختی در والدین، توانایی فرد در پذیرش بدون قضاوت تغییرات و افکار و احساسات منفی در رابطه با تجربه فرزندپروری و درگیر شدن در رفتارهای مثبتی بر ارزش که منجر به واکنش‌های حساس می‌شود. شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد والدین با سطح انعطاف‌پذیری روانی پایین‌تر در زمینه والدگری، تمایل بیشتری به استفاده از شیوه‌های ناکارآمد و تنش‌های والدگری دارند، به عنوان مثال، نظم و انضباط شدید، قوانین ناسازگار (براون، ویتینگام و سوفرونوف^۱، ۲۰۱۵؛ برک و مور^۲، ۲۰۱۵). با افزایش استفاده از این روش‌های ناکارآمد و در نتیجه افزایش استرس‌ها، والدین نیز ممکن است دچار تعارضاتی شوند. آنچه در افرادی که دارای انعطاف‌پذیری بالاتری هستند (و در آنها رابطه معنی‌دار بود) دیده شد، گروهی از والدین است که به احتمال زیاد از استرس والدگری کمتری هستند و بنابراین آنها در روابط خود نیز مدیریت بهتری دارند و در شرایط تنش‌زای همه‌گیری و فشار مشکلات زندگی به دلیل انعطاف‌بالایی که دارند کمتر دچار تعارضات بین خود و همسر خواهند شد. به بیانی‌گرچه استرس‌های والدگری منجر به تشدید تعارضات زناشویی به ویژه در شرایط پرتنش همه‌گیری کروناویروس می‌شود، اما در صورتی که والدین انعطاف‌پذیری روانشناختی بالاتری داشته باشند، به دلیل واکنش‌های منعطف به شرایط و در نظر گرفتن احتمالات متنوع، بهتر خود را با شرایط وفق می‌دهند و در نتیجه مشکلات بین فردی را با درایت بیشتر برطرف و جلوی تعارضات شدید بین فردی را می‌گیرند. در بیانی، این استرس‌های ناشی از والدگری در شرایط کروماویروس به تدریج باعث می‌گردد والدین قدرت تحمل و انعطاف‌پذیری کمتری در مواجهه با تنش‌ها داشته باشند و در حین بحث و درگیری با همسر به صورت هیجانی رفتار کنند که این می‌تواند موجب تشدید تعارضات زناشویی گردد. بنابراین می‌توان چنین نتیجه گرفت که استرس‌های

¹ Brown, F., Whittingham, K., & Sofronoff, K.

² Burke, K., & Moore, S.

والدگری در شرایط همه‌گیری کروناویروس از طریق کاهش انعطاف‌پذیری روانشناختی در زوجین می‌تواند موجب تشدید تعارضات زناشویی گردد.

تقریباً همه فعالیت‌های بشری از جمله در زمینه تحقیقات علمی و به ویژه در حوزه علوم انسانی و رفتاری با محدودیت‌هایی روبرو است. تحلیل داده‌های این پژوهش، صرفاً بر اساس پاسخ‌های داده شده توسط مشارکت‌کنندگان در پژوهش به پرسشنامه‌های استفاده شده بوده و سایر شرایط آنان مانند وضعیت فرهنگی، اقتصادی، خانوادگی و اجتماعی آنان در روابط بین متغیرها لحاظ نشده است. همچنین، احتمال وجود اختلالات روانشناختی و یا سابقه استفاده از خدمات روانشناختی در زوجین که می‌تواند در نتایج تاثیر گذاشته باشد. بنابراین، با توجه به اهمیت خانواده و فشارهای روانی ناشی از همه‌گیری کروناویروس، پیشنهاد می‌شود، موضوع خانواده و زوجین در شرایط همه‌گیری کروناویروس با ابعاد دیگر انسانی مورد توجه بیش از پیش محققین قرار گیرد. با توجه به اینکه استرس‌های والدگری و تعارضات زناشویی در شرایط همه‌گیری کروناویروس افزایش بسیاری داشته است، لذا پیشنهاد می‌گردد پژوهش‌های آتی نقش سایر متغیرهای روانشناختی از جمله شیوه‌های مقابله با استرس در شرایط کرونا ویروس و سبک زندگی در شرایط کرونا ویروس را بر این متغیرها مورد بررسی قرار دهند. همچنین، با توجه به تأیید تأثیر میانجی موثر در کاهش رابطه بین استرس والدگری و تنظیم هیجان با تعارضات زناشویی در دوران همه‌گیری کرونا ویروس پیشنهاد می‌گردد برنامه‌های آموزشی لازم برای کاهش استرس‌ها در این قشر برگزار گردد و همچنین، آگاهی‌های لازم در جهت حمایت‌های لازم از خانواده‌ها در شرایط همه‌گیری صورت گیرد.

تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که در این پژوهش یاری گر محقق بوده اند، صمیمانه سپاسگزاری می‌شود.

منابع

- ۱) آل کثیر، عماد؛ واحد، ندا؛ محمدخانی، پروانه و جعفریان دهکردی، فاطمه (۱۳۹۷). نقش انعطاف پذیری شناختی زنان دارای اختلاف زناشویی در پیش بینی عملکرد خانواده، سومین کنفرانس توانمندسازی جامعه در حوزه علوم انسانی و مطالعات روانشناسی.
- ۲) درعلی، رویا و سهرابی، نادره (۱۳۹۴). نقش واسطه‌گری تعارضات زناشویی در رابطه بین سبک‌های تنظیم شناختی هیجان و کیفیت روابط جنسی. مشاوره کاربردی، ۴(۲)، ۳۷-۴۸.
- ۳) فلاح چای، سیدرضا؛ موذن جامی، عارفه و فلاحی، مریم (۱۳۹۶). بررسی ارتباط استرس والدینی، مقابله مذهبی و سازگاری زناشویی در والدین کودکان با اختلال اتیسم. روان شناسی افراد استثنائی، ۷(۲۷)، ۱۱۵-۱۳۳.
- ۴) موسوی، سیده فاطمه (۱۳۹۷). نقش استرس والدینی و ادراک مثبت در پیش بینی رضایت زناشویی مادران دارای کودکان با نیازهای ویژه و عادی. روانشناسی افراد استثنائی، ۸(۳۲)، ۱۵۳-۱۷۹.
- ۵) ولی‌پور شیخی، زهرا و میردريکوند، فضل‌الله (۱۳۹۸). بررسی اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر افزایش سازگاری زناشویی زوجین دچار تعارض زناشویی. روان پرستاری، ۷(۱)، ۷۵-۸۱.
- 6) Abidin, R. R. (1992). The determinants of parenting behavior. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21(4), 407-412.
- 7) Adigun, O. T. (2017). Depression and individuals with hearing loss: A systematic review. *J Psychol Psychother*, 7, 323-330.
- 8) Ashton, M. C. (2013). *Individual differences and personality* (2nd ed.). Elsevier Academic Press.
- 9) Ben-Naim, S., Hirschberger, G., Ein-Dor, T., & Mikulincer, M. (2013). An experimental study of emotion regulation during relationship conflict interactions: The moderating role of attachment orientations. *Emotion*, 13, 506 - 519.
- 10) Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K., Zettle, R. D. (2011). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire-II: a revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behav Ther*, 42(4)
- 11) Brown, F., Whittingham, K., & Sofronoff, K. (2015). Parental experiential avoidance as a potential mechanism of change in a parenting intervention

- for parents of children with pediatric acquired brain injury. *Journal of Pediatric Psychology*, 40, 464–474.
- 12) Burke, K., & Moore, S. (2015). Development of the parental psychological flexibility questionnaire. *Child Psychiatry and Human Development*, 46, 548–557, 10
 - 13) Caldwell, G. J., Krug, K. M., Carter, S. C., Minzenberg, JM. (2014) Cognitive control in the face of fear. Reduced cognitive- emotion flexibility in women with a history of child abuse. *Journal of Aggression, Maltreatment trauma*, 23 (5): 454-472
 - 14) Campbell, A. M. (2020). An increasing risk of family violence during the Covid-19 pandemic: Strengthening community collaborations to save lives. *Forensic Science International: Reports*, 2, 100089. <https://doi.org/10.1016/j.fsir.2020.100089>
 - 15) Chung, G, Chan, X.W, Lanier, P., & Ju, P. W. Y. (2020b). Associations Between Work-Family Balance, Parenting Stress, and Marital Conflicts During COVID-19 Pandemic in Singapore [Preprint].
 - 16) Chung, G., Lanier, P., & Wong, P. (2020). Mediating Effects of Parental Stress on Harsh Parenting And Parent-child Relationship During Coronavirus (COVID-19) Pandemic in Singapore. *Journal of Family Violence*, doi:10.1007/s10896-020-00200-1
 - 17) Cluver, L., Lachman, J. M., Sherr, L., Wessels, I., Krug, E., Rakotomalala, S., Blight, S., Hillis, S., Bachman, G., Green, O., Butchart, A., Tomlinson, M., Ward, C. L., Doubt, J., & McDonald, K. (2020). Parenting in a time of COVID-19. *The Lancet*, 395(10231), e64. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30736-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30736-4)
 - 18) Cobos-Sánchez, L., Fluja-Contreras, J. M., & Becerra, I. G. (2020). Relation between psychological flexibility, emotional intelligence and emotion regulation in adolescence. *Current Psychology*.
 - 19) Côté, S., DeCelles, K. A., McCarthy, J. M., Van Kleef, G. A., & Hideg, I. (2011). The Jekyll and Hyde of emotional intelligence: Emotion-regulation knowledge facilitates both prosocial and interpersonally deviant behavior. *Psychological Science*, 22(8), 1073–1080.
 - 20) Coyne, L. W., Gould, E. R., Grimaldi, M., Wilson, K. G., Baffuto, G., & Biglan, A. (2020). First Things First: Parent Psychological Flexibility and Self-Compassion During COVID-19 [Preprint]. *Open Science Framework*. <https://doi.org/10.31219/osf.io/pyge2>
 - 21) Fincham, F. D; Beach, R. H; Davilla, J. (2007). Loongi. *Tudinval. Relations between forgiveness and conflict resolution in marriage. Journal of family psychology*, 21, 3: 542-545.

- 22) Finkel, E. J., Slotter, E. B., Luchies, L. B., Walton, G. M., & Gross, J. J. (2013). A brief intervention to promote conflict reappraisal preserves marital quality over time. *Psychological Science*, 24, 1595 - 1601.
- 23) Gassman-Pines, A., Oltmans Ananat, E., & Fitz-Henley, J. (2020). COVID-19 and Parent-Child Psychological Well-being. *Pediatrics*. 2020;146(4), 1-11.
- 24) Glasser, W. (2000). *Reality therapy in action*. HarperCollins Publishers
- 25) 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.
- 26) Gottman JM, Levenson RW. (1986). Assessing the role of emotion in marriage. *Behavioral Assessment*. 8(1):31-48.
- 27) Gross, J. J. (Ed.). (2014). *Handbook of emotion regulation*(2nd ed.). New York: Guilford Publications.
- 28) Gunduz, B. (2013). Emotional intelligence, cognitive flexibility and psychological symptoms in preserviceteachers. *Educ Res Rev*, (8)13, 1048-56.
- 29) Hayes, S.C; Levin, M. E; Plumb-Villardaga, J; Villatte, J.L. and Pistorello, J. (2013) Acceptance and Commitment Therapy and Contextual Behavioral Science: Examining the Progress of a Distinctive Model of Behavioral and Cogni- tive Therapy. *Behavior Therapy*, 44, 180-196.
- 30) Holly, L. E., Fenley, A. R., Kritikos, T. K., Merson, R. A., Abidin, R. R., & Langer, D. A. (2019). Evidence-Base update for parenting stress measures in clinical samples. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 48(5), 685–705.
- 31) Johnco, C., Wuthrich, V. M., & Rapee, R. M. (2013). The role of cognitive flexibility in cognitive restructuring skill acquisition among older adults. *Anxiety Disord*, 27 (6), 576 -584.
- 32) Kashdan, T. B., & Rottenberg, J. (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 865–878.
- 33) Kirby, J. S., & Baucom, D. H. (2007). Integrating dialectical behavior therapy and cognitive-behavioral couple therapy: A couples skills group for emotion dysregulation. *Cognitive and Behavioral Practice*, 14(4), 394–405.
- 34) Laurenceau, J.P., Barrett, L.F., Rovine, M.J., 2005. The interpersonal process model of intimacy in marriage: a daily-diary and multilevel modeling approach. *J. Fam. Psychol.* 19, 314- 323.
- 35) Lawrence, B. J., Jayakody, D., Henshaw, H., Ferguson, M. A., Eikelboom, R. H., Loftus, A. M., & Friedland, P. L. (2018). Auditory and cognitive

- training for cognition in adults with hearing loss: A systematic review and meta-analysis. *Trends in hearing*, 22, 1-13.
- 36) Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer
- 37) McCabe, M., Althof, S. E., Assalian, P., Chevret-Measson, M., Leiblum, S. R., Simonelli, C., & Wylie, K. (2010). Psychological and interpersonal dimensions of sexual function and dysfunction. *Journal of Sexual Medicine*, 7, 327–336.
- 38) Ostberg, M. & Hagekull, B. (2013). Parenting stress and external stressors as predictors of maternal ratings of child adjustment. *Scandinavian Journal of Psychology*. 54, 213–221.
- 39) Pepping, C.A., Cronin, T.J., Lyons, A., Caldwell, J.G. (2018). The Effects of Mindfulness on Sexual Outcomes: The Role of Emotion Regulation. *Archives of Sexual Behavior*, 47(6), 1601–1612.
- 40) Prime, H., Browne, D.T. & Wade, M. (2020). Risk and Resilience in Family Well-Being During the COVID-19 Pandemic. *American Psychologist*, 75, No. 5, 631– 643.
- 41) Quoidbach, J., Berry, E. V., Hansenne, M., & Mikolajczak, M. (2010). Positive emotion regulation and well-being: Comparing the impact of eight savoring and dampening strategies. *Personality and Individual Differences*, 49(5), 368–373.
- 42) Reid, W. J., & Crisafulli, A. (1990). Marital discord and child behavior problems: A metaanalysis. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 18(1), 105–117. <https://doi.org/10.1007/BF00919459>
- 43) Sanchez-Fuentes, M. D. M., Santos-Iglesias, P., & Sierra, J. C. (2014). A systematic review of sexual satisfaction. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 14, 67–75
- 44) Shrout, M. R., Brown, R. D., Orbuch, T. L., & Weigel, D. J. (2019). A multidimensional examination of marital conflict and subjective health over 16 years. *Personal Relationships*, 26(3), 490–506.
- 45) Swash, B., Bramwell, R., & Hulbert- Williams, N.J. (2017). Unmet psychosocial supportive care needs and psychological distress in haematological cancer survivors: The moderating role of psychological flexibility. *Journal of Contextual Behavioral Science*,
- 46) Velotti, P., Balzarotti, S., Tagliabue, S., English, T., Zavattini, G. C., and Gross, J. J. (2015). Emotional suppression in early marriage: Actor, partner, and similarity effects on marital quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 33(3), 277–302

- 47) Wilson, S. J., Jaremka, L. M., Fagundes, C. P., Andridge, R., Peng, J., Malarkey, W. B., ... Kiecolt-Glaser, J. K. (2017). Shortened sleep fuels inflammatory responses to marital conflict: Emotion regulation matters. *Psychoneuroendocrinology*, 79, 74–83.
- 48) Wu, L., Yim, F., Kwan, H., & Zhang, X. (2012) Coping with workplace ostracism: The roles of ingratiation and political skill in employee psychological distress. *Journal of Management Studies*, 49(1), 178-199.
- 49) Xie, X., Xue, Q., Zhou, Y., Zhu, K., Liu, Q., Zhang, J., & Song, R. (2020). Mental health status among children in home confinement during the coronavirus disease 2019 outbreak in Hubei Province, China. *JAMA Pediatrics*. Advance online publication. <http://dx.doi.org/10.1001/jamapediatrics.2020.1619>
- 50) Zong, J. G., Cao, X. Y., Cao, Y., Shi, Y. F., Wang, Y. N., Yan, C. (2010). Coping flexibility in college students with depressive symptoms. *Health and Quality of Life Outcomes*, 8 (66), 1-6.