

Research Paper

The Causal Model of Post-Divorce Adjustment Based on Personality Characteristics Attachment Styles, Perceived Social Support with the Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation

Leila Mohandes¹, Hojjatullah Javid^{2*}, Majid Barzegar², Nadere Sohrabi²

1- Ph.D. Student, Department of Psychology, Marvdasht Branch, Islamic Azad University, Marvdasht, Iran.

2- Department of Psychology, Marvdasht Branch, Islamic Azad University, Marvdasht, Iran.

Received: 2020/11/21

Revised: 2022/01/20

Accepted: 2023/02/13

Use your device to scan and read the article online



DOI:

10.30495/jpmm.2023.26603.3251

Keywords:

Post-Divorce Adjustment, Personality Characteristics, Attachment Styles, Perceived Social Support, Cognitive Emotion Regulation.

Abstract

Introduction: Compatibility with divorce is defined as a multi-dimensional process that includes psychological, social and financial components. The aim of this study was to develop a causal model of post-divorce adjustment based on personality traits, attachment style and perceived support with the mediating role of cognitive emotion regulation.

Materials and Methods: The study was correlational research based on structural equation modeling. The statistical population of this study was all divorced women who had been divorced for at least two years and had not remarried. Research sample of 416 divorced women who were randomly selected from 15 psychological clinics under the supervision of welfare and family court; Family Consolidation Centers; were chosen. In this study, data were collected through adaptation questionnaires after Fisher divorce, perceived support of Zimet et al., Hazen and Schiver attachment style, neo-personality traits, and cognitive emotion regulation of Garnfsky and Craig. Data analysis was performed using structural equation modeling (SEM) method. To evaluate the significance of indirect effects, bootstrap method was used.

Results: The results showed that the proposed research model has a good fit with the data. The findings also indicated that direct pathways of cognitive emotion regulation and perceived social support were significant for post-divorce adjustment. Indirect pathways of neurotic personality traits, avoidant and ambivalent attachment styles on post-divorce adjustment through cognitive emotion regulation were negative and significant. Indirect paths are also positive and significant personality traits of extraversion, openness, agreement, conscientiousness, and secure attachment style.

Discussion and Conclusion: Based on the findings of this study, it can be concluded that in order to increase post-divorce adjustment, it is necessary to pay attention to the role of personality traits, attachment style, perceived social support and cognitive regulation of emotion.

Citation: Mohandes L, Javid H, Barzegar M. The Causal Model of Post-Divorce Adjustment Based on Personality Characteristics Attachment Styles, Perceived Social Support with the Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation: Journal of Psychological Methods and Models 2023; 13 (50): 69-92.

*Corresponding Author: Hojjatullah Javid

Address: Department of Psychology, Marvdasht Branch, Islamic Azad University, Marvdasht, Iran.

Tell: 09171130190

Email: javid952@hotmail.com

Extended Abstract

Introduction

Divorce is a multi-meaning and multi-dimensional phenomenon that is affected by the person, gender, social and cultural conditions of the person (55). Contrary to the fact that in the past, divorce was considered an unpleasant and yet terrifying thing by people, but nowadays divorce has become a common tool with the help of which people free themselves from the existing situation. In such a way that today's generation does not allow themselves fear and anxiety about the phenomenon of divorce compared to the past, and this is becoming established in today's society (59).

Adaptation to divorce is defined as a multidimensional process that includes psychological, social and financial components.

The response of couples to divorce is not the same, and women suffer more damage and their health decreases (9, 89). In addition, the results of foreign studies show that the quality of married life is related to the amount of satisfaction with life after divorce; In such a way that women who had a low-quality married life during their marriage show the highest level of life satisfaction after divorce (16).

Methods

The design of this research was a description of the correlation type in which the assumed relationships between the variables of the research model were examined in the form of path analysis. Based on this plan, personality characteristics, attachment style and perceived support of exogenous variables, cognitive regulation of emotions as a mediating variable and adaptation after divorce as an endogenous variable have been considered. All variables are measured (observable) variables. The statistical

population of this research was all divorced women who had not remarried for at least two years. The research sample is 416 divorced women who were randomly selected from among 15 psychological clinics under the supervision of welfare and family court; family consolidation centers; were chosen.

Research tools

In this research, in order to measure the research variables, the following questionnaires were used: Fisher's adjustment after divorce, perceived support, social adjustment, attachment style, five personality factors (NEO).

Fisher's Adjustment after Divorce Questionnaire (FDAS)

It is a scale consisting of 100 statements that was created by Bruce Fisher in 1976 and scored on a 5-point Likert scale. This scale is designed to evaluate the level of adjustment after the end of a romantic relationship (25).

Neo Personality Characteristics Questionnaire

This questionnaire measures the five main dimensions of personality and the characteristics related to the dimensions.

Hazen and Shaver attachment style questionnaire:

This scale was created by Hazen and Shaver (1987) and has 15 items, five items are assigned to each of the three secure, avoidant and two-sided attachment styles (33).

Perceived Social Support Multidimensional Questionnaire:

The Perceived Social Support Scale was designed by Zimet et al. in 1988.

Cognitive Emotion Regulation Questionnaire:

This questionnaire was created by Garnevsy and Kraij (28) and has 18 items that measure 9 cognitive emotion regulation strategies in response to threatening and stressful life events.

Research Findings

Post-divorce adaptation has a negative and significant relationship with avoidant and ambivalent attachment styles, neurotic personality traits, and uncompromising strategies, and it has a positive and significant relationship with other variables.

Results

The results showed that the proposed research model has a good fit with the data. The findings also indicated that direct pathways of cognitive emotion regulation and perceived social support were significant for post-divorce adjustment. Indirect pathways of neurotic personality traits, avoidant and ambivalent attachment styles on post-divorce adjustment through cognitive emotion regulation were negative and significant. Indirect paths are also positive and significant personality traits of extraversion, openness, agreement, conscientiousness, and secure attachment style.

Discussion

The results related to the investigation of the indirect effect of the predictor variable (exogenous) of personality traits and attachment style on post-divorce adjustment (endogenous) through the cognitive regulation of emotion (mediation) showed that personality characteristics and attachment style through the cognitive regulation of emotion can Predict compatibility after divorce. Perceived support directly and indirectly can predict adjustment after divorce.

Social support helps a person in reducing her stress perception by influencing the choice of effective or ineffective coping against negative emotions.

In this research, the relationship between ambivalent attachment style and post-divorce adjustment is inverse, which can be explained by saying: those who have ambivalent attachment style are dependent people and experience stressful situations, they are always afraid of separation and abandonment, they feel bad about themselves. And they evaluate others well, their mental preoccupation is very high compared to the past relationship, and their emotions are manifested in the form of anxiety.

In general, it can be said that insecure attachment is measured along two dimensions, which are: anxious-ambivalent and avoidant attachment. The research results show that the formation of these two types of attachment are the risk factors of emotional and psychological problems in a person.

The use of positive strategies of cognitive regulation of emotions may reduce negative emotions and thus improve cognitive and emotional performance, and may provide the means to confront the person to solve problems.

After divorce, women experience thoughts such as the terrible and pathetic nature of the current situation and the catastrophic event of divorce, which in fact, traces of negative emotions can be seen in their interactions.

Social support directly and indirectly affects the cognitive mechanisms, coping strategies and various behaviors of people, and in this way, it causes the person to adapt.

مقاله پژوهشی

تدوین مدل علی سازگاری پس از طلاق براساس ویژگی‌های شخصیت، سبک دلبستگی و حمایت ادراک شده با نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان

لیلا مهندس^۱، حجت اله جاوید^{۲*}، مجید برزگر^۲، نادره سهرابی^۲

۱- دانشجوی دکتر، گروه روان‌شناسی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران.

۲- استادیار، گروه روان‌شناسی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران.

چکیده

مقدمه: سازگاری با طلاق، به عنوان یک فرایند چند بعدی تعریف شده است که شامل مؤلفه‌های روان‌شناختی، اجتماعی و مالی است. هدف از پژوهش حاضر تدوین مدل علی سازگاری پس از طلاق بر اساس ویژگی‌های شخصیتی، سبک دلبستگی و حمایت ادراک شده با نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان بود. این مطالعه از نوع پژوهش‌های همبستگی مبتنی بر الگویابی معادلات ساختاری بود.

مواد و روش‌ها: جامعه آماری این پژوهش تمامی زنان مطلقه بودند که حداقل دو سال از طلاق آنها گذشته و ازدواج مجددی نداشتند. نمونه پژوهش ۴۱۶ زن مطلقه که به صورت تصادفی از میان ۱۵ کلینیک روان‌شناسی تحت نظر بهزیستی و دادگاه خانواده؛ مراکز تحکیم خانواده؛ انتخاب شدند. در این پژوهش داده‌ها از راه پرسش‌نامه‌های سازگاری پس از طلاق فیشر، حمایت ادراک شده زیمت و همکاران، سبک دلبستگی هازن و شیور، ویژگی‌های شخصیت نئو و تنظیم شناختی هیجان گارنفسکی و کرایج جمع‌آوری شد. تحلیل داده‌ها با استفاده از روش الگویابی معادلات ساختاری (SEM) انجام گرفت، جهت بررسی معنی‌داری اثرات غیرمستقیم، روش بوت‌استرپ بکار گرفته شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که الگوی پیشنهادی پژوهش از برازش خوبی با داده‌ها برخوردار است. یافته‌ها همچنین، حاکی از آن بود که مسیرهای مستقیم تنظیم شناختی هیجان و حمایت اجتماعی ادراک شده بر سازگاری پس از طلاق معنادار بود. مسیرهای غیرمستقیم ویژگی شخصیتی روان رنجوری، سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا بر سازگاری پس از طلاق از راه تنظیم شناختی هیجان منفی و معنادار بودند. همچنین، مسیرهای غیرمستقیم ویژگی شخصیتی برون‌گرایی، گشودگی، موافق بودن، با وجدان بودن و سبک دلبستگی ایمن مثبت و معنادار می‌باشد.

بحث و نتیجه‌گیری: براساس یافته‌های این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که جهت افزایش سازگاری پس از طلاق، توجه به نقش ویژگی‌های شخصیتی، سبک دلبستگی، حمایت اجتماعی ادراک شده و تنظیم شناختی هیجان ضروری است.

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۹/۰۱

تاریخ داوری: ۱۴۰۰/۱۰/۳۰

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۱۱/۲۴

از دستگاه خود برای اسکن و خواندن مقاله به صورت آنلاین استفاده کنید



DOI: 10.30495/jpmm.2023.26603.3251

واژه‌های کلیدی:

سازگاری پس از طلاق، ویژگی‌های شخصیتی، سبک دلبستگی، حمایت ادراک شده، تنظیم شناختی هیجان

* نویسنده مسئول: حجت اله جاوید

نشانی: استادیار، گروه روان‌شناسی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران.

تلفن: ۰۹۱۷۱۱۳۰۱۹۰۰

پست الکترونیکی: Javid952@hotmail.com

مقدمه

طلاق پدیده‌ای چند معنایی و چندبعدی است که متأثر از شخص، جنسیت، شرایط اجتماعی و فرهنگی فرد است (۵۵). بر خلاف این که طلاق در گذشته نزد مردم یک امر ناپسند و با این حال، وحشت آور تلقی می‌شد، اما امروزه طلاق ابزاری رایج شده که با کمک آن افراد خود را از وضعیت موجود رها می‌کنند. به گونه‌ای که نسل امروز نسبت به گذشته از پدیده طلاق وحشت و اضطرابی به خود راه نمی‌دهند و این امر در حال جا افتادن در جامعه کنونی است (۵۹). طلاق پدیده‌ای پیچیده است که عوامل گوناگون فردی، اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و حتی سیاسی بر آن تأثیر می‌گذارند. عوامل جمعیت شناختی، مانند سن، جنس، تحصیلات، طبقه اجتماعی اقتصادی، مدت ازدواج، تعداد فرزندان و وضعیت اشتغال، به گونه‌ای گسترده و عمیق روابط زناشویی را متأثر می‌سازد و تأثیرهای چند جانبه این عوامل به پیچیدگی بیش‌تر طلاق می‌افزاید (۹۴). سازگاری با طلاق، فرایند جدایی از رابطه ی زناشویی، حل احساسات ناشی از گسستگی زناشویی، تثبیت رابطه پس از طلاق با همسر قبلی و جدید یا هر دو می‌باشد (۷۲). سازگاری با طلاق، به عنوان یک فرایند چند بعدی تعریف شده است که شامل مؤلفه‌های روان شناختی، اجتماعی و مالی است. برخی از این مؤلفه‌ها عبارتند از: شخصیت فرد، نوع باور و نگرش فرد نسبت به رابطه قبلی‌اش، محیط اجتماعی که در آن زندگی می‌کند، طول مدت دوران تأهل و شرایطی که در زندگی قبلی تجربه کرده، همگی از عواملی هستند که می‌تواند سازگاری فرد با شرایط پس از طلاق را تحت تأثیر قرار دهد (۸۸) همچنین، برخی عوامل روان‌شناختی و جمعیت‌شناختی نیز می‌تواند سازگاری پس از طلاق را پیش‌بینی کند؛ به گونه‌ای که شواهد نشان می‌دهد بین ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، سن، در آمد و همچنین، ویژگی‌های شخصیتی و سلامت روان با سازگاری پس از طلاق رابطه‌ای معنادار وجود دارد (۹). با وجود تفاوت‌های فردی، سازگاری پس از طلاق معمولاً فرایند دشواری است که با بروز افسردگی، خشم، اضطراب و استرس در فرد مطلقه همراه می‌شود (۴). از این رو، روند بازسازی زندگی پس از طلاق از اهمیت اساسی برخوردار است (۵). فیشر یک نظریه سلسله مراتبی از رفتارهای سازگاران / بقا جویانه از رفتار انسان ارائه می‌کند که فرد در دوران کودکی و با جریان رشد آن را تجربه می‌کند. او بر این باور است که فرایند بازسازی روابط در تمامی مراحل زندگی انسان وجود دارد و می‌تواند در رویارویی با هر بحرانی به کار برده شود. وی انگیزه اصلی انسان را در جستجوی رفتارهای سازگاران /

بقا جویانه را دست‌یابی به تعادل معرفی می‌کند که توسط مکانیسم طغیان بر انگیزته می‌شود. از نظر فیشر فرایند سازگاری، رفتاری سازگاران / بقا جویانه است که به فرد کمک می‌کند به سازگاری دست یابد تا از این راه بتواند به بقای خود ادامه دهد (۷). از نظر فیشر، فرایند سازگاری، رفتاری سازگاران / بقا جویانه^۱ است که به فرد کمک می‌کند به سازگاری دست یابد تا از این راه بتواند به بقای خود ادامه دهد (۲۶). گفتنی است که واکنش زوج‌ها به طلاق یکسان نیست و زنان بیش‌تر آسیب می‌بینند و سلامت‌شان کاهش می‌یابد (۹، ۸۹). افزون بر این، نتایج مطالعات خارجی نشان می‌دهد که کیفیت زندگی زناشویی با مقدار رضایت از زندگی پس از طلاق، در ارتباط است؛ به گونه‌ای که زمانی که در دوران تأهل، زندگی زناشویی بی کیفیتی داشته‌اند، پس از طلاق بالاترین حد رضایت از زندگی را نشان می‌دهند (۱۶).

شخصیت‌گرایی‌ها و خصوصیات پایداری است که تعیین‌کننده تشابهات و تفاوت‌ها در رفتارهای روان‌شناختی شامل افکار، عواطف و اعمال افراد و بکارگیری انواع راهبردهای تنظیم هیجان است (۱۵). ویژگی‌های شخصیتی افراد می‌تواند الگویی برای پیش‌بینی رفتار و حالت‌های روانی آنان فراهم آورد و همین ویژگی‌های شخصیتی است که سبب می‌شود برخی از افراد بهتر از سایرین با شرایط و موقعیت‌های محیطی کنار آیند و از سطوح گوناگون انگیزش متفاوتی برخوردارند. به بیان دیگر، ویژگی‌های شخصیتی می‌تواند بر مقدار سازگاری افراد تأثیر بگذارد (۴۷). ویژگی‌های شخصیتی یکی از عوامل مهم جهت برخورداری از منابع مورد نیاز برای مقابله با موقعیت‌های استرسی زاء ادراک رویدادهای استرس‌زا و کیفیت بالای زندگی است (۶۴). مدل پنج عامل بزرگ شخصیت از معتبرترین مدل‌های شخصیت بشمار می‌رود. در این مدل فرض بر آن است که شخصیت هر فرد از پنج عامل زیر بنایی و فراگیر تشکیل شده است. این عوامل عبارتند از: روان رنجور خویی^۲، برون‌گرایی^۳، انعطاف‌پذیری^۴، توافق‌پذیری^۵ و وظیفه‌گرایی^۶ (با وجدان بودن) (۱۹). عامل روان‌نژندی یا روان رنجور خویی (عصبیت) در واقع، شاخص بی‌ثباتی هیجانی است. احساساتی مانند ترس، غم، برانگیختگی، خشم و احساس گناه مبنای این مقیاس هستند. چون داشتن احساسات منفی اثراتی مخرب بر سازگاری فرد دارد، بالا بودن نمره افراد در این عامل نشان‌دهنده وضعیت انطباقی ضعیف اوست؛ بویژه اگر فرد تحت فشار روانی شدید قرار بگیرد. شاخص دیگر در این آزمون برون‌گرایی است. افرادی که در این شاخص نمرات بالایی می‌گیرند معمولاً اجتماعی هستند، در عمل قاطع و

⁵ agreeableness

⁶ conscientiousness

¹ adaptive/survivor

² neuroticism

³ extraversion

⁴ openness

بزرگسالی را در پی داشته باشد (۴۴). با توجه به چارچوب نظری دلبستگی و این که رفتارها و تجربیات اولیه دلبستگی با مراقب‌ها، الگوهایی را ایجاد می‌کنند که رفتارهای دلبستگی را برای بقیه عمر فرد سازمان‌دهی می‌کند و با توجه به ویژگی‌های مثبت و کارآمد افراد دارای شیوه دلبستگی ایمن، محتمل است که بتوانند روابط میان فردی را بسازند و حفظ کنند و در روابط میان فردی، موفقیت و احساس بهتری را تجربه کنند (۴۱).

در زمینه ارتباطات اجتماعی، مفهوم حمایت اجتماعی نقشی مهم در زندگی انسان دارد و از نظر کوهن، به معنی تدارک منابع مادی و روان‌شناختی از سمت افراد مهم زندگی مثل خانواده، دوستان و دیگر افراد مهم بمنظور کمک رسانی به افراد در مقابله با فشارهای زندگی است (۶۶). حمایت اجتماعی به رفتارهای حمایتی و منابع پیوندهای اجتماعی که شامل حمایت هیجانی، صمیمیت، تعامل مثبت و حمایت مادی می‌شود، اشاره دارد (۳۷). منظور از حمایت اجتماعی ادراک شده مقدار دسترسی و ادراک فرد از دسترس بودن حمایت دیگران، در صورت نیاز به کمک دیگران است. حمایت اجتماعی به عنوان یک ضربه گیر در مقابل استرس عمل می‌کند و به عنوان یک منبع حفاظتی در نظر گرفته می‌شود که مردم را قادر به مقابله با استرس، اضطراب و افسردگی می‌کند. افزون بر این حمایت اجتماعی، ارتباط مثبت اجتماعی افراد با دیگران را فراهم می‌کند که موجب تعادل احساسی و کاهش فرسودگی می‌شود (۴۵). با افزایش حمایت اجتماعی پاسخ به استرس در افراد کاهش می‌یابد. (۸۱) وجود حمایت اجتماعی به اطمینان و خود شایستگی‌ها برای آزمون تجارب جدید می‌افزاید و در سازگاری افراد تأثیرگذار می‌باشد. هم چنین باعث افزایش مقدار بقا و بهبود بهزیستی روانی افراد می‌شود (۹۰)، اما درک حمایت از دریافت آن بسیار مهم تر است. به بیان دیگر، درک و نگرش بیمار نسبت به حمایت دریافت شده مهم‌تر از مقدار حمایت ارائه شده به وی می‌باشد. نظریه پردازان حمایت اجتماعی ادراک شده بر این اذعان دارند که تمام روابطی که فرد با دیگران دارد حمایت اجتماعی بشمار نمی‌رود. به بیان دیگر، روابط منبع حمایت اجتماعی نیستند مگر آن که فرد آنها را به عنوان منبعی در دسترس یا مناسب برای رفع نیاز خود ادراک کند (۴۳). ادراک فرد از حمایت مهم تر از خود حمایت است. مقیاس‌های حمایت اجتماعی ادراک شده نیز بر ارزیابی شناختی فرد از محیطش و سطح اطمینان فرد به این که در صورت لزوم، کمک و حمایت در دسترس خواهد بود متمرکز هستند (۶۵). حمایت اجتماعی، کیفیت ارتباطی با اطرافیان، حمایت اقتصادی، تغییر الگوی والدینی، تغییر

فعال هستند، هیجان و تحریک را دوست دارند. عامل سوم انعطاف پذیری است که این افراد کنجکاوی بیش‌تری دارند و از نظریه‌های جدید و ارزش‌های نامتعارف لذت می‌برند. معمولاً افرادی که تحصیلات بالاتری دارند در این عامل نمرات بالایی بدست می‌آورند. این شاخص با هوش ارتباط مثبتی دارد. در مقابل افرادی که بسته هستند علائق محدود تری دارند و از نظر اجتماعی محافظه کارتر هستند. عامل چهارم توافق پذیری است. این افراد معمولاً نوع دوست، دارای حس همدردی و کمک به دیگران هستند و افراد نقطه مقابل آنها بیش‌تر مظنون و اهل رقابت هستند. عامل پنجم با وجدان بودن است، این افراد معمولاً دارای هدف و برنامه‌های از پیش تعیین شده هستند و از نظر حرفه و تحصیل افراد موفق هستند. افراد دارای نمره بالا در این شاخص معمولاً دقیق، وقت شناس، قابل اعتماد و تا حدی وسواسی هستند (۱۹).

دلبستگی برقراری پیوند عاطفی با افرادی خاص است که تعامل با آنها ضمن آرامش باعث احساس نشاط و شغف می‌شود (۶). در نظریه دلبستگی^۱، این مسئله مورد توجه قرار می‌گیرد که روابط کودک و والدینش چگونه الگوهای روابط نزدیک او در بزرگسالی را تحت تأثیر قرار می‌دهند (۸۳). به طور کلی سه سبک دلبستگی ایمن^۲، نایمن اجتنابی^۳ و نایمن دوسوگرا^۴ وجود دارد (۲۷). در تشریح ویژگی‌های سه سبک دلبستگی می‌توان گفت که افراد ایمن در اکثر موقعیت‌ها احساس راحتی و امنیت می‌کنند و تصویری مثبت، حمایت گر و پاسخ دهنده از دیگران دارند، افراد نایمن اجتنابی در برابر افراد نا آشنا منقلب نمی‌شوند و احتیاط اندکی نشان می‌دهند، در برقراری روابط عاطفی با دیگران مشکل دارند و سعی می‌کنند از برخورد با دیگران اجتناب کنند و افراد نایمن دو سو گرا در موقعیت‌های مشکل به سختی به احساس آرامش و آسایش دست می‌یابند، آنها در تمایل به نزدیکی و دوری از دیگران در نوسان هستند، در اکتشاف و در دستکاری محیط مشکل دارند و در برابر تنش‌ها آسیب پذیر می‌باشند (۸۲). به بیان دیگر، اگر نگاره‌های دلبستگی^۵ دوره کودکی افرادی در دسترس و پاسخگو به نشانه‌های آشفتگی^۶ ادراک شوند، فرد در بزرگسالی دارای دلبستگی ایمن خواهد بود. در مقابل، اگر نگاره‌های دلبستگی افرادی غیر پاسخگو، طرد کننده و بی توجه به نشانه‌های آشفتگی ادراک شوند، فرد در بزرگسالی دارای دلبستگی نایمن خواهد بود (۷۱). هم‌چنین، برآورده نشدن نیاز دلبستگی بویژه در دوران کودکی می‌تواند شکل‌گیری الگوهای دلبستگی نایمن در دوران

⁵ Attachment figures

⁶ - Signals of distress

¹ Attachment theory

² secure

³ avoidance insecure

⁴ ambivalent insecure

نقش‌ها و سبک‌های مقابله در سازش یافتگی پس از طلاق مؤثر می‌دانند (۳۵).

هیجان‌ها بخشی مهم از زندگی انسان را تشکیل می‌دهند، به گونه‌ای که تصویر زندگی بدون هیجان‌ها دشوار است (۵۶). تنظیم‌شناختی هیجان را می‌توان روش شناختی مدیریت اطلاعات هیجانی تعریف کرد (۶۷).

تنظیم شناختی هیجان، به شیوه شناختی مدیریت و دستکاری ورود داده‌های فراخواننده هیجان، اشاره دارد (۶۹). تنظیم شناختی هیجان به معنای توانایی فرد در درک و مدیریت عواطف و هیجان‌های خود و تعدیل تجربه و ابراز این هیجان‌ها است. این توانایی در همه جنبه‌های زندگی نقش داشته و فقدان آن پیامدهای مهمی به دنبال دارد. محققان معتقدند راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان (مثل فاجعه‌سازی و نشخوارگری) و راهبردهای مثبت تنظیم هیجان (مثل ارزیابی مثبت) به گونه‌ای متفاوت با آسیب‌های روانی مرتبط هستند (۴۸). تنظیم هیجان به تمامی سبک‌های شناختی اطلاق می‌شود که افراد از آن برای افزایش، کاهش یا حفظ تجارب هیجانی استفاده می‌کنند. بر اساس شواهد، تنظیم هیجانی ناسازگارانه با مشکلات میان فردی (هر و همکاران، ۲۰۱۳) دوسوگرایی و حساسیت شدید بین فردی، نیاز به توافق اجتماعی و فقدان جامعه‌پذیری (گاروفالو و همکاران، ۲۰۱۷) پرخاصگری و رفتارهای خشونت‌آمیز (ولوتی و همکاران، ۲۰۱۷) مرتبط است (۳۴، ۲۹، ۸۷).

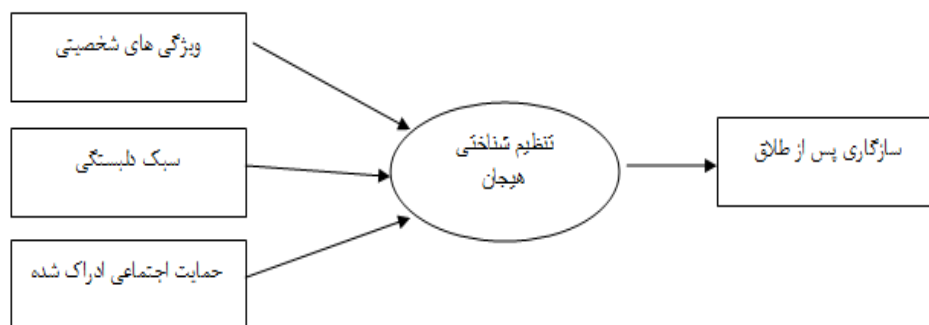
نوابی نژاد و همکاران (۲۰۱۷) نشان دادند، سازگاری با شرایط پس از طلاق تحت تأثیر شخصیت، جنسیت، شرایط اجتماعی و فرهنگی فرد قرار دارد (۸). در پژوهشی درباره مقایسه سلامت روان، سبک‌های مقابله و حمایت اجتماعی در زنان مطلقه و زنان عادی، نشان دادند که حمایت اجتماعی، سلامت روان و سبک مقابله‌ای مسئله محور در زنان در آستانه طلاق، کم‌تر از زنان عادی است؛ به گونه‌ای که زنان متقاضی طلاق از حمایت اجتماعی پایین، سلامت روان کم و سبک مقابله‌ای هیجان مدار برخوردار بودند (۸۴).

پژوهش‌ها و همکاران (۲۰۱۸) نشان داد که اضطراب و افسردگی با هر بعد از حمایت اجتماعی و تاب‌آوری روان‌شناختی رابطه معکوسی دارد (۵۴) نشان داد که بین حمایت اجتماعی ادراک شده و تاب‌آوری با سازگاری پس از طلاق در زنان رابطه معناداری وجود دارد. به گونه‌ای که با افزایش حمایت اجتماعی ادراک شده و تاب‌آوری زنان مطلقه، مقدار سازگاری پس از طلاق در آنها افزایش می‌یابد (۸۶) در پژوهشی با عنوان "حمایت اجتماعی در روند سازماندهی دوباره پس از طلاق" نشان دادند که فرد مطلقه پس از طلاق، به دلیل مجموعه‌ای جدید از مسئولیت‌ها، اغلب از شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کند.

هم‌چنین، با وجود تمام ناملایمات، شبکه‌های اجتماعی از راه‌های متفاوت به افراد کمک می‌کنند و سازگاری برای آنها را میسر تر می‌کند. هر چند پس از طلاق اغلب افراد با تنهایی یا تک‌والدی سازگار می‌شوند (۲۲) پژوهش با هدف بررسی سازگاری پس از طلاق زنان مطلقه انجام شده که نشان دادند که زنانی که بر حل مشکلات زندگی خود تمرکز می‌کنند نسبت به زنانی که تمرکز بر احساسات دارند؛ سازگاری بهتری را پس از طلاق کسب می‌کنند. هم‌چنین، تفاوت‌هایی در سازگاری پس از طلاق بر اساس استراتژی‌های مقابله در زنان مطلقه وجود دارد (۳۸). در پژوهشی نشان دادند که زنان مطلقه نسبت به زنان متأهل از تنظیم هیجان شناختی پایین‌تر برخوردارند. وفایی و همکاران (۲۰۲۰)، نشان دادند "مشاوره گروهی مبتنی بر بخشش" در افزایش احساس خود ارزشی، رها شدن، کاهش خشم، عبور از مرحله سوگ، صمیمیت اجتماعی و خود ارزشی اجتماعی و به طور کلی در افزایش سازگاری پس از طلاق، تأثیر معناداری دارد (۸۴). کاراداماس و راسی (۲۰۱۷) در مطالعه خود نشان دادند که افرادی که از حمایت اجتماعی برخوردارند در مقایسه با افرادی که از این موقعیت برخوردار نیستند، سلامت روانی بهتری دارند و در مشکلات روانی سریع‌تر بهبود می‌یابند (۴۱). پژوهشی با عنوان "بررسی نقش شیوه‌های دلبستگی و سلامت روانی در روابط میان فردی" نتیجه نشان داد شیوه دلبستگی ایمن و سلامت روانی پیش‌بینی کننده نیرومندی برای روابط میان فردی می‌باشند (۲۴). در پژوهشی با عنوان "رهیاری پس از طلاق مداخله‌ای جدید جهت تسهیل سازگاری پس از طلاق" نشان دادند که با ساختن هویت مورد دلخواه برای فرد و کمک به اقدامات لازم جهت کم کردن فاصله بین تصویر ذهنی فرد از خودش پس از طلاق و خود ایده آلی او را در روند رشدی قرار می‌دهد که بتواند افزون بر سازگاری با طلاق به سمت بهزیستی روان‌شناختی حرکت کند. نتایج نشان داد که عوامل روان‌شناختی در پیش و پس از ازدواج در شکل‌گیری طلاق مؤثرند. شاخص‌های موجود در هر یک از مؤلفه‌های به صورت زنجیره‌ای و به همراه مقولات یا ابعاد دیگر می‌تواند به صورت علی، زمینه ساز و یا مداخله‌گر منجر به طلاق رسمی شود (۸۰). در پژوهشی نشان داد که داشتن احساس منفی همچون ترس، غم، برانگیختگی، خشم، احساس گناه، احساس کلافگی دائمی و فراگیر مبنای مقیاس روان رنجوری را تشکیل می‌دهد از آن جا که شاید هیجان مخرب می‌تواند در سازگاری فرد و محیط تأثیر نامطلوبی داشته باشد، در زوجین متقاضی طلاق که دارای نمرات بالاتری در روان رنجوری نسبت به زوجین عادی می‌باشند، احتمال بیش‌تری وجود دارد که عدم کنترل تکانه و سازگاری پایین‌تری با دیگران و شرایط استرس‌زا داشته باشند (۵۳). در

فیشر تأثیر گذار بود و این امکان را به شرکت کنندگان می‌دهد تا از تبادل هیجانی با سایر شرکت کنندگان در دوره برخوردار شوند (۷). در پژوهشی با عنوان "تأثیر مدل بازسازی پس از طلاق فیشر بر اضطراب و افسردگی زنان مطلقه" نشان داد که مدل بازسازی فیشر با انجام فعالیت‌هایی همانند طغیان و سوگواری، هیجان‌های منفی همانند افسردگی و اضطراب را در زنان کاهش می‌دهد و آنان را برای ادامه زندگی آماده می‌سازد (۷۵).

این پژوهش نیز مانند بسیاری از پژوهش‌ها، با محدودیت تعمیم نتایج مواجه است؛ بنابراین، پیشنهاد می‌شود در تعمیم نتایج، تمام ابعاد در نظر گرفته شود. همچنین، متغیرهایی نیرومند برای تبیین سازگاری پس از طلاق مورد بررسی و شناسایی قرار گرفته‌اند، اما کوشش‌های کمی‌برای یکپارچه ساختن این دستاوردها در قالب یک مدل قابل فهم تبیینی انجام شده است. بر این اساس، هدف کلی از انجام این پژوهش، ارائه مدل علی برای تبیین سازگاری پس از طلاق است، به گونه‌ای که از راه آن بتوان تأثیر ویژگی‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی ادراک شده، سبک دلبستگی از راه تنظیم شناختی هیجان را در تبیین سازگاری پس از طلاق بررسی کرد. همچنین، تنظیم شناختی هیجان به عنوان متغیر واسطه‌ای در نظر گرفته شده و مورد بررسی قرار گرفت. در واقع این پژوهش در صدد است تا به سوال زیر پاسخ دهد که مدل علی سازگاری پس از طلاق بر اساس ویژگی‌های شخصیت، سبک دلبستگی و حمایت ادراک شده با نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان چگونه مدلی است؟ (شکل ۱)



شکل ۱- مدل مفهومی پژوهش

طلاق متغیر درون زاد، در نظر گرفته شده است. همه متغیرهای از نوع متغیرهای اندازه‌گیری شده (مشاهده پذیر) هستند. جامعه آماری این پژوهش تمامی زنان مطلقه بودند که حداقل دو سال از طلاق آنها گذشته و ازدواج مجددی نداشتند. نمونه پژوهش ۴۱۶ زن مطلقه که به صورت تصادفی از میان ۱۵ کلینیک روان‌شناسی تحت نظر بهزیستی و دادگاه خانواده؛ مراکز تحکیم خانواده؛ انتخاب شدند.

پژوهشی با عنوان "اثر بخشی آموزش مهارت‌های مقابله‌ای بر تنظیم شناختی هیجان و سازگاری پس از طلاق" نشان دادند که آموزش مهارت‌های مقابله‌ای با تغییر ارزیابی و درک فرد از مقدار تنیدگی موقعیت و راهبردهای مقابله‌ای مورد استفاده نقشی مهم در تعدیل اثر تنش‌های تجربه شده پس از طلاق داشته باشند (۷۳). به بیان دیگر، شدت و نوع تنیدگی ادراک شده، به باور فرد در زمینه مقدار جدی بودن تنش و به تأثیرات فیزیکی، روان شناختی و اجتماعی وابسته است. در پژوهشی با عنوان "پیش‌بینی حالات روان شناختی مثبت در سازگاری پس از طلاق زنان مطلقه" یافته‌های بدست آمده از رگرسیون چند متغیره نشان داد ضریب همبستگی چندگانه‌ای بین حالات روان شناختی مثبت با سازگاری طلاق وجود دارد. با افزایش حالات روان شناختی همچون خوش بینی، احساس کنترل، امیدواری، معنادار بودن زندگی و رضایت از زندگی، مقدار سازگاری پس از طلاق نیز افزایش پیدا می‌کند (۳). در پژوهشی که اثر بخشی برنامه مداخله‌ای اجتماع محور بازسازی زندگی بر سازگاری پس از طلاق زنان مطلقه را بررسی کردند، نتیجه این بود که برنامه مداخله‌ای اجتماع محور می‌تواند سازگاری پس از طلاق را بهبود بخشد و می‌توان از آن به عنوان مداخله در بهبود کیفیت زندگی و سازگاری زنان استفاده کرد (۷). در پژوهشی با عنوان "اثر بخشی آموزش سمینار بازسازی زندگی پس از طلاق فیشر بر سازگاری پس از طلاق و رضایت از زندگی در زنان مطلقه" و نتیجه گرفتند که این آموزش بر تمامی مؤلفه‌های مقیاس سازگاری پس از طلاق

روش، جامعه و نمونه آماری پژوهش

روش پژوهش

طرح این پژوهش، توصیفی از نوع همبستگی بود که در چارچوب آن، روابط مفروض میان متغیرهای مدل پژوهش، در قالب تحلیل مسیر بررسی شد. بر اساس این طرح، ویژگی‌های شخصیتی، سبک دلبستگی و حمایت ادراک شده متغیرهای برون زاد، تنظیم شناختی هیجان متغیر میانجی و سازگاری پس از

ابزارهای پژوهش

در این پژوهش بمنظور اندازه گیری متغیرهای پژوهش، از پرسش‌نامه‌های: سازگاری پس از طلاق فیشر، حمایت ادراک شده، سازگاری اجتماعی، سبک دلبستگی، پنج عاملی شخصیت (نئو) استفاده شد.

پرسش‌نامه سازگاری پس از طلاق فیشر

(FDAS)¹: این مقیاس متشکل از ۱۰۰ عبارت است که به وسیله بروس فیشر در سال ۱۹۷۶ ساخته شده به صورت لیکرت ۵ نقطه ای نمره گذاری می‌شود. این مقیاس برای ارزیابی سطح سازگاری پس از پایان یافتن یک رابطه عاشقانه طراحی شده است^(۲۵). این مقیاس دارای ۶ خرده مقیاس که شامل: ۱- احساس خود ارزشی (ارزش خود) ۲- رهاشدن از رابطه قبلی ۳- خشم منظور از آن عنصر اصلی غم و اندوه بمنظور طی کردن مراحل التیام است ۴- سوگ (غم و اندوه) ۵- اعتماد اجتماعی ۶- احساس خود ارزشمندی اجتماعی. گزینه‌های این پرسش‌نامه شامل: تقریباً همیشه، معمولاً، گاهی اوقات، به ندرت و تقریباً هرگز هست که به ترتیب نمره‌های ۵-۱ می‌گیرند. همه سؤالات به جز سؤال ۳۱ به صورت مستقیم نمره‌گذاری می‌شوند^(۲۵).

پایایی و روایی این پرسش‌نامه در مطالعات زیادی که در خارج از کشور صورت گرفته، محاسبه شده است که نتایج نشان دهنده این است که دارای پایایی بالا و روایی مناسبی است. فیشر پایایی باز آزمایی این مقیاس را ۰/۹۸ گزارش کرده است و روایی همگرایی آن نیز از روش همبستگی با مقیاس خود تنسی و پرسش‌نامه جهت گیری شخصیتی مورد بررسی قرار گرفته و هم چنین، روایی محتوا و روایی سازه آن نیز محاسبه شده که همگی نشان دهنده روایی مناسب این مقیاس می‌باشد^(۹). همچنین، در پژوهشی که به وسیله بلالی (۲۰۱۱) انجام گرفت، آلفای کرونباخ کل پرسش‌ها ۰/۸۲ و پایایی خرده مقیاس‌ها ۰/۵۱ تا ۰/۹۰ بدست آمد^(۹). روایی ملاکی هم‌زمان این مقیاس از راه تعیین همبستگی آن با نمرات پرسش‌نامه SCL90 نیز بررسی شد و نشان داد که بین نمرات این مقیاس و ابعاد SCL90 همبستگی معکوس معنی‌داری وجود دارد^(۹). در این پژوهش نیز پایایی این ابزار از راه آلفای کرونباخ برای احساس خودارزشی برابر با ۰/۶۵، رهاشدن از رابطه قبلی برابر با ۰/۸۰، خشم برابر با ۰/۶۹، سوگ برابر با ۰/۷۲، اعتماد اجتماعی برابر با ۰/۷۰، خودارزشی برابر با ۰/۸۴ و در مورد نمره کل برابر با ۰/۷۰ بدست آمد.

پرسش‌نامه ویژگی‌های شخصیتی نئو^۲ این پرسش‌نامه

پنج بعد اصلی شخصیت و ویژگی‌های مرتبط با ابعاد را می‌سنجد. پنج شاخص اصلی پرسش‌نامه عبارتند از: روان نژندی،

برون‌گرایی، گشودگی به تجربه، توافق پذیری و وجدان مداری^(۱۹). فرم بلند پرسش‌نامه در کشورهای گوناگون جهان از جمله ایران اعتباریابی شده است. نتایج مطالعات انجام شده توسط سازندگان نشان داد که همبستگی ۵ زیر مقیاس فرم کوتاه با فرم بلند از ۰/۷۷ تا ۰/۹۲ می‌باشد. همچنین، همسانی درونی زیر مقیاس‌های آن در دامنه ۰/۶۸ تا ۰/۸۶ برآورد شده است. در این پژوهش از فرم کوتاه پرسش‌نامه نئو^۳ که توسط حق شناس (۲۰۱۰) در ایران هنجار یابی شده، استفاده شده است. پرسش‌نامه دارای ۶۰ پرسش است و دارای نمره کل نمی‌باشد^(۳۲). بررسی ثبات درونی مقیاس‌ها و ضرایب همبستگی میان آن‌ها نشان دهنده همبستگی بالای هر یک از شاخص با مقیاس مربوطه و عدم همبستگی مثبت قابل توجه با شاخص‌های مرتبط با مقیاس‌های دیگر بود. ضرایب آلفا برای مقیاس‌های بین ۰/۷۱ تا ۰/۸۳ محاسبه شده است^(۵۸) ضریب پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های ذکر شده به ترتیب ۰/۶۴، ۰/۷۰، ۰/۶۹، ۰/۶۶ و ۰/۷۵ برآورد کرده‌اند. در این پژوهش نیز پایایی درونی این پرسش‌نامه به روش آلفای کرونباخ محاسبه شد و مقادیر آن برای خرده مقیاس‌ها بدین ترتیب بود: روان رنجور خوبی ۰/۶۴، برون‌گرایی ۰/۷۳، گشودگی به تجربه ۰/۸۱، توافق پذیری ۰/۷۸ و وظیفه شناسی ۰/۷۰ بدست آمد.

پرسش‌نامه سبک دلبستگی هازن و شیور: این

مقیاس توسط هازن و شاور^(۱۹۸۷) ساخته شده است و ۱۵ گویه دارد که به هریک از سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دو سوگرا پنج گویه تعلق می‌گیرد^(۳۳). نمره گذاری در مقیاس لیکرت از هرگز (نمره ۰) تا تقریباً همیشه (نمره ۴) صورت می‌گیرد. نمرات خرده مقیاس‌های دلبستگی توسط میانگین پنج سؤال هر خرده مقیاس بدست می‌آید. بدین صورت که برای تعیین سبک دلبستگی هر فرد ارزش‌های عددی گویه‌های مرتبط هر سطح با یکدیگر جمع و پنج تقسیم می‌شود. از آزمودنی‌ها خواسته می‌شود تا سؤالاتی را انتخاب کنند که سبک مشخصه آنان را در روابط نزدیک بهتر توصیف می‌کند. هازن و شاور^(۱۹۸۷) پایایی بازآزمایی کل این پرسش‌نامه را ۰/۸۱ و پایایی با آلفای کرونباخ ۰/۷۸ بدست آوردند^(۳۳). در پژوهشی که توسط پاکدامن^(۲۰۰۴) در مورد یک نمونه ۱۰۰ نفری (۵۰ پسر و ۵۰ دختر) انجام گرفت^(۶۰)، اعتبار آن توسط آزمون - بازآزمون روی این نمونه به ترتیب برای دلبستگی اضطرابی / دو سوگرا، اجتنابی و ایمن، برابر ۰/۷۲، ۰/۵۶ و ۰/۳۷ و مقدار آلفای کرونباخ نیز ۰/۷۹ بدست آمده است. در این پژوهش نیز پایایی این پرسش‌نامه با روش آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های سبک دلبستگی اجتنابی

³ -NEO Five Factor Inventory (NEO-FFI)

¹ Fisher Divorce Adjustment Scale

² neo personality inventory

قرار می‌دهد و هر مقیاس آن یک فرایند مقابله شناختی را می‌سنجد این راهبردها عبارتند از: خود سرزنش‌گری؛ دیگر سرزنش‌گری، تمرکز بر فکر / نشخوارگری؛ فاجعه‌نمایی (فاجعه‌آمیز پنداری)؛ کم اهمیت شماری؛ تمرکز مجدد مثبت؛ ارزیابی مجدد مثبت، پذیرش؛ تمرکز مجدد بر برنامه ریزی. چهار راهبرد اول نشان‌دهنده راهبردهای منفی راهبردهای غیر انطباقی (سازش نیافته) و پنج راهبرد بعدی بیانگر راهبردهای مثبت انطباقی (سازش یافته) هستند. پاسخ به هر گویه بر اساس طیف ۵ درجه‌ای لیکرت از ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) صورت می‌گیرد. نمرات بالاتر نشان‌دهنده استفاده بیش‌تر فرد از راهبرد شناختی موردنظر است. بشارت و بزازیان (۱۴) برای بررسی پایایی پرسش‌نامه در فرهنگ ایرانی از روش‌های آلفای کرونباخ و بازآزمایی با فاصله دو تا چهار هفته استفاده کردند. آنها ضرائب آلفای کرونباخ خرده مقیاس‌ها را در نوبت اول اجرای آزمون در دامنه‌ای از ۰/۷۶ (سرزنش خود) تا ۰/۸۹ (برنامه ریزی و سرزنش دیگران) و در نوبت دوم از ۰/۷۳ (سرزنش خود) تا ۰/۹۰ (فاجعه‌نمایی) بدست آوردند. این پژوهشگران ضرائب بازآزمایی را از ۰/۷۰ (سرزنش خود) تا ۰/۸۳ (برنامه ریزی) گزارش کرده‌اند. افزون بر این در پژوهش بشارت و بزازیان روایی همگرا و روایی افتراقی پرسش‌نامه نیز از راه محاسبه همبستگی زیر مقیاس‌ها با افسردگی، اضطراب، استرس و شاخص‌های سلامت روانی احراز شده است (۱۴). در این پژوهش نیز پایایی درونی این پرسش‌نامه به روش آلفای کرونباخ محاسبه شد و مقادیر آن برای ۹ مقیاس‌ها بدین ترتیب: خودسرزنشگری ۰/۷۰، پذیرش ۰/۶۲، تمرکز بر فکر/نشخوارگری ۰/۶۷، تمرکز مجدد مثبت ۰/۶۸، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی ۰/۷۷، ارزیابی مجدد مثبت ۰/۷۲، کم اهمیت شماری ۰/۶۹، فاجعه‌نمایی ۰/۷۵ و دیگر سرزنشگری ۰/۷۷ بدست آمد.

۰/۶۸، سبک دلبستگی ایمن ۰/۷۷ و سبک دو سو گرا ۰/۷۵ بدست آمد. در این پژوهش، پایایی این پرسش‌نامه با روش آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های سبک دلبستگی اجتنابی ۰/۶۸، سبک دلبستگی ایمن ۰/۷۷ و سبک دوسوگرا ۰/۷۵ بدست آمد.

پرسش‌نامه چند بعدی حمایت اجتماعی ادراک

شده^۱: مقیاس حمایت اجتماعی ادراک شده توسط زیمت و همکاران در سال ۱۹۸۸ طراحی شده است. این پرسش‌نامه یک ابزار ۱۲ سؤالی است با سه خرده مقیاس (هر کدام دارای ۴ سؤال) است که مقدار حمایت اجتماعی ادراک شده فرد را از سه منبع "خانواده"، "دوستان" و "افراد مهم زندگی" را می‌سنجد. بر اساس یک مقیاس ۵ لیکرتی از "کاملاً مخالف" تا "کاملاً موافق" پاسخ داده می‌شود. نمره هر زیر مقیاس نیز از حاصل جمع نمرات گویه‌های مربوط به آن تقسیم بر تعداد گویه‌های آن زیر مقیاس بدست می‌آید. نمره کل بالا، مقدار بالای حمایت اجتماعی ادراک شده و نمره پایین، ضعف در حمایت اجتماعی ادراک شده را نشان می‌دهد (۹۲). روایی و پایایی، برآورد و همکاران در بررسی ویژگی‌های روان سنجی این مقیاس، با استفاده از تحلیل عامل تأییدی نشان دادند که ساختار سه عاملی مقیاس حمایت اجتماعی ادراک شده چند بعدی (خانواده، دوستان و افراد مهم در زندگی) برازش قابل قبولی با داده‌ها دارد (۱۸). نامداری و نوری نیز در مطالعه خود، ضریب آلفای کرونباخ عامل کلی حمایت ادراک شده و ابعاد سه گانه؛ افراد مهم، خانواده و دوستان به ترتیب ۹۲٪، ۸۶٪، ۸۵٪ و ۸۹٪ بدست آوردند در این پژوهش نیز ضریب پایایی با روش آلفای کرونباخ کل ۰/۷۴ و برای حمایت خانواده، دوستان و افراد مهم به ترتیب مقادیر ۰/۷۵، ۰/۷۵ و ۰/۷۴ بدست آمد (۵۴).

پرسش‌نامه تنظیم شناختی هیجان^۲: این پرسش‌نامه توسط گارنفسکی و کرایچ (۲۸) ساخته شده و دارای ۱۸ گویه است که ۹ راهبرد شناختی تنظیم هیجان را در واکنش به رخدادهای تهدیدکننده و استرس‌زای زندگی مورد اندازه‌گیری

یافته‌های پژوهش

جدول ۱ شاخص‌های آمار توصیفی متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

² Cognitive Emotion Regulation Questionnaire

¹ multidimensional scale of perceived social support

جدول ۱- میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

متغیرها	مولفه ها	میانگین	انحراف معیار
ویژگی های شخصیت	روان رنجویی	۲۴/۷۰	۷/۱۷
	برون گرایی	۲۷/۵۹	۵/۲۶
	گشودگی	۲۵/۸۴	۵/۰۲
	موافق بودن	۲۷/۴۸	۵/۰۶
	با وجدان بودن	۳۰/۹۸	۶/۱۱
سبک های دلبستگی	سبک دلبستگی اجتنابی	۱۶/۶۵	۴/۲۵
	سبک دلبستگی ایمن	۱۳/۹۳	۳/۹۷
	سبک دلبستگی دوسوگرا	۱۴/۸۱	۵/۱۷
حمایت اجتماعی ادراک شده	حمایت اجتماعی خانواده	۱۲/۶۱	۴/۶۷
	حمایت اجتماعی دوستان	۱۲/۳۴	۴/۸۲
	حمایت اجتماعی سایرین	۱۲/۰۲	۴/۵۶
تنظیم شناختی هیجان	راهبردهای سازش یافته	۳۲/۵۴	۷/۱۴
	راهبردهای سازش نایافته	۲۳/۹۷	۶/۹۹
سازگاری پس از طلاق	احساس خودارزشی	۷۷/۷۷	۵/۴۴
	رهاشدن	۸۰/۱۱	۶/۴۹
	خشم	۴۱/۵۸	۶/۴۶
	سوغ	۸۴/۱۷	۱۲/۱۳
	اعتماد اجتماعی	۲۲/۷۷	۴/۵۳
	خودارزشی اجتماعی	۲۸/۲۲	۳/۵۶
	نمره کل سازگاری پس از طلاق	۳۳۵/۹۳	۲۷/۲۹

جدول ۲ مشخص است که رابطه همبستگی بین تمام متغیرهای پژوهش از نظر آماری معنی دار است.

در جدول ۲ ضریب همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش گزارش شده است. با توجه به نتایج گزارش شده در

جدول ۲- ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱. اجتنابی						
۲. ایمن	۰.۶۰**					
۳. دوسوگرا	۰.۵۹**	۰.۴۸**				
۴. حمایت خانواده	۰.۳۴**	۰.۴۳**	۰.۳۴**			
۵. حمایت دوستان	۰.۳۲**	۰.۴۲**	۰.۳۲**	۰.۷۶**		
۶. حمایت سایرین	۰.۲۸**	۰.۳۹**	۰.۲۷**	۰.۷۸**	۰.۷۸**	
۷. روان رنجویی	۰.۳۳**	۰.۴۳**	۰.۲۹**	۰.۳۵**	۰.۳۳**	۰.۲۶**
۸. برون گرایی	۰.۳۳**	۰.۴۱**	۰.۲۲**	۰.۳۳**	۰.۳۴**	۰.۲۸**
۹. گشودگی	۰.۳۱**	۰.۴۵**	۰.۲۲**	۰.۳۵**	۰.۳۸**	۰.۳۰**
۱۰. موافق بودن	۰.۳۰**	۰.۴۰**	۰.۲۷**	۰.۳۶**	۰.۳۷**	۰.۲۹**

۱۱. با وجدان	-/۳۵**	/۴۴**	-/۳۳**	/۴۴**	-/۳۳**	/۴۴**	-/۳۳**
۱۲. سازش نیافته	/۳۴**	-/۵۰**	/۳۵**	-/۵۰**	-/۴۳**	-/۴۳**	-/۴۳**
۱۳. سازش یافته	-/۳۷**	/۵۰**	-/۳۶**	/۵۰**	/۳۳**	/۳۳**	/۳۳**
۱۳. سازگاری طلاق	-/۴۷**	/۶۳**	-/۴۵**	/۶۳**	/۶۰**	/۶۰**	/۴۹**
* ≤ P. / ۰.۵ ** ≤ P. / ۰.۱							
ادامه جدول ۲- ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش							
متغیرها	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳
۱. اجتنابی							
۲. ایمن							
۳. دوسوگرا							
۴. حمایت خانواده							
۵. حمایت دوستان							
۶. حمایت سایرین							
۷. روان رنجوری	۱						
۸. برون گرایی	-/۴۷**	۱					
۹. گشودگی	-/۴۲**	/۵۲**	۱				
۱۰. موافق بودن	-/۴۳**	/۵۷**	/۵۲**	۱			
۱۱. با وجدان	-/۵۱**	/۵۰**	/۴۲**	/۵۹**	۱		
۱۲. سازش نیافته	/۵۸**	-/۳۹**	-/۴۴**	-/۴۶**	-/۵۲**	۱	
۱۳. سازش یافته	-/۵۰**	/۴۲**	/۵۰**	/۴۸**	/۵۹**	-/۶۰**	۱
۱۳. سازگاری طلاق	-/۵۷**	/۵۰**	/۶۴**	/۵۹**	/۶۵**	-/۷۲**	۰/۷۷**

همان گونه که در جدول بالا ملاحظه می شود، سازگاری پس از طلاق با سبک های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا، ویژگی شخصیتی روان رنجوری و راهبردهای سازش نیافته رابطه منفی و معنادار دارد، با سایر متغیرها رابطه مثبت و معنادار دارد.

فرضیه پژوهش

مدل ساختاری پیشنهادی پژوهش از برازش مناسبی برخوردار است.

برای بررسی فرضیه های پژوهش از مدل یابی معادلات ساختاری توسط نرم افزار (AMOS-24) استفاده شد. با

توجه به اینکه توزیع متغیرهای پژوهش دارای توزیع نرمال بودند برای برآورد پارامترهای مدل ساختاری از روش بیشینه درست نمایی استفاده شد. با استفاده از روش برآورد بیشینه درست نمایی به برآورد پارامترها و ضرایب مسیر پرداخته شد. شاخص های پیش از اصلاح نشان می دهد که مدل در ابتدا از برازش خوبی برخوردار نبود که با حذف مسیرهای پیشنهادی غیرمعنادار و همچنین، با انجام اصلاحات مورد نیاز، مدل به برازش مطلوب رسید. شاخص های پس از اصلاح نشان می دهد که مدل از برازش خوبی برخوردار است.

جدول ۳- شاخص های برازش مدل پژوهش را پس از حذف مسیرهای غیر معنادار نشان می دهد.

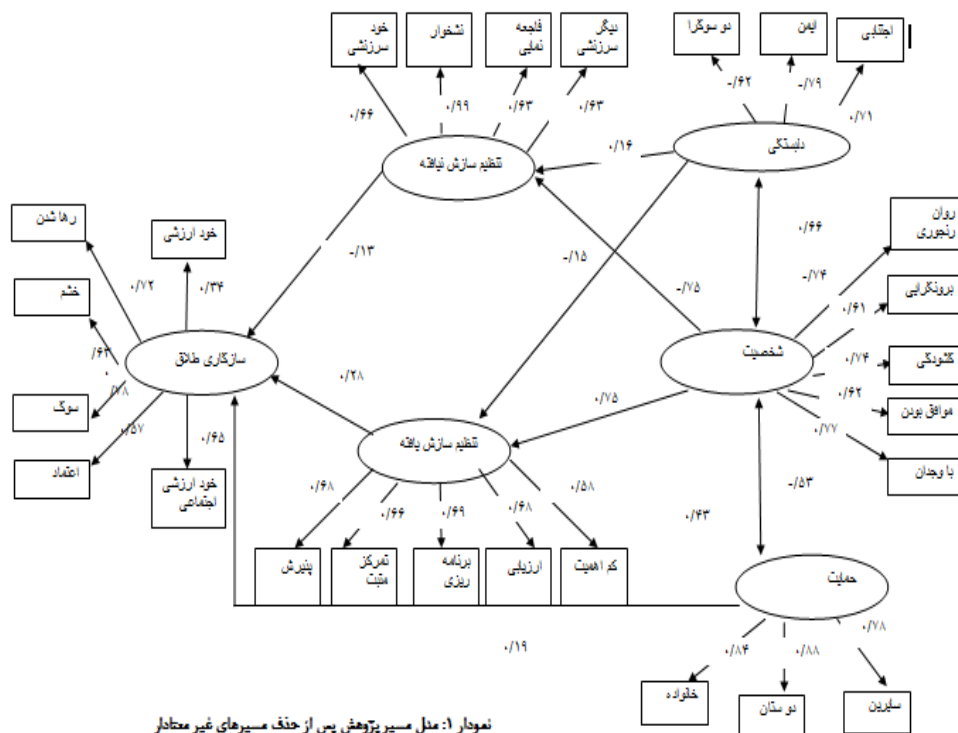
جدول ۳- شاخص‌های برازش مدل پژوهش

PCLOSE	RMSEA	CFI	TLI	AGFI	GFI	X ² /df	
۰/۱۳	۰/۰۷	۰/۹۲	۰/۹۱	۰/۹۴	۰/۹۱	۲/۶۱	مقادیر حاصل
>۰/۰۵	<۰/۰۸	>۰/۹۰	>۰/۹۰	>۰/۹۰	>۰/۹۰	< ۳	مقادیر قابل قبول

این مدل ۰/۹۳ بوده که در بازه قابل قبول قرار می‌گیرد. شاخص بعدی برای تحلیل خوب بودن مدل شاخص ریشه دوم میانگین مربعات خطای برآورد است. از آن جا که ریشه دوم میانگین مربعات خطای برآورد^۸ برای مدل ۰/۰۷ بدست آمده است، از طرفی بازه قابل قبول برای آن کم‌تر از ۰/۰۸ می باشد. از مجموع شاخص‌های برازش می‌توان دریافت که داده‌ها با مدل مفروض، هماهنگی دارند و مدل مفهومی قابل تایید است.

نمودار ۱ مدل نهایی پژوهش را پس از حذف مسیرهای غیر معنادار نشان می‌دهد.

نتایج با توجه به ملاک کلاین (۲۰۱۶) و مطابق با جدول ۳ برای تعیین کفایت برازش الگوی پیشنهادی با داده‌ها شاخص‌های کای اسکور بهنجار شده^۱، نیکویی برازش اصلاح شده^۲، شاخص برازش مقتصد هنجار شده^۳، شاخص نیکویی برازش^۴، شاخص برازندگی توکر-لوپیس^۵، شاخص برازش مقایسه‌ای^۶ و ریشه دوم میانگین مربعات خطای برآورد^۷ مورد استفاده قرار گرفت. ذکر این نکته لازم است که مقادیر هر یک از این شاخص‌ها بین ۰ و ۱ قرار دارد و مقادیر نزدیک و یا بیش‌تر از ۰/۹۰ نشانه مطلوب بودن مدل می‌باشد. CFI برای



⁶ Comparative fit index; CFI

⁷ Root mean squared error of approximation; RMSEA

⁸ RMSEA

¹ Normed chi-square index; CMIN/DF

² Adjusted goodness-of-fit index; AGFI

³ Parsimonious normed fit index; PNFI

⁴ Goodness of fit index; GFI

⁵ Tucker-Lewis index; TLI

همان گونه که در نمودار ملاحظه می شود، ویژگی های شخصیت و سبک های دلبستگی به گونه مستقیم بر سازگاری پس از طلاق تأثیر ندارد، اما از راه تنظیم شناختی هیجان تأثیر معنادار دارد. هم چنین، حمایت ادراک شده ($P = 0/01$ ، $\beta = 0/19$) تنها مستقیم بر سازگاری پس از طلاق تأثیر دارد. تنظیم هیجان سازش نیافته ($P = 0/02$ ، $\beta = -0/13$) بر سازگاری پس از طلاق، تأثیر منفی و معنادار دارد. بدین معنی که افزایش تنظیم هیجان سازش نیافته موجب کاهش سازگاری پس از طلاق می شود. متغیر تنظیم هیجان سازش یافته ($P = 0/001$ ،

نیز به صورت مستقیم بر سازگاری پس از طلاق تأثیر مثبت و معناداری دارد. برای آزمون اثرات غیرمستقیم متغیرهای ویژگی های شخصیت، سبک های دلبستگی و حمایت ادراک شده بر متغیر وابسته (سازگاری پس از طلاق) از راه متغیر میانجی گر تنظیم شناختی هیجان، از روش بوت استرپ استفاده گردید. البته، یک نکته را نباید فراموش کرد که هنگامی برازندگی مدل پذیرفته می شود، این برازش راه را برای بررسی اثرات غیرمستقیم فراهم می سازد.

جدول ۴- تحلیل بوت استرپ برای بررسی معناداری تأثیرات غیرمستقیم ویژگی شخصیت، حمایت ادراک شده و دلبستگی بر سازگاری پس از طلاق با واسطه گری تنظیم شناختی هیجان

پارامتر- مسیر	β	حد پایین	حد بالا	p
شخصیت به سازگاری طلاق	0/17	-0/83	-0/35	0/001
دلبستگی به سازگاری طلاق	0/16	-0/50	-0/15	0/001
حمایت به سازگاری طلاق	0/10	0/18	0/31	0/08

بر اساس ضرایب پارامترهای استاندارد ارائه شده در جدول ۴، اثرات استاندارد ویژگی های شخصیت ($P = 0/001$ ، $\beta = 0/53$) و سبک های دلبستگی ($P = 0/001$ ، $\beta = -0/32$)، از

راه متغیرهای میانجی معنی دار می باشد، اما اثر استاندارد حمایت ادراک شده از راه متغیر میانجی تنظیم هیجان به سازگاری پس از طلاق معنادار نمی باشد.

جدول ۵- مقادیر استاندارد اثرات مستقیم، غیر مستقیم و کل متغیرهای پژوهش

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	اثر مستقیم	اثر غیر مستقیم	اثر کل
حمایت ادراک شده	سازگاری پس از طلاق	0/19	-	0/19
سبک های دلبستگی		-0/06	-0/26	-0/32
ویژگی های شخصیت		0/05	0/48	0/53
تنظیم هیجان سازش یافته		0/28	-	0/28
تنظیم هیجان سازش نیافته		-0/13	-	-0/13

جدول ۵، ضرایب رگرسیونی و سطوح معنی داری مدل پژوهش را نشان می دهد. ضرایب استاندارد مسیرها در جدول ۵، حاکی از آن است که سبک های دلبستگی و ویژگی های شخصیت، از راه تنظیم هیجان تأثیر غیرمستقیم بر سازگاری پس از طلاق دارند. برای تعیین معنی داری روابط میانجی از Bootstrap استفاده شد. با روش Bootstrap و فاصله اطمینان حاصل از آن، نقش میانجی را به صورت مستقیم ارزیابی می کنند. در آزمون های دیگر، مشکل مربوط به توزیع غیر نرمال اثر غیرمستقیم نمونه وجود دارد. چون این روش بازنمود تجربی توزیع اثر غیرمستقیم نمونه را

فراهم می آورد، دیگر پژوهش گر با چنین مشکلی روبرو نیست و افزون بر این، روش Bootstrap توان آماری بیش تری دارد. در روش Bootstrap برای سنجش اثر غیر مستقیم متغیر مستقل، از راه متغیر میانجی بر متغیر وابسته، حداقل هزار مرتبه از نمونه، به گونه تصادفی (با جای گذاری) نمونه گیری می شود و در هر نمونه گیری مجدد، اندازه اثر غیر مستقیم محاسبه می شود. اندازه اثرهای غیر مستقیم از کوچک ترین به بزرگ ترین مقادیر مرتب می شود. اگر در فاصله اطمینان مورد نظر، کران بالا و پایین اندازه اثر غیر مستقیم، صفر نباشد، فرضیه پژوهش گر مبنی بر اثر

غیرمستقیم متغیر مستقل از راه متغیر میانجی بر متغیر وابسته، تأیید می‌شود. بنابراین، در این پژوهش از Bootstrap استفاده شد و نتایج آن نشان داد که حد پایین (-0.183) و حد بالا (0.35) آزمون میانجی با فاصله اطمینان ۹۵ درصد و تعداد نمونه‌گیری مجدد ۲۰۰۰ بوده و صفر درون فاصله اطمینان قرار می‌گیرد و این رابطه میانجی معنی‌دار می‌باشد.

همان‌گونه که در جدول بالا ملاحظه می‌شود، ویژگی‌های شخصیت قویترین پیش‌بین سازگاری پس از طلاق بوده است. اگر چه به صورت مستقیم تأثیر معنادار ندارند، اما با میانجی تنظیم هیجان تأثیر قابل توجهی بر سازگاری پس از طلاق دارند. پس از آن متغیر سبک‌های دلبستگی می‌باشد. نکته قابل ذکر این است، متغیرهای سبک‌های دلبستگی و ویژگی‌های شخصیت تأثیر مستقیم و معناداری بر روی متغیر سازگاری پس از طلاق نداشتند. اما از راه متغیر تنظیم شناختی هیجان تأثیر معناداری بر روی سازگاری پس از طلاق داشتند. متغیرهای ذکر شده در مجموع ۵۳ درصد از واریانس سازگاری پس از طلاق را تبیین می‌کنند. در نهایت، می‌توان بیان کرد که تنظیم شناختی هیجان می‌تواند در رابطه بین ویژگی‌های شخصیت، حمایت ادراک شده و سبک‌های دلبستگی با سازگاری پس از طلاق نقش میانجی ایفا کند.

بحث و نتیجه گیری

هدف از این پژوهش تدوین مدل علی سازگاری پس از طلاق بر اساس ویژگی‌های شخصیت، سبک دلبستگی و حمایت ادراک شده با نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان بود. نتایج مربوط به بررسی اثر غیرمستقیم متغیر پیش بین (برون زاد) ویژگی‌های شخصیت و سبک دلبستگی بر سازگاری پس از طلاق (درون زاد) از راه تنظیم شناختی هیجان (واسطه) نشان داد که ویژگی‌های شخصیت و سبک دلبستگی از راه تنظیم شناختی هیجان می‌توانند سازگاری پس از طلاق را پیش‌بینی کنند. حمایت ادراک شده به صورت مستقیم و غیرمستقیم قادر به پیش‌بینی سازگاری پس از طلاق می‌باشد. بخشی از یافته‌های این پژوهش با مطالعات (۲، ۲۱، ۲۰، ۴۹) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت حمایت اجتماعی از راه تأثیر بر انتخاب مقابله کارآمد یا ناکارآمد در برابر هیجان‌های منفی، فرد را در کاهش ادراک استرس‌هایش یاری می‌دهد و همچنین، سلیگمن و همکاران (۲۰۰۷) در پژوهش خود با عنوان پیشگیری از افسردگی و علائم اضطراب گروهی، بر این باورند که توانایی مقابله و مدیریت هیجان‌های منفی از میانجی‌های اصلی در موفقیت‌ها و سلامت روانی در زندگی می‌باشد، پژوهش‌ها نشان داده افرادی

که روش‌های غیرانطباقی تنظیم هیجان را انتخاب و بکار می‌گیرند عموماً هیجان مثبت کم‌تر، عزت نفس پایین، رضایت‌مندی کم‌تر از زندگی و علائم افسردگی بیش‌تری را نسبت به کسانی که روش‌های انطباقی به کار می‌گیرند گزارش می‌دهند (۷۷) همچنین، می‌توان گفت که تنظیم هیجانی مثبت می‌تواند نقشی مهم در سازگاری فرد با وقایع استرس‌زای زندگی‌اش داشته باشد. از زمان بروز طلاق در فرد اطرافیان او به شیوه‌های گوناگونی با این مسئله کنار می‌آیند، چگونگی برخورد آنها با مسئله در سازگاری و روند بهبود فرد تأثیر بسزایی دارد. هیجانات مثبت و سرزندگی که ناشی از حمایت اطرافیان است سبب انعطاف‌پذیری فرد در راستای مقابله هرچه بهتر و مناسب‌تر فرد با اطرافش می‌شود؛ تنظیم هیجانی که فرآیندی معطوف به هدف است و با تعدیل حالت‌های هیجانی فرد را به سازگاری مطلوب‌تر با طلاق رهنمون می‌کند، لذا سبب سازگاری اجتماعی و زیست‌شناختی، فردی نیز می‌شود.

حمایت اجتماعی ادراک شده نقشی مهم در سازگاری پس از طلاق دارد و همچنین، بعد از خانواده، حمایت دوستان و همسالان و حمایت سایرین و کسانی که به نحوی با فرد سروکار دارند، نقشی مهم در زندگی آنها دارد. بدین ترتیب حمایتی که فرد از راه دوستان دریافت و ادراک می‌کند موجب بسیاری از رفتارهای انطباقی در وی می‌باشد و سازگاری او را افزایش می‌دهد که این عوامل زمینه ساز موفقیت در سطوح گوناگون می‌شود.

غیرفعال سازی راهبردهای دلبستگی (سبک اجتنابی) با تنظیم هیجانی تداخل پیدا می‌کند و منجر به فرونشانی یا انکار هیجان‌ها و متکی بودن به باورهای بیش برآورد شده برتری و کفایت می‌شود. در مقابل، بیش فعال سازی راهبردهای دلبستگی (سبک اضطرابی) شامل نشخوار افراطی هیجان‌های متعارض، دل‌مشغولی در خصوص بی‌ثباتی نگرانه دلبستگی و سرمایه‌گذاری بر ابراز نیازهای شخصی است (۷۸). شواهد فزاینده، حاکی از آن است که افراد با سبک دلبستگی ناایمن در تنظیم هیجان مشکل دارند و این مساله آنها را در خطر گستره‌ای از مشکلات سلامت روانی و اختلالات شخصیت قرار می‌دهد. افراد دلبسته ناایمن پیوسته به خاطر تصویر بی‌ثباتی که از مراقب دارند و ضعف مدل‌های درونکاری پیوسته در آشفته‌گی هیجانی به سر می‌برند و نمی‌توانند شیوه تنظیم هیجان را فرا گیرند.

ویژگی‌های شخصیتی افراد در چگونگی تنظیم هیجان‌ها نقشی مهم دارند و دیدگاه ابعادی هیجان به تمرکز بر شباهت‌های ساختاری بین هیجان و شخصیت روی آورده است و به گونه خاص، یک نگاهت بین بعد هیجان منفی و روان رنجوری و بین هیجان مثبت و درونگرایی را پیشنهاد می‌کند (۴۹)؛ زارع و رضایی

نیز نشان دادند که تنظیم شناختی هیجان، نقش واسطه‌گری معناداری برای ویژگی‌های شخصیتی (روان‌نژندی و برون‌گرایی) و رضایت زناشویی ایفا می‌کند (۹۳). نوع راهبردهای تنظیم هیجان توسط یک فرد، وابسته به خصوصیات روانی، جسمانی و شخصیتی فرد است. از میان ویژگی‌های شخصیتی، روان‌رنجور خوبی عمدتاً با بازداری رفتاری و گرایش‌های اجتنابی و با استفاده بیش‌تر از راهبردهایی که به واسطه اجتناب و راهبردهای سرکوبی برای فرار از تجارب منفی همبسته است. ممکن است نوع راهبردهای تنظیم هیجان بر اساس انتخاب فردی، خصوصیات شخصیتی و موقعیت‌های هیجانی متفاوت باشد (۲۱). با توجه به یافته‌های این پژوهش روان‌رنجوری قادر به پیش‌بینی سازگاری پس از طلاق نمی‌باشد که در تبیین آن می‌توان گفت: افراد روان‌رنجور بخاطر داشتن ویژگی‌هایی همچون آسیب‌پذیری، افسردگی، اضطراب و تکانشی بودن نه تنها از شرایط زندگی خود راضی نیستند بلکه در روابط میان فردی نیز مشکل دارند. از آنجایی که ویژگی‌های شخصیتی عوامل تقریباً پایدارند ویژگی‌های روان‌رنجوری نیز در تمام زندگی افرادی که شخصیتی این چنین دارند، همراه آنها خواهد بود بنابراین، دستیابی به سازگاری بویژه سازگاری روانی با طلاق در آنها مشکل می‌باشد. در پژوهش شاه‌مرادی (۲۰۱۵) با عنوان "پیش‌بین طلاق بر اساس صفات شخصیتی، اختلالات روانی و ویژگی‌های جمعیت شناختی" نیز نشان داد که روان‌رنجوری، قوی‌ترین پیش‌بینی برای بروز طلاق می‌باشد (۷۶). با توجه به این یافته که عامل روان‌نژندی یا روان‌رنجور خوبی (عصبیت) در واقع شاخص بی‌ثباتی هیجانی است.

هم‌چنین، بخشی از یافته‌های این پژوهش که مربوط به رابطه بین سبک‌های دل‌بستگی با راهبردهای تنظیم شناختی با نتایج جهت‌گیری‌ها یا سبک‌های دل‌بستگی، مانورهای رفتاری، شناختی و عاطفی را در بر می‌گیرند که می‌توانند موجب تغییر، انسداد یا سرکوب تجارب هیجانی شوند. این راهبردها فرآیند تنظیم هیجان را هدایت کرده و ارزیابی‌ها، احساسات و تمایلات فردی را شکل می‌دهند (۳۱)؛ بنابراین، دل‌بستگی ناایمن راهبردهای ناایمن در تنظیم هیجان را راه‌اندازی کرده که این امر موجب پریشانی و ناسازگاری می‌شود. در این پژوهش سبک دل‌بستگی اجتنابی قادر به پیش‌بینی سازگاری پس از طلاق نمی‌باشد که در تبیین این یافته می‌توان گفت: افراد دل‌بسته اجتنابی به خاطر داشتن نگرش منفی نسبت به خود و دیگران، از موقعیت‌ها و روابط اجتماعی اجتناب می‌کنند در واقع در برقراری ارتباط احساس امنیت نمی‌کنند افراد اجتنابی راهبردهای نافع

ساز را به کار می‌برند که دسترسی به هیجان‌ها را مسدود و نیازها را انکار می‌کند، حتی زمانی که حضور دارند (۷۹). در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت دل‌بستگی و تنظیم هیجان پیوندی ناگشودنی با یکدیگر دارند به طوری که ظرفیت بیش‌تر برای مدیریت و تنظیم هیجان‌ها یکی از دلایلی است که باعث می‌شوند کودکان با دل‌بستگی ایمن، رفتار شایسته تری نسبت به هم‌تایان خود و مشکلات رفتاری کم‌تر داشته باشند (۶۲). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که سبک‌های دل‌بستگی پیش بین راهبردهای مثبت و منفی تنظیم هیجان هستند (۸۵). پژوهش‌ها هم‌چنین، نشان داده‌اند که دل‌بستگی اجتنابی و اضطرابی رابطه مثبتی با سرکوب هیجانات دارند. ارزیابی مجدد شناختی^۱ نیز رابطه منفی با دل‌بستگی اجتنابی و اضطرابی دارد. یافته‌های این پژوهش با یافته‌های پژوهش‌های پیشین مبنی بر این که دل‌بستگی اضطرابی و اجتنابی با ناتوانی در ساخت راهبردهای مؤثر تنظیم هیجان رابطه دارند (۷۱)، همسو است در نظریه دل‌بستگی سازه‌های ذهنی که رفتارهای مرتبط با دل‌بستگی را هدایت می‌کنند، مدل‌های درونی کاری^۲ هستند. این مدل‌ها بازنمودهای ذهنی از خود و دیگران در روابط می‌باشند. مدل ذهنی از خود بیانگر باورهای فرد در مورد ارزش و شایستگی‌های خود است. مدل ذهنی از دیگران نیز بیانگر باورهای فرد در مورد توانایی دیگران در فراهم آوردن احساس‌هایی از نگرانی یا ناامیدی در زمان‌های خاص است. به طور کلی، دل‌بستگی ایمن می‌تواند عاملی محافظتی در برابر رشد پیامدهای منفی هیجانی و روان‌شناختی باشد. در مقابل، جنبه‌های دل‌بستگی ناایمن، احساسات غیرقابل کنترل و بنابراین استفاده از راهبردهای ناسازگار را موجب می‌شود که این مسئله می‌تواند مشکلات هیجانی فرد را تشدید کند (۸۵). (افراد دارای دل‌بستگی اجتنابی هنگام تنظیم هیجانات خود تلاش می‌کنند که هر حالت هیجانی که با تمایل به استقلال و خوداتکایی در آن‌ها ناهمسو است، سرکوب یا بازداری کنند. این تلاش‌های بازدارانه اغلب حالات هیجانی نظیر ترس، اضطراب، خشم، حزن، شرم، احساس گناه و درماندگی را در بر می‌گیرند، زیرا این حالات هیجانی، با تهدیدها و احساس آسیب‌پذیری رابطه دارند. به عنوان مثال خشم اغلب مستلزم درگیری هیجانی در رابطه با سرمایه‌گذاری هیجانی بر آن می‌باشد که این درگیری هیجانی با تمایل افراد دارای دل‌بستگی اجتنابی به استقلال و خوداتکایی ناهمسو است. افزون بر این، افراد دارای دل‌بستگی اجتنابی تلاش می‌کنند تا واکنش‌های هیجانی به تهدیدهای بالقوه یا واقعی نسبت بدسترس‌تری شان به نگراره دل‌بستگی (طرد، خیانت و جدایی) را سرکوب یا بازداری کنند، زیرا این تهدیدها می‌توانند نیازهای دل‌بستگی بر آورده نشده در آن‌ها را فعال کنند. افراد دارای

² working model Internal

¹ Reappraisal Cognitive

ایمن می‌تواند نه تنها سلامت روانی و جسمی فرد را تحت تأثیر قرار دهد بلکه بر رابطه او با شریک زندگی نیز تأثیر می‌گذارد.

یافته‌ها مبنی بر نقش تنظیم شناختی هیجان در سازگاری پس از طلاق با پژوهش‌های مشابه (۷۳، ۵۷، ۱۱، ۳۸، ۱) همسو می‌باشد. در تبیین آن می‌توان گفت که استفاده از راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان، ممکن است با کاستن از هیجانات منفی و در نتیجه بهبود عملکرد شناختی و هیجانی، موجبات رویارویی فرد برای حل مشکلات را فراهم آورد، چنانچه یافته‌های پژوهش نیز نشان داد که افراد با کاربرد راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان (فکر کردن به وقایع مثبت به جای وقایع منفی، تفکر درباره مراحل فائق آمدن بر واقعه منفی یا تأکید بر نسبت آن در مقابل دیدگاه مطلق و کلی)، نسبت به سایر افراد که از این راهبردها استفاده کم‌تری دارند، از توانایی بالاتری در مقابله با تنش‌ها و مشکلات برخوردارند. در این راستا پژوهش‌ها نشان داده است که استفاده از راهبردهای مثبت تنظیم هیجان در مواجهه با استرس، افزون بر کاستن از هیجانات منفی، می‌تواند باعث افزایش هیجانات مثبت شود (۹۵، ۱۳). زهراب نیا و همکاران (۲۰۲۰) در پژوهش خود نشان داد که برخورداری زنان مطلقه از مهارت‌های تنظیم شناختی هیجان با بهبود عملکرد روان‌شناختی و به تبع آن بهبود کیفیت زندگی و افزایش سازگاری همراه خواهد بود (۹۵). لذا، تنظیم شناختی هیجان یکی از مهم‌ترین پیش‌بینی‌های سازگاری پس از طلاق می‌باشد.

از دیگر یافته‌های این پژوهش اثر غیر مستقیم خودسرزنی از راه سازگاری اجتماعی بر سازگاری پس از طلاق می‌باشد که در تبیین می‌توان گفت زنان پس از طلاق تفکراتی نظیر وحشتناک و اسفناک بودن موقعیت کنونی و فاجعه آمیز به رویداد طلاق نگریستن را تجربه می‌کنند که در واقع، جای پای هیجان‌های منفی در تعاملات‌شان مشاهده می‌شود. نگرانی و برانگیختگی هیجانی به شدت بر عملکرد آنها تأثیر می‌گذارد. استفاده از راهبردهای سازش‌نایافته تنظیم هیجان مانند خود سرزنی باعث می‌شود تا افراد توانایی حفظ رابطه خود با اطرافیان را نداشته باشند چرا که انجام رفتارهای تکانشی و عدم مدیریت هیجان‌ها باعث می‌شود تا افراد تجربه هیجان‌های ناخوشایند را خارج از کنترل خود احساس کنند و به همین دلیل از تعاملات سازنده اجتناب کنند و از راهبردهای مسئله محور استفاده نکنند. استفاده از این راهبردها باعث می‌شود تا افراد نتوانند هیجان‌های خود را به خوبی ابراز کنند و در نتیجه نمی‌توانند از حمایت اجتماعی برای تسکین حالات هیجانی منفی خود بهره مند شوند (۲۳). تنظیم هیجان سازگاران با سازگاری و تعاملات مثبت مرتبط است و موجب افزایش فراوانی تجربه هیجان مثبت و مقابله‌ی مؤثر با موقعیت‌های استرس‌زا می‌شود.

دلبستگی اجتنابی با گرفتن موضع دفاعی در برابر تجربه و ابراز آگاهانه هیجان‌های ناخوشایند، احتمال آن که تجربیات هیجانی در ساختارهای عاطفی- شناختی موجود ادغام شوند و این احساسات و ساختارهای ذهنی به شکلی مؤثر در پردازش بعدی اطلاعات و رفتار اجتماعی به کار برده شوند را کاهش می‌دهند. بر خلاف افراد دارای سطوح بالای دلبستگی اجتنابی که اغلب هیجان‌های منفی خود را حالات ناهم‌سوایی که بایستی سرکوب یا نادیده گرفته شوند، در نظر می‌گیرند، افراد دارای سطوح بالای دلبستگی اضطرابی- دوسوگرا، هیجان‌های منفی‌شان را همسو با اهداف مجاورت طلبانه و بیش فعال سازی نیازهای دلبستگی در نظر می‌گیرند و بر آن‌ها تمرکز کرده یا در آن‌ها اغراق می‌کنند. به طور کلی، آن‌ها این کار را به دلیل جلب توجه و حمایت بیش‌تر از طرف دیگران انجام می‌دهند.

در این پژوهش رابطه سبک دلبستگی دو سوگرا با سازگاری پس از طلاق معکوس می‌باشد که در تبیین آن می‌توان گفت: کسانی که سبک دلبستگی دوسوگرا دارند، افرادی وابسته‌اند و موقعیت‌ها را استرس‌زا تجربه می‌کنند همیشه از جدا شدن و ترک شدن می‌ترسند، خودشان را بد و دیگران را خوب ارزیابی می‌کنند، اشتغال ذهنی‌شان نسبت به رابطه گذشته بسیار بالاست و عواطف‌شان به صورت اضطراب بروز پیدا می‌کند. در زمان استرس از راهبردهای بیش فعال ساز دلبستگی استفاده می‌کنند که خطر را اغراق آمیز جلوه می‌دهد و احساس درماندگی و آسیب‌پذیری را تشدید می‌کند. در تبیین چنین نتایجی می‌توان گفت که دلبستگی اضطرابی- دوسوگرا با ویژگی‌هایی نظیر مستعد حالات هیجانی منفی بودن، گوش به زنگی بیش از حد و حساسیت بالا که باعث می‌شود که افراد مضطرب نگرانی‌های مرتبط با سلامتی‌شان را بسیار جدی در نظر بگیرند، توصیف می‌شود. بر این اساس، افراد دارای سطوح بالای دلبستگی اضطرابی برای جلب حمایت بیش‌تر از طرف دیگران تمایل زیادی به فاجعه‌سازی دردهایشان دارند و در مورد احساسات منفی‌شان اغراق می‌کنند (۴۴). در مجموع می‌توان گفت که دلبستگی ناایمن در امتداد دو بعد اندازه‌گیری می‌شود که عبارت‌اند از: دلبستگی اضطرابی- دوسوگرا و اجتنابی. نتایج پژوهش‌ها بیانگر این است که شکل‌گیری این دو نوع دلبستگی، عامل خطر بروز مشکلات هیجانی و روان‌شناختی در فرد هستند. به بیان دیگر، تجربه کردن دلبستگی ناایمن در دوران کودکی، رشد ناکافی و ناپایدار توانایی تنظیم آشفستگی را در پی دارد که این مسئله نیز مانع از رشد منابع درونی مورد نیاز برای مقابله موفقیت‌آمیز با عوامل استرس‌زا می‌گردد. این عدم رشد منابع اغلب در طول تجربه‌های استرس‌زای طولانی مدتی که نیازمند حمایت فعال و مواجهه واقعی با مشکل است، روی می‌دهد. در این موارد دلبستگی نا

عاطفه‌نگر می‌تواند با پیشگیری از وقوع موقعیت‌های پر تنش، افراد را مورد حفاظت قرار داده و به آن‌ها کمک کند تا وقایع پر تنش را به صورتی ارزیابی کنند که جنبه تهدید کننده کم‌تری داشته باشد (۹۱). حمایت اجتماعی ادراک شده بر وضعیت جسمی، روانی، رضایت از زندگی و جنبه‌های گوناگون کیفیت زندگی افراد اثرات زیادی دارد (۷۴) و به عنوان یک عامل تعدیل کننده ی موثر در مقابله و سازگاری با شرایط استرس زای زندگی شناخته می‌شود (۱۷). مطالعات نامداری و نوری (۲۰۱۸) نشان داد با افزایش حمایت اجتماعی ادراک شده و تاب آوری زنان مطلقه، مقدار سازگاری پس از طلاق در آنها افزایش می‌یابد فرد مطلقه پس از طلاق، به دلیل مجموعه‌ای جدید از مسئولیت‌ها، اغلب از شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کند (۵۴). شبکه‌های اجتماعی از راه‌های متفاوت به افراد کمک می‌کنند و سازگاری برای آنها را امکان‌پذیرتر می‌کند (۸۶). نتیجه نهایی حاصل از پژوهش یافته‌های حاصل از ضریب همبستگی، رگرسیون و ارایه مدل آماری نشان داد که با توجه به مقادیر مربوط به شاخص‌های نیکویی برآزش، مدل ارایه شده پژوهشگر از لحاظ همه شاخص‌های نیکویی برآزش و با توجه به داده‌های این پژوهش در سطح خوبی قرار دارد.

از محدودیت‌های این پژوهش، انجام آن در مورد زنان مطلقه شهر شیراز بود. به این دلیل بهتر است در تعمیم نتایج آن، جانب احتیاط در نظر گرفته شود. با توجه به جدید بودن موضوع پژوهش، متأسفانه پیشینه پژوهشی زیادی درباره موضوع پژوهش، وجود نداشت. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی نقش دیگر متغیرها، نظیر قدرت حل مسئله، سرشت و منش، مهارت‌های زندگی و اختلالات شخصیت در مقدار سازگاری پس از طلاق پرداخته شود. هم‌چنین، با برگزاری کارگاه‌های آموزشی پیش از ازدواج و حین ازدواج مهارت‌های تعاملی زوجین را ارتقا داد.

References

- 1-Abdi S, Baba Poor, Kheirodin J, Fathi H. Relationship between cognitive emotion regulation styles and general health of students. Journal of University of Medical Sciences of Islamic Republic of Iran's army. 2010, 8 (4), 258-264.
- 2- Aghayousefi AR, Tarkhan M, Farmani A. The Role of the Big Five Factors of Personality in Predicting Cognitive Emotion Regulation Strategies with the

فرایند سازگاری پس از طلاق هم مستلزم آشتی و صلح در درون خویش است؛ بنابراین، بکارگیری سبک‌های کارآمد و مثبت به سازگاری پس از طلاق منتهی می‌شود. توانایی افراد و مهارت آنان در تنظیم هیجان و نظم‌دهی بر هیجانات‌شان بر سازگاری اجتماعی تأثیر می‌گذارد و آنان را توانمند می‌سازد که بر مشکلات عدیده و موقعیت کنونی پس از طلاق فائق آیند. نظم بخشی هیجانی و بویژه راهبرد مثبت با ارزیابی شناختی هیجان‌ها باعث کاهش احساسات منفی و افزایش احساسات مثبت و رفتار سازگارانۀ افراد می‌شود. به گونه‌ای کلی شیوه‌های متنوع تنظیم هیجان بر ابعاد گوناگون سازگاری اثرگذار می‌باشند. سازگاری با طلاق همان بازسازی مفهوم خود به عنوان فردی مستقل است. در تبیین یافته‌های این پژوهش منطبق بر دیدگاه دومارادزکا و فاجکوسکا (۲۰۱۸) می‌توان ادعان داشت که نوع راهبردهای تنظیم هیجان توسط یک فرد و اثربخشی نظم جویانه آنها، وابسته به ویژگی‌های روانی و شخصیتی فرد است (۲۱). به بیان دیگر، ممکن است نوع و اثربخشی راهبردهای تنظیم هیجان بر اساس انتخاب فردی، خصوصیات شخصیتی و موقعیت‌های هیجانی متفاوت باشد.

از دیگر نتایج این پژوهش اثر مستقیم حمایت ادراک شده با سازگاری پس از طلاق بود. این یافته با بخشی از نتایج این پژوهش‌ها (۸،۳۶،۳۹) همسو می‌باشد. حمایت اجتماعی به گونه مستقیم و غیرمستقیم بر مکانیسم‌های شناختی، راهبردهای مقابله‌ای و رفتارهای گوناگون افراد اثر می‌گذارد و از این راه، سبب سازگاری فرد می‌شود. هم‌چنین، ادراک حمایت اجتماعی نیرومندترین نیروی مقابله‌ای برای رویارویی موفقیت آمیز افراد در شرایط تنش‌زا شناخته شده و تحمل مشکلات و سازگاری را برای افراد تسهیل می‌کند (۱۲). مراقبت، احترام، حس رضایت‌مندی و بهزیستی، به عنوان راهبردهای مقابله شناختی و هیجانی که می‌تواند از فرد در مقابل بیماری حفاظت کند، با پیوندهای اجتماعی رابطه دارد و حمایت اجتماعی به عنوان یکی از روش‌های مقابله‌ای

Mediating Role of Patience
omponents. Quarterly of Clinical
Psychology Studies, Allameh Tabataba'i
University. 2017, 7(26).

3-Akhundi Darzi M. Qualitative Study of
Effective Factors in Adaptation to Post-
Divorce Conditions in Absolute Women,
Master's Thesis, Allameh Tabataba'i
University. 2017.

4- Al-Bahrani MA. Post-Divorce
Experience within Arab Context: Gender

Differences. *International Journal of Social Science and Humanity*, 2021, 11(3).

5-Allan R. The use of emotionally focused therapy with separated or divorced couples. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy/Revue canadienne de counseling et de psychothérapie*. 2016, 14; 50(3s).

6-Ardenghi S, Rampoldi G, Bani M, Strepparava MG. Attachment styles as predictors of self-reported empathy in medical students during pre-clinical years. *Patient Education and Counseling*, 2020, 103(5), 965-970.

7-Asanjarani F, Jazayeri R, Fatehizade M, Etemadi O, De Mol J. The effectiveness of fisher's rebuilding group intervention on divorce adjustment and general health of Iranian divorced women. *Journal of Divorce & Remarriage*. 2018 Feb 17; 59(2):108-22.

8-Asghari F, Ramazaniya H. Comparison of mental health, coping styles and social support in divorced women and normal women. *Scientific Journal of Social Psychology*. 2015, 3(37). 1-12.

9- Balali T, Etemadi O, Fatehizade M. The Study of Relationship between Psychological factors and Demographic characteristics predicting Post Divorce Adjustment among Divorced Women in Isfahan. *Counseling Culture and Psychotherapy*. 2011, 2(5): 29-53. [Persian] DOI: 10.22054/qccpc.2011.5900

10-Bara czuk U. The five factor model of personality and alexithymia: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 2019, 78(1): 227-248

11-Barghi Irani Z. Assessment and evaluation of public health and personality and compatibility of divorcing and divorced women of city of Tehran. M.A. thesis. Unpublished. Roodehen Azad University. Persian. 2006.

12- Behnam Moghadam M, Behnam Moghadam A, Yarian S, Hosseini S,

Mohammad Hosseini S, Predicting the Quality of Life Based on Public Health, Social Support and Self Efficacy in Cardiovascular Patients. *Armaghane danesh*. 2014, 19(7), 633-42.

13- Berking M, Poppe C, Luhmann M, Wupperman P, Jaggi V, Seifritz E. Is the association between various emotion-regulation skills and mental health mediated by the ability to modify emotions? Results from two cross-sectional studies. *J Behav Ther Exp Psychiatry*. 2012. 43(3), 931-7.

14- Besharat MA, Bazzazian S. Psychometric properties of the cognitive emotion regulation questionnaire in a sample of Iranian population. *Advances in Nursing & Midwifery*, 2014, 24(84), 61-70. (In Persian).

15 -Borges LM, Naugle AE. The role of emotion regulation in predicting personality dimensions. *Personality and Mental Health*, 2017, 11(4): 314-334.

16- Bourassa KJ, Sbarra DA, Whisman MA. Women in very low quality marriages gain life satisfaction following divorce. *J Fam Psychol*, 2015, 29(3): 490-9. DOI: 10.1037/fam0000075

17- Brunsting NC, Zachry C, Liu J, BryantR, Fang X, Wu S, Luo Z. Sources of Perceived Social Support, Social-Emotional Experiences, and Psychological Well-Being of International Students. *The Journal of Experimental Education*, 2019, 89(1), 95-111.

18- Bruwer B, Emsley R, Kidd M, Lochner C, Seedat S. Psychometric properties of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support in youth. *Comprehensive Psychiatry*, 2008, 49(2), 195-201.

19- Costa PT, McCrae RR. Revised NEO personality inventory (NEO FFI)

- perofishenal manual. Psychological assessment resources, Odesa, FL. 1992.
- 20- Costa PT, McCrae RR. Neo PI-R professional manual. 1992.
- 21- Domaradzka E, Fajkowska M. Cognitive emotion regulation strategies in anxiety and depression understood as types of personality. *Frontiers in Psychology*, 2018, 9(1): 856-862.
- 22- Edelweis A, Hermaleni T. Perbedaan Post-Divorce Adjustment ditinjau daristrategi coping pada wanita bercerai. *Jurnal Riset Psikologi*, 2019, No 3. DOI:<http://dx.doi.org/10.24036/jrp.v2019i3.6863>
- 23- Farsijani N, Besharat M A, Moghadamzadeh A. Predicting social adjustment based on attachment styles and cognitive emotion regulation strategies in adolescents. *Journal of Psychological Science*, 2022, 21(109):71-88
- 24- Fazel P, Tahmasebi Garmtani S, Hosseini Almadani S. Post-divorce coaching: a new intervention to facilitate divorce adjustment. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*. 2020, 7(1), 153-175.
- 25 -Fisher B, Bierhaus J. Facilitators manual for rebuilding: when your relationship ends (pp 6-25). Co: Fisher publishing Co., Inc. 1994.
- 26- Fisher BF, Bierhaus J. Facilitator's Manual for Rebuilding When Your Relationship ends. California: Impact Publisher. 2007.
- 27- Fuchs NF, Taubner S. Exploring the interplay of attachment style and attachment-related mood on short-term change in mentalization: A pilot study. *Personality and Individual Differences*, 2019, 144, 94-99.
- 28- Garnefski N, Kraaij V. Cognitive emotion regulation questionnaire: Development of a short 18-item version (CERQ-short). *Personality and Individual Differences*, 2006, 41, 1045-1053.
- 29- Garofalo C, Velotti P, Zavattini GC, Kosson DS. Emotion dysregulation and interpersonal problems: The role of defensiveness. *Personality and Individual Differences*, 2017, 119: 96 - 105.
- 30- Gross J. Handbook of emotion regulation: Guilford publications. 2013.
- 31- Gross JJ. Handbook of Emotion Regulation: Adult attachment and emotion regulation. New York: Guilford press. 2014.
- 32- Haghshenas H. Design of five factorial of personality characteristics. Shiraz University of Medical Sciences, 2010, 17-34.
- 33- Hazan C, Shaver PR. Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*. 52,511-524. *Health*, 1987, 7(3): 191- 202.
- 34- Herr NR, Rosenthal MZ, Geiger PJ, Erikson K. Difficulties with emotion regulation mediate the relationship between borderline personality disorder symptom severity and interpersonal problems. *Personality and Mental Health*, 2013, 7(3): 191 202.
- 35- Herrero M, Martínez-Pampliega A, Alvarez I. Family Communication, Adaptation to Divorce and Children's Maladjustment: The Moderating Role of Coparenting. *Journal of Family Communication*. 2020, 23(3), 112-117.
- 36-Hu T, Xiao J, Peng J, Kuang X, He B. Relationship between resilience, social support as well as anxiety/depression of lung cancer patients: A cross-sectional observation study. *Journal of Cancer Research and Therapeutics*, 2018, 14, 72-77.
- 37- Huang CY, Costeines J, Ayala C, Kaufman JS. Parenting Stress, Social Support, and Depression for Ethnic Minority Adolescent Mothers: Impact on

- Child Development. J Child Fam Stud. 2014, 23(2):255-6
- 38- Jafari Nodooshan A, Zare H, Hosseini Hanzaei A, Poursalehi Navideh M, Zeini M. A Comparative Study of Mental Health, Adjustment, and Cognitive Emotion Regulation among Married Women and Divorcees in Yazd City. Journal of Woman and Society, 2015, 6(22): 1-16.
- 39- Jalali H, Addelyan Rasi H. Social Support and Dyadic Adjustment Among Women Applicants for the Divorce. Quarterly journal of social work. 2015, 4 (4); 5-16.
- 40- Karademas EC, Roussi P. Financial strain, dyadic coping, relationship satisfaction, and psychological distress: A dyadic mediation study in Greek couples. Stress and Health; 2017, 33:508-517.
- 41- Khodadadi JF, Sharififard SA, Asgari S. Investigating the Role of Attachment Styles and Mental Health in Interpersonal Relationships. Family Counseling and Psychotherapy, 2019, 1, 75- 88.
- 42- Lee SJ, Chae H. Is the cognitive emotion regulation strategy related to Yin-Yang personality traits? *European Journal of Integrative Medicine*, 2019, 26: 24-30.
- 43- Lee HS, Kim C. Structural Equation Modeling to Assess Discrimination, Stress, Social Support, and Depression among the Elderly Women in South Korea. *Asian Nursing Research*, 2016, 10(3), 182-188.
- 44- Lewczuk K, Kobylinska D, Marchlewska M, Krysztofiak M, Glica A, Moiseeva V, Adult attachment and health symptoms: The mediating role of emotion regulation difficulties. *Current Psychology*. 2018, 38(145):1-14.
- 45- Li J, Han X, Wang W, Cheng Z. How social support influences university students' academic achievement and emotional exhaustion: The mediating role of self-esteem. *Learning and Individual Differences* 2018, 61:120-126.
- 46- Matthews T, Danese A, Wertz J, Odgers CL, Ambler A, Moffitt TE, Arseneault L. Social isolation, loneliness and depression in young adulthood: a behavioural genetic analysis. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 2016, 51(3), 339-348.
- 47- McCredie MN, Kurtz JE. Prospective prediction of academic performance in college using self- and informant-rated personality traits. *Journal of Research in Personality*. 2020, 85: 47-61.
- 48- McLean CP, Zang Y, Gallagher T. Trauma-related cognitions and cognitive emotion regulation as mediators of PTSD change among treatment-seeking active-duty military Personnel with PTSD. *Behavior Therapy*; In Press, 2019.
- 49- Mehradsadr M, Chalabianloo Gh, Abdi R. The role of personality traits and cognitive development in predicting emotion regulation strategies. *Quarterly of Educational Psychology*, Allameh Tabataba'i University, 2017, 13(44).
- 50- Mikulincer M, Shaver PR. Adult attachment and compassion: Normative and individual difference components. *The Oxford handbook of compassion science*, 2017, 79-90
- 51- Mikulincer M, Shaver PR Attachment orientations and emotion regulation. *Current Opinion in Psychology*. 2019, 25:6-10
- 52- Moskowitz J. *Emotion and coping*: Guilford Publications; 2016
- 53- Motahari. Rad MM, Behroozi N, Boroumandnasab M. Comparison of Divorced and Normal Couples in Psychological Adjustment and Economic Social Religious and Emotion Regulation Insights Relationship, *Journal of Motor and Behavioral Sciences*. 2019, 2(3): 219-229
- 54- Namdari A, Nouri N. Roles of Perceived Social Support and Resilience in Women's Post-Divorce

- Adjustment. Iranian Journal of social problems . 2018, 9: 25-50.
- 55- Navabinejad S, Mohammadi R, Karami Y, Fallah E. Divorce means for divorced person perspective: A phenomenological qualitative study. Journal of Woman and Society. 2017, 8(3): 93-115. [Persian]
- 56- Nguyen AKD, Murphy LE, Tylavsky FA, Pagani LS. Prospective associations between ASD screening scores, parenting stress, and later socio-emotional cognitive maturity in a community-based birth cohort. Research in Autism Spectrum Disorders, 2019, 59, 46-57.
- 57- Nielsen SK, Lonfeldt N, Wolitzky-Taylor KB, Hageman I, Vangkilde S, Daniel IF. Adult attachment style and anxiety- The mediating role of emotion regulation. Journal of Affective Disorders. 2017; 218:253-59.
- 58- Nikoogoftar M, Jazayeri F. Five-factor traits of personality are a predictor of mothers' aggression. Knowledge & Research in Applied Psychology. 2019, 20 (2), 76: 58-68.
- 59- Oldham JT. Divorce, Separation and the Distribution of Property. New York: Law Journal Press. 2018.
- 60- Pakdaman S. The relationship between attachment and community seeking in adolescence. Journal of Psychology Sciences. 2004, 3(9), 25-47. (persian)
- 61- Parvin LA, John OP. Personality. Kadivar P, Javadi MJ (Persian translator). Tehran: Rasa publication. 2011.
- 62- Parrigon KS, Kerns KA, Movahed Abtahi M, Koehn A. Attachment and emotion in middle childhood and adolescence. Psychol Topics 2015: 24: 27-50.
- 63- Pascuzzo K, Moss E, Cyr C. Attachment and emotion regulation strategies in predicting adult psychopathology. SAGE Open. 2015, 5, 59-72.
- 64- Pereira- Morales AJ, Adan A, Sandra Lopez- Leon S, Diego A, Forero DA. "Personality traits and health-related quality of life: the mediator personality dimensions. *Personality and Mental Health*, 2018, 11(4): 314-334.
- 65- Pin S, Spini D. Impact of falling on social participation and social support trajectories in a middle-aged and elderly European sample. SSM-Population Health, 2016, 2, 382 -389.
- 66- Porter E, Chambless DL. Social anxiety and social support in romantic relationships. *Behavior Therapy*, 2017, 48(3), 335-348
- 67- Potthoff S, Garnefski N, Miklósi M, Ubbiali A, Domínguez-Sánchez FJ, Martins EC, Witthöft M, Kraaij V. Cognitive emotion regulation and psychopathology across cultures: A comparison between six European countries. *Personality and Individual Differences*, 2016, 25(2), 218-224.
- 68- Pournaghash Tehrani SS, Mortazavifar S, Mortazavifar S. The effect of social support and emotion regulation strategies on predicting the mental health of people with multiple sclerosis; 2020, 19 (89) :529-539. URL: <http://psychologicalscience.ir/article-1-42-fa.html>
- 69- Rahimi A, Sohrabi N, Rezaei A, Sarvghad S. Comparison of the Effectiveness of Cognitive-Behavioral Group Therapy and Group Therapy Based on Acceptance and Commitment on Cognitive Thrice Adjustment in Patients Consuming Stimulants, Journal of Methods and Psychological Models, 2017, 8(30) , 2.
- 70- Razagh Pour M, Hoseinzadeh AA. The mediating role of Cognitive Emotion Regulation Strategies in the relationship between personality traits with somatization symptoms of female

- university students. *Quarterly of Applied Psychology*, 2019, 13(2): 295-316.
- 71- Read DL, Clark GI, Rock AJ, Coventry WL. Adult attachment and social anxiety: The mediating role of emotion regulation strategies. *PLoS One*. 2018, 13(12): e0207514
- 72- Rogers M, Pattenden R, Pullen J, Bickerdike A. Women and separation (Managing new horizons). Australia: Relationships Australia Victoria and beyondblue. 2017. role of coping strategies and psychological distress". *Ann Gen Psychiatry*, 17:25.
- 73- Sadat Goli Z, Mirseify fard LS, Hassanzadehbenam H. Effectiveness of Coping Skills Training on Cognitive Emotion Regulation and Adjustment after Divorce in Divorced Women. *Medical Journal of Mashhad. University of Medical Sciences*, 2019, 61, 296-308 .
- 74- Şahin DS, Özer Ö, Yanardağ MZ. Perceived social support, quality of life and satisfaction with life in elderly people. *Educational Gerontology*, 2019, 45(1): 69-77.
- 75- Sedighi K, Saffarian Toos MR, Khadivi Gh. Fisher's Rebuilding Model of Divorce Effect on Distress and Depression in Divorced Women. *J Res Behav Sci*, 2019, 17(2): 303-313.
- 76- Shahmoradi S. Predicting divorce based on personality traits, mental disorders and demographic characteristics. *Cultural and Educational Quarterly of Women and Family*, 2015, 35, 61-80.
- 77- Shahmohammadi N, Mokhtari M. Intermediary Role of Cognitive Emotion Regulation in Relation to Perceived Social Support with Academic Achievement of High School Students, 2018, 11(42), 181-205. doi: 10.22034/jsfc. 2018.82699
- 78- Shaver PR, Mikulincer M. Adult attachment and emotion regulation. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (2nd Ed., pp. 237-250). New York: Guilford Press. 2014.
- 79- Shaver PH, Mikulincer M. Adult Attachment Orientations and Relationship Processes. *Journal of Family Theory & Review*. 2012, 4(4).50-62.
- 80- Taghavi Dinani P, Bagheri F, Khalatbari J. Modeling of predisposing factors of divorce in cultural and social condition of Tehran. *Journal of Psychological Science*. 2020, 19, 93, 1163-1173.
- 81- Tajalli P, Sobhi A, Ganbaripannah A. The Relationship between Daily Hassles and Social Support on Mental Health of University Students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2010, 5, 99-103.
- 82- Takano T, Mogi K. Adult attachment style and lateral preferences in physical proximity. *Biosystems*, 2019, 181, 88-94.
- 83- Trub L, Starks TJ. Insecure attachments: Attachment, emotional regulation, sexting and condomless sex among women in relationships. *Computers in Human Behavior*, 2017, 71:140-7.
- 84- Vafaei L, Soleimani AA, Mohammadzadeh Ebrahimi A. The Effectiveness of "Forgiveness-Based Group Counseling" on Postdivorce Women's Adjustment. *Journal of Health Promotion Management*, 2020, 9, (2).
- 85- Vahedi SH, Badri Gargari R, Gholami S. Mediating role of cognitive emotion regulation strategies on the relationship between the attachment styles and emotional problems: A path analysis. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 2016, 10(4):1-8.
- 86- Van Gasse D, Mortelmans D. Reorganizing the single? parent family system: Exploring the process perspective on divorce. *Family Relations*. 2020, doi:10.1111/fare.12432.
- 87- Velotti P, Casselman RB, Garofalo C, McKenzie MD. Unique when your

- relationship ends, 6-25. Co: Fisher publishing Co., Inc. 2017.
- 88- Vukalovich D, Caltabiano N. The effectiveness of a community group intervention program on adjustment to separation and divorce. *J Divorce Remarriage*, 2018, 48(3-4): 145-68. DOI: 10.1300/J087v48n03_09
- 89- Wind B, Dewilde C. Home-ownership and housing wealth of elderly divorcees in ten European countries. *Ageing & Society*, 2018, 38(2), 267-95.
- 90- Wong ST, Wu A, Gregorich S, Pérez-Stable EJ. What Type of Social Support Influences Self-Reported Physical and Mental Health Among Older Women. *Journal of Aging and Health*, 2014, 26(4), 663-678.
- 91- Woodhead EL, Northrop L, Edelstein B. Stress, Social Support, and Burnout Among Long-Term Care Nursing Staff. *J Appl Gerontol*. 2016; 35(1):84-105.
- 92- Xu N, Zhao S, Xue H, Fu W, Liu L, Zhang T, Huang R, Zhang N. Associations of perceived social support and positive psychological resources with fatigue symptom in patients with rheumatoid arthritis. *PLoS One*, 2017, 12(3).
- 93- Zare M, Rezaei AM. Mediating Role of the Cognitive Emotional Regulation for Personality Characters and Marital Satisfaction. *Journal of Psychological Methods and Models*. 2016, 7(24), 91-102.
- 94- Zarean M, Sadidpoor S. A meta-analysis of divorce-related research: individual vs. social factors. *Lranian Journal of Social Problems*, 2017, 7(2), 191 -218. [Persian]
- 95- Zohrabniya E, Sanaei Zaker B, Kiamanesh A, Zaharakar K. Comparison of the efficacy of emotion-focused therapy and cognitive-behavior therapy on post-divorce adjustment and self-esteem of divorced women. *J of Psychological Science*. 2022; 21(109): 207-227.