

پیش بینی تحمل پریشانی بر اساس سبک‌های دل‌بستگی، تحمل ناکامی و نگرش مذهبی در زنان مطلقه

The Prediction Of Distress Tolerance Based on Attachment Styles, Frustration tolerance and Religious Attitude in Divorced Women

Abdolbaset Mahmoudpour *

Ph.D student of Counseling, Department of Counseling,
 Faculty of Psychology and Educational Sciences,
 Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.

Mahmoudpour@atu.ac.ir

Sana Dehghanpour

M.Sc. Family counseling, Department of Counseling,
 Faculty of Psychology and Educational Sciences, Shahid
 Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.

Fereshte Vazifedan

M.Sc. School counseling, Department of Counseling,
 Faculty of Psychology and Educational Sciences,
 Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.

عبدالباست محمودپور (نویسنده مسئول)

دانشجوی دکتری مشاوره، گروه مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم
 تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی تهران، ایران.

ثنا دهقان پور

کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، گروه مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و
 علوم تربیتی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

فرشته وظیفه‌دان

کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه، گروه مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و
 علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی تهران، ایران.

Abstract

Divorce is considered as one of the social harms that can cause many behavioral and psychological problems. This study examined Prediction of distress tolerance based on attachment styles, frustration tolerance and religious attitude in divorced women. The study had a descriptive correlational research design. The research population included all women who referred to the welfare counseling centers in Tehran in July and August of 2019, 225 of whom were selected as the sample by the available sampling method. The Simons and Gahar Distress Tolerance Scale (2005), Hazen and Shaver's Attachment style Questionnaire (1987), Harrington's Frustration Discomfort Scale (2005) and Allport's Religious Orientation questionnaires (1967) were used for gathering the data. The gathered data were analyzed through running Pearson correlation and multiple linear regression on SPSS. The findings indicated a significant relationship between attachment styles, frustration tolerance and religious attitudes. Therefore, according to the findings of this study, it can be concluded that distress tolerance interacts with several factors, including attachment style, frustration tolerance and their religious attitude ($P < 0/05$). The results of multiple regression also showed that the predictor components of the study could predict 34% distress tolerance. Therefore, based on the findings of the present study, it can be concluded that the tolerance of distress in divorced women interacts with several factors, including attachment style, frustration tolerance and their religious attitude. Thus, psychological empowerment programs and personal growth by focusing on effective social communication with individual independence can increase the ability to encounter effectively with frustrations that a person suffers as a result of divorce. Also, deep relationship with God can be accompanied by positive changes on the eve of distress tolerance in the statistical population under study.

Keywords: distress tolerance, attachment styles, frustration tolerance, religious attitude, divorce.

چکیده

طلاق به‌عنوان یکی از آسیب‌های اجتماعی به شمار می‌رود که می‌تواند مشکلات متعدد رفتاری و روانی را به وجود آورد. پژوهش حاضر به بررسی پیش‌بینی تحمل پریشانی بر اساس سبک‌های دل‌بستگی، تحمل ناکامی و نگرش مذهبی در زنان مطلقه پرداخت. روش این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه پژوهش شامل تمامی زنان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره بهزیستی شهر تهران در ماه‌های تیر و مرداد سال ۱۳۹۸ بود که ۲۲۵ از آنها نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. به‌منظور جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس تحمل پریشانی سیمونز و گاهر (۲۰۰۵)، پرسشنامه سبک دل‌بستگی بزرگ‌سالان هازن و شیور (۱۹۸۷)، مقیاس تحمل ناکامی هارینگتون (۲۰۰۵) و مقیاس جهت‌گیری مذهبی آلپورت (۱۹۶۷) استفاده شد. برای تحلیل یافته‌ها از آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون خطی چندگانه استفاده شد. یافته‌ها نشان داد بین سبک‌های دل‌بستگی، تحمل ناکامی و نگرش‌های مذهبی همبستگی معنی‌دار وجود دارد ($P < 0/05$). شاخص «ضریب تعیین چندگانه اصلاح‌شده» نشان داد که مؤلفه‌های پیش‌بین پژوهش می‌تواند ۳۴٪ تحمل پریشانی را پیش‌بینی کند. بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان نتیجه گرفت که تحمل پریشانی در زنان مطلقه با عواملی چند از جمله سبک دل‌بستگی، تحمل ناکامی و نگرش مذهبی آن‌ها در تعامل است؛ بنابراین برنامه‌های توانمندسازی روان‌شناختی و رشد شخصی با تمرکز بر ارتباط اجتماعی مؤثر همراه با استقلال فردی می‌تواند توانایی رویارویی مؤثر با ناکامی‌هایی که فرد در نتیجه طلاق متحمل می‌شود را افزایش دهد. همچنین ارتباط عمیق با خداوند، می‌تواند همراه با تغییرات مثبت در آستانه تحمل پریشانی در جامعه مورد پژوهش باشد.

واژه‌های کلیدی: تحمل پریشانی، سبک‌های دل‌بستگی، تحمل ناکامی،

نگرش مذهبی، طلاق.

مقدمه

طلاق یکی از وقایع استرس‌زا و هیجانی زندگی افراد است. افکار و احساسات ناخوشایند، ناراحت‌کننده و هراس‌آور متعددی در طول روند طلاق و بعد از آن به وجود می‌آید که فرد مجبور است برای داشتن تجربیات جدید در زندگی و شروع زندگی بعد از طلاق، با آن‌ها سروکار داشته باشد (کلوبکار، گوداوا جرج و کراکو^۱، ۲۰۱۵؛ راثی و پاچوری^۲، ۲۰۱۸). ادبیات پژوهشی اجتماعی، جامعه‌شناسی، آموزشی و روانشناسی گسترده‌ای در خصوص پیامدهای طلاق، بازسازی زندگی بعد از طلاق، سلامت جسمی و روحی، مکانیسم‌های مقابله‌ای، نگرانی مربوط به کودکان، اندوه و ننگ وجود دارد (بلوم و کریستین^۳، ۲۰۱۸). تحقیقات (گاهلر^۴، ۲۰۰۶) نشان می‌دهد که به‌طور متوسط، زنان مطلقه بیشتر از اضطراب، افسردگی، عصبانیت، احساس بی‌کفایتی، طرد و تنهایی رنج می‌برند. آن‌ها نسبت به زنان متأهل یا مجرد مضطرب‌تر و افسرده‌تر هستند. طلاق بر وضعیت اجتماعی و اقتصادی تأثیر می‌گذارد؛ به‌ویژه برای زنان و کودکان خطر فقر (گالارنو و استروچ^۵، ۱۹۹۷) و پریشانی عاطفی افزایش می‌یابد که بر سلامت روحی و جسمی نیز تأثیر می‌گذارد (کلارک-استوارت و برنتانو^۶، ۲۰۰۶؛ لوکاس^۷، ۲۰۰۵)؛ بنابراین زنان مطلقه بیشتر احساس پریشانی را تجربه می‌کنند. پریشانی روان‌شناختی حالت ناراحتی و رنج هیجانی است که با نشانه‌های افسردگی و اضطراب تعریف می‌شود و ممکن است با نشانه‌های فیزیولوژیکی (مانند بی‌خوابی، سردرد و نداشتن انرژی) همراه باشد که احتمالاً این نشانه‌ها در فرهنگ‌های گوناگون متفاوت است (شهابی، یزدی، مشهدی و حسنی، ۱۳۹۶). همچنین، نتایج پژوهش‌ها بیانگر این است که پریشانی روان‌شناختی ممکن است عملکرد اجتماعی و زندگی روزمره افراد را تحت تأثیر قرار دهد (حسینی و شاهمرادی‌فر، ۲۰۱۵). تحمل پریشانی^۸ به‌عنوان منعکس‌کننده ظرفیت فرد برای مقاومت در برابر حالات پریشان عاطفی، شناختی یا جسمی (سیمونز و گاهر^۹، ۲۰۰۵؛ زولانسکی، برنشتاین و ووژانوویچ^{۱۰}، ۲۰۱۱)، امکان بهبود و برقراری مجدد سازگاری را فراهم می‌آورد (لیرو، زولانسکی و برنشتاین^{۱۱}، ۲۰۱۰).

نتایج مطالعات نشان داده است که ویژگی‌های شخصیتی، تمایز یافتگی^{۱۲}، سبک دل‌بستگی^{۱۳}، نگرش‌های مذهبی^{۱۴} و سلامت جسم و روان از جمله عوامل مرتبط با سازگاری با طلاق هستند (بالالی، اعتمادی و فاتحی‌زاده، ۱۳۹۰). یکی از عواملی که می‌تواند در تحمل پریشانی و عوامل تنش‌زای بعد از طلاق اثرگذار باشد، سبک‌های دل‌بستگی افراد است. سبک دل‌بستگی می‌تواند زمینه‌ساز نحوه برخورد فرد با مسائل زندگی باشد و شیوه نگرش فرد را نسبت به مسائل و مشکلات مشخص سازد (محمودپور، فرحبخش، حسینی و بلوچ‌زاده، ۱۳۹۷). سبک دل‌بستگی، تعیین‌کننده آمادگی افراد برای حل و فصل مشکلات، کنش‌ها و واکنش‌های فرد در برابر مشکلات اجتماعی و ناکامی‌هاست (مهرابی‌زاده، فتحی و شهنی‌بیلاق، ۱۳۸۸؛ یوسمارهینی و جان^{۱۵}، ۲۰۱۳). بر اساس این نظریه تحول اجتماعی، عاطفی و شناختی فرد بر اساس مجموعه‌ای از ارتباطات با افراد خاص رخ می‌دهد. دل‌بستگی سه سبک اساسی دارد: ایمن، مضطرب/دوسوگرا و اجتنابی. افراد ایمن بیشتر احتمال دارد که خود را دوست‌داشتنی بدانند، قادر به اعلام درماندگی خود باشند، درخواست حمایت کنند و به نحو سازنده‌ای احساسات منفی خود را در حل مسئله تعدیل نمایند. در نقطه مقابل، سبک مضطرب/دوسوگرا با وابسته بودن، محتاج بودن و احساس دوسوگرا در روابط، مشخص می‌شود. بالاخره سبک اجتنابی، با تکیه بر خود و بی‌نیازی از دیگران در بزرگ‌سالی مشخص می‌شود. این افراد آسیب‌پذیری را انکار و ادعا می‌کنند که نیازی به روابط نزدیک ندارند و نسبت به صمیمیت تمایل نشان نمی‌دهند (خجسته مهر، ۱۳۹۳). تحقیقات نشان داده است که سبک‌های دل‌بستگی، سازگاری با طلاق را پیش‌بینی می‌کنند (یارنوز-یابن^{۱۶}، ۲۰۱۰). همچنین علی‌رغم عوامل زیادی که منجر به پایان رابطه زناشویی می‌شود، بسیاری از کسانی که به تازگی طلاق گرفته‌اند، تداوم احساس کشیده شدن به

¹ Klobucar, Godava, Gerjolj & Krakow

² Rathi & Pachauri

³ Blum & Christine

⁴ Gahler

⁵ Galarneau & Sturroch

⁶ Clarke-Stewart & Brentano

⁷ Lucas

⁸ distress tolerance

⁹ Simons & Gaher

¹⁰ Zvolensky, Bernstein & Vujanovic

¹¹ Bernstein

¹² differentiation

¹³ attachment style

¹⁴ religious attitude

¹⁵ Yusmarhaini & John

¹⁶ Yarnoz-Yaben

سمت همسر قبلی و تکرار افکار و تصاویر خودآیند از وی را تجربه و بیش از حد برای فقدان رابطه احساس ناراحتی و پریشانی می‌کنند (بلالی و همکاران، ۱۳۹۰).

از آنجایی که طلاق موقعیتی با استرس و پریشانی شدید برای فرد ایجاد می‌کند، یکی از مؤلفه‌های دیگر که می‌تواند پیش‌بینی کننده تحمل پریشانی در افراد باشد، میزان توانایی آن‌ها در تحمل ناکامی‌ها است. افراد با اهداف، امیدها و آرزوهای شیرین ازدواج می‌کنند، اما طلاق این امیدها را تبدیل به ناکامی می‌کند. ناکامی احساسی است که در نتیجه ایجاد مانع بر سر راه رسیدن به هدفی که فرد آن را مطلوب می‌شمارد، پدید می‌آید (هوشمندی و ناعمی، ۱۳۹۷؛ برکویتز^۱، ۲۰۱۱). تحمل ناکامی^۲ توانایی مقاومت در برابر موانع و موقعیت‌های استرس‌زا را افزایش می‌دهد (هوشمندی و ناعمی، ۱۳۹۷). در این راستا، صاحب‌نظران بیان می‌دارند افرادی که درجات بالاتری از سلامت روان را دارا هستند، در شرایط دشوار و توأم با ناکامی (مانند طلاق)، از تحمل به‌عنوان وسیله‌ای در جهت دستیابی به اهداف مطلوب خود استفاده می‌کنند (شارف، ۲۰۰۴؛ ترجمه فیروزبخت، ۱۳۹۸).

افراد زمانی که در رویارویی با عوامل استرس‌زا در مدت طولانی قرار می‌گیرند تلاش می‌کنند برای کاهش پریشانی خود دست به مقابله بزنند. داشتن نگرش مذهبی و عمل به آن می‌تواند یکی از روش‌های مقابله‌ای و اثرگذار در تحمل پریشانی و مشکلات بعد از طلاق باشد. مذهب مانند دستگاه‌های فرهنگی دیگر می‌تواند بر تجربه و واکنش هیجانی، حالات هیجانی دلخواه و فرآیند نظم‌جویی هیجانی تأثیر بگذارد (کوهن^۳، ۲۰۰۹). نگرش مذهبی که نگرشی نظام‌دار از باورها و اعمال نسبت به امور مقدس است، باوری است که تقویت آن، یگانگی، ثبات، استمرار و پایداری فرد را موجب می‌شود. در واقع مذهب، نیروی چشمگیری در هدایت هیجانی پیروانش دارد و عنصری منحصربه‌فرد در هدایت رفتار و خودنظم‌جویی هیجانی محسوب می‌شود (نریمانی، ایل‌بیگی قلعه‌نی و رستمی، ۱۳۹۳). در تحقیقات مارتینز^۴ و کاستودیو^۵ (۲۰۱۴) و گومز^۶ و فیشر^۷ (۲۰۰۳) مشخص شده است که تحمل سختی از طریق اعتقادات دینی، رابطه نزدیکی با حوزه‌های مختلف خانواده، تحصیل، شغل و جنسیت و غیره دارد. همچنین یافته‌های پژوهش مهدیار، تقوی و گودرزی (۱۳۹۵) بر روی دانشجویان دانشگاه شیراز نشان داد که دل‌بستگی ایمن به خداوند می‌تواند پیش‌بینی کننده صبر در افراد باشد. همچنین، تحقیقات نشان داده است که انجام اعمال مذهبی نظیر نماز، روزه و سایر عبادات نوعی آرامش روانی در افراد ایجاد می‌کند که این امر می‌تواند در خودسازی، مقابله با استرس، شادکامی و رضایت از زندگی مؤثر باشد (سوخته‌سرای، امیرشاهی، جویباری و ثناگو، ۱۳۹۵).

بر اساس مطالعاتی که در طی زمان انجام این پژوهش در منابع داخلی و خارجی در دسترس صورت پذیرفته است، در خصوص مؤلفه‌های تأثیرگذار از جمله سبک‌های دل‌بستگی، تحمل ناکامی و نگرش مذهبی با تحمل پریشانی در افرادی که طلاق گرفته‌اند، پژوهش‌های اندکی صورت گرفته است. از این رو انجام این قبیل پژوهش‌ها در جامعه در کارکرد خانواده و عوامل مؤثر بر آن ضروری به نظر می‌رسد و می‌تواند کمک به بازسازی زندگی افراد بعد از طلاق و افزایش سلامت جسمی و روحی افراد شود. با توجه به اینکه عموماً زندگی زنان پس از جدایی به مراتب آسیب‌پذیرتر و پریشان‌تر از زندگی معمول آن‌هاست، برای تحمل این پریشانی به ابزارهای مقابله‌ای شایسته نیازمندند، لذا به نظر می‌رسد کشف عوامل مؤثر بر تحمل پریشانی می‌تواند تسهیلگر رشد و سازگاری آنان با زندگی بعد از طلاق باشد؛ بنابراین پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی تحمل پریشانی بر اساس سبک‌های دل‌بستگی، تحمل ناکامی و نگرش مذهبی در زنان مطلقه انجام شد.

روش

روش این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه پژوهش شامل تمامی زنان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره بهزیستی شهر تهران در ماه‌های تیر و مرداد سال ۱۳۹۸ بود. نمونه‌گیری به صورت در دسترس بود و نمونه این پژوهش شامل ۲۴۰ نفر از مراجعه‌کنندگان به این مراکز بود. شرط ورود به پژوهش، عدم ابتلا به بیماری‌های روان‌شناختی، داشتن سواد خواندن و نوشتن بود همچنین ملاک‌های خروج شامل عدم تمایل مراجع به ادامه همکاری و ناقص بودن پرسشنامه‌ها بود. پس از انتخاب نمونه پژوهش، پیش از اجرای پرسشنامه‌ها،

¹ Berkowitz

² frustration tolerance

³ Cohen

⁴ Martinez

⁵ Custodio

⁶ Gomez

⁷ Fisher

اطلاعاتی درباره‌ی موضوع پژوهش تا آنجا که در نتایج پژوهش تأثیرگذار نباشد، به شرکت‌کننده‌ها داده شد و پس از اطمینان از حضور داوطلبانه و پس از توجیهات لازم، شرکت‌کنندگان در پژوهش پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند. پس از جمع‌آوری پرسشنامه‌ها تعداد ۱۵ پرسشنامه ناقص بود که از نمونه پژوهش خارج شد و تعداد ۲۲۵ پرسشنامه وارد تحلیل شد. میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۳۶ سال بود.

ابزار سنجش

مقیاس تحمل پریشانی^۱ (DTS) این مقیاس، یک شاخص خود سنجی تحمل پریشانی هیجانی است که توسط (سیمونز و گاهر، ۲۰۰۵) ساخته شده است. این مقیاس دارای ۱۵ گزینه است که ۴ خرده مقیاس آن به عناوین تحمل^۲، جذب^۳، ارزیابی^۴ و تنظیم^۵ است که تحمل پریشانی را بر اساس توانمندی فرد برای تحمل پریشانی هیجانی، ارزیابی ذهنی پریشانی، میزان توجه به هیجانات منفی در صورت وقوع و اقدام‌های تنظیم‌کننده برای تسکین حالت پریشانی موردسنجش قرار می‌دهند. تحمل: با سؤالات ۱، ۳ و ۵ اندازه‌گیری می‌شود. جذب: با سؤالات ۲، ۴ و ۱۵ اندازه‌گیری می‌شود. ارزیابی: با سؤالات ۶، ۷، ۹، ۱۰، ۱۱ و ۱۲ اندازه‌گیری می‌شود. تنظیم: با سؤالات ۸، ۱۳ و ۱۴ اندازه‌گیری می‌شود. گزینه‌های این مقیاس بر اساس مقیاس لیکرت نمره‌گذاری می‌شوند، نمره یک به معنای توافق کامل با گزینه موردنظر و نمره ۵ به معنای عدم توافق کامل با گزینه موردنظر است. ضرایب آلفا برای این خرده مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۷۲، ۰/۸۲، ۰/۷۸، ۰/۷۰ و برای کل مقیاس ۰/۸۲ به دست آمده است. همبستگی درون طبقه‌ای پس از گذشت شش ماه، ۰/۶۱ بود (سیمونز و گاهر، ۲۰۰۵). در پژوهش اندامی خشک (۱۳۹۲) آلفای کرونباخ کل مقیاس ۰/۸۶ به دست آمد. عزیزی، میرزایی و شمس (۱۳۸۹) نیز، میزان آلفای کرونباخ این پرسش‌نامه را ۰/۶۷ و اعتبار باز آزمایی این پرسشنامه را نیز ۰/۷۹ گزارش کردند. آلفای کرونباخ پرسشنامه در پژوهش حاضر ۰/۷۱ بود.

پرسشنامه سبک دل‌بستگی^۶ بزرگ‌سالان هازن و شیور^۷ (AAI): این مقیاس یک آزمون ۱۵ سؤالی است و سه سبک دل‌بستگی ایمن^۸، اجتنابی^۹ و دوسوگرا^{۱۰} را در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت (۱ = خیلی کم تا ۵ = خیلی زیاد) می‌سنجد. هر مقیاس دارای ۵ سؤال است. سؤال ۱ تا ۵ سبک دل‌بستگی اجتنابی، سؤالات ۶ تا ۱۰ سبک دل‌بستگی ایمن و سؤالات ۱۱ تا ۱۵ سبک دل‌بستگی دوسوگرا را می‌سنجد. در پژوهش نگ (۲۰۰۰) آلفای کرونباخ سبک دل‌بستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا به ترتیب برابر با ۰/۶۵، ۰/۶۲ و ۰/۶۳ به دست آمد. روایی محتوایی مقیاس دل‌بستگی بزرگ‌سال با سنجش ضریب‌های همبستگی بین نمره‌های پانزده نفر از متخصصان روانشناسی مورد بررسی قرار گرفت. ضرایب توافق کندال برای سبک‌های دل‌بستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۶۱ و ۰/۵۷ به دست آمد (بشارت، ۱۳۹۱). همچنین وفائیان (۱۳۸۵) روایی هم‌زمان این پرسش‌نامه را با مصاحبه ساختاریافته مابین برای دل‌بستگی بزرگ‌سالان به ترتیب، ایمن (۰/۷۹)، نایمن اجتنابی (۰/۸۴) و نایمن دوسوگرا (۰/۸۷) گزارش کرده است. آلفای کرونباخ پرسشنامه دل‌بستگی در پژوهش حاضر ایمن ۰/۸۳، نایمن اجتنابی ۰/۷۹ و دوسوگرا ۰/۸۰ بود.

مقیاس تحمل ناکامی^{۱۱}: این مقیاس توسط هارینگتون (۲۰۰۵) به منظور سنجش میزان تحمل ناکامی فرد در رسیدن به اهداف ساخته شد. این مقیاس در ایران توسط بابارئسی و علیمهدی (۱۳۹۳) ترجمه و ویژگی‌های روان‌سنجی آن بررسی شد. پرسشنامه تحمل ناکامی دارای ۳۵ عبارت است که ۴ عامل عدم تحمل عاطفی، عدم تحمل ناراحتی، پیشرفت و شایستگی (استحقاق) را می‌سنجد. نمره‌گذاری به صورت طیف لیکرت ۵ امتیازی است. مجموع نمرات پایین نشانگر تحمل ناکامی بالا و مجموع نمرات بالا نشان‌دهنده تحمل ناکامی سطح پایین است. نتایج ضریب آلفای کرونباخ نشان داد که پایایی این ابزار برای کل شرکت‌کنندگان ۰/۸۴، برای مؤلفه‌ی عدم تحمل عاطفی ۰/۵۰، مؤلفه عدم تحمل ۰/۶۱، مؤلفه پیشرفت ۰/۵۲ و مؤلفه استحقاق ۰/۷۱ است. علاوه بر این ضریب آلفا در نمونه خارجی (هارینگتون،

1 Distress Tolerance Scale (DTS)

2 Tolerance

3 Absorption

4 Appraisal

5 Regulation

6 Attachment style Questionnaire

7 Hazan & Shaver

8 secure

9 avoidant

10 ambivalent

6 Frustration Discomfort Scale (FDS)

۲۰۰۵) بالاتر از نمونه ایرانی است که دامنه آن از ۰/۸۷ (مؤلفه عدم تحمل ناراحتی) تا ۰/۹۴ کل مقیاس گزارش شده است. آلفای کرونباخ کل این پرسشنامه در پژوهش حاضر ۰/۷۴ به دست آمد.

پرسشنامه‌ی جهت‌گیری مذهبی^۱ آلپورت و راس (۱۹۶۷): آلپورت و راس برای اندازه‌گیری جهت‌گیری مذهبی یک مقیاس ۲۰ ماده‌ای ساختند که جهت‌گیری مذهبی درونی و بیرونی را می‌سنجد. نمره‌گذاری برای سؤالات این آزمون براساس مقیاس لیکرت تنظیم شده است، سؤالات آزمون دارای چهار گزینه (کاملاً مخالفم، تقریباً مخالفم، تقریباً موافقم، کاملاً موافقم) است. در این مقیاس، گزینه‌های عبارات ۱ تا ۱۲ جهت‌گیری مذهبی برونی و عبارات ۱۳ تا ۲۱ جهت‌گیری مذهبی درونی را می‌سنجند. در تحقیق آلپورت همبستگی بین مقیاس‌های جهت‌گیری بیرونی با مقیاس‌های جهت‌گیری درونی ۰/۲۱ - بوده است. به علاوه، اعتبار پرسشنامه توسط جان بزرگی (۱۳۷۸) از طریق آلفای کرونباخ ۰/۷۴ و توسط مختاری، اللهیاری و رسول‌زاده طباطبایی (۱۳۸۰)، ۰/۷۱ گزارش شده است. آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر ۰/۶۹ به دست آمد.

پس از هماهنگی‌های لازم جهت اجرای پژوهش ابتدا با توضیح هدف پژوهش و کسب رضایت، پژوهشگر پرسش‌نامه‌ها را توزیع و در طول پاسخ آزمودنی‌ها حضور فعال داشت که در صورت لزوم به پرسش‌های آزمودنی‌ها پاسخ دهد. همچنین به شرکت‌کنندگان در فرایند پژوهش جهت محرمانه ماندن اطلاعات داده شد. پس از جمع‌آوری اطلاعات جهت تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی (محاسبه میانگین، انحراف معیار) استفاده شد. داده‌ها توسط نرم‌افزار SPSS22 و با استفاده از آزمون‌های آماری ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام تحلیل شدند.

یافته‌ها

سبک دل‌بستگی در این تحقیق با توجه به ادبیات تحقیق، دارای ۳ بعد است که به همراه جهت‌گیری مذهبی و تحمل ناکامی رابطه آن‌ها با تحمل پریشانی مورد سنجش واقع شده است. یافته‌های توصیفی مقیاس‌های پژوهش در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱. یافته‌های توصیفی خرده‌مقیاس‌های تحقیق

شاخص آماری مقیاس	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
سبک ایمن	۲۲۵	۱۶/۰۹	۳/۳۵
سبک اجتنابی	۲۲۵	۱۴/۶۶	۳/۶۳
سبک دوسوگرا	۲۲۵	۱۵/۴۴	۳/۱۸
عدم تحمل عاطفی	۲۲۵	۲۶/۳۹	۴/۲۴
عدم تحمل ناراحتی	۲۲۵	۲۵/۵۱	۴/۷۸
پیشرفت	۲۲۵	۲۳/۷۷	۵/۵۵
شایستگی	۲۲۵	۲۴/۵۲	۵/۳۶
جهت‌گیری مذهبی درونی	۲۲۵	۳۵/۴۳	۶/۵۲
جهت‌گیری مذهبی برونی	۲۲۵	۳۷/۶۱	۵/۳۹
تحمل پریشانی	۲۲۵	۴۰/۳۷	۷/۱۹

ابتدا با استفاده از آزمون آماری کولموگروف اسمیرنوف نرمال بودن داده‌ها مورد آزمون و تأیید قرار گرفت.

¹ Religious Orientation questionnaires

جدول ۲. آزمون کولموگروف اسمیرنوف تک نمونه‌ای

شاخص آماری	Z	سطح معنی داری
سبک ایمن	۰/۸۳	۰/۵۱
سبک اجتنابی	۱/۲۲	۰/۰۹
سبک دوسوگرا	۰/۹۵	۰/۳۲
عدم تحمل عاطفی	۰/۹۷	۰/۳۹
عدم تحمل ناراحتی	۱/۱۱	۰/۱۳
پیشرفت	۱/۲۴	۰/۰۹
شایستگی	۱/۰۷	۰/۱۹
جهت‌گیری مذهبی درونی	۱/۲۱	۰/۱۱
جهت‌گیری مذهبی برونی	۱/۲۵	۰/۰۹

با توجه به نتایج جدول و سطوح معناداری به‌دست‌آمده هریک از متغیرهای پژوهش که بزرگ‌تر از ۰/۰۵ است، توزیع متغیرها نرمال است. علاوه بر مفروضه نرمال بودن، یکی از مفروضات رگرسیون عدم وجود اثر هم خطی بین متغیرهای مستقل است. شاخص‌های تحمل واریانس و تورم واریانس این فرضیات را چک می‌کنند. مقدار شاخص تلورانس بین صفر و یک است. به ازای هر متغیر مستقل یک مقدار برای این شاخص وجود دارد، اگر مقدار این شاخص به یک نزدیک باشد نشان از این است که این متغیر با بقیه متغیرهای مستقل اثر هم خطی ندارد و اگر به صفر نزدیک باشد عکس این حالت را نشان می‌دهد. هم‌چنین شاخص VIF نیز در صورتی نشان از تأیید عدم وجود اثر هم خطی بین متغیرهای مستقل را نشان می‌دهد که مقداری کمتر از ۲ اختیار کند ($p < 0/05$).

جدول ۳. شاخص تحمل واریانس و عامل تورم واریانس

شاخص‌های هم‌خطی چندگانه	تلورانس	متغیرهای پیش‌بین
VIF	تلورانس	متغیرهای پیش‌بین
۱/۲۱	۰/۸۳	سبک ایمن
۱/۶۶	۰/۶۰	سبک اجتنابی
۱/۳۵	۰/۷۴	سبک دوسوگرا
۱/۵۳	۰/۶۵	عدم تحمل عاطفی
۱/۴۸	۰/۶۸	عدم تحمل ناراحتی
۱/۵۷	۰/۶۴	پیشرفت
۱/۵۵	۰/۶۳	شایستگی
۱/۹۱	۰/۵۲	جهت‌گیری مذهبی درونی
۱/۹۴	۰/۵۳	جهت‌گیری مذهبی برونی

همان‌طور که مشاهده می‌شود تمامی اعداد نشان از عدم وجود اثر هم خطی شدید بین متغیرهای پیش‌بین است. تمامی اعداد نشان از عدم وجود اثر هم خطی شدید بین متغیرهای پیش‌بین بود. از دیگر مفروضات رگرسیون استقلال خطاها بود که باید فرض وجود همبستگی بین خطاها رد شود. برای تأیید این فرض لازم است که مقدار این آماره در بازه ۱/۵ تا ۲/۵ قرار داشته باشد. در این پژوهش این آماره برابر با ۱/۹۹ شده است که حاکی از صادق بودن این پیش‌فرض است. آزمون تست مدل کلی است. درواقع اگر حداقل یکی از متغیرهای پیش‌بین تحقیق روی متغیر ملاک تأثیر معنادار داشته باشد، مدل پژوهشگر تأیید می‌گردد. فرض صفر و خلاف به‌صورت زیر است:

جدول ۴. نتایج رگرسیون عوامل سبک دل‌بستگی و جهت‌گیری مذهبی و تحمل ناکامی بر پربشانی

مدل	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	R	R ²	R ² adj	Sig
رگرسیون	۱۰۸۰/۵۶	۹	۱۲۰/۰۶	۱۲/۱۰	۰/۵۸	۰/۳۴	۰/۳۱	۰/۰۰۱
باقیمانده	۲۱۳۳/۳۱	۲۱۵	۹/۹۲					
کل	۳۲۱۳/۸۷	۲۲۴						

همان‌طور که در جدول مشاهده می‌شود مقدار sig کمتر از ۰/۰۵ شده است و نشان از معنی‌دار بودن مدل رگرسیون است. در این پژوهش مقدار R² برابر ۰/۳۴ شده است به این معنا که عوامل سبک دل‌بستگی و جهت‌گیری مذهبی و تحمل ناکامی ۳۴ درصد توانایی پیش‌بینی تحمل پربشانی را دارند و ۶۶ درصد باقیمانده مربوط به سایر عوامل است. شاخص R²adj (ضریب تعیین تصحیح‌شده): این شاخص توانایی پیش‌بینی متغیر وابسته را توسط متغیرهای پیش‌بین در جامعه بررسی می‌کند در واقع با کمی تعدیل، نمونه را به تمام جامعه بسط می‌دهد. مقدار این ضریب در این پژوهش ۰/۳۱ شده است، به عبارت دیگر سبک دل‌بستگی و جهت‌گیری مذهبی و تحمل ناکامی ۳۱ درصد توانایی پیش‌بینی تحمل پربشانی را دارند.

با توجه به معنادار بودن کل مدل اکنون باید بررسی کرد که کدام یکی از ضرایب صفر نیست و یا به عبارت دیگر کدام متغیر یا متغیرها تأثیر معنادار در مدل دارند. به این منظور از آماره t استفاده می‌شود.

جدول ۵. ضرایب استاندارد، غیراستاندارد و آماره t متغیرهای وارد شده در معادله رگرسیون

سطح معناداری	sig	آماره t	ضرایب رگرسیون		متغیر پیش‌بین
			استاندارد نشده	استاندارد شده	
۰/۰۵	۰/۰۰۱	۸/۹۸	۴۶/۰۸		مقدار ثابت
۰/۰۵	۰/۰۰۱	۵/۴۶	۰/۴۴	۰/۵۰	سبک ایمن
۰/۰۵	۰/۰۰۸	-۲/۴۱	-۰/۲۵	-۰/۲۸	سبک اجتنابی
۰/۰۵	۰/۶۹	-۰/۴۰	-۰/۰۳	-۰/۰۳	سبک دوسوگرا
۰/۰۵	۰/۰۰۲	-۳/۱۰	-۰/۲۶	-۰/۳۱	عدم تحمل عاطفی
۰/۰۵	۰/۰۰۲	-۳/۲۰	-۰/۲۹	-۰/۳۵	عدم تحمل ناراحتی
۰/۰۵	۰/۰۱	۲/۲۲	۰/۲۴	۰/۳۰	پیشرفت
۰/۰۵	۰/۲۱	۱/۲۴	۰/۰۹	۰/۱۲	شایستگی
۰/۰۵	۰/۰۰۱	۴/۰۸	۰/۳۹	۰/۴۵	جهت‌گیری مذهبی درونی
۰/۰۵	۰/۰۰۱	-۳/۸۷	-۰/۳۶	-۰/۳۸	جهت‌گیری مذهبی برونی

همان‌طور که نتایج جدول نشان می‌دهد عوامل سبک ایمن، سبک اجتنابی، عدم تحمل عاطفی، عدم تحمل ناراحتی، پیشرفت، جهت‌گیری مذهبی درونی و جهت‌گیری مذهبی برونی با تحمل پربشانی در سطح معناداری $p < 0/05$ رابطه معنادار دارند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی تحمل پربشانی بر اساس سبک‌های دل‌بستگی، تحمل ناکامی و نگرش مذهبی در زنان مطلقه انجام شد. نتایج نشان داد سبک‌های دل‌بستگی زنان پیش‌بینی کننده تحمل پربشانی آنان بعد از طلاق است. این یافته همسو با مطالعات پیشین (مهرابی زاده هنرمند، فتاحی و شهنی ییلاق، ۱۳۸۸؛ یارنوز-یابن، ۲۰۱۰)، نشان داد که سبک دل‌بستگی متغیری در تعامل با آمادگی فرد

برای مقابله با مشکلات و سازگاری با طلاق است. در تبیین این یافته می‌توان گفت وجود تخاصم، تکانشوری، تعارض و تردید در افرادی با سبک‌های دل‌بستگی اضطرابی، آن‌ها را نسبت به موقعیت‌های تنش‌زا آسیب‌پذیر می‌کند (کسیدی و شاور^۱، ۱۹۹۹). افرادی که دارای سبک دل‌بستگی اجتنابی هستند، دوری‌گزینند، از برقراری رابطه با دیگران می‌ترسند و نسبت به برقراری رابطه احساس امنیت نمی‌کنند. این افراد نمی‌توانند از حمایت دیگران برخوردار شوند و دیگران نیز به جهت این خصوصیت‌شان از برقراری ارتباط با آن‌ها خودداری می‌کنند بدین ترتیب چنین افرادی از حمایت‌های عاطفی، اجتماعی، خانوادگی و سازمانی که برای تسریع سازگاری با طلاق کمک‌کننده هستند و برای حل مشکلات و مسائل پس از طلاق ضرورت دارند، بی‌بهره می‌مانند. در مقابل، مشابه با نتایج پژوهشی که بلوم و کریستین (۲۰۱۸) بر تأثیر نگرانی‌های زنان مطلقه بر سلامت آن‌ها انجام داد، افرادی با دل‌بستگی ایمن می‌توانند بین پیوند عاطفی و استقلال تعادل برقرار کنند. در این افراد میزان سازگاری با شرایط جدید بالاست و از آنجا که طلاق هم یک موقعیت جدید به حساب می‌آید، احتمالاً راحت‌تر می‌توانند آن را بپذیرند، با برقراری روابط سالم خانوادگی و اجتماعی از تبعات طلاق بکاهند، با شرایط جدید سازگار شوند و زندگی را از سر بگیرند.

یافته دیگری از پژوهش حاضر، در راستا و مکمل پژوهش‌های پیشین (شیتلر و دولبیر^۲، ۲۰۱۱؛ تاگید و فردریکسون^۳، ۲۰۰۴؛ اندامی خشک، ۱۳۹۲) نشان داد که تحمل ناکامی، پیش‌بین دیگری برای تحمل پریشانی در زنان مطلقه است. فردی که روزی با اشتیاق و آرزوهای فراوان یک زندگی را آغاز کرده است، اکنون ناکام و ناچار، رابطه زناشویی را ترک می‌کند. با شروع تجرد حجم جدیدی از مشکلات آغاز می‌شود (مانند کاهش روابط اجتماعی و فامیلی، برخورد فرهنگ با فرد مطلقه، نگهداری فرزندان و مشکلات مالی) که باید یک‌تنه با آن‌ها روبه‌رو شود. احساس ناکامی در چنین شرایطی دور از تصور نیست. چنانچه فرد از توانایی قابل‌توجهی برای قبول و تحمل ناکامی برخوردار نباشد توانایی‌های خود را در مواجهه با شرایط جدید نادیده خواهد گرفت و نمی‌تواند با این شرایط تهدیدآمیز و عوامل فشارزا به‌طور کارآمد انطباق یابد. در مقابل فردی با تحمل ناکامی زیاد چاره‌ساز و معطف است و می‌تواند خود را با شرایط و تغییرات وفق دهد و درجاتی از سلامت روان و استقلال را از خود نشان دهد (کاراپنشن و جانسون^۴، ۲۰۰۵). این یافته با نتایج شاه‌بیک، خانه کشی و خان محمدی (۲۰۱۸) همخوانی دارد. آن‌ها نشان دادند زنان مطلقه، گرایش به استفاده از راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌محور داشته و کمتر به استفاده از راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار گرایش دارند؛ که این مسئله به‌عنوان زمینه‌ساز کاهش تاب‌آوری در مقابل مشکلات بوده و آسیب‌های روانی را در پی خواهد داشت.

یافته‌ای دیگر در پژوهش حاضر نشان می‌دهد که نگرش‌های مذهبی زن مطلقه پیش‌بینی‌کننده دیگری برای تحمل پریشانی او بعد از طلاق است. افراد تاب با احتمال بیشتری رویارویی در با شرایط ناگوار جوی معنا و در جست، هستند. داشتن ایمان تحمل، افراد را در برابر سختی افزایش داده و آن‌ها را برای غلبه چالش‌ها و تغییرات در زندگی یاری می‌دهد. آنجا که تظاهرات وسیله‌ای و ظاهری مذهب، برای کنترل ترس‌ها و کسب راحتی، کمال‌جویی و ارضای نیازهای فردی مانند مقام و امنیت باشد، راه به آسایش نمی‌برد. در عوض مذهب درونی که تضمین‌کننده سلامت روان است فراتر از دستیابی به اهداف، تعهدی همه‌جانبه، هوشمندانه و انگیزشی است. در مجموع یافته‌های حاصل از پژوهش حاضر همسو با یافته‌های دیگر مطالعات (شهابی و همکاران، ۲۰۱۷؛ گامز، فارینا و دال فورنو، ۲۰۱۴؛ فلانلی، الیسون و استراک، ۲۰۰۴) بیان می‌دارد که معنویات درونی بر خلاف مذهب بیرونی از طریق امیدواری به یاری خدا، امکان رویارویی مؤثر با پریشانی‌های موقعیتی را فراهم کرده و افراد را برای مواجهه با هیجانات و موقعیت‌های فشارزایی چون طلاق توانمند می‌سازد.

نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که تحمل پریشانی در زنان مطلقه با عواملی چند از جمله سبک دل‌بستگی، تحمل ناکامی و نگرش مذهبی آن‌ها در تعامل است؛ بنابراین برنامه‌های توانمندسازی روان‌شناختی و رشد شخصی با تمرکز بر ارتباط اجتماعی مؤثر در عین استقلال، توانایی مقابله و رویارویی مؤثر با ناکامی‌هایی که فرد در نتیجه طلاق متحمل می‌شود و ارتباط درونی و عمیق با خداوند، می‌تواند با تغییرات مثبت در آستانه تحمل پریشانی در جامعه مورد پژوهش همراه باشد. از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر، مطالعه صرف زنان مطلقه است؛ پژوهش مشابهی می‌تواند روابط مورد بحث را در مردان نیز مطالعه کند. از عوامل دیگر محدودکننده دامنه تعمیم نتایج، می‌توان به عوامل فرهنگی جامعه مورد مطالعه اشاره نمود. به پژوهشگران آتی پیشنهاد می‌شود پژوهش حاضر را در طرح‌های آزمایشی و

¹ Cassidy & Shaver

² Scheter & Dolbier

³ Tugade & Fredrickson

⁴ Karapetian & Johnson

مطالعات طولی برای یافتن روابط علت و معلولی و روند سازگاری افراد با طلاق، تکرار نمایند. همچنین از مطالعات کیفی و پدیدارشناسی جهت به دست آوردن درک عمیق تر از تحمل پریشانی در زنان مطلقه استفاده نمایند.

منابع

- اکبری، م.، و میرزا، م. (۱۳۹۷). مقایسه تحمل ناکامی در زنان مطلقه و متأهل. هفتمین همایش علمی پژوهشی علوم تربیتی و روانشناسی ایران. اندامی خشک، ع. (۱۳۹۲). نقش واسطه‌ای تاب‌آوری در رابطه بین تنظیم شناختی هیجان و تحمل پریشانی با رضایت از زندگی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علامه طباطبائی. تهران.
- بابارئیس، م.، و علم‌مهدی، م. (۱۳۹۳). اعتباریابی پرسشنامه تحمل ناکامی. مؤسسه آزمون یار پویا، تهران.
- بدری گرگری، ر.، و فرید، ا. (۱۳۹۱). رابطه بین جهت‌گیری مذهبی درونی و رفتارهای سلامت جسمی، روانی و معنوی و نقش واسطه‌ای ارزیابی چالش‌برانگیز بودن. راهبرد فرهنگ، ۵(۲۰): ۶۷-۸۲.
- بشارت‌م، ع.، و گنجی، پ. (۱۳۹۱). نقش تعدیل‌کننده سبک‌های دل‌بستگی در رابطه‌ی بین واگویی هیجانی و رضایت زناشویی. *مجله اصول بهداشت روانی*، ۱۴(۵۶): ۳۵-۳۲۴.
- بلالی، ط.، اعتمادی، ع.، و فاتحی‌زاده، م. (۱۳۹۰). بررسی رابطه عوامل روان‌شناختی و جمعیت‌شناختی پیش‌بینی‌کننده سازگاری پس از طلاق در زنان مطلقه شهر اصفهان. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۲(۵): ۳۳-۵۷.
- جان بزرگی، م. (۱۳۸۶). جهت‌گیری مذهبی و سلامت روان. پژوهش در پزشکی، ۳۱(۴): ۳۴۵-۳۵۰.
- خجسته‌مهر، ر.، امان‌الهی، ع.، زهره‌ای، ا.، و رجبی، غ. (۱۳۹۳). سبک‌های دل‌بستگی، اسناد علی و اسناد مسئولیت به عنوان پیش‌بین‌های خوشونت علیه زنان. *روانشناسی خانواده*، ۱۱(۱): ۴۱-۵۲.
- سوخته‌سرای، ر.، امیرشاهی، م.، جویباری، ل.، و ثناگو، ا. (۱۳۹۵). رابطه باورهای مذهبی و بهزیستی روان‌شناختی با شادکامی در دانشجویان روانشناسی دانشگاه آزاد ساری. *نشریه مطالعات آموزشی، مرکز مطالعات و توسعه آموزش پزشکی دانشگاه علوم پزشکی ارتش*، ۵(۲): ۱۳-۱۹.
- شارف، ر. ا. (۲۰۰۴). *نظریه‌های روان‌درمانی و مشاوره*. ترجمه، مهرداد فیروزبخت، تهران: انتشارات رسا، ۱۳۹۸.
- شمس، ج.، عزیزی، ع.، و میرزایی، آ. (۱۳۸۹). بررسی رابطه تحمل آشفتگی و تنظیم هیجانی با میزان وابستگی دانشجویان به سیگار. *مجله تحقیقات نظام سلامت حکیم*، ۱۳(۱): ۱۸-۱۱.
- شهبابی، م.، امین یزدی، س. ا.، مشهدی، ع.، و حسینی، ج. (۱۳۹۶). نقش نگرش مذهبی در تحمل پریشانی روان‌شناختی و دشواری نظم‌جویی هیجان دانشجویان دانشگاه تهران. *پژوهش در دین و سلامت*، ۳(۴): ۳۲-۴۷.
- عزیزی، ع.، میرزایی، آ.، و شمس، ج. (۱۳۸۹). بررسی رابطه تحمل آشفتگی و تنظیم هیجانی با میزان وابستگی دانشجویان به سیگار. *مجله پژوهشی حکیم*، ۱۱(۱): ۱۳-۱۸.
- محمودپور، ع.، فرح‌بخش، ک.، حسینی، ب.، و بلوچ‌زاده، ا. (۱۳۹۷). پیش‌بینی تعهد زناشویی زنان بر اساس شیوه‌های دل‌بستگی، خودشفقتی و تحمل پریشانی. *مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۱۸(۱): ۶۵-۸۴.
- مختاری، ع.، اللهیاری، ع.، و رسول‌زاده طباطبایی، ک. (۱۳۸۰). رابطه جهت‌گیری مذهبی با میزان تنیدگی، *مجله روانشناسی*، ۵(۱۷): ۱۰۰-۱۱۱.
- مهدیار، م.، تقوی، س.، و گودرزی، م. ع. (۱۳۹۵). پیش‌بینی صبر بر اساس تعلق مادی و دلبستگی به خدا در دانشجویان. *دین و سلامت*، ۴(۲): ۲۹-۳۸.
- مهرابی‌زاده‌هنرمند، م.، فتحی، ک.، و شهنی‌بیلاق، م. (۱۳۸۸). افسردگی، هیجان خواهی، پرخاشگری، سبک‌های دلبستگی و وضعیت اقتصادی اجتماعی به عنوان پیش‌بین‌های وابستگی به مواد مخدر در نوجوانان پسر شهر اهواز. *مجله علوم تربیتی و روانشناسی*، ۱۵(۱۱): ۱۵۳-۱۷۸.
- ناعمی، ع. م. (۱۳۹۴). تأثیر تاب‌آوری بر سلامت روان و رضایت از زندگی زنان سرپرست خانوار. *پژوهش‌نامه روانشناسی مثبت*، ۱(۳): ۳۳-۴۴.
- نریمانی، م.، ایل‌بیگی قلعه‌نی، ر.، و رستمی، م. (۱۳۹۳). نقش نگرش مذهبی، بهزیستی معنوی و حمایت اجتماعی در پیش‌بینی رضایت از زندگی مادران کودکان کم‌توان ذهنی. *نشریه اسلام و سلامت*، ۱(۳): ۴۱-۴۹.
- وفائیان، م. (۱۳۸۵). بررسی رابطه سبک دلبستگی با مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان دوره پیش دانشگاهی شهر یزد. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی دانشگاه اصفهان.
- هوشمندی، ف.، و ناعمی، ع. م. (۱۳۹۷). تأثیر آموزش خودبخوددگی با رویکرد دینی بر سرزندگی و تحمل ناکامی مادران کودکان دارای ناتوانی‌های رشدی و ذهنی. *فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی*، ۱۳(۵۲): ۳۰۵-۳۲۶.
- Allport, G. W., & Ross, J. M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of personality and social psychology*, 5(4), 432.
- Berkowitz, L. (2011). A cognitive-neoassociation theory of aggression. *The handbook of theories of social psychology*, 99-117.

The Prediction Of Distress Tolerance Based on Attachment Styles, Frustration tolerance and Religious...

- Blum, C. A., & Christine, E. L. (2018). Concerns of the Divorced Woman and Impact on Health. *Journal of Family Medicine Forecast*, 1(1), 1005.
- Cassidy, J., & Shaver, P.R. (1999). *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications*. New York: Guilford Press.
- Clarke-Stewart, A., & Brentano, C. (2006). *Divorce: Causes and consequences*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Cohen, A. B. (2009). Many forms of culture. *American psychologist*, 64(3), 194.
- Fagan, P. F. (2006). Why religion matters even more: The impact of religious practice on social stability. *Backgrounder*, 1992, 1-19.
- Flannelly, K. J., Ellison, C. G., Strock, A. L. (2004). Methodologic issues in research on religion and health. *Southern Medical Journal*, 97(12), 1231-41.
- Gähler, M. (2006). "To Divorce Is to Die a Bit...": A longitudinal study of marital disruption and psychological distress among Swedish women and men. *The Family Journal*, 14(4), 372-382.
- Galarneau, D., & Sturrock, J. (1997). *Family income after separation* (Vol. 5). Statistique Canada.
- Gomes, N. S., Farina, M., & Forno, C. D. (2014). Espiritualidade, religiosidade e religião: reflexão de conceitos em artigos psicológicos. *Revista de Psicologia da IMED*, 6(2), 107-112.
- Gomez, R., & Fisher, J. W. (2003). Domains of spiritual well-being and development and validation of the Spiritual Well-Being Questionnaire. *Personality and individual differences*, 35(8), 1975-1991.
- Harrington, N. (2005). The frustration discomfort scale: Development and psychometric properties. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 12(5), 374-387.
- Hassani, J., & Shahmoradifar, T. (2015). The Effectiveness of Procedural Emotion Regulation Strategies Training on Psychological Distress. *Personality & Individual Differences*, 4(10), 65-80.
- James, W. (1967). *The varieties of religious experience: A study in human nature*. Collier Books.
- Karapetian, A. M., & Johnson, G. J. (2005). Enhancing Resilience in Children: A Proactive Approach, *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(3), 238-245.
- Klobucar, N. R., Godava, M., Gerjoli, S., & Krakow (2015). *Emotional Changes after Divorce in Women*, [in:] *Faces of Women*, 89-100.
- Leyro, T. M., Zvolensky, M. J., & Bernstein, A. (2010). Distress Tolerance and Psychopathological Symptoms and Disorders: A Review of the Empirical Literature among Adults. *Psychological Bulletin*, 136(4), 576-600.
- Lucas, R. E. (2005). Time does not heal all wounds: A longitudinal study of reaction and adaptation to divorce. *Psychological science*, 16(12), 945-950.
- Martinez, B. B., & Custodio, R. P. (2014). Relationship between mental health and spiritual wellbeing among hemodialysis patients: a correlation study. *Sao Paulo medical journal*, 132(1), 23-27.
- Ng, K. (2000). A cross-cultural validation study of the Attachment Style Questionnaire.
- Rathi, P., & Pachauri, J. P. (2018). Problems faced by divorced women in their pre and post-divorce period: A sociological study with reference to District Meerut. *Journal of Pharmacognosy and Phytochemistry*, 7(1), 207-212.
- Rogers, A. H., Bakhshajie, J., Mayorga, N. A., Ditte, J. W., & Zvolensky, M. J. (2018). Distress tolerance and pain experience among young adults. *Journal Psychology, Health & Medicine*, 23(10), 743-8056.
- Schetter, C. D., & Dolbier, C. (2011). Resilience in the context of chronic stress and health in adults. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(9), 634-652.
- Shah Beik, S., Khaneh Keshi, A., & Khan Mohammadi, A. (2018). Coping Strategies and Resilience in Divorced and Non-divorced Females: A Comparative Study. *Journal of Health Promotion Management*, 7(2), 44-50.
- Simons, J. S., & Gaher, R. M. (2005). The Distress Tolerance Scale: Development and validation of a self-report measure. *Motivation and Emotion*, 29(2), 83-102.
- Shahabi, M., Yazdi, A. A., M ashhadi, A., & Hasani, J. (2017). The Role of Religious Attitude in Coping with Psychological Distress and Emotion Regulation Difficulties of Students. *Journal of Research on Religion & Health*, 3(4), 32-47.
- Simons, J. S., & Gaher, R. M. (2005). The Distress Tolerance Scale: Development and validation of a self-report measure. *Motivation and Emotion*, 29(2), 83-102.
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of personality and social psychology*, 86(2), 320-333.
- Yármoz-Yaben, S. (2010). Attachment style and adjustment to divorce. *The Spanish Journal of Psychology*, 13(1), 210-219.
- Yusmarhaini, Y., & John, S. W. (2013). A survey of family therapists' adult attachment styles in the United Kingdom. *Journal of Contemporary Family Therapy*, 12, 132-146.
- Zvolensky, M. J., Bernstein, A., & Vujanovic, A. A. (Eds). (2011). *Distress tolerance: Theory, research, and clinical applications*. New York, NY, US: Guilford Press.