

مقایسه میزان تحمل آشفتگی و راهبردهای تنظیم هیجان در بین زنان شاغل و خانه دار با تأکید بر عوامل اقتصادی

مطهره آخرتی شورابی^۱، رضا زیاری^۲، آمنه معاضدیان^۳

^۱ فوق لیسانس روان شناسی بالینی دانشگاه آزاد سمنان (نویسنده مسئول)

^۲ استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد سمنان

^۳ استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد سمنان

چکیده

در پژوهش حاضر، میزان تحمل آشفتگی، راهبردهای تنظیم هیجان و عوامل اقتصادی در بین زنان شاغل و خانه دار مورد مقایسه قرار گرفت. فرضیه اصلی تحقیق این بود که بین میزان تحمل آشفتگی و راهبردهای تنظیم هیجان در زنان شاغل و خانه دار تفاوت وجود دارد. با توجه به فرضیه اصلی تحقیق می توان گفت که سؤال اصلی پژوهش این بود که آیا میزان تحمل آشفتگی و راهبردهای تنظیم هیجان در بین زنان شاغل و خانه دار تفاوت وجود دارد؟ در این پژوهش جامعه آماری شامل تمامی زنان شاغل فرهنگی و خانه دار در شهر مشهد در سال ۹۸-۱۳۹۷ بودند. به منظور آزمودن این فرضیه، ۱۲۰ نفر از بانوان مشهودی که ۶۰ نفر آنها شاغل فرهنگی و ۶۰ آنها خانه دار بودند و با استفاده از ملاکهای ورود هم‌تاسازی شدند، به صورت غیر تصادفی در دسترس انتخاب شدند. اطلاعات مربوطه از طریق پرسشنامه های استاندارد تحمل پریشانی سیمونز و گاهر و پرسشنامه راهبردهای تنظیم هیجان گراس و همچنین پرسشنامه محقق ساخته عوامل اقتصادی جمع آوری گردید. داده های به دست آمده از پاسخ های داده شده به پرسشنامه ها کدگذاری شده و با استفاده از نرم افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. پس از انجام تحلیل آماری در جهت تأیید فرضیه صفر مشخص گردید که بین میزان تحمل آشفتگی و راهبردهای تنظیم هیجان در زنان شاغل و خانه دار تفاوت معنی داری وجود ندارد.

واژه‌های کلیدی: تحمل آشفتگی، راهبردهای تنظیم هیجان، عوامل اقتصادی، زنان شاغل، زنان خانه دار

۱. مقدمه

همان طور که می دانیم، زن یعنی کانون خانواده، هسته اصلی و گردآورنده اعضای خانواده به دور یکدیگر، آرامش و آغوشی پر از مهر و محبت برای فرزندان و همچنین پشتیبان و همراه همیشگی پدر و مرد خانواده. برای وصف زن و به عبارتی دیگر مادر، حتماً تعریف های با معنا و گسترده تری از تعریف های فوق وجود دارد و تعریف های بیان شده در بالا، ذره ای از اهمیت و نقش زن را در خانواده بیان نمی کند.

البته لازم به ذکر است، دلیل صحبت نکردن از اهمیت مردان در این تحقیق، نادیده گرفتن نقش مردان و اهمیت آنان نمی باشد. به طور حتم، حضور پدر نیز مانند مادر در خانواده حیاتی می باشد، اما در تحقیق حاضر ما سعی داشتیم تا اثر اشتغال و کار بیرون از منزل را بر روی زنان و مادران گرامی مورد ارزیابی و تحلیل قرار بدهیم و به همین دلیل، کانون تمرکز تحقیق حاضر زنان بودند.

امروزه زنان به دلایل فردی، خانوادگی، مالی و سطح اقتصادی-اجتماعی، علاقه و انگیزه وافری به کار و اشتغال بیرون از منزل دارند و همان طور که در جامعه دیده می شود، کمتر می توان مادر خانه دار در جامعه پیدا کرد. این موضوع و تغییر نقش گسترده زنان، در ایفای نقش مادری و همسری آنان اثر گذار است و همچنین زندگی فردی و خصوصی آنها را را مورد تأثیر قرار می دهد که به حتم اگر این حرکت زنان از درون منزل به اجتماع، با فکر، برنامه ریزی و هماهنگی و همچنین همکاری خانواده آنان به خصوص پدران یا همسران همراه نباشد، فشارها و ضربه های روحی و جسمی زیادی برای آنان به همراه خواهد داشت. البته در این راه به جز خانواده و به عبارتی دیگر هماهنگی درون خانواده، هماهنگی بیرون خانواده مانند سیاست های دولت، برنامه ریزی ها و حمایت های دولت و مسئولین از زنان و اشتغال آنها از اهمیت وافری برخوردار می باشد و نمی توان اهمیت آن را نادیده گرفت.

به طور حتم، برای پیشبرد درست اشتغال زنان و هدایت آن به طوری که باعث ضربه به خانواده و خود مادران و همسران نگردد، وجود تحقیق ها و مطالعات دانشگاهی و اطلاع رسانی نتایج تحقیقات از اهمیت زیادی برخوردار است. از این رو به امید این که در این راه قدم کوچکی برداشته باشیم، زنان شاغل و خانه دار^۱ در سه فاکتور تحمل آشفتگی^۲، تنظیم هیجان^۳ و همچنین امور اقتصادی^۴ مورد تحقیق و بررسی قرار دادیم.

شغل عبارت است از گروهی از موقعیت های شبیه به هم در یک مؤسسه، اداره یا کارگاه. به بیان دیگر، چند پست کاملاً مشابه که به لحاظ نوع و کیفیت و درجه، پیچیدگی وظایف و مسئولیتها کاملاً یکسان باشند، به نحوی که بتوانیم برای همه این قبیل پست ها یک عنوان شغلی به کار برده، ضمناً حقوق یا مزد یکسانی پرداخت نماییم و خلاصه اینکه شرایط احراز لازم برای هر یک از این قبیل پستها کاملاً مشابه باشد، در اصطلاح طبقه بندی مشاغل شغل نامیده می شود.

جامعه برای ادامه حیات خود به کار و کارگر نیاز دارد. این نیاز از قرنهای پیش موجود بوده است و در آینده نیز وجود خواهد داشت. کار قسمت اعظمی از زندگی هر فرد را به خود اختصاص می دهد. حتی در جوامع بدوی نیز هر کسی مجبور به انجام کاری است و باید قسمتی از وظایف محوله در جامعه خود را به عهده گیرد. راجع به شغل باید گفت که شغل برای ادامه زندگی و بقای جامعه ضروری و اجتناب ناپذیر است. زندگی هر فرد از طریق کار کردن تأمین می شود و خود کفایی هر کشور به میزان و نوع عملکرد شاغلین آن بستگی دارد. تحقیقات نشان می دهد که با افزایش بیکاری فساد شدت می یابد. فرهنگ جامعه ایرانی نیز پر از مطالب و نکاتی است که انسان را به کار کردن و کوشیدن تشویق می نماید. مثلاً عبارت "برو کار کن

^۱working women & housewives

^۲distress tolerance

^۳emotion regulation

^۴economic factors

مگو چیست کار" گویای آن است که انسان برای ادامه حیات و نیز ارضای نیازهایش باید به کاری اشتغال ورزد (رشیدی، ۱۳۹۱).

زنان و مردان در الگوی مدت زمان کاری خود تفاوت دارند. بیش تر زنان و بیش تر مردان در طول زندگی بزرگسالی خود، شاغل بوده یا شاغل خواهند بود. با این حال، زنان اغلب در طول زندگی شغلی خود، تا حدودی به دلیل نقش آنها به عنوان انجام دهنده کارها در خانه، به صورت متناوب شاغل بوده اند. در حالی که عموماً اشتغال مردان بین ترک مدرسه و بازنشستگی مستمر است (Rosenfeld, 1978).

در یک نظر سنجی، ۵۶٪ از زنان که تمام وقت خود را در خانه می گذرانند اظهار داشته اند که اگر می توانستند، همه چیز را از نو شروع می کردند و برای خود شغلی فراهم می کردند. تنها ۲۱٪ از مادران شاغل گفته اند که در صورت نیاز برای بودن با کودکانشان حاضرند از کار فعلی خود دست بکشند (سید موسوی، ۱۳۸۹).

در جوامع سنتی و تا پیش از وقوع فرایند صنعت گستری و نوسازی سیاسی اجتماعی و اقتصادی، ساختار روابط بین نهاد های اجتماعی اساساً بر پایه سنت ها، تجارب، ممارست ها و باورهایی تعیین می شود که از نسلی به نسل بعد منتقل شده و جزء میراث مشترک آن جامعه به حساب می آید، بر این اساس تقسیم کار بین زنان و مردان نیز بر پایه سنت و جنسیت صورت می پذیرد. از این رو از مردان انتظار می رود با اشتغال به کار در خارج از خانه اسباب معاش خانواده خود را فراهم آورند، در عوض، زنان نیز وظیفه دارند با ماندن در خانه به مراقبت از کودکان و اداره امور منزل، پخت و پز غذا به تمهید شرایطی امن و راحت برای شوهر و سایر اعضای خانواده بپردازند.

اما امروزه تغییر نقش های سنتی زنان و تقاضای روز افزون آنان برای مشارکت در عرصه های مختلف، به واقعیت انکارناپذیر جامعه ایران تبدیل شده است. این وضعیت که حاصل دگرگونی در نظام ارزش ها، رشد اندیشه مردم سالاری، گسترش آگاهی عمومی، رشد مطالبات مدنی و ارتقای تحصیلات تخصصی زنان و هم چنین تغییر ساختارهای اقتصادی و اجتماعی دهه های اخیر است، موجب تغییر در سبک زندگی آنان شده است (جعفر زاده میانه، ۱۳۹۳).

اشتغال زنان با وجود بهبود وضع اقتصادی خانواده به دلیل کمبود ساعات حضور زن در خانه، باعث تحولاتی در مدیریت و نقش اعضای خانواده می گردد. در وهله ی نخست، این تأثیر به تغییر عملکرد همسر و کاهش قدرت وی می انجامد و در نهایت، در بسیاری از موارد موجب هماهنگی زوجین در تصمیم گیری و اداره ی امور زندگی می شود. غالباً در خانواده هایی که زن شاغل است، مردان در کار منزل مشارکت بیشتری دارند و زن و شوهر در بسیاری از مسایل به درک و تفاهم می رسند و آثار مثبت این رفتار بر اعضای دیگر خانواده نیز مشاهده می شود، اما با این وجود، متأسفانه درصدی از مردان هنوز شغل اصلی زن را خانه داری و فرزند پروری می دانند و با این که به تأثیر شغل و درآمد همسرشان در رفع تنگنای زندگی مادی واقف اند، انتظار دارند وی به تنهایی تمام کارهای خانه را انجام دهد. این فشار فزاینده انجام دو مسئولیت بعضاً زنان شاغل را به ناراحتی های جسمی و روحی، افسردگی و نا امیددی مبتلا می کند و شاید به جرأت بتوان گفت یکی از عوامل ناراضیاتی زنان شاغل در زندگی زناشویی همین موضوع است (هنرپروران و همکاران، ۱۳۹۰).

به اعتقاد هاید (۱۳۸۰)، برای بسیاری از زنان بزرگسال نقش همسری و مادری مهم تلقی می شوند.

اوکلی جامعه شناس (۱۹۷۴)، درباره کار خانگی زنان تحقیقی انجام داده که قابل توجه می باشد. علی رغم این که اکثریت افراد جامعه کار خانگی را بی اهمیت می دانند، زنان دار این نوع کار را ارزشمند بر می شمارند. در این ارتباط اکثریت اعضای جامعه برای دیدگاه خویش به استدلال های زیر متوسل می شوند:

- ۱- زنان به داخل خانه تعلق دارند و کار بیرون مربوط به مردان است.
- ۲- بر اساس استدلال فوق مردان کار می کنند و زنان کار انجام نمی دهند.
- ۳- پس کارهای منزل آنچنان کاری قلمداد نمی شوند.

اوکلی می گوید که کارهای منزل همسنگ با کارهای دیگر است، لیکن تفاوتش در این است که اجرتی برای آن پرداخت نمی شود. این جامعه شناس معتقد است که این کار آکنده از احساسات متفاوت می باشد، لیکن احساس غالب زنان این است که این نوع کار راضی کننده نمی باشد. طبق گزارش آدامز (۱۹۸۷)، فرضاً ۷۰٪ زنان خانه دار بریتانیایی دل خوشی از موقعیت خویش نداشته و دلایلشان این بود که کاری یکنواخت پیوسته و بدون ساخت بوده و عمدتاً احساس دلمردگی می کنند. یک زن خانه دار به طور متوسط ۷۷ ساعت را در هفته به کارهای منزل اختصاص می دهد. تکراری بودن کارهای خانه عامل عمده دلزدگی زنان است این گروه از زنان تنها حسن چنین کاری را این می دانستند که رئیس خودشان بوده و نیازی ندارند که به امر و نهی های یک رئیس رسمی پاسخ دهند، این در حالی است که زنان کارمند باید وظایف محول شده را به نحو احسن انجام داده و در برابر اعمال خویش به بالا دستان و کارفرمایان خود پاسخ گو باشند. نکته دیگری که در این بررسی روشن بود این که، زنانی که در گذشته کارهای موفق داشتند در موقعیت فعلی شان دلمرده تر بودند. جان کلام اینکه اگرچه به طور کلی ازدواج و شغل گزینی زن از عوامل مهم سازگاری تلقی می شود با این وجود، وظایف مادری، همراه با فشارهای روانی است. طبق گفته کامبل (۱۹۷۵)، وظایف مادری چنان بر اساس فرهنگ جامعه الزامی است که فشارهای حاصل از این امر کاملاً نادیده گرفته می شود. آمار و ارقام حاکی از این است که ۹۰٪ زنان متأهل دست کم یک بچه به دنیا آورده اند (نصرتی، ۱۳۹۰). تلاش برای درک اثرات هیجانات منفی و تجربیات استرس زا، در هر دو پیامد سلامت روانی و جسمی، ویژگی های فردی، مدت هاست که مورد توجه بسیاری قرار گرفته است. به عبارت دیگر، محققان استدلال می کنند که چگونگی تجربه یک واقعه استرس زا به همان اندازه مهم است که گویا محرک تنش زا رخ داده است. این دیدگاه گرایش دارد، به اندازه ای که هر فرد توانایی دارد استرس را تحمل کند تمرکز کند. به طور فزاینده ای، فعالیت زیاد بدن مشخص کننده تحمل پریشانی است، به عنوان یک متغیر مهم تفاوت های فردی، تحمل پریشانی پایداری در فعالیت هدفمند در هنگام تجربه پریشانی روانی تعریف شده است (Doan et al, 2018).

تحمل پریشانی کم (یعنی، ناتوانی در تحمل هیجانات منفی) یک مؤلفه مهم مشکل تنظیم هیجانات است (Emami et al, ۲۰۱۶). یکی از مواردی که مورد توجه دانشمندان واقع شده است تحمل پریشانی می باشد. تعریف عملیاتی تحمل پریشانی عبارت است از: (۱) توانایی درک شده برای تحمل حالات منفی وضع روانی (۲) توانایی رفتاری برای تحمل حالات آزارنده (Peraza et al, 2019).

هیجانات معمولاً به عنوان پاسخ های فیزیولوژیکی که اصالتاً مربوط به علامت و یا رویدادهای مهم انگیزشی هستند، تعریف می شوند. کنترل و مدیریت هیجانات پدیده ای است که در سطح عصبی و رفتاری قابل مشاهده است. در سطح مغز، تنظیم هیجان به عنوان فرایندهای عصبی ظاهر می شود که بر عملکرد شدت، مدت، و نوع هیجان تجربه شده تأثیر می گذارد (Park et al, ۲۰۱۹).

هیجانات به عنوان واکنش ها، در سه کانال از سیستم هیجان تجلی می یابد: تجربی (به عنوان مثال، احساس ترس) رفتاری (به عنوان مثال، میل به دویدن) و کانال های فیزیولوژیکی (به عنوان مثال، افزایش ضربان قلب). هیجانات می توانند مانند شادکامی مثبت ارزیابی شوند یا به صورت منفی مانند غمگینی ارزیابی گردند. افراد می توانند تلاش کنند تا مسیر هیجانات خود را تغییر دهند و این گونه تلاش ها تنظیم هیجان را تشکیل می دهد (Preece et al, 2018).

تنظیم هیجان (ER) فرآیندی است که توسط آن افراد بر روی تجربه هیجانی خود که شامل نوع، شدت، زمان بندی و بیان هیجانات است تأثیر می گذارند. نحوه انتخاب افراد برای تنظیم هیجانات و عواقب آن تصمیمات ارتباط نزدیکی با سلامت و تندرستی دارد (Cho et al, 2019).

تنظیم هیجان به فرایند چگونگی، کدام، و هنگامی که هیجان های منفی و مثبت بیان و تجربه می شوند اشاره دارد. طبق گفته های گرانز و رومر (۲۰۰۴)، تنظیم هیجان شامل شش بعد می شود: (۱) آگاهی، و (۲) درک هیجانات (۳) پذیرش هیجان های تجربه شده (۴) توانایی درگیری در رفتار هدفمند (۵) توانایی کنترل رفتارهای تکانشی در زمان تجربه هیجان های منفی، و (۶) توانایی اعمال انعطاف پذیری در استفاده از راهبردهای تنظیم هیجان. شکست در تحقق هر یک از این ابعاد ممکن است

منجر به رفتارهای آسیب شناختی یا پریشانی بشود. تحقیقات نشان داده است که کسری تنظیم هیجان پیش بینی کننده افزایش خطر ابتلا به اختلالات سلامت روان است (Marchica et al, 2019).

در اقتصاد جدید یا اقتصاد مبتنی بر دانش، جمعیت، سرمایه فیزیکی و سرمایه انسانی از مهم ترین عوامل رشد و توسعه پایدار کشورها و عوامل اساسی تعیین کننده میزان اشتغال زنان هستند.

فرجادی و فلیحی (۱۳۷۷: ۷۴)، با استفاده از روش اقتصاد سنجی، نرخ مشارکت نیروی کار زنان و مردان را برآورد کرده اند. در این الگو، نرخ مشارکت نیروی کار تابعی از نرخ بیکاری، پوشش تحصیلی، تورم، دارندگان مدرک دانشگاهی، شاغلان بخش های مختلف اقتصادی و تولید ناخالص داخلی سرانه در نظر گرفته شده است.

کلارک و آنکر (۱۹۹۰: ۲۷۱ - ۲۲۵) نرخ مشارکت نیروی کار مردان و زنان مسن را در سطح بین المللی بررسی کرده اند. کلارک و آنکر، با توجه به آثار جانشینی و درآمدی، مطرح می کنند که افزایش درآمد سرانه می تواند منجر به کاهش نرخ مشارکت افراد مسن شود. این نتیجه در الگوی مشارکت مردان و زنان تأیید می شود (صادقی و عمادزاده، ۱۳۸۳).

بحث اشتغال همان طور که در بالا ذکر شد، از جمله مباحثی است که داشتن توانایی تحمل آشفتگی و تنظیم هیجان، به خصوص در زنان شاغل و همچنین زنان خانه دار، از اهمیت زیادی برخوردار است. زن کانون محبت و تجلی مهربانی و آرامش در خانواده است، برای همین داشتن این دو مهارت و توانایی، برای این که بتواند خانواده را به خوبی مدیریت کند و در طوفان های سخت زندگی تسلیم حوادث نشود و این کشتی را به ساحل آرامش و صفا و صمیمیت برساند مهم و ضروری است. تحمل آشفتگی و تنظیم هیجان در زنان شاغل، با توجه به چشیدن سرد و گرم بیشتر روزگار و درگیری بیش تر در خارج از کانون خانواده و روبه رو شدن با اتفاقات و مسائل دارای بار هیجانی زیاد از اهمیت زیادی برخوردار است، تا از این طریق زنان شاغل بتوانند بین بیرون خانواده خود (مسائل اجتماعی و اشتغالی) و درون خانواده خود (مسائل درون خانواده) هماهنگی و تناسب لازم را به کمک خانواده ایجاد کنند و سلامت روحی و جسمی خود را حفظ کنند.

با توجه به مطالب بیان شده و اهمیت سه مؤلفه تحمل آشفتگی و تنظیم هیجان و عوامل اقتصادی در بحث اشتغال، می توان گفت که این پژوهش در نظر دارد به این سؤال پاسخ دهد که آیا بین میزان تحمل آشفتگی و راهبردهای تنظیم هیجان و همچنین عوامل یا وضعیت اقتصادی زنان شاغل و خانه دار تفاوت وجود دارد؟

فرضیه های فرعی و اصلی تحقیق حاضر عبارتند از:

الف) فرضیه اصلی:

بین میزان تحمل آشفتگی و راهبردهای تنظیم هیجان در زنان شاغل و خانه دار تفاوت وجود دارد.

ب) فرضیه های فرعی:

- ۱: بین میزان تحمل آشفتگی در زنان شاغل و خانه دار تفاوت وجود دارد.
- ۲: بین راهبردهای تنظیم هیجان در زنان شاغل و خانه دار تفاوت وجود دارد.
- ۳: بین میزان تحمل آشفتگی و عوامل اقتصادی رابطه وجود دارد.
- ۴: بین راهبردهای تنظیم هیجان و عوامل اقتصادی رابطه وجود دارد.
- ۵: عوامل اقتصادی در بین زنان شاغل و خانه دار متفاوت است.

۲. روش تحقیق

تحقیق حاضر به لحاظ هدف بنیادی و به لحاظ ماهیت علی - مقایسه ای و از نظر زمانی مقطعی بود. در این پژوهش جامعه آماری، شامل تمامی زنان شاغل فرهنگی و خانه دار ساکن در شهر مشهد، در سال ۹۸-۱۳۹۷ می شد. هدف پژوهش حاضر،

بررسی تفاوت میزان تحمل آشفتگی و راهبردهای تنظیم هیجان و همچنین عوامل اقتصادی در بین زنان شاغل و خانه دار بود. روش جمع آوری داده ها و اطلاعات، توزیع پرسشنامه ها، در شهر مشهد، به صورت غیرتصادفی در دسترس، بین زنان شاغل فرهنگی و خانه دار انجام شد.

ابزارهای اندازه گیری

مقیاس تحمل پریشانی: این مقیاس خود سنجی توسط سیمونز و گاهر در سال ۲۰۰۵ ساخته شد و دارای ۱۵ سؤال و ۴ زیرمقیاس می باشد. زیر مقیاس های آن عبارتند از: تحمل، جذب، ارزیابی، و تنظیم که روی یک مقیاس پنج درجه ای (۱) کاملاً موافق، (۲) اندکی موافق، (۳) به یک اندازه موافق و مخالف، (۴) اندکی مخالف، (۵) کاملاً مخالف نمره گذاری می شوند. ضرایب آلفا برای این مقیاس ها به ترتیب 0.72 ، 0.82 ، 0.78 ، و 0.70 و برای کل مقیاس 0.82 به دست آمده است. علوی (۱۳۸۸) نیز همسانی درونی بالایی را برای کل مقیاس (0.71) و اعتبار متوسطی را برای این زیر مقیاس ها نشان داد (0.54 برای زیر مقیاس تحمل، 0.42 برای زیر مقیاس جذب، 0.56 برای زیر مقیاس ارزیابی، و 0.58 برای زیر مقیاس تنظیم). عزیزی (۱۳۸۸)، آلفای کرونباخ این مقیاس را 0.67 ، و ضریب اعتبار بازآزمایی برای کل مقیاس را 0.81 و برای زیر مقیاس های تحمل، جذب، ارزیابی و تنظیم، به ترتیب، 0.71 ، 0.69 ، 0.77 و 0.73 گزارش نموده است (ندیمی، ۱۳۹۴).

مقیاس تنظیم هیجان: پرسشنامه تنظیم هیجان به منظور اندازه گیری راهبردهای تنظیم هیجان توسط گراس و جان تدوین شده است. این پرسشنامه مشتمل بر دو خرده مقیاس ارزیابی مجدد با ۶ گویه و سرکوبی با ۴ گویه می باشد. شرکت کنندگان در یک مقیاس لیکرت ۷ درجه ای از به شدت مخالفم (با نمره ۱) تا به شدت موافقم (با نمره ۷) پاسخ می دهند. در پژوهش گراس و جان همبستگی درونی برای ارزیابی مجدد 0.79 و سرکوبی 0.73 به دست آمده است. کاریمن و وینگرهوتس همبستگی درونی را برای ارزیابی مجدد 0.83 و برای سرکوبی 0.79 گزارش کردند. در ایران حسینی میزان آلفای کرونباخ 0.79 برای ارزیابی مجدد گزارش کرده است و در پژوهش حاضر مقدار آلفای کرونباخ برای ارزیابی مجدد 0.83 و سرکوبی 0.79 به دست آمده است (بیگدلی و همکاران، ۱۳۹۲).

مقیاس عوامل اقتصادی: این پرسش نامه، دارای دوازده گزینه می باشد که توسط محقق با هدف سنجش وضعیت مالی افراد طراحی شده. قابل به ذکر است که در این پرسش نامه به جز سنجش حقوق ماهیانه بانوان شاغل و همچنین حقوق ماهیانه همسران پاسخ گویان، که به صورت عدد، پاسخ گویان میزان حقوق خود و همسرشان را مینوشتند، سؤالاتی دیگر از قبیل وضعیت اشتغال پاسخگویان (شاغل و خانه دار)، در صورت اشتغال، میزان رضایت از شغل (نسبتاً کم، کم، نسبتاً زیاد، زیاد)، در صورت اشتغال، میزان ارزیابی درآمد (نسبتاً کم، کم، نسبتاً زیاد، زیاد)، میزان ارزیابی درآمد خانواده (نسبتاً کم، کم، نسبتاً زیاد، زیاد)، ارزیابی میزان تأثیر تورم در زندگی (نسبتاً کم، کم، نسبتاً زیاد، زیاد)، سرپرست خانوار بودن پاسخ گویان (بله، خیر)، دارا بودن خودرو شخصی (بله، خیر)، وضعیت مسکن پاسخ گویان (مالک، مستأجر)، محل جغرافیایی زندگی پاسخ گویان (شمال، جنوب، شرق، غرب) و در پایان تعداد اعضای خانواده پاسخ گویان که صورت عدد توسط پاسخ گویان نوشته میشد، به طور زمینه ای مورد پرسش قرار گرفت.

۳. یافته ها و جداول

توصیف داده ها

جدول ۱، توزیع فراوانی وضعیت اشتغال پاسخ گویان را نشان می دهد. از مجموع ۱۲۰ نفر پاسخ دهنده، ۵۰ درصد از پاسخ گویان خانه دار و ۵۰ درصد از پاسخ گویان شاغل فرهنگی بودند.

جدول ۱: توزیع فراوانی وضعیت اشتغال پاسخ گویان

وضعیت اشتغال	فراوانی	درصد
خانه دار	۶۰	٪۵۰
شاغل	۶۰	٪۵۰
کل	۱۲۰	٪۱۰۰

جدول ۲، توزیع فراوانی مقدار حقوق ماهیانه پاسخ گویان را نشان می دهد. از مجموع ۵۲ نفر پاسخ دهنده، ۱۵ درصد از پاسخ گویان بین ۱۵۰۰۰۰۰ تا ۲۰۰۰۰۰۰ تومان حقوق ماهیانه آنها بود، ۴۸ درصد از پاسخ گویان بین ۲۰۰۰۰۰۰ تا ۲۵۰۰۰۰۰ تومان حقوق ماهیانه آنها بود، ۲۲ درصد از پاسخ گویان بین ۲۵۰۰۰۰۰ تا ۳۰۰۰۰۰۰ تومان حقوق ماهیانه آنها بود و ۱۵ درصد از پاسخ گویان بیشتر از ۳۰۰۰۰۰۰ تومان حقوق ماهیانه آنها بود.

جدول ۲: توزیع فراوانی مقدار حقوق ماهیانه پاسخ گویان

مقدار حقوق ماهیانه	فراوانی	درصد
بین ۱۵۰۰۰۰۰ تا ۲۰۰۰۰۰۰ تومان	۸	٪۱۵
بین ۲۰۰۰۰۰۰ تا ۲۵۰۰۰۰۰ تومان	۲۵	٪۴۸
بین ۲۵۰۰۰۰۰ تا ۳۰۰۰۰۰۰ تومان	۱۱	٪۲۲
بیشتر از ۳۰۰۰۰۰۰ تومان	۸	٪۱۵
کل	۵۲	٪۱۰۰

جدول ۳، توزیع فراوانی میزان رضایت از شغل پاسخ گویان را نشان می دهد. از مجموع ۵۸ نفر پاسخ دهنده، ۹ درصد از پاسخ گویان رضایت از شغل آنها نسبتاً کم بود، ۱۰ درصد از پاسخ گویان رضایت از شغل آنها کم بود، ۳۴ درصد از پاسخ گویان رضایت از شغل آنها نسبتاً زیاد بود و ۴۷ درصد از پاسخ گویان رضایت از شغل آنها زیاد بود.

جدول ۳: توزیع فراوانی میزان رضایت از شغل پاسخ گویان

میزان رضایت از شغل	فراوانی	درصد
نسبتاً کم	۵	٪۹
کم	۶	٪۱۰
نسبتاً زیاد	۲۰	٪۳۴
زیاد	۲۷	٪۴۷
کل	۵۸	٪۱۰۰

جدول ۴، توزیع فراوانی میزان ارزیابی درآمد از شغل پاسخ گویان را نشان می دهد. از مجموع ۵۸ نفر پاسخ دهنده، ۳۶ درصد از پاسخ گویان ارزیابی درآمد از شغل آنها نسبتاً کم بود، ۵۲ درصد از پاسخ گویان ارزیابی درآمد از شغل آنها کم بود و ۱۲ درصد از پاسخ گویان ارزیابی درآمد از شغل آنها نسبتاً زیاد بود.

جدول ۴: توزیع فراوانی میزان ارزیابی درآمد از شغل پاسخ گویان

میزان ارزیابی درآمد از شغل	فراوانی	درصد
نسبتاً کم	۲۱	٪۳۶
کم	۳۰	٪۵۲
نسبتاً زیاد	۷	٪۱۲
کل	۵۸	٪۱۰۰

جدول ۵، توزیع فراوانی مقدار درآمد یا حقوق ماهیانه همسر پاسخ گویان را نشان می دهد. از مجموع ۸۷ نفر پاسخ دهنده، ۳۷ درصد از پاسخ گویان بین ۳۰۰۰۰۰ تا ۲۲۰۰۰۰۰ تومان درآمد یا حقوق ماهیانه همسر آنها بود، ۵۵ درصد از پاسخ گویان بین ۲۲۰۰۰۰۰ تا ۴۱۰۰۰۰۰ تومان درآمد یا حقوق ماهیانه همسر آنها بود و ۸ درصد از پاسخ گویان بیشتر از ۴۱۰۰۰۰۰ تومان درآمد یا حقوق ماهیانه همسر آنها بود.

جدول ۵: توزیع فراوانی مقدار درآمد یا حقوق ماهیانه همسر پاسخ گویان

مقدار درآمد یا حقوق ماهیانه همسر	فراوانی	درصد
بین ۳۰۰۰۰۰۰ تا ۲۲۰۰۰۰۰۰ تومان	۳۲	٪۳۷
بین ۲۲۰۰۰۰۰۰ تا ۴۱۰۰۰۰۰۰ تومان	۴۸	٪۵۵
بیشتر از ۴۱۰۰۰۰۰۰ تومان	۷	٪۸
کل	۸۷	٪۱۰۰

جدول ۶، توزیع فراوانی میزان ارزیابی درآمد خانواده پاسخ گویان را نشان می دهد. از مجموع ۱۱۸ نفر پاسخ دهنده، ۴۲ درصد از پاسخ گویان ارزیابی درآمد خانواده آنها نسبتاً کم بود، ۳۶ درصد از پاسخ گویان ارزیابی درآمد خانواده آنها کم بود، ۱۸ درصد از پاسخ گویان ارزیابی درآمد خانواده آنها نسبتاً زیاد بود و ۴ درصد از پاسخ گویان ارزیابی درآمد خانواده آنها زیاد بود.

جدول ۶: توزیع فراوانی میزان ارزیابی درآمد خانواده پاسخ گویان

درصد	فراوانی	میزان ارزیابی درآمد خانواده
٪۴۲	۴۹	نسبتاً کم
٪۳۶	۴۳	کم
٪۱۸	۲۱	نسبتاً زیاد
٪۴	۵	زیاد
٪۱۰۰	۱۱۸	کل

جدول ۷، توزیع فراوانی میزان ارزیابی تأثیر تورم در زندگی پاسخ گویان را نشان می دهد. از مجموع ۱۱۹ نفر پاسخ دهنده، ۴ درصد از پاسخ گویان تأثیر تورم در زندگی آنها نسبتاً کم بود، ۷ درصد از پاسخ گویان تأثیر تورم در زندگی آنها کم بود، ۳۰ درصد از پاسخ گویان تأثیر تورم در زندگی آنها نسبتاً زیاد بود و ۵۹ درصد از پاسخ گویان تأثیر تورم در زندگی آنها زیاد بود.

جدول ۷: توزیع فراوانی میزان ارزیابی تأثیر تورم در زندگی پاسخ گویان

درصد	فراوانی	میزان ارزیابی تأثیر تورم در زندگی
٪۴	۵	نسبتاً کم
٪۷	۸	کم
٪۳۰	۳۶	نسبتاً زیاد
٪۵۹	۷۰	زیاد
٪۱۰۰	۱۱۹	کل

جدول ۸، توزیع فراوانی وضعیت سرپرست خانوار پاسخ گویان را نشان می دهد. از مجموع ۱۲۰ نفر پاسخ دهنده، ۷ درصد از پاسخ گویان سرپرست خانوار بودند و ۹۳ درصد از پاسخ گویان سرپرست خانوار نبودند.

جدول ۸: توزیع فراوانی وضعیت سرپرست خانوار پاسخ گویان

درصد	فراوانی	وضعیت سرپرست خانوار
٪۷	۸	بله
٪۹۳	۱۱۲	خیر
٪۱۰۰	۱۲۰	کل

جدول ۹، توزیع فراوانی وضعیت خودرو شخصی پاسخ گویان را نشان می دهد. از مجموع ۱۲۰ نفر پاسخ دهنده، ۴۳ درصد از پاسخ گویان خودرو شخصی داشتند و ۵۷ درصد از پاسخ گویان خودرو شخصی نداشتند.

جدول ۹: توزیع فراوانی وضعیت خودرو شخصی پاسخ گویان

وضعیت خودرو شخصی	فراوانی	درصد
بله	۵۲	٪۴۳
خیر	۶۸	٪۵۷
کل	۱۲۰	٪۱۰۰

جدول ۱۰، توزیع فراوانی وضعیت مسکن پاسخ گویان را نشان می دهد. از مجموع ۱۲۰ نفر پاسخ دهنده، ۶۸ درصد از پاسخ گویان مالک بودند و ۳۲ درصد از پاسخ گویان مستأجر بودند.

جدول ۱۰: توزیع فراوانی وضعیت مسکن پاسخ گویان

وضعیت مسکن	فراوانی	درصد
مالک	۸۲	٪۶۸
مستأجر	۳۸	٪۳۲
کل	۱۲۰	٪۱۰۰

جدول ۱۱، توزیع فراوانی وضعیت منطقه جغرافیایی زندگی پاسخ گویان را نشان می دهد. از مجموع ۹۶ نفر پاسخ دهنده، ۲۸ درصد از پاسخ گویان منطقه جغرافیایی زندگی آنها شمال بود، ۱۸ درصد از پاسخ گویان منطقه جغرافیایی زندگی آنها جنوب بود، ۱۸ درصد از پاسخ گویان منطقه جغرافیایی زندگی آنها شرق بود و ۳۶ درصد از پاسخ گویان منطقه جغرافیایی زندگی آنها غرب بود.

جدول ۱۱: توزیع فراوانی وضعیت منطقه جغرافیایی زندگی پاسخ گویان

وضعیت منطقه جغرافیایی زندگی	فراوانی	درصد
شمال	۲۷	٪۲۸
جنوب	۱۷	٪۱۸
شرق	۱۷	٪۱۸
غرب	۳۵	٪۳۶
کل	۹۶	٪۱۰۰

جدول ۱۲، توزیع فراوانی وضعیت تعداد اعضای خانواده پاسخ گویان را نشان می دهد. از مجموع ۱۱۹ نفر پاسخ دهنده، ۸ درصد از پاسخ گویان اعضای خانواده آنها بین ۱ تا ۳ نفر بود، ۸۳ درصد از پاسخ گویان اعضای خانواده آنها بین ۳ تا ۶ نفر بود و ۹ درصد از پاسخ گویان اعضای خانواده آنها بیشتر از ۶ نفر بود.

جدول ۱۲: توزیع فراوانی وضعیت تعداد اعضای خانواده پاسخ گویان

تعداد اعضای خانواده	فراوانی	درصد
بین ۱ تا ۳ نفر	۱۰	٪۸
بین ۳ تا ۶ نفر	۹۸	٪۸۳
بیشتر از ۶ نفر	۱۱	٪۹
کل	۱۱۹	٪۱۰۰

آزمون نرمال بودن داده ها

همان طور که در جدول ۱۳ مشاهده می شود، برای بررسی نرمال بودن داده ها، از آزمون کلموگروف اسمینروف استفاده شد. با توجه به اینکه مقدار سطح معنی داری آزمون کلموگروف اسمینروف برای داده ها از ۰,۰۵ بیشتر است، در نتیجه فرض صفر که نرمال بودن داده ها می باشد، رد نشد. یعنی داده ها نرمال بوده و در نتیجه از آزمون مقایسه میانگین تی برای بررسی فرضیه های تحقیق استفاده شد.

جدول ۱۳: بررسی نرمال بودن داده ها

نتیجه	آزمون کولموگروف-اسمیرنف			متغیر
	سطح معنی داری	آماره	درجه آزادی	
نرمال	.۷۷۵	.۶۶۱	۱۲۰	تحمل پریشانی
نرمال	.۱۰۹	۱,۲۰۷	۱۲۰	تنظیم هیجان
نرمال	.۶۲۱	.۷۵۱	۱۲۰	عوامل اقتصادی

استنباط آماری فرضیه ها

فرضیه اصلی: بین میزان تحمل آشفتگی و راهبردهای تنظیم هیجان در زنان شاغل و خانه دار تفاوت وجود دارد. همان طور که در جدول شماره ۱۴ دیده می شود، با توجه به سطح معنی داری آزمون تی هنتلینگ که مقدار آن ۰,۲۱ بوده و از ۰,۰۵ بیشتر است، در نتیجه می توان گفت فرض صفر که برابری بردار میانگین میزان تحمل آشفتگی و راهبردهای تنظیم

هیجان در زنان شاغل با زنان خانه دار است رد نمی شود. یعنی تفاوت معنی داری در بردار میانگین میزان تحمل آشفتگی و راهبردهای تنظیم هیجان در زنان شاغل با زنان خانه دار وجود ندارد.

جدول ۱۴: استنباط آماری فرضیه اصلی تحقیق

نام آزمون	مقدار	مقدار دقیق f	فرضیه f	خطای df	سطح معناداری f
Pillais	۰,۰۲۶۳	۱,۵۷۹۸۸	۲	۱۱۷	۰,۲۱
Hotellings	۰,۰۲۷۰۱	۱,۵۷۹۸۸	۲	۱۱۷	۰,۲۱
Wilks	۰,۹۷۳۷	۱,۵۷۹۸۸	۲	۱۱۷	۰,۲۱
Roys	۰,۰۲۶۳				

فرضیه فرعی اول: بین میزان تحمل آشفتگی در زنان شاغل و خانه دار تفاوت وجود دارد.

همان طور که در جدول ۱۵ مشاهده می شود، از آنجا که سطح معنی داری آزمون t برای متغیر تحمل پریشانی ۰,۰۷۷ بوده و از ۰,۰۵ بیشتر است، در نتیجه فرض صفر که برابری میانگین متغیر تحمل پریشانی در زنان شاغل و خانه دار می باشد، رد نمی شود. یعنی تفاوت معنی داری میان میانگین تحمل پریشانی در زنان شاغل و خانه دار وجود ندارد.

جدول ۱۵: استنباط آماری فرضیه فرعی اول

تحمل پریشانی	وضعیت اشتغال	تعداد	میانگین	انحراف معیار
	شاغل	۶۰	۲,۹۷۲	۰,۷۹۷۵
	خانه دار	۶۰	۲,۷۱۷	۰,۷۶۷۳

آزمون تی برای برابری میانگین آزمون لیونز برای برابری واریانس		فاصله اطمینان ۹۵ درصد برای تفاضل کران بالا کران پایین						
		F	سطح معنی داری	t	df	سطح معنی داری	کران	
							پایین	بالا
تحمل	فرض برابری واریانس	۰,۱۴۹	۰,۷۰۰	۱,۷۸۲	۱۱۸	۰,۷۷	-۰,۲۸۴	۰,۵۳۷۵
پریشانی	فرض نابرابری واریانس			۱,۷۸۲	۱۱۷,۸۲۵	۰,۷۷	-۰,۲۸۴	۰,۵۳۷۵

فرضیه فرعی دوم: بین راهبردهای تنظیم هیجان در زنان شاغل و خانه دار تفاوت وجود دارد. همان طور که در جدول ۱۶ مشاهده می شود، از آنجا که سطح معنی داری آزمون t برای متغیر تنظیم هیجان ۰,۷ بوده و از ۰,۰۵ بیشتر است، در نتیجه فرض صفر که برابری میانگین متغیر تنظیم هیجان در زنان خانه دار و شاغل می باشد رد نمی شود. یعنی تفاوت معنی داری میان میانگین تنظیم هیجان در زنان شاغل و خانه دار وجود ندارد.

جدول ۱۶: استنباط آماری فرضیه فرعی دوم

	وضعیت اشتغال	تعداد	میانگین	انحراف معیار
تنظیم هیجان	شاغل	۶۰	۴,۶۴۲	۱,۰۸۲۲
	خانه دار	۶۰	۴,۵۷۳	۰,۸۷۴۸

	آزمون لیونز برای برابری واریانس	آزمون تی برای برابری میانگین						
		F	سطح معنی داری	t	df	سطح معنی داری	فاصله اطمینان ۹۵ درصد برای تفاضل	
							کران پایین	کران بالا
تنظیم هیجان	فرض برابری واریانس	۱,۳۸۴	۰,۲۴۲	۰,۳۸۶	۱۱۸	۰,۷۰۰	-۰,۲۸۶۵	۰,۴۲۵۰
	فرض نابرابری واریانس			۰,۳۸۶	۱۱۳,۰۳۳	۰,۷۰۰	-۰,۲۸۶۶	۰,۴۲۵۲

فرضیه فرعی سوم: بین میزان تحمل آشفتگی و عوامل اقتصادی رابطه وجود دارد. با توجه به جدول ۱۷، سطح معنی داری آزمون همبستگی پیرسون که مقدار آن ۰,۷۴۲ بود و از ۰,۰۵ بیشتر بود، در نتیجه می توان گفت فرض صفر که عدم رابطه بین میزان تحمل پریشانی و عوامل اقتصادی بود، رد نشد. یعنی بین میزان تحمل پریشانی و عوامل اقتصادی رابطه معنی داری وجود ندارد.

جدول ۱۷: استنباط آماری فرضیه فرعی سوم

		تحمل پریشانی
عوامل اقتصادی	همبستگی پیرسون	۰,۳۰
	سطح معنی داری	۰,۷۴۲
	تعداد	۱۲۰

فرضیه فرعی چهارم: بین راهبردهای تنظیم هیجان و عوامل اقتصادی رابطه وجود دارد.

با توجه به جدول ۱۸، سطح معنی داری آزمون همبستگی پیرسون که مقدار آن ۰,۲۹۵ بود و از ۰,۰۵ بیشتر بود، در نتیجه می توان گفت فرض صفر که عدم رابطه بین راهبردهای تنظیم هیجان و عوامل اقتصادی بود، رد نشد. یعنی بین راهبردهای تنظیم هیجان و عوامل اقتصادی رابطه معنی داری وجود ندارد.

جدول ۱۸: استنباط آماری فرضیه فرعی چهارم

		تنظیم هیجان
عوامل اقتصادی	همبستگی پیرسون	۰,۰۹۶
	سطح معنی داری	۰,۲۹۵
	تعداد	۱۲۰

فرضیه فرعی پنجم: عوامل اقتصادی در بین شاغل و خانه دار متفاوت است.

همان طور که در جدول ۱۹ مشاهده می شود، از آنجا که سطح معنی داری آزمون t برای متغیر عوامل اقتصادی ۰,۳۱۶ بود و از ۰,۰۵ بیشتر بود، در نتیجه فرض صفر که برابری میانگین متغیر عوامل اقتصادی در زنان شاغل و خانه دار و شاغل بود، رد نشد. یعنی تفاوت معنی داری میان میانگین عوامل اقتصادی در زنان شاغل و خانه دار وجود ندارد.

جدول ۱۹: استنباط آماری فرضیه فرعی پنجم

عوامل اقتصادی	وضعیت اشتغال	تعداد	میانگین	انحراف معیار
	شاغل	۶۰	۲,۵۰۴۲	۰,۵۴۹۴۴
	خانه دار	۶۰	۲,۶۰۸۳	۰,۵۸۲۸۹

		آزمون لیونز برای برابری واریانس		آزمون تی برای برابری میانگین				
عوامل اقتصادی	فرض	F	سطح معنی داری	t	Df	سطح معنی داری	فاصله اطمینان ۹۵ درصد برای تفاضل	
							کران بالا	کران پایین
عوامل اقتصادی	فرض برابری واریانس	۰,۲۳۴	۰,۶۳۰	-۱,۰۰۷	۱۱۸	۰,۳۱۶	-۰,۳۰۸۹۵	۰,۱۰۰۶۲
	فرض نابرابری واریانس			-۱,۰۰۷	۱۱۷,۵۹۰	۰,۳۱۶	-۰,۳۰۸۹۶	۰,۱۰۰۶۳

۴. نتیجه گیری

تحقیق حاضر با عنوان مقایسه میزان تحمل آشفتگی و راهبردهای تنظیم هیجان در بین زنان شاغل و خانه دار با تأکید بر عوامل اقتصادی، به منظور مقایسه سه متغیر وابسته تحمل آشفتگی، راهبردهای تنظیم هیجان و همچنین عوامل اقتصادی یا

به عبارتی دیگر، وضعیت اقتصادی در بین ۱۲۰ نفر از زنان شهر مشهد که ۶۰ نفر آنها شاغل (فرهنگی) و ۶۰ نفر آنها خانه دار بودند، به صورت غیر تصادفی در دسترس، به وسیله پرسش نامه های تحمل پریشانی سیمونز و گاهر (DTS) و راهبردهای تنظیم هیجان گراس و جان (T-H) و همچنین پرسشنامه محقق ساخته عوامل اقتصادی انجام شد. همان طور که در مقدمه گفته شد، امروزه تقاضای زنان برای اشتغال و فعالیت خارج از منزل رو به فزونی و افزایش پیدا کردن است. با توجه به وظایف و نقش های سنتی زنان در داخل خانه و به عهده گرفتن نقش های مدرن و جدید در خارج از خانه فشار مضاعف و دوجندانی بر روی دوش زنان و مادران است. در این زمینه آگاهی داشتن و همکاری کردن اعضای خانواده (همسر و فرزندان) از اهمیت وافر برخوردار است و می تواند فشار تعدد نقش زنان را بکاهد یا با همکاری نکردن و آگاهی نداشتن فشار را بر روی دوش زنان چندین برابر کند. البته در ادامه لازم به ذکر است که سیاست ها و برنامه ریزی های دولت و مسئولین در زمینه اشتغال و کاهش فشار نقش زنان از اهمیت زیادی برخوردار است. با توجه به توضیحات بیان شده در بالا و علاقه و تقاضای زیاد زنان برای کار خارج از منزل، بر آن شدیم تا زنان شاغل و خانه دار را با یکدیگر مورد مقایسه قرار دهیم و بررسی کنیم که وضعیت روانی و اقتصادی زنان شاغل و خانه دار آیا با یکدیگر تفاوت دارد یا خیر؟ یا به عبارتی دیگر، بررسی کنیم که چه قدر وجود یا عدم وجود نقش خارج از خانه بر روی وضعیت روانی و اقتصادی زنان اثر گذار است.

در این پژوهش بر خلاف فرض پژوهشگر و عموم مردم که اغلب تصور می کنند بین فاکتورهای روحی روانی و اقتصادی زنان شاغل و خانه دار تفاوت عمده و فاحشی وجود دارد و عموماً در کلام، زنان شاغل وضعیت زنان خانه دار و زنان خانه دار وضعیت زنان شاغل را بهتر می دانند، اثبات شد که هیچ گونه تفاوت معنی داری بین متغیرهای اندازه گیری شده در این تحقیق (تحمل پریشانی، تنظیم هیجان و عوامل اقتصادی) در بین زنان شاغل و خانه دار وجود ندارد و اشتغال یا عدم اشتغال زنان تأثیری بر روی وضعیت و میزان تحمل پریشانی، راهبردهای تنظیم هیجان و عوامل اقتصادی آنها ندارد. البته لازم به ذکر است که به دلیل محدودیت تعداد نمونه و مقاومت و عدم همکاری افراد (به خصوص در فاکتور امور اقتصادی)، باید در تعمیم نتایج پژوهش به جامعه احتیاط کرد و این امر نیازمند تحقیقات و بررسی های گسترده تر می باشد.

منابع و مراجع

۱. رشیدی، مرضیه. (۱۳۹۱). مقایسه میزان استرس، رضایت از زندگی و خودکارآمدی در زنان شاغل و خانه دار شهرستان فیروز آباد. پایان نامه کارشناسی ارشد. گروه روان شناسی. دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
۲. سید موسوی، مرضیه. (۱۳۸۹). بررسی مقایسه ای تأثیر تعدد نقش زنان در تعامل خانوادگی آن ها در بین زنان شاغل و غیر شاغل شهر قم. پایان نامه کارشناسی ارشد. گروه روانشناسی. دانشکده علوم انسانی. دانشگاه پیام نور واحد تهران.
۳. جعفر زاده میاننده، حدیث. (۱۳۹۳). بررسی مقایسه ای سبک زندگی زنان شاغل و خانه دار. پایان نامه کارشناسی ارشد. گروه علوم اجتماعی - مطالعات فرهنگی. دانشکده علوم انسانی. دانشگاه علم و فرهنگ تهران.

۴. هنرپروران، نازنین؛ قادری، زهرا؛ قبادی، کبری. (۱۳۹۰). مقایسه الگوهای ارتباط و تعارضات زناشویی در زنان متأهل شاغل در بانک های دولتی و زنان خانه دار شهر شیراز. فصلنامه علمی - پژوهشی جامعه شناسی زنان، ۲ (۳)، ۱۰۳-۱۲۲.
۵. نصرتی، آرش. (۱۳۹۰). بررسی رضایت زناشویی خانواده های زنان شاغل و خانه دار شهر تبریز. پایان نامه کارشناسی. گروه روان شناسی. دانشکده علوم انسانی. دانشگاه پیام نور واحد مرند.
۶. صادقی، مسعود؛ عماد زاده، مصطفی. (۱۳۸۳). تحلیلی بر عوامل اقتصادی مؤثر در اشتغال زنان ایران. پژوهش زنان، ۲ (۱)، ۵-۲۲.
۷. ندیمی، محسن، (۱۳۹۴)، اثربخشی رفتار درمانی دیالکتیکی گروهی در افزایش تحمل آشفتگی و بهبود تنظیم هیجانی سوء مصرف کنندگان مواد، فصلنامه اعتیاد پژوهی سوء مصرف مواد، سال نهم، شماره سی و ششم، ۱۶۰-۱۴۱.
۸. بیگدلی، ایمان اله، نجفی، محمود، رستمی، مریم، (۱۳۹۲). رابطه سبک های دلبستگی، تنظیم هیجان و تاب آوری با بهزیستی روانی در دانشجویان علوم پزشکی، مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، سال سیزدهم، شماره نهم، ۷۲۹-۷۲۱.
۹. Rosenfeld, Rachel A. (1978). Women's employment patterns and occupational achievements. *Social science research*, 7, 61-80.
۱۰. Doan, Stacey N., Son, Heimi., Kim, Lawrence N. (2018). Maternal and paternal emotional contributions to children's distress tolerance: Relations to child depressive symptoms. *Psychiatry Research*, 627, 215 - 220.
۱۱. Emami, Ashley S., Woodcock, Anna., Swanson, Heidi E., Kapphahn, Teresa., Pulvers, Kim. (2016). Distress tolerance is linked to unhealthy eating through pain catastrophizing. *Appetite*, ۱-۲۵.
۱۲. Peraza, Natalia., Smit, Tanya., Garey, Lorra., Manning, Kara., Buckner, Julia D ., Zvolensky, Michael J. (2019). Distress tolerance and cessation – related cannabis processes: The role of cannabis use coping motives. *Addictive Behaviors*, 90, 164-170.
۱۳. Park, Caroline. Rosenblat, Joshua D. Lee, Yena. Pan, Zihang. Cao, Bing. Iacobucci, Michelle. McIntyre, Roger S. (2019). The Neural Systems of Emotion Regulation and Abnormalities in Major Depressive Disorder. *Behavioral Brain Research*.
۱۴. Preece, David A., Becerra, Rodrigo., Robinson, Ken., Dandy, Justin., Allan, Alfred. (2018). Measuring emotion regulation ability across negative and positive emotions: The Perth Emotion Regulation Competency Inventory (PERCI). *Personality and Individual Differences*, ۱۳۵, ۲۲۹-۲۴۱.
۱۵. Cho, Sinhae., Hanley White, Kaitlin., Yang, Ying., Soto, José A. (2019). The role of trait anxiety in the selection of emotion regulation strategies and subsequent effectiveness. *Personality and Individual Differences*, 147, 326 – 331.
۱۶. Marchica, Loredana A. Mills, Devin J. Keough, Matthew T. Montreuil, Tina C. Derevensky, Jeffrey L. (2019). Emotion Regulation in Emerging Adult Gamblers and its Mediating Role with Depressive Symptomatology. *Journal of Affective Disorders*. 1-9.