



فصلنامه خانواده‌درمانی کاربردی

# الگوی ساختاری پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین بر اساس باورهای فراشناختی و راهبردهای نظم‌جویی هیجانی با میانجی‌گری فرسودگی زناشویی در زنان متأهل

دانشجوی دکتری گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و مشاوره، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران  
دانشیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و مشاوره، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران  
استادیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و مشاوره، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

مریم سرخابی عبدالملکی <sup>id</sup>  
فریده دوکانه‌ای فرد\* <sup>id</sup>  
معصومه بهبودی <sup>id</sup>

دریافت: ۹۹/۱۱/۱۸ | پذیرش: ۱۴۰۰/۰۲/۰۷ | ایمیل نویسنده مسئول: f.dokaneheefard@gmail.com

فصلنامه علمی پژوهشی  
خانواده‌درمانی کاربردی

شاپا (الکترونیکی) ۲۴۳۰-۲۷۱۷

<http://Aftj.ir>

دوره ۲ | شماره ۲ پیاپی ۶ | ۱-۲۸

تابستان ۱۴۰۰

نوع مقاله: پژوهشی

## چکیده

**هدف:** هدف این پژوهش ارائه مدلی برای پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین بر اساس سبک‌های دلبستگی، باورهای فراشناختی و راهبردهای نظم‌جویی هیجانی با میانجی‌گری فرسودگی زناشویی در زنان متأهل بود. **روش:** این پژوهش توصیفی-همبستگی از نوع اکتشافی - متوالی و هدایت شده بود و جامعه آماری ۱۸۵۴ زن‌زنان متأهل مراجعه‌کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران در سال ۱۳۹۸ بود که با روش نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله‌ای ۳۷۵ زن بر اساس نرم‌افزار sample power انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش پرسشنامه‌های طلاق عاطفی گاتمن (۲۰۰۸)، باورهای فراشناختی ولز و همکاران (۲۰۰۴)، راهبردهای نظم‌جویی هیجانی گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) و فرسودگی زناشویی پاینز (۱۹۶۶) بود که بر روی نمونه مورد نظر اجرا شد. به منظور تحلیل داده‌ها، علاوه بر شاخص‌های آمار توصیفی، از روش آماری معادلات ساختاری smartpls استفاده شد. **یافته‌ها:** یافته‌های نتایج ضرایب استاندارد تحلیل مسیر مستقیم نشان داده است که بین باورهای فراشناختی ( $\beta=0/650$ ) و راهبردهای نظم‌جویی هیجانی ( $\beta=0/694$ ) با طلاق عاطفی رابطه معناداری وجود دارد و همچنین نتایج ضرایب استاندارد مسیر غیرمستقیم نشان داده است که بین باورهای فراشناختی ( $\beta=0/618$ ) و راهبردهای نظم‌جویی هیجانی ( $\beta=0/694$ ) با میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی زنان متأهل رابطه و شدت اثر مطلوبی وجود دارد. **نتیجه‌گیری:** بر اساس یافته‌های پژوهش به مشاوران حوزه خانواده پیشنهاد می‌شود به‌منظور ایجاد انسجام و خلق رابطه آگاهانه به تقابل عناصر درون روانی در جهت بهبود روابط زوج‌ها در طول ملاحظات درمانی بپردازند.

**کلیدواژه‌ها:** طلاق عاطفی، باورهای فراشناختی، راهبردهای نظم‌جویی هیجانی، فرسودگی زناشویی

به این مقاله به شکل زیر استناد کنید:

درون متن:

(سرخابی عبدالملکی، دوکانه‌ای فرد و بهبودی، ۱۴۰۰)

در فهرست منابع:

سرخابی عبدالملکی، مریم، دوکانه‌ای فرد، فریده، و بهبودی، معصومه. (۱۴۰۰). الگوی ساختاری پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین بر اساس باورهای فراشناختی و راهبردهای نظم‌جویی هیجانی با میانجی‌گری فرسودگی زناشویی در زنان متأهل. فصلنامه خانواده‌درمانی کاربردی، ۲(۲) پیاپی ۶: ۱-۲۸.

## مقدمه

با توجه به افزایش تعداد زوج‌های مشکل‌دار، به هم خوردن تعادل خانواده‌ها، مختل شدن روابط زوجین و آمار بالای طلاق در این واحد اجتماعی، زنان بیش از سایر اعضا در معرض آسیب قرار دارند (صفریان، حاجی اربابی و عاشوری، ۲۰۱۵). یکی از مهم‌ترین عامل‌های تنیدگی‌زا در خانواده و در روابط زوجین طلاق عاطفی<sup>۱</sup> است (گاتمن و گاتمن، ۲۰۱۵). طلاق عاطفی رابطه‌ای را توصیف می‌کند که در آن همسران، در محیط‌های اجتماعی خوب و صمیمی به نظر می‌رسند؛ ولی در خلوت قادر به تحمل یکدیگر نیستند؛ طلاق عاطفی نه به‌عنوان یک اختلال مقطعی در زندگی زناشویی بلکه به صورت وضعیتی پایدار ظهور می‌یابد (موتاتایانو، ۲۰۱۵). طلاق عاطفی به علت نبود تعاملات مثبت با همسر، عدم تأمین نیازهای عاطفی، نارضایتی جنسی، عدم جذابیت ظاهری، خیانت، مسائل مالی، بیماری‌های مزمن، بدرفتاری فیزیکی و غیره به وجود می‌آید و منجر به بروز علائم اضطراب، افسردگی، احساس گناه، ناامیدی، کناره‌گیری از فعالیت‌های اجتماعی، نگرش بدبینانه و پایدار درباره خود، همسر و آینده می‌شود (لومینیتا، اسپرانتا، ۲۰۱۰).

بدیهی است که نقص در باورهای شناختی<sup>۲</sup> همسران در کنار عوامل متعدد دیگر، آثار نامطلوبی بر زندگی مشترک آن‌ها می‌گذارند، شواهد پژوهشی نشان داده که مهارت‌های شناختی توان تحمل فشارهای روانی زندگی حل مشکلات روزانه را افزایش می‌دهد و نقش بسزایی در تداوم و سازگاری در زندگی ایفا می‌کند؛ بر همین اساس در سال‌های اخیر در عرصه روابط زناشویی، مهارت در اصلاح باورهای شناختی از ضروریات یک زندگی زناشویی موفق و سازگارانه معرفی شده است (حاتمی، ۱۳۹۶)؛ با ازدواج زن و مرد و تشکیل خانواده هسته‌ای، نیاز به ارتباط مؤثر با یکدیگر و تطابق با نقش‌های جدید و الگوهای ارتباطی که زوجها قبلاً در خانواده‌های خود آموخته‌اند و با خود به خانواده نوپایشان آورده‌اند، به وجود می‌آید تحقیقات زیادی نشان داده‌اند که الگوهای ارتباطی فرد با والدینش و تعاملات و تجارب اولیه او بر شکل‌گیری نیازهایش و الگوهای رفتاری و چگونگی طی کردن مراحل رشد روانی - اجتماعی او همچنین سازگاری‌اش با محیط اطراف و کسب هویت موفق تأثیرگذار است (اسلامی، فرحبخش و سلیمی بجستانی، ۱۳۹۹). فلاول، ۱۹۷۹ معتقد است که فراشناخت در روابط زوجین در برگیرنده فرآیندهای شناختی و تجارب تنظیم شناختی را شامل می‌شود. فراشناخت مفهومی چندوجهی است که در برگیرنده دانش (باورها)، فرآیندها و راهبردهایی است که شناخت را ارزیابی، نظارت یا کنترل می‌کند (ولز، ۲۰۰۹). باورهای فراشناختی به باورها و نظراتی اطلاق می‌شوند که افراد در مورد تفکر، فرآیندها و تجربه‌های شناختی خود دارند (اسپادا، نیکویچ، مونتا و ولز، ۲۰۰۸). مدل فراشناختی دو نوع باور فراشناختی را شناسایی کرده است: باورهای فراشناختی مثبت باورهایی هستند که به فواید درگیر شدن در فعالیت‌های شناختی خاص مانند نگرانی، نشخوار فکری و پایش تهدید مربوط می‌شوند؛ باورهای فراشناختی منفی باورهایی هستند که به کنترل ناپذیری، معنا، اهمیت و تهدیدآمیز بودن افکار و تجربه‌های شناختی مربوط می‌شوند (ولز و کالبر، ۲۰۱۲). مطابق مدل فراشناختی، فعال شدن باورهای فراشناختی ناکارآمد، موجب ارزیابی منفی فکر به عنوان نشانه تهدید می‌شود. این ارزیابی در جای

1. emotional divorce

2. cognitive beliefs

خود باعث تشدید هیجان‌های منفی می‌شود که عمدتاً به صورت اضطراب ابراز می‌شوند (سلیمانی، رحیمی، بایستی و ابوالقاسمی، ۱۳۹۴). امروزه با تغییر جهت از تأکید بر ازدواج به عنوان یک سنت، به ازدواج به عنوان نوعی رابطه، انتظارات زناشویی مورد تجدیدنظر قرار گرفته‌اند (بلنکر، لاپورت، سابورین و رایت، ۲۰۱۵). بر همین اساس با بررسی روابط زوجین در زندگی زناشویی نتایج تحقیق وینبرگ (۲۰۱۵) نشان داد که نقص در باورهای فراشناختی، عملکرد زوجین را در زندگی کاهش می‌دهد. نتایج تحقیق و هس، لیسکار، فرانسیس، هام، باک و همکاران (۲۰۱۴) نشان داده است که افراد روان‌پریش با نقص‌های شناختی و فراشناختی روبرو هستند (نقص در باورهای فراشناختی با اختلال شخصیت رابطه دارد) (جرید، جیانکارلو، رافائل، کلی و همکاران، ۲۰۱۶).

افزون بر آن راهبردهای نظم جویی هیجانی به عنوان سبک شناختی-عاطفی در روابط بین زوجین در نظر گرفته می‌شود که عدم برون ریزی و راهبردهای نامناسب هیجانات منجر به ایجاد مشکلاتی در روابط زوجین می‌شود (باباخانی و رضایی، ۱۳۹۵). راهبردهای نظم جویی هیجانی به عنوان یک خصیصه شخصیتی در گستره هیجانات، موضوعی بسیار قابل ملاحظه است که آثار مشهود و نتایج غیرقابل انکاری بر روابط بین فردی داشته و می‌تواند گوشه‌ای از مسائل مربوط به روابط خانوادگی را در قالب روابط عاطفی بین دو فرد که پیمان زناشویی می‌بندند، روشن کند (بشارت، میرزایی، غلامعلی لواسانی و نقی‌پور، ۱۳۹۶). راهبردهای نظم جویی هیجانی یکی از عوامل اساسی بهزیستی و کنش‌وری موفق بوده و نقش مهمی در سازگاری با وقایع استرس‌زای زندگی ایفا می‌کند و ممکن است کیفیت زندگی را تحت تأثیر قرار دهد؛ به عبارت دیگر، راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان، به نحوه تفکر افراد پس از بروز یک تجربه منفی یا واقعه آسیب‌زا برای آن‌ها اطلاق می‌شود (پاتون، ۲۰۱۲). راهبردهای نظم جویی هیجانی نقش به‌سزایی در عملکرد روابط زناشویی ایفا می‌کند به طوری که راهبردهای نظم جویی هیجانی، شامل استفاده از استراتژی رفتاری و شناختی برای تغییر در مدت زمان یا شدت تجربه‌ی یک هیجان در پاسخ به نوع نیاز است که فرد از خود نشان می‌دهد (گراس و تامپسون، ۲۰۱۷). افراد در مواجهه با رویدادهای استرس‌زا، از هیجانات متفاوتی برای اصلاح یا تعدیل تجربه‌ی هیجانی خود استفاده می‌کنند؛ آگاهی از هیجان‌ها و چگونگی اثرگذاری این آگاهی در روابط بین فردی در زندگی زناشویی مؤثر است (سالستاد، ۲۰۱۷). محققان بر این باورند که توانایی درک و پذیرش افکار، احساس‌ها و عواطف یکدیگر در زندگی زناشویی با احساس رضایت‌مندی بیشتری همراه است. از این رو مردان و زنانی که سطح بالایی از رضایت‌مندی و صمیمیت را در رابطه با ازدواج خود گزارش می‌کنند در پیش‌بینی احساس‌ها و باورهای شریک زندگی خود بسیار دقیق هستند و ارزش‌ها و باورهای مشابهی درباره میزان نزدیکی و صمیمیت بین خود حفظ می‌کنند (بشارت و همکاران، ۱۳۹۶). موسوی و ایروانی (۲۰۱۱) نشان دادند که مؤلفه‌های بی‌ثباتی هیجانی<sup>۱</sup> و بازگشت هیجانی<sup>۲</sup> با رضایت زناشویی رابطه منفی دارند. کوچک انتظار، نورآینی و قنبری‌پناه (۲۰۱۱) و لوالیکار، کالکارتی و جاگتاپ (۲۰۱۰) نشان دادند که بین هیجان خواهی و رضایت زناشویی رابطه مثبت وجود دارد. کارن و تامارن (۲۰۱۰) نشان دادند که هیجان خواهی در خصوص (آگاهی هیجانی، تنظیم هیجانی و بیان هیجانی) در میزان رضایت‌مندی زناشویی

1. emotional instability  
2. return emotional

زنان و مردان مؤثرند. بتول و خالد (۲۰۰۹) دریافتند که مؤلفه‌های خوش‌بینی، همدلی، بیانگری هیجانی، خودآگاهی هیجانی و کنترل تکانه از هیجان‌ات نقش مهمی در روابط زناشویی دارند. عبداللهی، کافی و شاه‌قلیان (۱۳۹۰) مشخص ساختند که هیجان‌خواهی با رضایت و سازگاری زناشویی رابطه مثبت معنی‌داری دارد. دوکانه‌ای‌فرد، بهبودی و خیاط‌خامنه (۱۳۸۹) نشان دادند که مؤلفه‌های روابط بین فردی، روابط درون فردی، سازگاری، کنترل تکانه و خلق عمومی هیجان‌ات در میزان رضایتمندی زناشویی زنان مؤثرند. راهبردهایی که افراد برای تنظیم هیجان‌اتشان استفاده می‌کنند، به‌صورت راهبردهای سازگارانه و ناسازگارانه موجب می‌شود که موجب می‌شود افراد با توجه به نوع طرز تفکرات خود در مواجهه با شرایط استرس‌زا از راهبردهای سازگارانه شامل پذیرش، تمرکز مجدد مثبت، ارزیابی مجدد مثبت، تمرکز بر برنامه‌ریزی، دیدگاه‌پذیری یا کم‌اهمیت شماری و یا راهبردهای ناسازگارانه شامل سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوار فکری و فاجعه‌نمایی استفاده نمایند (عیسی زاده، ۱۳۹۵). بنابراین خانواده مهم‌ترین نهاد جامعه است و ورود هر عامل تنش‌زایی بر کارکردهای آن تأثیر می‌گذارد (مارشال، مائوریس-استام، تروستنبروگ و گروتنهاپوس، ۲۰۱۶). آثار این آشفتگی‌ها و عوامل تنش‌زا در خانواده در قالب مشکلات فردی و خانوادگی - بروز می‌کند که یکی از آن‌ها فرسودگی زناشویی است.

فرسودگی زناشویی در بین زوجین باعث ایجاد بی‌رمقی زناشویی می‌شود که بی‌رمقی زناشویی نشانه‌ای از خستگی هیجانی و بدبینی است (برملهیوس، تره‌اون، بکر و پیر، ۲۰۱۱). بررسی مک ویلیامز و بایلی (۲۰۱۰) نشان داد زوجینی که دچار بی‌رمقی زناشویی می‌باشند در برقراری ارتباط احساس نایمن بودن و اضطراب می‌کنند و در کارکرد اجتماعی خود دچار تعارض می‌شوند و از سلامت روان پایینی برخوردارند. مهارت غنی‌سازی روابط، می‌تواند فرسودگی زناشویی و عوارض ناشی از آن را بهبود بخشد؛ از سوی دیگر زوج‌هایی که در رابطه خود فاقد فرسودگی زناشویی هستند از سلامت روان بالاتر و خرسندی بیشتری برخوردار هستند. در این خصوص می‌توان در نظر داشت که واکنش زوجین در زندگی زناشویی در مواجهه با عوامل آسیب‌رسان و استرس‌زا متفاوت است (وزیری نسب، ۱۳۹۴). ارزیابی و کارآمدی زوج‌درمانی بر کیفیت ارتباط زناشویی در بروز فرسودگی زناشویی از جمله بی‌رمقی جسمانی و اضطراب و کنش اجتماعی، افسردگی کارساز است (جوکار کمال آبادی، ۱۳۹۱). بر همین اساس با افزایش تعارض در روابط زوجین، فرسودگی و حالتی از فرسودگی زناشویی افزایش یافته و نارضایتی بیشتری حاصل می‌شود. تعارض‌های زناشویی تأثیرات زیان‌باری بر سلامت جسمانی و روان‌شناختی و عاطفی خانواده می‌گذارد. پژوهش‌های صورت گرفته دو عامل برای فرسودگی زناشویی که شامل پریشانی و آشفتگی در روابط زناشویی است را شناسایی کرده‌اند: تعارض‌های زناشویی آشکار یا عدم توافق و دل‌سردی و بی‌تفاوتی یا به عبارتی ف (هرینگتون، ۲۰۰۸). ساداتی، مهرابی زاده هنرمند و سودانی (۱۳۹۳) در پژوهشی نتیجه گرفتند تعارض‌های مکرر زناشویی بروز فرسودگی زناشویی را نیز تسهیل می‌کند. فرسودگی زناشویی پدیده پیچیده‌ای است که ضمن درگیر کردن بسیاری از زوجها، از عوامل بسیاری از جمله تعارض زناشویی تأثیر می‌پذیرد. احمدی و زهراکار و داورنیا، رضایی (۱۳۹۴) در پژوهشی به این نتیجه دست یافتند که مداخلات زوج‌درمانی به شیوه خودتنظیمی می‌تواند به‌عنوان یک گزینه مداخله‌ای در کاهش فرسودگی زناشویی مورداستفاده قرار گیرد. همچنین درمانگران سیستمی تعارض

زناشویی را تنازع بر سر تصاحب پایگاه، منافع قدرت، حذف امتیازات دیگران می‌دانند (کیانی، اسدی، اسماعیلی و زاوات، ۲۰۱۶).

در اهمیت این موضوع می‌توان بیان داشت که تفسیر و پیش‌بینی رفتار یک عضو از خانواده بدون در نظر گرفتن سایر اعضا خانواده دشوار است، بر همین اساس است که نوع سبک دلبستگی افراد بر پایه تجربیات کسب شده در زندگی و باورهای فراشناختی حاصله که در بر گیرنده عواملی (باورهای مثبت در مورد نگرانی، باورهای منفی در مورد کنترل ناپذیری و خطر افکار، اعتماد شناختی، باورها در مورد نیاز به کنترل افکار، خودآگاهی شناختی) است منجر به ایجاد شناخت احساسات مربوط به خود و در ارتباط با دیگران و یا خطاهای شناختی در بیان هیجانات و احساسات بر اساس راهبردهای کسب شده در ارضاء نیاز صورت می‌پذیرد که در روابط زناشویی به دلیل عدم درک متقابل زوجین در بیان احساسات، هیجانات و عواطف نسبت به یکدیگر موجب فرسودگی زناشویی و به دنبال آن فاصله عاطفی که منجر به ایجاد طلاق عاطفی می‌شود منجر شود. با توجه به اهمیت و پیچیدگی مسئله طلاق عاطفی و ظرفیت بالقوه باورهای فراشناختی و راهبردهای نظم جویی هیجانی در فرسودگی زناشویی زوجین در توصیف، تبیین و اتخاذ اقدامات لازم در زمینه پیشگیری و درمان از منظر روانشناسی، همچنین با توجه به نتایج زیان‌بار طلاق عاطفی بر بهزیستی زوجین به دلیل نداشتن امنیت عاطفی در بروز هیجانات در زندگی مشترک بین زن و مرد پیامدهای ناگواری را ایجاد کرده است توجه خاصی مبذول داشت. بر همین اساس پژوهش حاضر در جهت بررسی پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین بر اساس باورهای فراشناختی و راهبردهای نظم جویی هیجانی با میانجی‌گری فرسودگی زناشویی در زنان متأهل مراجعه کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران به سؤالات زیر پاسخ داد:

۱. آیا بر اساس باورهای فراشناختی می‌توان طلاق عاطفی زنان متأهل مراجعه کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران را پیش‌بینی کرد؟
۲. آیا بر اساس راهبردهای نظم جویی هیجانی می‌توان طلاق عاطفی زنان متأهل مراجعه کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران را پیش‌بینی کرد؟
۳. آیا بر اساس فرسودگی زناشویی می‌توان طلاق عاطفی زنان متأهل مراجعه کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران را پیش‌بینی کرد؟
۴. آیا میزان فرسودگی زناشویی زنان متأهل می‌تواند رابطه بین طلاق عاطفی زوجین را بر اساس باورهای فراشناختی میانجی‌گری کند؟
۵. آیا میزان فرسودگی زناشویی زنان متأهل می‌تواند رابطه بین طلاق عاطفی زوجین را بر اساس راهبردهای نظم جویی هیجانی میانجی‌گری کند؟

## روش پژوهش

پژوهش حاضر یک پژوهش توصیفی از نوع همبستگی از نوع اکتشافی - متوالی و هدایت شده است که به ارائه مدلی برای پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین بر اساس باورهای فراشناختی و راهبردهای نظم جویی هیجانی با میانجی‌گری فرسودگی زناشویی در زنان متأهل مراجعه کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران پرداخته است. از همین رو، جامعه آماری این پژوهش از بین ۱۸۵۴ زن متأهل مراجعه کننده به خانه‌های

سلامت شهر تهران در سال ۱۳۹۸ تشکیل دادند. در این پژوهش روش نمونه‌گیری به صورت تصادفی چندمرحله‌ای<sup>۱</sup> و غیر تصادفی از نوع داوطلبانه و در دسترس بود که شهر تهران با توجه به احتمال اختلاف سطح فرهنگی، اجتماعی، طبقاتی و... ساکنین آن، خانه‌های سلامت شهر تهران به پنج منطقه شمال، جنوب، شرق، غرب و مرکز تقسیم شد و از هر منطقه تعداد پنج خانه سلامت به صورت تصادفی ساده انتخاب و از هر خانه سلامت تعداد ۱۵ زن متأهل به صورت غیر تصادفی، داوطلبانه و در دسترس به عنوان نمونه انتخاب شدند، به طور کلی از هر منطقه ۷۵ زن متأهل مراجعه کننده به خانه‌های سلامت به عنوان نمونه انتخاب شدند، حجم نمونه به نسبت جامعه آماری محاسبه شده صورت گرفت. در این پژوهش ملاک‌های ورود نمونه‌ها به پژوهش عبارت بودند از داشتن سن بین ۲۵ تا ۴۵ سال، طی ۶ ماه گذشته رویداد استرس‌زا مثل طلاق، فوت بستگان نزدیک، از دست دادن شغل، تصادف و... را تجربه نکرده باشند و همچنین داشتن حداقل یک سال و حداکثر ده سال زندگی مشترک و بیشتر را داشته باشند و ملاک‌های خروج از پژوهش هم داشتن سابقه بیماری عصبی، روانی و سابقه بستری در بیمارستان به دلیل بیماری‌های اعصاب و روان و ناقص و مخدوش بودن پرسشنامه‌ها بود. در ادامه به منظور محاسبه حجم نمونه آماری بر اساس نرم‌افزار smartpls و با توجه به احتمال ۲۰ درصد افت آزمودنی‌ها تعداد نمونه ۳۷۵ نفر در نظر گرفته شد.

### ابزارهای پژوهش

۱. پرسشنامه طلاق عاطفی<sup>۲</sup>. یکی از ابزارهای رایج سنجش طلاق عاطفی، مقیاس طلاق عاطفی گاتمن (۲۰۰۸) که از کتاب موفقیت یا شکست در ازدواج گاتمن گرفته شده است. این مقیاس شامل جملاتی درباره جنبه‌های مختلف زندگی است که ممکن است فرد با آن موافق یا مخالف باشد. این مقیاس ۲۴ گویه دارد و به شیوه بله یا خیر باید به آن جواب داد. پاسخ بله امتیاز یک و پاسخ خیر صفر امتیاز می‌گیرد. حداقل نمره در این مقیاس صفر و حداکثر نمره ۲۴ است. هر چقدر میزان جواب‌های بله بیشتر باشد احتمال طلاق عاطفی بیشتر است. نقطه برش این پرسشنامه عدد ۱۸ است که اگر نمره فردی بالاتر از آن باشد در معرض خطر طلاق عاطفی قرار دارد و توصیه می‌شود که فرد مورد کمک حرفه‌ای توسط متخصصان مربوطه قرار گیرد. برای به دست آوردن روایی سازه از تحلیل عاملی به روش چرخشی واریماکس و آزمون اسکری استفاده شد و بدین صورت چهار عامل شناسایی شد: جدایی و فاصله از یکدیگر، احساس تنهایی و انزوا، نیاز به همراه و هم صحبت و احساس بی‌حوصلگی و بی‌قراری. بار عاملی همه گویه‌ها در دامنه ۰/۴۹ تا ۰/۸۰ قرار داشته و بار عاملی مقبولی دارند. گاتمن میزان اعتبار مقیاس طلاق عاطفی را ۰/۷۵ گزارش نموده است. بریدیت و همکاران (۲۰۱۰) در پژوهش خود ضریب اعتبار ابزار طلاق عاطفی را ۰/۸۳ به دست آورده‌اند. در پژوهش موسوی و رضازاده (۱۳۹۳) آلفای کرونباخ برای اعتبار مقیاس ۰/۹۳ ذکر شده است. در پژوهش مامی و عسگری (۱۳۹۳) آلفای کرونباخ برای پایایی پرسشنامه ۰/۸۷ ذکر شده است.

1. multistage sampling

2. Emotional Divorce Questionnaire

۲. پرسشنامه باورهای فراشناختی<sup>۱</sup>. پرسشنامه فراشناخت توسط ولز در سال ۱۹۹۷ تدوین شده است و سپس توسط ولز، کاتریت هاتون (۲۰۰۴) مورد بازنگری قرار گرفت. پرسشنامه فراشناخت یک مقیاس خودگزارشی ۳۰ ماده‌ای که باورهای افراد درباره تفکراتشان را مورد سنجش قرار می‌دهد. این پرسشنامه دارای پنج خرده مقیاس باورهای مثبت درباره نگرانی سؤالات ۱، ۷، ۱۰، ۱۹، ۲۳ و ۲۸؛ باورهایی درباره کنترل ناپذیری و خطر افکار سؤالات ۲، ۴، ۹، ۱۱، ۱۵ و ۲۱؛ باورهایی درباره اطمینان شناختی سؤالات ۸، ۱۴، ۱۷، ۲۴، ۲۶ و ۲۹؛ باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار سؤالات ۶، ۱۳، ۲۰، ۲۲، ۲۷ و ۲۷ و خرده مقیاس وقوف شناختی سؤالات ۳، ۵، ۱۲، ۱۶، ۱۸ و ۳۰ در برگرفت. پاسخ‌ها در این مقیاس بر اساس مقیاس ۴ درجه‌ای لیکرت؛ موافق نیستم (۱)، کمی موافقم (۲)، نسبتاً موافقم (۳)، کاملاً موافقم (۴) محاسبه می‌شوند. حداقل نمره کسب شده در این آزمون ۳۰ سؤالی برابر ۳۰ و حداکثر آن برابر ۱۲۰ است. نمره کل برای فراشناخت با مجموع نمرات زیر مقیاس‌ها به دست می‌آید. به منظور روایی و اعتبار پرسشنامه در تحقیقات ولز، کاتریت هاتون (۲۰۰۴) دامنه ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌ها از ۰/۷۲ تا ۰/۹۳ و پایایی آن به روش بازآزمایی برای نمره کل پس از دوره ۱۱۸ تا ۲۲ روزه ۰/۷۵ و برای خرده مقیاس‌ها ۰/۵۹ تا ۰/۸۷ گزارش شد. شیرین زاده دستگیری و همکاران (۱۳۸۷) ضریب همسانی درونی آن را با کمک ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۹۱ و برای خرده مقیاس‌های آن در دامنه ۰/۸۲ تا ۰/۶۸ گزارش کرده است. همبستگی زیر مقیاس‌های آن با کل آزمون در دامنه ۰/۵۸ تا ۰/۸۷ و همبستگی آن‌ها با یکدیگر بین ۰/۲۶ تا ۰/۶۲ بود. ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های کنترل ناپذیری، باورهای مثبت، خود هشیاری شناختی، اطمینان شناختی و نیاز به کنترل افکار منفی به ترتیب در نمونه ایرانی ۰/۸۷ و ۰/۸۶ و ۰/۸۱ و ۰/۸۰ و ۰/۷۱ گزارش شده است. در پژوهش زمان زاده (۱۳۹۲) نیز پایایی پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۱ و برای زیر مقیاس‌های باورهای مثبت درباره نگرانی، کنترل ناپذیری و خطر، اطمینان شناختی، نیاز به کنترل افکار و خودآگاهی شناختی به ترتیب ۰/۶۰، ۰/۷۴، ۰/۷۲، ۰/۷۱ و ۰/۷۷ به دست آمد. در تحقیق شیرین زاده دستگیری (۱۳۸۷)، نیز ضریب پایایی پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ برای باور مثبت درباره نگرانی ۰/۸۱، کنترل ناپذیری ۰/۸۵، اطمینان شناختی ۰/۸۳، نیاز به کنترل افکار ۰/۸۱ و وقوف شناختی ۰/۸۳ به دست آمد. پایایی بازآزمایی این آزمون را در فاصله چهار هفته برای کل مقیاس ۰/۷۳ و برای خرده مقیاس‌های آن در دامنه ۰/۵۹ تا ۰/۸۳ گزارش کرده است. محمدخانی و فرجاد (۱۳۸۸) میزان آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه باورهای فراشناختی ۰/۸۰ و برای خرده مقیاس‌های باورهای مثبت در مورد نگرانی، کنترل ناپذیری و خطر، اطمینان شناختی، نیاز به کنترل افکار و خودآگاهی شناختی به ترتیب ۰/۵۲، ۰/۷۱، ۰/۸۳، ۰/۶۰ و ۰/۷۹ گزارش کرده‌اند. در بررسی روایی سازه‌ای آن که با استفاده از تحلیل عاملی صورت گرفته بود، مورد تأیید قرار داده‌اند و پایایی آن را با آلفای کرونباخ برای کل و زیر مقیاس‌ها ما بین ۰/۷۶ الی ۰/۹۳ گزارش کرده‌اند و همچنین روایی و اعتبار این پرسشنامه به وسیله دو روانشناس بالینی و یک روان‌پزشک بررسی و به منظور سنجش انسجام درونی از طریق روش دو نیمه کردن و از طریق روش آلفای کرونباخ ضریب

۰/۷۹ به دست آمده همچنین به منظور اعتبار (پایایی) پرسشنامه فراشناخت مقیاس روی ۵۲ نفر اجرا گردیده و ضریب پایایی آن  $r=0/88$  دست آمده است (یوسفی و همکاران، ۱۳۸۵).

۳. **پرسشنامه راهبردهای نظم جویی هیجانی**<sup>۱</sup>: پرسشنامه نظم جویی شناختی هیجان فرم کوتاه نسخه فارسی گارنفسکی بر مبنای پرسشنامه اصلی نظم جویی شناختی هیجانی (CERQ) و توسط گارنفسکی، کرایچ و اسپینهاون (۲۰۰۱) در کشور هلند تدوین شده است و یک پرسشنامه چند بعدی است که جهت شناسایی راهبردهای مقابله‌ای شناختی افراد پس از تجربه کردن وقایع یا موقعیت‌های منفی مورد استفاده قرار می‌گیرد. برخلاف سایر پرسشنامه‌های مقابله‌ای که به صورت آشکار بین افکار فرد و اعمال واقعی وی تمایز قائل نمی‌شوند، این پرسشنامه افکار فرد پس از مواجهه با یک تجربه منفی یا وقایع آسیب‌زا ارزیابی می‌کند. این پرسشنامه یک ابزار خودگزارشی است و دارای ۳۶ ماده است. این پرسشنامه توسط گارنفسکی و کرایچ (۲۰۰۱) به منظور ارزیابی راهبردهای شناختی که هر فرد بعد از تجربه رخدادها تهدید کننده یا تیندگی‌های زندگی به کار می‌برد ابداع شده است. هدف آن سنجش زیرمقیاس‌های نظم جویی شناختی هیجان (ملامت خویش، پذیرش، نشخوارگری، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، دیدگاه گیری، فاجعه سازی، ملامت دیگران) است. نمره‌گذاری بر مبنای لیکرت پنج‌درجه‌ای از هرگز تا همیشه (هرگز ۱ تا همیشه ۵) صورت می‌گیرد. این پرسشنامه شامل ۹ زیرمقیاس است که هر کدام یک راهبرد خاص از راهبردهای شناختی را ارزیابی می‌کنند. زیرمقیاس‌ها عبارتند از: مقصر دانستن خود، مقصر دانستن دیگران، پذیرش رخداد، توجه مجدد برنامه‌ریزی برای چگونگی برخورد با رخداد، توجه مثبت مجدد به مسائل خوشایند به جای تفکر درباره آن رخداد واقعی، نشخوار فکری، باز ارزیابی مثبت، رسیدن به یک دور نما (افکار مربوط به نسبی بودن آن رخداد در مقایسه با سایر رخدادها) و مصیبت بار تلقی کردن. از میان این راهبردها، راهبردهای مقصر دانستن خود، مقصر دانستن دیگران، نشخوار فکری، مصیبت بار تلقی کردن رخداد راهبردهای منفی تنظیم هیجان هستند و راهبردهای پذیرش، توجه مجدد به برنامه‌ریزی، توجه مثبت مجدد، باز ارزیابی مثبت و رسیدن به یک دور نما راهبردهای مثبت تنظیم هیجان را نشان می‌دهند. پرسشنامه فوق دارای نه خرده مقیاس بوده که سؤالات مربوط به هر بعد در جدول زیر ارائه گردیده است. نمره هر راهبرد از طریق جمع نمره‌های داده شده به هر یک از راهبردها به دست می‌آید. دامنه نمره‌ها برای هر زیرمقیاس از ۴ تا ۲۰ است. جمع کل نمره‌ها در دامنه‌ای از ۳۶ تا ۱۸۰ نمره است.

در بررسی مشخصات روان‌سنجی آزمون گارنفسکی و کرایچ (۲۰۰۱) پایایی آزمون را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب برابر با ۰/۹۱، ۰/۸۷، ۰/۹۳ به دست آوردند. اعتبار پرسشنامه بر اساس همسانی درونی، توسط گارنفسکی، کرایچ (۲۰۰۶) در راهبردهای تنظیم منفی شناختی هیجان برابر ۰/۶۵ و در راهبردهای تنظیم مثبت شناختی برابر ۰/۶۸ و اعتبار کل پرسشنامه بر اساس ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۸۰ گزارش شده بود. روایی همگرا پرسشنامه از طریق محاسبه همبستگی بین فرم کوتاه و بلند این پرسشنامه توسط گارنفسکی، کرایچ (۲۰۰۶) در خصوص نه عامل سرزنش خود، سرزنش دیگران، فاجعه‌آمیز کردن، نشخوار فکری، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی پذیرش، تمرکز مثبت و ارزیابی مثبت مطلوب گزارش شده بود.



سامانی و جوکار (۱۳۸۶) اعتبار این پرسشنامه را ۰/۸۲ گزارش کرده‌اند برای محاسبه ضریب روایی هم‌زمان، از سه عامل افسردگی، استرس و اضطراب که هر یک از عامل‌ها به عنوان اختلال هیجانی در نظر گرفته شده بودند مورد ارزیابی قرار گرفته که نتایج روایی هم‌زمان سازه به ترتیب ضرایب ۰/۶۸، ۰/۸۵، ۰/۸۵ مطلوب گزارش شده بود. در پژوهش حاضر اعتبار پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به دست آمد. در ایران نیز روایی آزمون از طریق همبستگی نمره کل با نمرات زیر مقیاس‌ها آزمون بررسی شد که دامنه‌ای از ۰/۴۰ تا ۰/۶۸ با میانگین ۰/۵۶ را در برمی‌گرفت (حسینی، ۱۳۹۸). پایایی پرسش‌نامه در فرهنگ ایرانی توسط یوسفی (۱۳۸۲) با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسش‌نامه ۰/۸۲ گزارش شده است. همچنین در پژوهش حسینی (۱۳۹۸) آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۶۱ و برای راهبردهای منفی تنظیم هیجان و راهبردهای مثبت تنظیم هیجان به ترتیب ۰/۶۵ و ۰/۶۹ به دست آمد.

۴. پرسشنامه فرسودگی زناشویی<sup>۱</sup>: مقیاس فرسودگی شریک زندگی یک ابزار خودگزارش‌دهی است که برای اندازه‌گیری درجه فرسودگی روابط بین زوج‌ها طراحی شده است. این مقیاس توسط پاینز (۱۹۹۶) ابداع شده است. این مقیاس ۲۱ ماده دارد که شامل ۳ جزء اصلی خستگی جسمی (مثلاً احساس خستگی، سستی و داشتن اختلالات خواب) از پا افتادن عاطفی (احساس افسردگی، ناامیدی، در دام افتادن) و از پا افتادن روانی (مثل احساس بی‌ارزشی، سرخوردگی و خشم به همسر) است. تمام این موارد روی یک مقیاس لیکرت هفت‌درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود. سطح ۱ معرف عدم تجربه عبارت مورد نظر و سطح ۷ معرف تجربه زیاد عبارت مورد نظر است. برای به دست آوردن میزان فرسودگی بین زوج‌ها دستورالعمل زیر اجرا می‌شود: مرحله اول: امتیازهایی که به مواد ۲۱-۱۸-۱۷-۱۶-۱۵-۱۴-۱۳-۱۲-۱۱-۱۰-۹-۸-۷-۵-۴-۲-۱ داده شده‌اند با هم جمع می‌شوند. مرحله دوم: امتیازهایی که به مواد ۳، ۶، ۱۹، ۲۰ داده شده‌اند با هم جمع می‌شوند. مرحله سوم: امتیاز مرحله دوم از عدد ۳۲ کم می‌شود. مرحله چهارم: امتیاز مرحله اول با مرحله سوم جمع می‌شود. مرحله پنجم: عدد مرحله چهارم بر عدد ۲۱ تقسیم می‌شود. عدد حاصل درجه فرسودگی را نشان می‌دهد. لازم به ذکر است که اعداد بزرگ‌تر بیانگر میزان فرسودگی بالاتر هستند.

ارزیابی ضریب اعتبار مقیاس فرسودگی زناشویی نشان داده است که این مقیاس دارای همسانی درونی در دامنه ۰/۸۴ و ۰/۹۰ است. روایی به وسیله همبستگی‌های منفی با ویژگی‌های ارتباطی مثبت به تأیید رسیده است مانند نظر مثبت در مورد ارتباط، کیفیت مکالمه، احساس امنیت، خود شکوفایی، احساس هدفمندی، کشش و جاذبه عاطفی نسبت به همسر و کیفیت رابطه جنسی آن‌ها. نسخه‌های ترجمه شده مقیاس به طور موفقیت‌آمیزی در مطالعات بین فرهنگی در نروژ، مجارستان، مکزیک، اسپانیا، پرتغال، فنلاند و اسرائیل استفاده شده است (پاینز و نانز، ۲۰۰۳، لائس و لائس ۲۰۰۱). اعتبار با استفاده از شیوه آزمون - بازآزمون ۰/۸۹ برای یک دوره یک ماهه، ۰/۷۶ برای یک دوره دو ماهه و ۰/۶۶ برای دوره چهارماهه بود. تداوم درونی برای اغلب آزمودنی‌ها با ضریب ثابت آلفا سنجیده شد که بین ۰/۹۱ تا ۰/۹۳ بود (پاینز، ۱۹۹۶). در ایران نیز نویدی (۱۳۸۴) آلفای کرونباخ این مقیاس را در مورد ۲۴۰ نمونه ۱۲۰ پرستار و ۱۲۰ معلم اندازه‌گیری کرد و ضریب اعتبار را ۰/۸۶ به دست آورد. همچنین در پژوهش حسینی (۱۳۹۸) آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۷۵ به دست آمد.

## 1. Couple Burnout Questionnaire

**شیوه اجرا.** با توجه به اینکه پژوهش حاضر از نوع همبستگی و همخوانی است، طبق اصول صحیح و علمی و بر اساس نرم‌افزار *sample power* با توجه به احتمال ۲۰ درصد افت آزمودنی‌ها تعداد نمونه ۳۷۵ نفر در نظر گرفته شد و پرسشنامه‌ها در بین آزمودنی‌ها توزیع شد که از بین پرسشنامه‌های انجام شده با خارج نمودن پرسشنامه‌های ناقص ۳۵۰ پرسشنامه مورد تحلیل قرار گرفته شد. در نهایت تعداد ۳۵۰ پرسشنامه کامل در محیط نرم‌افزار *spss* و نرم‌افزار مدل‌یابی *smart pls ۸,۳* مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

### یافته‌ها

میانگین و انحراف معیار سن زنان شرکت‌کننده ۳۹/۷۸ (۲/۸۴) بود که بیشترین درصد پاسخ‌دهندگان ۳۵/۴۲ درصد زنان از لحاظ سنین بالاتر از ۴۵ سال و کمترین درصد پاسخ‌دهندگان ۳/۴۲ بین ۲۵ تا ۳۰ سال بودند. همچنین بیشترین درصد پاسخ‌دهندگان ۳۹/۱۴ درصد زنان دارای مدرک لیسانس و کمترین درصد پاسخ‌دهندگان ۳/۴۲ درصد زنان دارای مدرک دکترا بودند. بیشترین درصد پاسخ‌دهندگان ۲۷/۷۱ درصد زنان دارای مدت تأهل بالاتر از ۲۶ سال و کمترین درصد پاسخ‌دهندگان ۴/۵۷ درصد زنان از لحاظ مدت تأهل زیر ۵ سال بودند و بیشترین درصد پاسخ‌دهندگان ۲۹/۴۲ دارای سه فرزند و کمترین درصد پاسخ‌دهندگان ۲/۵۷ درصد بدون فرزند بودند. همچنین بیشترین درصد پاسخ‌دهندگان ۳۹/۴۲ درصد زنان از لحاظ وضعیت شغلی خانه‌دار و کمترین درصد پاسخ‌دهندگان ۴/۸۵ درصد از لحاظ وضعیت شغلی رسمی بودند.

جدول ۱. شاخص‌های گرایش به مرکز و پراکندگی و توزیع نرمال متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	ضریب کشیدگی	ضریب کجی	خطای معیار
طلاق عاطفی	۳۵/۲۷	۷/۴۱	۱/۲۵	-۰/۵۲	۰/۲۴
باورهای مثبت درباره نگرانی	۵۷/۲۶	۱۳/۳۴	۱/۴۵	-۰/۸۶	۰/۴۲
باورهایی درباره کنترل ناپذیری و خطر افکار	۴۳/۵۲	۱۱/۴۶	۱/۳۲	-۰/۷۳	۰/۳۶
باورهایی درباره اطمینان شناختی	۲۵/۳۲	۷/۱۲	۱/۱۱	-۰/۵۴	۰/۳۲
باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار	۳۷/۶۹	۸/۳۱	۱/۲۲	-۰/۶۵	-۰/۵۴
وقوف شناختی (خودآگاهی شناختی)	۲۱/۶۵	۶/۸۳	۱/۱۰	-۰/۴۷	۰/۲۴
راهبردهای منفی تنظیم هیجان	۱۸/۴۴	۶/۶۹	۱/۳۲	-۰/۶۲	۰/۳۴
مقصر دانستن خود	۱۳/۲۱	۴/۲۱	۱/۲۲	-۰/۴۲	۰/۲۷
مقصر دانستن دیگران	۱۷/۶۴	۵/۴۳	۱/۲۴	-۰/۵۷	۰/۳۲
نشخوار فکری	۱۹/۷۹	۷/۵۲	۱/۴۳	-۰/۶۵	۰/۳۶

۰/۴۲	-۰/۸۷	۱/۵۶	۹/۷۶	۲۳/۱۵	مصیبت بار تلقی کردن رخداد
۰/۳۲	۰/۷۱	۱/۶۵	۳/۲۱	۱۲/۰۸	راهبردهای مثبت تنظیم هیجان
۰/۴۲۱	۰/۸۴	۱/۸۲	۴/۰۹	۱۳/۱۰	پذیرش
۰/۳۵	-۰/۷۲	۱/۷۴	۳/۵۲	۱۲/۳۲	توجه مجدد به برنامه‌ریزی
۰/۳۷	-۰/۷۳	۱/۷۶	۳/۷۹	۱۲/۵۷	توجه مثبت مجدد
۰/۲۹	-۰/۶۵	۱/۵۴	۲/۷۵	۱۱/۷۶	باز ارزیابی مثبت
۰/۲۷	-۰/۶۲	۱/۴۷	۲/۴۳	۱۰/۶۹	رسیدن به یک دور نما
۰/۲۸	-۰/۶۸	۱/۳۲	۶/۶۵	۳۰/۷۸	خستگی جسمی
۰/۳۴	-۰/۸۶	۱/۸۹	۹/۶۳	۳۴/۶۳	از پا افتادن عاطفی
۰/۳۱۲	-۰/۷۴	۱/۷۵	۷/۵۷	۳۲/۲۹	از پا افتادن روانی

بیشترین میانگین در رابطه با طلاق عاطفی در زنان برابر با ۳۵/۲۷ و انحراف معیار ۷/۴۱ به دست آمده است. بیشترین میانگین در رابطه با مؤلفه‌های باورهای فراشناختی در زنان مربوط به باورهای مثبت در مورد نگرانی و کمترین میانگین مربوط به وقوف شناختی (خودآگاهی شناختی) است. بیشترین میانگین در رابطه با مؤلفه‌های راهبردهای منفی تنظیم هیجان در زنان مربوط به مصیبت بار تلقی کردن رخداد و کمترین میانگین مربوط به مقصر دانستن خود است. بیشترین میانگین در رابطه با مؤلفه‌های راهبردهای مثبت تنظیم هیجان در زنان مربوط به راهبردهای پذیرش و کمترین میانگین مربوط به رسیدن به یک دور نما است. بیشترین میانگین در رابطه با مؤلفه‌های فرسودگی زناشویی در زنان مربوط به از پا افتادن عاطفی و کمترین میانگین مربوط به خستگی جسمی است. از آنجایی که میزان ضریب کجی بین (۲ و -۲) است، عنوان می‌شود که توزیع فوق نرمال است و از میانگین به عنوان مناسب‌ترین شاخص آمار پارامتریک می‌توان استفاده کرد.

جدول ۲ معناداری روابط و شدت و جهت متغیرها و مؤلفه‌های آن با حضور متغیر میانجی

نتیجه	ضرایب معناداری	Pvalues	ضرایب استاندارد	مدل
معنادار	۱۳/۴۲	۰/۰۰۱	۰/۶۶۸	باورهای مثبت درباره نگرانی -> طلاق عاطفی
معنادار	۱۱/۳۷	۰/۰۰۱	۰/۶۵۳	باورهای مثبت درباره نگرانی -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۱۱/۷۵	۰/۰۰۱	۰/۶۵۴	باورهای کنترل ناپذیری و خطر افکار -> طلاق عاطفی
معنادار	۹/۶۳	۰/۰۰۱	۰/۶۴۹	باورهای کنترل ناپذیری و خطر افکار -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۸/۶۳	۰/۰۰۱	۰/۶۳۹	باورهایی درباره اطمینان شناختی -> طلاق عاطفی
معنادار	۷/۸۴	۰/۰۰۱	۰/۵۹۳	باورهایی درباره اطمینان شناختی -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۹/۸۴	۰/۰۰۱	۰/۶۶۷	باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار -> طلاق عاطفی
معنادار	۸/۱۴	۰/۰۰۱	۰/۶۲۸	باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۹/۷۴	۰/۰۰۱	-۰/۶۲۳	وقوف شناختی (خودآگاهی شناختی) -> طلاق عاطفی

معنادار	۶/۴۵	۰/۰۰۱	-۰/۵۶۷	وقوف شناختی (خودآگاهی شناختی)-> فرسودگی زناشویی
معنادار	۱۳/۱۳	۰/۰۰۱	۰/۷۱۵	راهبردهای منفی تنظیم هیجان -> طلاق عاطفی
معنادار	۱۰/۸۵	۰/۰۰۱	۰/۶۴۵	راهبردهای منفی تنظیم هیجان -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۱۰/۷۸	۰/۰۰۱	۰/۶۴۷	مقصر دانستن خود -> طلاق عاطفی
معنادار	۸/۷۴	۰/۰۰۱	۰/۵۶۹	مقصر دانستن خود -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۱۲/۳۷	۰/۰۰۱	۰/۶۹۵	مقصر دانستن دیگران -> طلاق عاطفی
معنادار	۹/۶۸	۰/۰۰۱	۰/۵۸۷	مقصر دانستن دیگران -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۱۳/۶۳	۰/۰۰۱	۰/۷۲۳	نشخوار فکری -> طلاق عاطفی
معنادار	۱۳/۶۳	۰/۰۰۱	۰/۶۷۲	نشخوار فکری -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۱۱/۷۴	۰/۰۰۱	۰/۷۹۸	مصیبت بار تلقی کردن رخداد -> طلاق عاطفی
معنادار	۱۵/۷۳	۰/۰۰۱	۰/۷۵۴	مصیبت بار تلقی کردن رخداد -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۱۰/۷۵	۰/۰۰۱	-۰/۶۷۳	راهبردهای مثبت تنظیم هیجان -> طلاق عاطفی
معنادار	۸/۷۴	۰/۰۰۱	-۰/۶۵۰	راهبردهای مثبت تنظیم هیجان -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۹/۲۵	۰/۰۰۱	-۰/۷۲۱	پذیرش -> طلاق عاطفی
معنادار	۱۱/۲۳	۰/۰۰۱	-۰/۷۰۴	پذیرش -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۱۰/۶۹	۰/۰۰۱	-۰/۶۷۵	توجه مجدد به برنامه‌ریزی -> طلاق عاطفی
معنادار	۸/۳۲	۰/۰۰۱	-۰/۶۳۸	توجه مجدد به برنامه‌ریزی -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۱۱/۷۷	۰/۰۰۱	-۰/۶۹۳	توجه مثبت مجدد -> طلاق عاطفی
معنادار	۹/۶۵	۰/۰۰۱	-۰/۶۷۴	توجه مثبت مجدد -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۹/۳۷	۰/۰۰۱	-۰/۶۴۹	باز ارزیابی مثبت -> طلاق عاطفی
معنادار	۷/۸۳	۰/۰۰۱	-۰/۶۲۳	باز ارزیابی مثبت -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۸/۶۵	۰/۰۰۱	-۰/۶۲۷	رسیدن به یک دور نما -> طلاق عاطفی
معنادار	۶/۶۴	۰/۰۰۱	-۰/۶۱۲	رسیدن به یک دور نما -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۱۱/۴۴	۰/۰۰۱	-۰/۶۹۲	سبک دلبستگی -> طلاق عاطفی
معنادار	۱۰/۰۵	۰/۰۰۱	-۰/۶۴۱	سبک دلبستگی -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۱۰/۲۸	۰/۰۰۱	۰/۶۵۰	باورهای فراشناختی -> طلاق عاطفی
معنادار	۸/۳۹	۰/۰۰۱	۰/۶۱۸	باورهای فراشناختی -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۱۱/۹۴	۰/۰۰۱	-۰/۶۹۴	راهبردهای نظم جویی هیجانی -> طلاق عاطفی
معنادار	۹/۷۹	۰/۰۰۱	-۰/۶۴۷	راهبردهای نظم جویی هیجانی -> فرسودگی زناشویی
معنادار	۱۲/۲۲	۰/۰۰۱	۰/۷۲۶	فرسودگی زناشویی -> طلاق عاطفی

نتایج ضرایب معناداری به دست آمده نشان می‌دهد که مسیر غیرمستقیم بین باورهای فراشناختی و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا VAF (۰/۴۰۸) نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر باورهای فراشناختی و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. همچنین در خصوص هر یک از مؤلفه‌های باورهای فراشناختی (باورهای مثبت درباره نگرانی، باورهایی درباره کنترل ناپذیری و خطر افکار، باورهایی درباره اطمینان شناختی، باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار و وقوف شناختی یا خودآگاهی

شناختی) نتایج ضرایب معناداری به دست آمده نشان می‌دهد که مسیر بین باورهای مثبت درباره نگرانی و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا  $VAF(0/415)$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر باورهای مثبت درباره نگرانی و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین باورهای درباره کنترل ناپذیری و خطر افکار و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا  $VAF(0/418)$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر باورهای درباره کنترل ناپذیری و خطر افکار و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین باورهای درباره اطمینان شناختی و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا  $VAF(0/402)$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر باورهای درباره اطمینان شناختی و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین باورهای درباره کنترل افکار و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا  $VAF(0/406)$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر باورهای درباره نیاز به کنترل افکار و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین وقوف شناختی یا خودآگاهی شناختی و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا  $VAF(0/397)$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر وقوف شناختی یا خودآگاهی شناختی و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد.

نتایج ضرایب معناداری به دست آمده نشان می‌دهد که مسیر غیرمستقیم بین راهبردهای نظم‌جویی هیجانی و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا  $VAF(0/403)$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر راهبردهای نظم‌جویی هیجانی و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. همچنین در خصوص هر یک از مؤلفه‌های راهبردهای نظم‌جویی هیجانی (راهبردهای منفی تنظیم هیجان؛ راهبردهای مقصر دانستن خود، مقصر دانستن دیگران، نشخوار فکری، مصیبت بار تلقی کردن رخداد و راهبردهای مثبت تنظیم هیجان؛ راهبردهای پذیرش، توجه مجدد به برنامه‌ریزی، توجه مثبت مجدد، باز ارزیابی مثبت، رسیدن به یک دور نما) نتایج ضرایب معناداری به دست آمده نشان می‌دهد که مسیر بین راهبردهای منفی تنظیم هیجان و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا  $VAF(0/395)$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر راهبردهای منفی تنظیم هیجان و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین راهبردهای مقصر دانستن خود و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا  $VAF(0/389)$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر راهبردهای مقصر دانستن خود و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین راهبردهای مقصر دانستن دیگران و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با

طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا  $VAF(0/380)$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر راهبردهای مقصر دانستن دیگران و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین نشخوار فکری و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا  $VAF(0/402)$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر نشخوار فکری و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین مصیبت بار تلقی کردن رخداد و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا  $VAF(0/406)$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر مصیبت بار تلقی کردن رخداد و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین راهبردهای مثبت تنظیم هیجان و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است.

نتایج شمول واریانس یا  $VAF(0/412)$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر راهبردهای مثبت تنظیم هیجان و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین راهبردهای پذیرش و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا  $VAF(0/414)$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر راهبردهای پذیرش و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین توجه مجدد به برنامه‌ریزی و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا  $VAF(0/406)$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر توجه مجدد به برنامه‌ریزی و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین توجه مثبت مجدد و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا  $VAF(0/413)$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر توجه مثبت مجدد و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین باز ارزیابی مثبت و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا  $VAF(0/410)$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر باز ارزیابی مثبت و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد. مسیر بین رسیدن به یک دور نما و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی با توجه به مقدار ضرایب معناداری T.value در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است. نتایج شمول واریانس یا  $VAF(0/414)$  نشان داده است که فرسودگی زناشویی برای دو متغیر رسیدن به یک دور نما و طلاق عاطفی نقش میانجی‌گری جزئی دارد.

### آزمون ۲ F یا آزمون طلایی صنعت (اندازه اثر)

آزمون ۲ F یا آزمون طلایی صنعت آزمونی است که بر خلاف R2 که به دنبال پیش‌بینی رفتار بر اساس کل متغیرهای مستقل است، این آزمون بیان هر کدام از متغیرها به صورت تنها چه سهمی در پیش‌بینی متغیر وابسته دارد. مقادیر به دست آمده با سه مقدار ۰/۰۲ (ضعیف)، ۰/۱۵ (متوسط) و ۰/۳۵ (قوی) مقایسه می‌شود.

جدول ۳. آزمون ۲ F یا آزمون طلایی صنعت

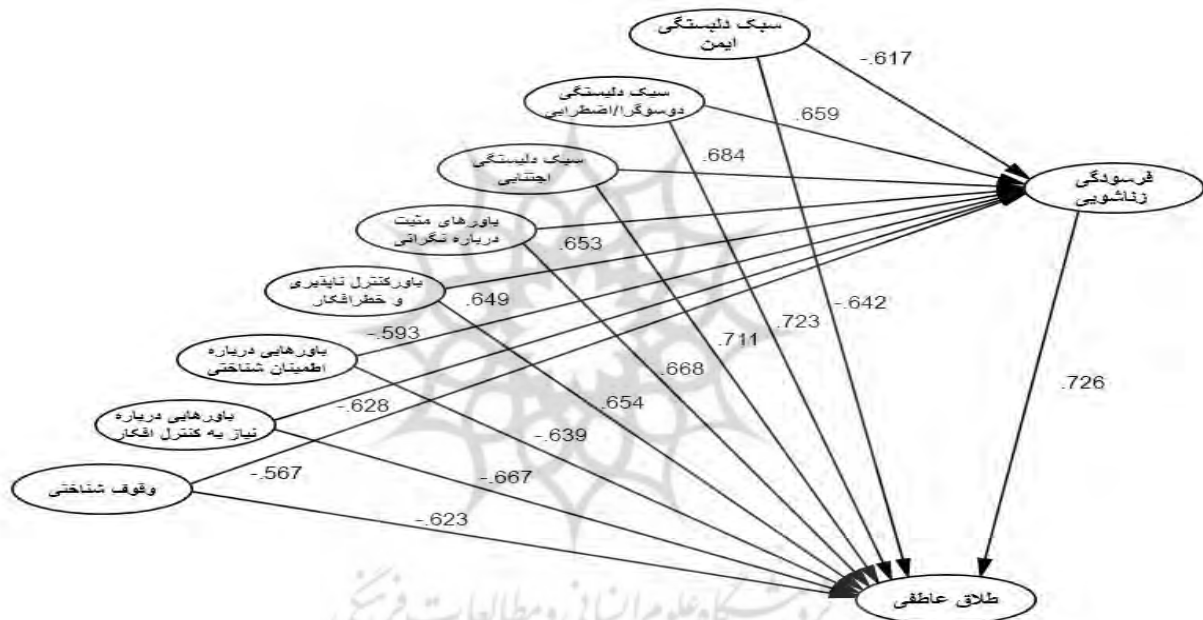
فرسودگی زناشویی	طلاق عاطفی	
۰/۲۰۹	۰/۲۳۵	باورهای فراشناختی
۰/۱۶۹	۰/۱۹۷	باورهای مثبت درباره نگرانی
۰/۱۴۳	۰/۱۸۳	باورهایی درباره کنترل ناپذیری و خطر افکار
۰/۱۲۵	۰/۱۵۴	باورهایی درباره اطمینان شناختی
۰/۱۳۸	۰/۱۷۶	باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار
۰/۱۱۷	۰/۱۳۲	وقوف شناختی (خودآگاهی شناختی)
۰/۲۲۴	۰/۲۳۵	راهبردهای منفی تنظیم هیجان
۰/۱۳۹	۰/۱۵۷	مقصر دانستن خود
۰/۱۶۳	۰/۱۹۴	مقصر دانستن دیگران
۰/۱۸۶	۰/۲۰۹	نشخوار فکری
۰/۲۰۷	۰/۲۲۶	مصیبت بار تلقی کردن رخداد
۰/۲۱۳	۰/۲۲۸	راهبردهای مثبت تنظیم هیجان
۰/۱۸۴	۰/۲۱۹	پذیرش
۰/۱۷۳	۰/۱۹۸	توجه مجدد به برنامه‌ریزی
۰/۱۸۵	۰/۲۰۶	توجه مثبت مجدد
۰/۱۴۷	۰/۱۷۴	باز ارزیابی مثبت
۰/۱۲۴	۰/۱۶۵	رسیدن به یک دور نما
۰/۲۲۸	۰/۲۵۶	راهبردهای نظم جویی هیجانی
-	۰/۲۸۵	فرسودگی زناشویی

همان‌طور که در مدل بیرونی اندازه‌گیری از شاخصی به نام CVCOM استفاده شد، در مدل درونی (ساختاری) از شاخص CVRED که مخفف روایی متقاطع افزونگی است، استفاده می‌شود؛ که با دستور چشم‌پوشی این شاخص را با عدد ۰/۰۲ (ضعیف)، ۰/۱۵ (متوسط) و ۰/۳۵ (قوی) مقایسه می‌شود. در دستور چشم‌پوشی فقط سؤالات درون‌زها را چشم‌پوشی کرده و اگر مدل کیفیت مناسبی داشته باشد می‌تواند این اعداد را نزدیک به مقدار قبل پیش‌بینی کند.

جدول ۴. آزمون کیفیت مدل ساختاری

	$Q^2 (=1-SSE/SSO)$
طلاق عاطفی	۰/۴۸۷
فرسودگی زناشویی	۰/۳۶۵

کیفیت روایی متقاطع افزونگی مدل ساختاری برای فرسودگی زناشویی کمی بیشتر از قوی است اما برای طلاق عاطفی کیفیت بسیار قوی دارد. از طرفی بر اساس نتایج به دست آمده از مدل اندازه‌گیری در بخش CVCOM نیز از کیفیت بسیار قوی برخوردار بود که نتایج مدل اندازه‌گیری با مدل ساختاری هر دو از کیفیت نسبتاً مناسب و بالایی برخوردار می‌باشند. اکنون به سراغ آزمون‌های مدل کلی می‌رویم تا مشخص شود پیش‌بینی ما از نتایج چه وضعیتی دارد؛ زیرا مدل اصلی تحقیق ترکیبی از دو مدل است. رینگل (۲۰۱۶) آزمون برازش SRMR را به عنوان تنها آزمون برازشی قابل اتکا برای مدل ارائه نمود؛ که  $SRMR < 0/08$  باید باشد که نشان دهد آزمون از برازش برخوردار است. در این پژوهش میزان  $SRMR = 0/054 < 0/08$  به دست آمده است که نشان می‌دهد آزمون از برازش مطلوبی برخوردار است.



شکل ۱ مدل نهایی ساختاری پژوهش در حالت معناداری ضرایب استاندارد با حضور میانجی

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر ارائه مدلی برای پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین بر اساس باورهای فراشناختی و راهبردهای نظم‌جویی هیجانی با میانجی‌گری فرسودگی زناشویی در زنان بود. استفاده از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری برای ارزیابی چگونگی برازش مدل ساختاری با داده‌های گردآوری شده در آزمون سؤال‌های پژوهش با مدل نظری مطابقت دارد؛ بدین ترتیب فرض صفر رد و فرض خلاف تأیید شد؛ بنابراین چنین نتیجه‌گیری می‌شود که مدل ساختاری پژوهش با داده‌های گردآوری شده برازش دارد. همان‌طور که ملاحظه شد بررسی معناداری مسیرهای مستقیم نتایج نشان داده است که مسیر مستقیم باورهای فراشناختی و مؤلفه‌های آن (باورهای مثبت درباره نگرانی، باورهای درباره کنترل‌ناپذیری و خطر افکار،



باورهایی درباره اطمینان شناختی، باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار و وقوف شناختی یا خودآگاهی شناختی) با طلاق عاطفی رابطه معنادار باورهای فراشناختی و مؤلفه‌های آن (باورهای مثبت درباره نگرانی، باورهایی درباره کنترل ناپذیری و خطر افکار، باورهایی درباره اطمینان شناختی، باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار و وقوف شناختی یا خودآگاهی شناختی) با طلاق عاطفی را تأیید می‌کند. بر همین اساس می‌توان بیان داشت که فرضیه پژوهش تأیید شد. به‌منظور شدت و جهت رابطه بر اساس نتایج ضریب بتا می‌توان بیان داشت که باورهای فراشناختی به اندازه  $0/650$  با طلاق عاطفی شدت اثر نسبتاً بالایی دارد و نیز جهت رابطه آن مثبت است، بدین معنا که هر چه میزان باورهای فراشناختی در بین زنان متأهل مراجعه کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران افزایش و یا کاهش یابد میزان طلاق عاطفی افزایش و یا کاهش می‌یابد. از طرفی میزان این شدت اثر در خصوص مؤلفه باورهای مثبت درباره نگرانی ( $0/668$ ) در حد نسبتاً بالا و نیز جهت رابطه آن مثبت است، بدین معنا که هر چه میزان باورهای مثبت درباره نگرانی در بین زنان متأهل مراجعه کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران افزایش و یا کاهش یابد میزان طلاق عاطفی افزایش و یا کاهش می‌یابد. همچنین میزان این شدت اثر در خصوص مؤلفه باورهایی درباره کنترل ناپذیری و خطر افکار ( $0/654$ ) در حد نسبتاً بالا و نیز جهت رابطه آن مثبت است، بدین معنا که هر چه میزان باورهایی درباره کنترل ناپذیری و خطر افکار در بین زنان متأهل مراجعه کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران افزایش و یا کاهش یابد میزان طلاق عاطفی افزایش و یا کاهش می‌یابد. از طرفی میزان این شدت اثر در خصوص مؤلفه باورهایی درباره اطمینان شناختی ( $0/639$ ) در حد نسبتاً بالا و نیز جهت رابطه آن منفی است، بدین معنا که هر چه میزان باورهایی درباره اطمینان شناختی در بین زنان متأهل مراجعه کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران افزایش و یا کاهش یابد میزان طلاق عاطفی کاهش و یا افزایش می‌یابد. از طرفی میزان این شدت اثر در خصوص مؤلفه باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار ( $0/667$ ) در حد نسبتاً بالا و نیز جهت رابطه آن منفی است، بدین معنا که هر چه میزان باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار در بین زنان متأهل مراجعه کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران افزایش و یا کاهش یابد میزان طلاق عاطفی کاهش و یا افزایش می‌یابد. از طرفی میزان این شدت اثر در خصوص مؤلفه وقوف شناختی یا خودآگاهی شناختی یا ( $0/623$ ) در حد نسبتاً بالا و نیز جهت رابطه آن منفی است، بدین معنا که هر چه میزان وقوف شناختی یا خودآگاهی شناختی در بین زنان متأهل مراجعه کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران افزایش و یا کاهش یابد میزان طلاق عاطفی کاهش و یا افزایش می‌یابد. نتایج پژوهش انجام شده همسو با نتایج پژوهش‌های صورت گرفته توسط ابراهیمی و همکاران ( $1399$ )، آزادیان پور ( $1398$ )، خوباری و همکاران ( $1395$ )، صمدی فرد و همکاران ( $1395$ )، عنایت پور و دره کردی ( $1395$ )، استرابت و کارپینتر ( $2019$ )، ساکاتا و مکینز ( $2019$ )، لارسون و هولمن ( $2017$ )، کیتسون و هولمز ( $2016$ )، همخوان است. بر این اساس اغلب مشکلات بین فردی که زوجین تجربه می‌کنند تحت تأثیر شیوه نگرش آن‌ها در روابط خود با دیگری است. این شیوه نگرش باورهای فراشناختی نامیده می‌شود. فراشناخت به ساختارها، دانش، وقایع و فرایندهای روان‌شناختی اشاره دارد (ولز،  $2009$ ). فراشناخت آنچه که افراد آن را مورد توجه قرار می‌دهند و وارد حیطه‌ی هوشیاری خود می‌کنند، ارزیابی‌ها و تأثیر انواع راهبردهایی که افراد برای تنظیم افکار و احساساتشان به کار می‌برند را شکل می‌دهد. فراشناخت به آگاهی و نظارت بر یک افکار تعریف شده است (لیمنز و همکاران،

۲۰۱۰). علاوه بر این، فراشناخت، فکر کردن درباره فرایند تفکر است؛ فرآیندهای فراشناختی دارای دو جنبه‌ی مستقل اما مرتبط با یکدیگرند: دانش فراشناختی و تجربه فراشناختی. مطالعات نشان داده است که باورهای فراشناختی در مبتلا شدن به اختلالات اضطرابی نقش دارد؛ بر همین اساس فراشناخت یک مفهوم چندوجهی است که شامل دانش (باورها)، فرایندها و راهبردهایی است که شناخت را ارزیابی، نظارت و یا کنترل می‌کنند (هلن و همکاران، ۲۰۱۳). باورهای فراشناختی مثبت به مفید بودن نگرانی، اندیشناکی، تهدیدیبایی و سایر راهبردهای مشابه اشاره دارند. ممکن است در ظاهر این باورها منطقی به نظر برسند. با این حال ماهیت معیوب و تحریف شده دارند. حوزه دوم باورهای فراشناختی به اهمیت و معنای منفی وقایع شناختی درونی (برای مثال، افکار و باورهای متداول) ربط دارد. فراباورهای منفی در دو دسته وسیع جای می‌گیرند: کنترل ناپذیری افکار و معنا، اهمیت و خطر افکار. چنین فراباورهایی زمینه شکست در کنترل افکار را فراهم می‌کنند. همین پدیده نیز منجر به تفسیر منفی و تهدید زایی وقایع ذهنی می‌شود.

بررسی معناداری مسیرهای مستقیم نتایج نشان داده است که مسیر مستقیم راهبردهای نظم جویی هیجانی و مؤلفه‌های آن (راهبردهای منفی تنظیم هیجان؛ راهبردهای مقصر دانستن خود، مقصر دانستن دیگران، نشخوار فکری، مصیبت بار تلقی کردن رخداد و راهبردهای مثبت تنظیم هیجان؛ راهبردهای پذیرش، توجه مجدد به برنامه‌ریزی، توجه مثبت مجدد، باز ارزیابی مثبت، رسیدن به یک دور نما) با طلاق عاطفی با توجه به سطح معناداری که کمتر از ۰/۰۱ است که خبر از وجود رابطه معنادار راهبردهای نظم جویی هیجانی و مؤلفه‌های آن (راهبردهای منفی تنظیم هیجان؛ راهبردهای مقصر دانستن خود، مقصر دانستن دیگران، نشخوار فکری، مصیبت بار تلقی کردن رخداد و راهبردهای مثبت تنظیم هیجان؛ راهبردهای پذیرش، توجه مجدد به برنامه‌ریزی، توجه مثبت مجدد، باز ارزیابی مثبت، رسیدن به یک دور نما) با طلاق عاطفی است را تأیید می‌کند. نتایج پژوهش انجام شده همسو با نتایج پژوهش‌های صورت گرفته توسط آزادپان پور (۱۳۹۸)، نامنی و نجفی (۱۳۹۷)، بشارت و همکاران (۱۳۹۶)، عیسی زاده (۱۳۹۵)، ساکاتا و مکینز (۲۰۱۹)، جنفریو (۲۰۱۸)، سافستروم و همکاران (۲۰۱۷)، لیچستین و یوانگ (۲۰۱۷)، سولاستد (۲۰۱۷)، دانسون (۲۰۱۵) در پژوهش انجام شده به این نتیجه رسید که تنظیم هیجانی باعث می‌شود افراد احساسات منفی و مثبت را تعدیل می‌کند و کمک به زوجین می‌کند تا موقعیت را بهتر درک نمایند و یاد بگیرند چگونه هیجان‌های خود را مدیریت کنند و این سازماندهی ظرفیت روانی، ذهنی و رضایت از زندگی و کیفیت روابط بین زوجین را ارتقاء می‌دهد. افرادی که دارای مهارت، تنظیم هیجانی هستند، یعنی کسانی که احساسات خود را به خوبی می‌شناسند و آن‌ها را تنظیم می‌کنند و احساسات دیگران را نیز درک و به طرز اثربخشی با آن برخورد می‌کنند، در حوزه‌های مختلف موفق و کارآمد می‌باشند در نتیجه در روابط زوجین این رابطه از کیفیت بالایی برخوردار هستند (عیسی‌زاده، ۱۳۹۵). در پژوهش‌های انجام شده نتایج نشان داده است که استفاده از راهبردهای نظم جویی هیجانی تا حد زیادی می‌تواند بر مشکلات زناشویی زوجین تأثیر گذارد، از طرفی بین این دو متغیر در ابعاد گوناگون رابطه وجود دارد. یکی از عواملی که افراد در مشاوره‌های قبل از ازدواج بایستی مدنظر قرار دهند، توجه به خصیصه شخصیتی راهبردهای نظم جویی هیجان است (نامنی و نجفی، ۱۳۹۷). راهبردهای نظم جویی هیجان یک عامل مهم در درک متقابل زوجین نسبت به یکدیگر و کنترل و مدیریت بهنگام و مناسب هیجان‌ات در بروز تعارضات زندگی است که با سلامت عاطفی و در مجموع

با سلامت روانی افراد ارتباط دارد؛ افزون بر آن راهبردهای نظم جویی هیجانی به عنوان سبک شناختی-عاطفی در روابط بین زوجین در نظر گرفته می‌شود که عدم برون ریزی و راهبردهای نامناسب هیجان‌ات منجر به ایجاد مشکلاتی در روابط زوجین می‌شود (سافستروم و همکاران، ۲۰۱۷). راهبردهای نظم جویی هیجانی به عنوان یک خصیصه شخصیتی در گستره هیجان‌ات، موضوعی بسیار قابل ملاحظه است که آثار مشهود و نتایج غیرقابل انکاری بر روابط بین فردی داشته و می‌تواند گوشه‌ای از مسائل مربوط به روابط خانوادگی را در قالب روابط عاطفی بین دو فرد که پیمان زناشویی می‌بندند، روشن کند (باباخانی و رضایی، ۱۳۹۵).

یافته‌های این پژوهش مؤید آن است که ارائه مدلی برای پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین بر اساس سبک‌های دلبستگی، باورهای فراشناختی و راهبردهای نظم جویی هیجانی با میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با مدل نظری مطابقت داشته و از برازش مطلوبی برخوردار است؛ همچنین بررسی مسیر مستقیم پژوهش نشان داده است که بین سبک‌های دلبستگی، باورهای فراشناختی و راهبردهای نظم جویی هیجانی با طلاق عاطفی زنان متأهل رابطه معناداری وجود دارد و از طرفی بررسی مسیر غیرمستقیم پژوهش نشان داده است که بین سبک‌های دلبستگی، باورهای فراشناختی، راهبردهای نظم جویی هیجانی و میانجی‌گری فرسودگی زناشویی با طلاق عاطفی زنان متأهل مراجعه کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران شدت اثر مطلوبی داشته است. به رغم تلاش جدی در جهت انجام صحیح و اصولی پژوهش حاضر، این تحقیق مانند دیگر پژوهش‌های انجام شده در حیطه مسائل انسانی، با محدودیت‌ها و مشکلاتی مواجه بود که تلاش برای برطرف کردن آن‌ها در پژوهش‌های آتی، می‌تواند مهر تأییدی بر نتایج به دست آمده در این پژوهش باشد کی از محدودیت‌ها به روش پژوهش مربوط می‌شود، بدین دلیل که این پژوهش از نوع همبستگی بود و در آن کنترلی اعمال نشده است و ما نمی‌توانیم رابطه علت و معلولی را بررسی کنیم؛ همچنین در این پژوهش تلاش بر این بوده است که به ارائه مدلی برای پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین بر اساس سبک‌های دلبستگی، باورهای فراشناختی و راهبردهای نظم جویی هیجانی با میانجی‌گری فرسودگی زناشویی زنان متأهل مراجعه کننده به خانه‌های سلامت شهر تهران به کمک ابزارهای پژوهشی سنجیده شود، اما متغیرهای مزاحم (نگرش افراد، سن، شرایط محیط، جو عاطفی خانواده، زمان پاسخگویی ...) نیز ممکن است نتایج را تحت تأثیر قرار داده باشند.

علاوه بر آن، یافته‌ها بر اساس مقیاس‌های خود گزارش‌دهی است؛ بدین معنا که گزارش‌های شخصی در پرسش‌نامه‌ها اصولاً به دلیل دفاع‌های ناخودآگاه، تعصب در پاسخ‌دهی و شیوه‌های معرفی شخصی، مستعد تحریف هستند و ممکن است زنان متأهل در هنگام پاسخ‌دهی به جای توجه به وضع موجود، پاسخ‌های خود را با توجه به وضع مطلوب ارائه داده باشند که این امر به نوعی بر نتایج تأثیر خواهد گذاشت و در نهایت عدم امکان توجیه همه زنان متأهل در خصوص ابزارها و متغیرهای پژوهش و نیز موضوع پژوهش و نتایجی که این پژوهش برای زنان متأهل مراجعه کننده در برمی‌گیرد که ممکن است نتایج را تحت پوشش خود قرار دهد، اگر این امر میسر می‌شد با بالا رفتن دقت پاسخ‌گویی نتایج بهتری کسب می‌شد. با توجه به نتایج پژوهش، از آنجا که ازدواج و انتخاب همسر یکی از تصمیمات مهم زندگی است و با توجه به نقش پیش‌بینی‌کنندگی طلاق عاطفی بر اساس سبک‌های دلبستگی، باورهای فراشناختی و راهبردهای نظم جویی هیجانی

با میانجی‌گری فرسودگی زناشویی از این رو پیشنهاد می‌شود به‌منظور افزایش ایجاد بسترهای ارتباطی مناسب در زمینه کمک به بهبودی روابط زوجین امکانات مناسب در اختیار آن‌ها قرار داده شود. در این خصوص پیشنهاد می‌شود که به زوجین آموزش‌های لازم در زمینه مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های حل مسئله و شیوه‌های حل تعارض و نیز آموزش‌های مختلف در حوزه زوج درمانی، به‌منظور ارتقاء میزان بهبود کیفیت روابط زوجین به‌منظور مواجهه با انواع تعارضات زناشویی ارائه شود تا از این طریق بتوان موجب پیشگیری از فرسودگی زناشویی و نیز تلاش در جهت کاهش طلاق عاطفی در بین زوجین و ارتقاء سطح ثبات روابط زناشویی و رضایتمندی زناشویی شد.

### موازن اخلاقی

ملاحظات اخلاقی در پژوهش با جلب رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان رعایت شده است؛ همچنین به افراد درباره محرمانه بودن نتایج اطمینان داده شد.

### سپاسگزاری

از مدیران خانه‌های سلامت و همه شرکت‌کنندگان در پژوهش و همچنین همه کسانی که در اجرای این پژوهش همکاری داشتند؛ تشکر و قدردانی می‌شود.

### مشارکت نویسندگان

مقاله حاضر برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول بود که توسط معاونت پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن به تصویب رسیده بود؛ در تدوین این مقاله همه نویسندگان در طراحی، روش‌شناسی، مفهوم‌سازی، گردآوری و تحلیل داده‌ها، پیش‌نویس، ویراستاری و نهایی‌سازی نقش یکسانی داشتند.

### تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

### منابع

- آزادیان پور، مریم. (۱۳۹۸). نقش باورهای فراشناختی و تنظیم شناختی هیجان بر روابط زوجین. پایان‌نامه ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب، دانشکده روانشناسی.
- ابراهیمی، لقمان، و حیدری، رقیه. (۱۳۹۹). پیش‌بینی گرایش به طلاق عاطفی بر اساس ویژگی‌هایی شخصیتی، باورهای فراشناختی و بلوغ عاطفی زوجین. فصلنامه پژوهش‌های مشاوره. ۷۴(۲): ۶۱-۳۶
- احمدی، مجید، زهراکار، کیانوش، داورنیا، رضا، و رضایی، محسن. (۱۳۹۴). اثربخشی زوج‌درمانی کوتاه‌مدت خودتنظیمی بر فرسودگی زناشویی در زوجین شهر ساوه. مجله علوم پزشکی رازی. ۲۲(۱۳۹): ۶۴-۷۵

باباخانی، نرگس، و رضایی، نبی اله. (۱۳۹۵). الگوی تبیین فرسودگی زناشویی بر اساس باورهای غیرمنطقی با میانجیگری دشواری در تنظیم هیجانات در کارمندان متأهل دانشگاه علوم پزشکی دانشگاه تهران. پژوهشنامه فصلنامه عدالت. ۱۱(۱): ۶۳-۸۵

بشارت، محمد علی، میرزایی، طیبه، غلامعلی لواسانی، مسعود، و نقی پور، مرتضی. (۱۳۹۶). نقش تعدیل کننده عواطف مثبت و منفی در رابطه بین دانش و نگرش جنسی با رضایت زناشویی. دوفصلنامه روانشناسی خانواده، ۴(۴): ۶۱-۷۷

حاتمی، حمیدرضا. (۱۳۹۶). پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی همسران نظامیان با تأکید بر باورهای فراشناختی و راهبردهای تنظیم هیجانی. مجله روانشناسی نظامی، ۳۰(۲): ۱۹-۳۷  
جوکار کمال آبادی، مهناز. (۱۳۹۱). مقایسه تأثیر زوج‌درمانی رفتاری-جدلی و زوج‌درمانی هیجان‌مدار بر کیفیت ابعاد ارتباط زناشویی، سلامت روان و نشانه‌های اختلال شخصیت مرزی در زوجین دارای اختلال شخصیت مرزی در شهر شیراز. دانشکده روانشناسی. دانشگاه اصفهان.

ساداتی، احسان، مهرابی زاده هنرمند، مهناز، و سودانی، رضا. (۱۳۹۳). رابطه علی تمایز یافتگی، نورزگرایی و بخشندگی با دلزدگی زناشویی با واسطه تعارض زناشویی، ۱۳۹۳، دوفصلنامه روانشناسی خانواده، ۱(۲): ۶۸-۵۵

سلیمانی، بهاره، رحیمی، افسانه، بایستی، زینب، و ابوالقاسمی، عباس. (۱۳۹۴). بررسی رابطه بین شادکامی، کیفیت زندگی و هیجان خواهی با رضایت زناشویی، اولین همایش ملی روانشناسی و خانواده، اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.

دوکانه ای فرد، فریده، بهبودی، معصومه، و خیاط خامنه، مریم. (۱۳۸۹). بررسی سهم هر یک از مؤلفه‌های هوش هیجانی در پیش‌بینی میزان رضایتمندی زناشویی دبیران زن متأهل مقطع متوسطه در شهر ایلام. فصلنامه تحقیقات مدیریت آموزشی، ۲(۱): ۸۹-۶۱

کوچکی امیرهنده، مونا، کربلایی محمد میگونی، احمد، و ثابت، مهرداد. (۱۳۹۶). نقش واسطه‌ای نشخوار خشم و نشخوار خودسرزنش‌گری در رابطه بین دلزدگی و خشونت زناشویی، اندیشه و رفتار در روانشناسی بالینی، ۱۱(۴۳): ۴۷-۵۶

صمدی فرد، حمیدرضا، نریمانی، محمد، شیخ‌الاسلامی، علی، و میکائیلی، نیلوفر. (۱۳۹۵). نقش مؤلفه‌های اجتناب شناختی و باور فراشناختی در پیش‌بینی طلاق عاطفی همسران. مجله پژوهش‌های مشاوره، ۵۹(۳): ۵۷-۳۸

عبداللهی، افسانه، کافی، سیدموسی، و شاهقلیان، مهناز. (۱۳۹۰). رابطه هوش هیجانی و سبک‌های مقابله‌ای با رضایت و همسازی زناشویی. روان‌شناسان ایرانی، ۷(۲۷): ۲۸۷-۲۷۹

عزیزی، پریسا. (۱۳۹۵). بررسی تأثیر گروهی به شیوه تحلیل ارتباط محاوره‌ای بر کاهش تعارضات زناشویی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی. واحد علوم و تحقیقات تهران.

عنایت پور، مهدیه، و دره کردی، علی، (۱۳۹۵). رابطه باورهای ارتباطی، سازگاری بهداشتی با طلاق عاطفی با توجه به میانجیگری صمیمیت و دلزدگی زناشویی، سومین کنفرانس بین‌المللی نوآوری‌های اخیر در روانشناسی، مشاوره و علوم رفتاری، تهران

عیسی زاده، آمنه. (۱۳۹۵). نقش پیش‌بینی‌کننده راهبردهای تنظیم‌شناختی هیجان در رضایت زناشویی و فرسودگی شغلی پرستاران زن. نشریه پرستاری ایران، ۲۹ (۱۰۲): ۳۱-۲۲.

مامی، شهرام، و عسکری، میترا. (۱۳۹۳). نقش تمایز‌یافتگی خود و سبک‌های دلبستگی در پیش‌بینی طلاق عاطفی، همایش منطقه‌ای آسیب‌شناسی پدیده‌ی طلاق، سقز.

موسوی، سیده فاطمه، رضازاده، محمدرضا. (۱۳۹۳). بررسی نقش نگرش به عشق در پیش‌بینی طلاق عاطفی زنان و مردان متأهل شهر قزوین. *مطالعات اجتماعی روان‌شناختی*، ۱۲ (۳)، ۱۸۸-۱۶۹.

یوسفی، ناصر، و سهرابی، احمد. (۱۳۹۵). اثربخشی رویکردهای خانواده‌درمانی مبتنی بر فراشناخت بر کیفیت روابط زناشویی. *فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۱ (۲): ۲۱۱-۱۹۲.

وزیری نسب، بهره. (۱۳۹۴). *اثر بخشی مداخله شناختی - رفتاری مبتنی بر کنترل خشم روی سلامت روان و استرس ادراک شده و میزان موفقیت در لقاح مصنوعی*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشکده علوم انسانی. دانشگاه پیام نور استان تهران

### References

- Afraie, A., Mohammadi, A., Sohrabic, R. (2013). Relationship between marital conflict and child affective behavioral psychopathological symptoms. *Journal of Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84, 1776-1778.
- Batool, S. S., & Khalid, R. (2009). Role of emotional intelligence in marital relationship. *Pakistan Journal Psychological Research*, 24(1, 2), 43- 62.
- Belanger, C., Laporte, L., Sabourin, S., & Wright, J. (2015). The Effect of Cognitive-Behavioral Group Marital Therapy on Marital Happiness and Problem Solving Self-Appraisal. *The American Journal of Family Therapy*, 43(2), 103-118.
- Brummelhuis, L., Ter Hoeven, C. L., Bakker, A. B., & Peper, B. (2011). Breaking through the loss cycle of burnout: The role of motivation. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 84, 268-287.
- Danson, R. (2015). The effect of self-compassion on the resilience and emotion regulation of marital woman. *Journal of Personality assessment*, 63 (2), 262 - 274.
- Edlati, A., Redzuan, M. (2010). Perception of women towards family values and their marital satisfaction; *Journal of American Science*, 6(4), 132-137.
- Garnefski, N., Kraaij, V. and Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotion problems, *Personality and individual differences*, 30(8): 1311-1327.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. *Personality and Individual differences*, 40(8), 1659-1669.
- Gottman, J. M. (2008). *Gottman method couple therapy*. *Clinical handbook of couple therapy*, 4(8), 138-164.
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2017). Emotion regulation: Conceptual foundations, in *Handbook of Emotion Regulation*, Ed J. J. Gross (New York, NY: Guilford Press), 3-24.
- Jared, O., Giancarlo, D., Raffaele, P., Kelly, B., Kelly, A. & et al. (2016). Metacognition moderates the relationship of disturbances in attachment with severity of borderline personality disorder among persons in treatment of substance use disorders. *Compr psychiatry*, 64: 22-28.

- Jeanfreau MM, Jurich AP, Mong MD. (2018). Predicting Marital Satisfaction Based on Love, Emotion-seeking and Sexual Satisfaction Styles. *Contemporary Family Therapy*. 2018;36(3):327-326.
- Helen, N., Steffen M. & Reinhard, P. (2013). Responsibility, metacognition and unrealistic pessimism in obsessive-compulsive disorder. *Journal obsessive compuls relat disord*, 2, 119-129.
- Herrington RL, et al. (2008). Assessing disharmony and disaffection in intimate relationships: Revision of the Marital Satisfaction Inventory factor scales. *Psychological assessment*, 2008, vol 20, no 4:341-50.
- Karen, J., & Tamaren, M. A. (2010). Factor of emotional intelligence associated with marital satisfaction. New York: Cambridge University Press.
- Koochak Entezar, R., Nooraini, O., & Ghanbari Panah, A. (2011). Relation between emotional intelligence and forgiveness with marital satisfaction. *International Journal of Fundamental Psychology & Social Science*, 1, (2), 21-25.
- Kiani, A R., Asadi, S., Isma'ili Ghazi Voloui F., & Zawar, M. (2016). The prediction of marital boredom based on emotional expressiveness and marital attributes in Married people referred to the well-being of the city of Ardabil. *Journal of Research Advice*, 59 (18), 56-62.
- Kitson, G. C., & Holmes, W. M. (2016). The relationship between early maladaptive schemas and marital maladaptation between couples referred to counseling centers. New York: Guilford
- Larson, J. H., & Holman, T. B. (2017). Investigating the Relationship between Sexual Knowledge and Attitude and Communication Beliefs with Emotional Divorce. *Journal of Family Relations*, 43(2), 228- 237.
- Lavalekar, A., Kulkarni, P., & Jagtap, P. (2010). Emotional intelligence and marital satisfaction. *The Journal of Social Psychology*, 5, 2, 185-194.
- Lemmens, G. M. D., Buysse, A. N., Heene, R., Eisler, I. V., & Demyttenaere, K. (2010). Marital satisfaction, conflict communication, attachment style and psychological distress in couples with a hospitalized depressed patient. *Acta Neuropsychiatrica*, 19, 2, 109-117.
- Lichstein, P. R., & Young, G. (2017). The Relationship between Emotion-seeking and Marital Relationship Quality with Couples' Emotional Divorce Attitude. *Journal of General Internal Medicine*, 11(7), 406-409.
- Luminita, A., & Speranta, P. (2010). Emotional consequences of parental divorce and separation on preschool children. *Journal of Mental Health*, 7(3), 291- 296.
- Marchal, J. P., Maurice-Stam, H., Trotsenburg, A. P., & Grootenhuis, M.A. (2016). Mothers and fathers of young dutch adolescents with down syndrome: Health related quality of life and family functioning. *Research in Developmental Disabilities*, 59, 359-369.
- Masarik, A. S. Conger, R. D. (2017). Stress and child development: A review of the family stress model. [Current Opinion in Psychology, 13, 85-90.](#)
- McWilliams, L. A., Bailey, S. J. (2010). Associations Between Adult Attachment Ratings and Health Conditions: Evidence From the National Co morbidity Survey Replication. *Health Psychology*. 29(4), 446-453.
- Motataianu, I. R. (2015). The relation between anger and emotional synchronization in children from divorced families. *Social and Behavioral Science*, 203, 158- 162.
- Mosavi, S. E., & Irvani. M. R. (2011). A study on relationship between emotional maturity and marital satisfaction. *Management Science Letters*, 2, 1-6.

- Patton JH. (2012). Sensation seeking. In V. S. Ramachandran (Ed). Encyclopedia of Human Behavior. San Diego: Academic Press, 2012
- Pines, A. m. (1996). Sex differences in marriage burnout, Journal Israel Social Science Research, 5 (1-2), 60-75.
- Saffarian, M. R., HajiArbabi, F., & Ashoori, J. (2015). The effectiveness of spiritual therapy in order to increase marital satisfaction and decrease generalized anxiety disorder of women. Journal of Woman and Family Studies, 7(1), 95-113.
- Safstrom, C. Gentilia, T. (2017). The relationship between early maladaptive schemas, emotion seeking and family communication patterns with marital satisfaction. Journal of Personality and Social Psychology, 77(3), 509-524.
- Sakata, K., & McKenzie, C. R. (2019). Predicting couples' emotional divorce based on Ineffective beliefs, emotion regulation in Japan. Mathematics and Computers in Simulation, 81(7), 1507-1517.
- Solstad K, (2017). Investigating the Relationship between Positive and Negative Emotion Regulation and Marital Satisfaction and Performance: journal of attitudes and behavior. Maturitas. 2017;32(1):51-59.
- Spada, M.M., Nikcevic, A.V., Moneta, G.B., Wells, A. (2008). Meta cognition, faces. Behaviour Research and Therapy, 40,677-687.
- Streubert Speziale, H., Streubert, H. J. Carpenter, D. R. (2019). Qualitative Research in Nursing: The Relationship between Early Maladaptive Schemas and Emotional Divorce between Male and Female Nurses in Philadelphia. Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins.
- Trudel, G. Goldfarb, M.R. (2010). Marital and sexual functioning and dysfunctioning, journal of depression and anxiety. Sexologist, 19(3), 137-142.
- Veinberg I. (2015). Emotional awareness the key to dealing appropriately with children of divorced families in schools. Soc Behav Sci. 2015; 209: 514-518.
- Vohs, J.L., Lysaker, P.G., Francis, M.M., Hamm, J., Buck, K.D. & et al. (2014). Metacognition, social cognition, and symptoms in patients with first episode and prolonged psychoses. Schizophrenia Research, 153, 54-59.
- Wells A. (2009). Metacognitive therapy for anxiety and depression. New York: Guilford: 1-22.
- Wells, A., & Colbear, J. S. (2012). Treating posttraumatic stress disorder with metacognitive therapy: A preliminary controlled trial. Journal of Clinical Psychology, 68(4), 373-381.

پرسشنامه طلاق عاطفی گاتمن

ردیف	سؤال	کاملاً موافقم	موافقم
۱	در این ازدواج بسیار بیشتر از آنچه پیش‌بینی میکردم احساس تنهایی می‌کنم.		
۲	ما آنقدرها که آرزو داشتیم بهم نزدیک نیستیم.		
۳	در این ازدواج احساس بیهودگی می‌کنم.		
۴	انجام کارهای مشترک برایم خسته کننده است.		
۵	حتی وقتی با هم هستیم احساس بیقراری و اندوه می‌کنم.		
۶	بیشتر وقتها نمی‌دانم خود را چگونه سرگرم کنم.		
۷	گاهی در این ازدواج احساس بیحوصلگی و بیقراری می‌کنم.		
۸	در حسرت کسی هستم که در کنار او احساس نزدیکی کنم.		
۹	حس تنهایی بسیار آزارم می‌دهد.		
۱۰	انگار ازدواجم چیزی کم دارد.		



۱۱	کاش اطرافیانم بیشتر به من زنگ می زدند.
۱۲	اغلب دلم می خواهد کسی را داشتم که در کنارش باشم.
۱۳	احساس نمی کنم بخشی از زندگی کسی هستم.
۱۴	احساس نمی کنم به کسی تعلق دارم.
۱۵	اغلب به لحاظ عاطفی احساس انزوا می کنم.
۱۶	در این ازدواج احساس طرد شدگی می کنم.
۱۷	کسی را ندارم که به او پناه ببرم.
۱۸	اغلب در رابطه با همسرم احساس میکنم فراموش شده ام.
۱۹	هیچ کس مرا نمی شناسد.
۲۰	هیچ کس مرا درک نمی کند.
۲۱	اغلب هیچ کس را ندارم که با او حرف بزنم.
۲۲	اغلب نیاز شدیدی به داشتن یک هم صحبت احساس می کنم.
۲۳	احساس می کنم در این ازدواج کاملاً کنار گذاشته شده ام.
۲۴	احساس جدا بودن می کنم (یا همسرم).

\*\*\*

### پرسشنامه باورهای فراشناختی

ردیف	عبارات	کاملاً موافقم	نسبتاً موافقم	کمی موافقم	موافق نیستم
۱	نگرانی به من کمک می کند تا از مشکلات آینده اجتناب کنم.				
۲	نگرانی برایم خطرناک است.				
۳	درباره افکارم خیلی فکر می کنم.				
۴	با نگرانیم خودم را مریض می کنم.				
۵	زمانی که در حال فکر کردن درباره یک مشکل هستم از نحوه کار کردن ذهنم آگاهم.				
۶	اگر فکر نگران کننده ام را کنترل نکنم، سپس آن فکر به وقوع بپیوندد به خاطر کوتاهی من است.				
۷	برای اینکه منظم باشم به نگرانی نیازمندم.				
۸	در مورد لغات و اسامی اعتماد کمی به حافظه ام دارم.				
۹	تلاش زیادی می کنم تا افکار نگران کننده ام را متوقف کنم.				
۱۰	نگرانی به من کمک می کند تا چیزهای ذهنم را طبقه بندی کنم.				
۱۱	نمی توانم افکار نگران کننده ام را نادیده بگیرم.				
۱۲	بر افکارم نظارت می کنم (ناظر بودن بر افکار).				
۱۳	باید همیشه تحت کنترل افکارم باشم.				
۱۴	بعضی مواقع حافظه ام می تواند مرا به اشتباه بیاندازد.				
۱۵	نگرانیم می تواند مرا دیوانه کند.				
۱۶	همواره از فکرم آگاهم				
۱۷	حافظه ضعیفی دارم				
۱۸	توجه دقیقی به شیوه کارکرد ذهنم دارم.				
۱۹	نگرانی به من کمک می کند تا از عهده کارهایم برآیم.				

۲۰	عدم توانایی در کنترل افکارم نشانه ضعف من است.
۲۱	زمانی که نگرانیم شروع می‌شود، نمی‌توانم آن را متوقف کنم.
۲۲	به خاطر عدم کنترل افکار خاصی تنبیه خواهم شد.
۲۳	نگرانی به من کمک می‌کند تا مشکلاتم را حل کنم.
۲۴	در مورد مکانها اعتماد کمی به حافظه ام دارم.
۲۵	فکر کردن در مورد افکار خاص خیلی بد است.
۲۶	به حافظه ام اعتماد ندارم.
۲۷	اگر نمی‌توانستم حافظه ام را کنترل کنم، قادر نبودم به وظیفه ام عمل نمایم.
۲۸	لازم است که نگران باشم تا به خوبی کار کنم.
۲۹	در مورد فعالیت ها اعتماد کمی به حافظه ام دارم.
۳۰	دائما افکارم را بررسی می‌کنم.

\*\*\*

## پرسشنامه راهبردهای نظم جویی هیجانی

ردیف	سؤال	هرگز	گاهی	بندرت	اغلب	همیشه
۱	خودم را مقصر این مسئله می‌دانم.					
۲	مجبورم این اتفاق را بپذیرم.					
۳	من اغلب به احساسی که نسبت به این تجربه دارم فکر می‌کنم.					
۴	به مسایل بهتری فکر می‌کنم.					
۵	به بهترین کاری که میتوانم انجام دهم فکر می‌کنم.					
۶	میتوانم از این موقعیت چیزی یاد بگیرم.					
۷	شرایط میتوانست به مراتب بدتر از این باشد.					
۸	اغلب فکر می‌کنم چیزی را که من تجربه کرده ام در مقایسه با چیزهایی که دیگران تجربه کرده‌اند به مراتب بدتر می‌باشد.					
۹	دیگران را مقصر این اتفاق می‌دانم.					
۱۰	من مسول این اتفاق می‌باشم.					
۱۱	مجبورم این موقعیت را قبول کنم.					
۱۲	این مسئله ذهن مرا به خود مشغول می‌کند.					
۱۳	به چیزهای خوشایندی فکر می‌کنم که ربطی به این اتفاق ندارند.					
۱۴	به بهترین شیوهی کنار آمدن با این موقعیت فکر می‌کنم.					
۱۵	احساس می‌کنم بر اثر چیزی که برایم اتفاق افتاده است، مقاوم تر خواهم شد.					
۱۶	فکر می‌کنم سایر مردم شرایط بسیار بدتری را تجربه می‌کنند.					
۱۷	من به فکر کردن در مورد وحشتناک بودن تجربه ام ادامه می‌دهم.					
۱۸	دیگران مسول این اتفاق می‌باشند.					
۱۹	به اشتباهاتی که در این خصوص مرتکب شده ام فکر می‌کنم.					
۲۰	قادر به تغییر این وضعیت نمی‌باشم.					
۲۱	میخواهم بدانم چرا چنین احساسی نسبت به این مسئله دارم.					
۲۲	من به جای این اتفاق به چیزهای خوب می‌اندیشم.					
۲۳	به تغییر دادن این موقعیت فکر می‌کنم.					

- ۲۴ فکر می کنم این موقعیت دارای جوانب مثبتی هم می باشد.
- ۲۵ فکر می کنم این مسئله در مقایسه با مسایل دیگر خیلی هم بد نبوده است.
- ۲۶ اغلب فکر می کنم چیزی که تجربه کرده ام بدترین اتفاقی است که میتواند برای یک فرد رخ دهد.
- ۲۷ به اشتباهاتی که دیگران در این خصوص مرتکب شده اند فکر می کنم.
- ۲۸ خود را مسبب اصلی این مسئله می دانم.
- ۲۹ باید یاد بگیرم با این شرایط کنار بیایم.
- ۳۰ من عمیقاً به احساساتی که این موقعیت در من برانگیخته است فکر می کنم.
- ۳۱ به تجربه های خوشایند فکر می کنم.
- ۳۲ برای بهترین کار ممکن برنامه ریزی می کنم.
- ۳۳ من به جستجوی جوانب مثبت این مسئله می پردازم.
- ۳۴ من به خودم میگویم که در زندگی چیزهای بدتری هم وجود دارد.
- ۳۵ من همواره به ناگواری آن موقعیت فکر می کنم.
- ۳۶ دیگران را مسبب اصلی این مسئله می دانم.

\*\*\*

### پرسشنامه فرسودگی زناشویی

ردیف	عبارات	هرگز	یکبار	بندرت	گاهی	معمولا	غالبا	همیشه
۱	خستگی							
۲	افسردگی							
۳	روز خوبی داشتن							
۴	از نظر جسمانی از پا افتادن							
۵	از نظر عاطفی از پا افتادن							
۶	خوشحال بودن							
۷	"تهی و خالی" شدن، درد کردن همه ی بدن							
۸	لبریز شدن کاسه صبر							
۹	ناراحتی							
۱۰	شدن بیماری مستعد و تباهی و خستگی							
۱۱	به دام افتادن							
۱۲	بی ارزش بودن							
۱۳	بی چیز بودن، چیزی برای بخشیدن نداشتن							
۱۴	گرفتار مشکل شدن							
۱۵	درباره همسر احساس خشم و سرخوردگی کردن							
۱۶	ضعف و اختلالات خواب							
۱۷	ناامیدی							
۱۸	طرد شدن از طرف همسر							
۱۹	خوش بین بودن							
۲۰	پر انرژی بودن							
۲۱	اضطراب							

## A Structural Model for Predicting Couples' Emotional Divorce based on Metacognitive Beliefs and Emotional Regulation Strategies Mediated by Marital Burnout in Married Women

Maryam. Sarkhabi Abdolmaleki<sup>1</sup>, Farideh. Dokaneifard<sup>\*2</sup> & Masoumeh. Behbodi<sup>3</sup>

### Abstract

**Aim:** The present study aimed to provide a model for the prediction of the couple's emotional divorce based on attachment styles, metacognitive beliefs, and emotional regulation strategies mediated by marital burnout in married women. **Methods:** The present study was descriptive-correlational and exploratory sequential and directed with a statistical population of 1854 married women who visited health houses of Tehran in 2019. We selected 375 women using the multi-stage random sampling method and sample power software. The research tools included Gottman Emotional Divorce Scale (EDS) (2008), the metacognition questionnaire by Wells et al. (2004), the emotional cognitive regulation strategy questionnaire by Garnefski et al. (2001), and the marital burnout scale by Pines (1966) that were conducted on the samples. We utilized structural equations SmartPLS (partial least squares) in addition to descriptive statistical indices to analyze data. **Results:** The results of standard coefficients of direct path analysis indicated that there was a significant relationship between metacognitive beliefs ( $\beta=0.650$ ) and emotional regulation strategies ( $\beta=-0.944$ ) with emotional divorce. Furthermore, the results of standard coefficients of the indirect path indicated appropriate relationships between metacognitive beliefs ( $\beta=0.618$ ) and emotional regulation strategies ( $\beta=0.694$ ) mediated by marital burnout with emotional divorce in married women. **Conclusion:** According to research findings, the family counselors are suggested using the confrontation of internal psychological elements to improve couples' relationships during their treatment and to create cohesion and a conscious relationship.

**Keywords:** Emotional divorce; Metacognitive beliefs; Emotional regulation strategies; Marital burnout

---

1. PhD Student, Department of Counseling, Faculty of Educational Sciences and Counseling, Roodehen Branch, Islamic Azad University, Roodehen, Iran

2. \*Corresponding Author: Associate Professor, Department of Counseling, Faculty of Educational Sciences and Counseling, Roodehen Branch, Islamic Azad University, Roodehen, Iran [f.dokaneheefard@gmail.com](mailto:f.dokaneheefard@gmail.com)

3. Assistant Professor, Department of Counseling, Faculty of Educational Sciences and Counseling, Roodehen Branch, Islamic Azad University, Roodehen, Iran