

پیش‌بینی دلزدگی زناشویی بر اساس راهبردهای مدیریت تعارض و انعطاف‌پذیری کنشی در زنان متأهل

عاطفه ایزدی^۱، حمیده غفاریان روح‌پرور^۲، الناز فروغی^۳، داود راضی رودی^۴، عطا طهرانچی^۵

^۱ کارشناس ارشد مشاوره خانواده، موسسه آموزش عالی غیرانتفاعی حکمت رضوی، مشهد، ایران.

^۲ کارشنای ارشد روانشناسی، دانشگاه شهید بهشتی تهران، تهران، ایران

^۳ کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تربت جام، تربت جام، ایران

^۴ کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تربت جام، تربت جام، ایران

^۵ استادیار گروه روانشناسی، موسسه آموزش عالی غیرانتفاعی حکمت رضوی، مشهد، ایران

نویسنده مسئول:

عاطفه ایزدی

شماره ۲۳ / بهار ۱۴۰۰ / ص ۱۱۱-۱۰۳
مجله علمی پژوهش در روانشناسی، علوم تربیتی و علوم اجتماعی (سال هفتم)

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی پیش‌بینی دلزدگی زناشویی بر اساس راهبردهای مدیریت تعارض و انعطاف‌پذیری کنشی در زنان متأهل بود. این پژوهش از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زنان متأهل مراجعه کننده به مرکز دادگاه خانواده شهر مشهد در سال ۱۳۹۹-۱۳۹۸ بود. از جامعه آماری تعداد ۱۵۰ زن متأهل متوسط سنی ۲۵-۴۵ با استفاده از روش نمونه‌گیری همدفمند انتخاب شدند و به پرسشنامه راهبردهای مدیریت تعارض رحیم (۱۹۸۳)، مقیاس انعطاف‌پذیری کنشی کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) و مقیاس دلزدگی زناشویی (پاینز، ۱۹۹۶) پاسخ دادند. برای تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش، از شاخص‌های آمار استنباطی مانند ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که بین راهبردهای مدیریت تعارض و انعطاف‌پذیری کنشی با دل‌زدگی زناشویی در زنان متأهل رابطه معناداری وجود دارد که از این میان رابطه بین راهبردهای مدیریت یکپارچگی و مصالحه (از سبک‌های حل تعارض) و تاب‌آوری با دل‌زدگی زناشویی منفی و در مقابل رابطه بین سبک‌های حل تعارض اجتنابی، مسلط و ملزم شده با دل‌زدگی زناشویی مثبت می‌باشد. همچنین نتایج نشان داد که انعطاف‌پذیری کنشی و راهبردهای مدیریت و مصالحه به صورت منفی و سبک‌های اجتنابی، مسلط و ملزم شده به صورت مثبت دل‌زدگی زناشویی را پیش‌بینی می‌کنند.

واژگان کلیدی: راهبردهای مدیریت تعارض، انعطاف‌پذیری، دل‌زدگی زناشویی، زنان متأهل

مقدمه

با توجه به گذار جامعه ما از جامعه سنتی به صنعتی و مدرنیسم، مشکلات خانواده و آسیب‌های ارتباطی یکی از معضلات مهم در حیطه بهداشت روان خانواده‌ها است. مراجعات فراوان به مراکز خانواده‌درمانی و مداخله در بحران و افزایش رفتارهای کمک‌خواهانه تخصصی نشان از وجود یک معضل جدی در بهداشت روان خانواده است. طلاق^۱ برآیند حادثترین و جدی‌ترین مشکلات ارتباطی خانواده است (بهاری، ۱۳۹۲). شواهد نشان می‌دهند که حدود نیمی از ازدواج‌های امروزی به طلاق می‌انجامد. بعد از طلاق حدود ۶۵٪ زنان و ۷۰٪ مردان احتمالاً دوباره ازدواج می‌کنند و حدود ۵۰٪ افرادی که برای بار دوم ازدواج کرده‌اند، دوباره طلاق می‌گیرند (یانگ و لانگ^۲، ۲۰۱۲). از سوی دیگر، هم‌اکنون چهل درصد از ارجاعات مراکز بهداشت روان به دلیل تعارض‌های زناشویی صورت می‌گیرند (بودنمن^۳، ۲۰۱۴).

زوجین دچار تعارض، به تدریج دچار دلزدگی زناشویی می‌شوند. دلزدگی، مجموعه علائم خستگی عاطفی، شخصیت‌زدایی^۴ و کاهش بهره‌وری می‌باشد. خستگی عاطفی به تهی شدن یا خالی شدن منابع عاطفی که به وسیله تقاضاهای بین فردی ایجاد می‌شود، برمی‌گردد. شروع دلزدگی به ندرت ناگهانی است و از یک پدیده ناگوار یا حتی چند ضربه ناراحت‌کننده ناشی می‌شود. معمولاً روند آن تدریجی است و انباشته شدن سرخوردگی‌ها و تنش‌های زندگی روزمره سبب فرسایش روانی می‌شوند و سرانجام به دلزدگی منجر می‌شود. در دلزدگی، خستگی ذهنی با کاهش انرژی، خستگی مزمن، ضعف و تنوع وسیعی از شکایات جسمی و روان‌تنی مشخص می‌شود (براملهپوس، بکر و پیر^۵، ۲۰۱۲). پاینز (۱۳۹۴) دلزدگی را حالت خستگی جسمی، عاطفی و ذهنی که در شرایط درگیری طولانی‌مدت همراه با مطالبات عاطفی ایجاد می‌شود، می‌داند. در این تعریف، خستگی ذهنی با کاهش انرژی، خستگی عاطفی و تنوع وسیعی از شکایات جسمی و روان‌تنی مشخص می‌شود، درحالی‌که، خستگی عاطفی شامل احساسات درماندگی و ناامیدی می‌شود، خستگی روانی به رشد نگرش منفی نسبت به خود، کار و زندگی برمی‌گردد. این نشانه‌ها در افراد بهنجار و طبیعی مشاهده می‌شود. دلزدگی نتیجه درگیری طولانی‌مدت در موقعیت‌هایی است که از نظر عاطفی و احساسی مطالبات زیادی دارند. چنین موقعیت‌هایی معمولاً به علت تفاوت زیاد بین توقعات و واقعیت بروز می‌کنند (بکر^۶، ۲۰۰۹).

از طرفی پژوهش موحد و کریمی (۱۳۹۶) نشان داد که یکی از متغیرهای پیش‌بینی کننده دلزدگی در روابط زناشویی، پایین بودن تاب‌آوری در زوجین می‌باشد. تاب‌آوری، فرآیندی پویاست که دربرگیرنده سازگاری مثبت دریافتی از شرایط مصیبت‌بار و ناگوار است. همچنین تاب‌آوری به صورت توانایی مقاومت در برابر استرس و بازگشت به تعادل طبیعی پس از تجربه عوامل استرس‌زا تعریف می‌شود (ورن^۷، ۲۰۱۳). تاب‌آوری از مشکلات روان‌شناختی فردی و زناشویی در افراد آسیب‌دیده جلوگیری کرده و آن‌ها را در برابر تأثیرات روان‌شناختی رویدادهای مشکل‌زا مصون نگه می‌دارد. همچنین تاب‌آوری مرتبط با هیجانات مثبت است که نقش حفاظتی را در برابر افسردگی و پرخاشگری ایفا می‌کند و مکانیزمی حمایت‌کننده است که پاسخ فرد به موقعیت پرمخاطره را تعدیل می‌کند (فرگوس و زیمرمن^۸، ۲۰۱۲). کوپر^۹ (۲۰۱۰) باور داشت که تاب‌آوری، بازگشت به تعادل اولیه یا رسیدن به تعادل سطح بالاتر در شرایط تهدیدکننده است و از این‌رو سازگاری موفق در زندگی را فراهم می‌کند. در عین حال به این نکته نیز اشاره می‌نماید که سازگاری مثبت با زندگی، هم می‌تواند پیامد تاب‌آوری به شمار رود و هم به عنوان پیش‌آیند، سطح بالاتری از تاب‌آوری را سبب شود؛ وی این مسئله را ناشی از پیچیدگی تعریف و نگاه فرآیندی به تاب‌آوری می‌داند. نتایج پژوهش کاظمیان و اسماعیلی (۱۳۹۱) و استینهارد و دولیبر^{۱۰} (۲۰۱۲) نشان داد که برنامه آموزش تاب‌آوری، می‌تواند منجر به افزایش سازگاری و استفاده از سبک‌های حل تعارض موثرتر در برابر فشارهای محیطی باشد.

از سوی دیگر پژوهش زنده دل (۱۳۹۵) نشان داد که یکی دیگر از متغیرهایی که رابطه معناداری با دلزدگی زناشویی دارد، سبک حل تعارض آنها می‌باشد. تعارض زناشویی هر نوع تنازع بر سر پایگاه‌ها و منابع قدرت است که در جهت حذف امتیازات دیگری و افزایش امتیازات خود بروز می‌کند (خمسه، ۱۳۹۲). تعارض زناشویی^{۱۱} یک فرایند تعاملی است که در آن یکی یا هر دو همسر در مورد جنبه‌هایی از رابطه‌شان احساس ناراحتی می‌کنند و می‌کوشند به طریقی آن را حل کنند. با توجه به تعاریف متعدد می‌توان گفت که "تعارض عبارت است از جدال علنی بین حداقل دو طرف هم وابسته که اهداف را ناهمساز، منابع را کمیاب و مداخله طرف مقابل را برای دستیابی به اهدافشان بی مورد

1 divorce

2 Young & Long

3 denmann

4 depersonalization

5 Bummelhuis, Bakker & Peper

6 Bakker

7 Werner

8 Fergus & Zimmerman

9 Cooper

10 Steinhard & Dolbier

11 Marital conflict

برداشت می‌کنند (داتیلیو^{۱۲}، ۱۳۹۳). مونت‌گومر^{۱۳} (۲۰۰۲؛ به نقل از عباسی و کرمی، ۱۳۹۳) تعارض جزء لاینفک و گریزنپذیر روابط خانوادگی است. هر چه روابط صمیمانه‌تر باشد، احتمال تعارض بین‌فردی بیشتر می‌شود. برای داشتن روابط پویا و جو خانه آرام‌تر، باید تعارض به شیوه مناسب حل شود (فلانگان^{۱۴} و فلانگان، ۲۰۱۲). رحیم (۱۹۸۳؛ به نقل از حقیقی، زارعی و قادری، ۱۳۹۱) در مدل حل تعارض خود، پنج سبک را مشخص می‌کند که شامل سبک رقابتی، سبک مشارکتی، سبک توافقی، سبک اجتنابی و سبک انعطاف‌پذیر می‌باشد. در سبک رقابتی تمایل به پرخاشگری و عدم مشارکت وجود دارد. در سبک مشارکتی، فرد برای رسیدن به اهداف بسیار قاطع عمل می‌کند اما میزان نگرانی برای دیگران نیز زیاد است. سبک توافقی که در نقطه میانه پرخاشگری و مشارکت قرار دارد، از سبک اجتنابی صریح‌تر است اما به اندازه سبک مشارکتی منجر به حل مسائل نمی‌شود. رفتارهای منفعلانه و غیرصریح، مشخصه «سبک اجتنابی» در حل تعارض است. در این سبک، فرد نه پیگیر نگرانی‌های خود و نه پیگیر نگرانی‌های دیگران است. رفتار غیرصریح و مشارکتی، مشخص‌کننده «سبک انعطاف‌پذیر» است. در این سبک فرد نگرانی‌های شخصی را جهت ارضای خواسته‌ها و نیازهای دیگران، کنار می‌گذارد (مالیتو، انور و ماهار^{۱۵}، ۲۰۱۳).

با توجه به اهمیت دلزدگی زناشویی و لزوم بررسی متغیرهای مرتبط با آن جهت ارائه راهکارهای مداخله‌ای مناسب، پژوهشگر در پژوهش حاضر درصدد پاسخگویی به این پرسش است که آیا راهبردهای مدیریت تعارض و انعطاف‌پذیری کنشی پیش‌بینی‌کننده دلزدگی زناشویی در زنان متأهل می‌باشند؟

روش پژوهش و ابزار پژوهش

روش پژوهش توصیفی (غیرآزمایشی) و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زنان متأهل مراجعه‌کننده به مرکز دادگاه خانواده شهر مشهد در سال ۱۳۹۸-۱۳۹۷ بود. از جامعه آماری تعداد ۱۵۰ زن متأهل با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند و به پرسشنامه‌های مربوطه پاسخ دادند.

ابزار گردآوری داده‌ها

پرسشنامه دلزدگی زناشویی: مقیاس دلزدگی زناشویی یکی از ابزارهای خودسنجی است که برای اندازه‌گیری درجه دلزدگی زناشویی در بین زوجها طراحی شده است. دلزدگی زناشویی از یک ابزار خودسنجی دیگر که برای اندازه‌گیری دلزدگی به کار می‌رود، اقتباس شده است که توسط پاینز (۱۹۹۶؛ به نقل از بکر، ۲۰۰۹) ابداع گردید. این پرسشنامه ۲۰ مورد دارد که شامل سه قسمت اصلی خستگی جسمی (احساس خستگی، سستی و داشتن اختلالات خواب)، ازپا افتادن عاطفی (احساس افسردگی، ناامیدی و در دام افتادن) و ازپا افتادن روانی (احساس بی‌ارزشی، سرخوردگی و خشم به همسر) می‌باشد. تمام این موارد روی مقیاسی هفت امتیازی پاسخ داده می‌شوند. سطح یک، معرف عدم تجربه عبارت مورد نظر و سطح هفت، معرف تجربه زیاد عبارت مورد نظر (همیشه) است. طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت بوده که هرگز= ۱ و همیشه= ۷ می‌باشد (Bakker, 2009).

ارزیابی ضریب اعتبار دلزدگی زناشویی نشان داد که دارای همسانی درونی بین متغیرها در دامنه ۰.۸۴ و ۰.۹۰ است. ضریب اطمینان بازآزمون ۸۹٪ برای یک دوره یک‌ماهه، ۷۶٪ برای دوره دوماهه و ۶۶٪ برای دوره چهارماهه بود. تداوم درونی برای اغلب آزمودنی‌ها با ضریب ثابت آلفا سنجیده شد که بین ۰.۹۱ تا ۰.۹۳ بود. نسخه‌های ترجمه شده دلزدگی زناشویی به طور موفقیت‌آمیزی در مطالعات بین فرهنگی در نروژ، مجارستان، مکزیک، اسپانیا، پرتغال، فنلاند و اسرائیل استفاده شده است (پاینز، ۱۳۹۴).

پرسشنامه انعطاف‌پذیری کنشی: این پرسشنامه شامل ۲۵ گویه می‌باشد و توسط کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) جهت اندازه‌گیری قدرت مقابله با فشار و تهدید، تهیه شده است. برای هر گویه، طیف درجه بندی ۵ گزینه‌ای (کاملاً نادرست تا همیشه درست) در نظر گرفته شده که از یک (کاملاً نادرست) تا پنج (همیشه درست) نمره‌گذاری می‌شود. این مقیاس اگرچه ابعاد مختلف تاب‌آوری را می‌سنجد ولی دارای یک نمره کل نیز می‌باشد. روایی (به روش تحلیل عوامل و روایی همگرا و واگرا) و پایایی (به روش بازآزمایی و آلفای کرونباخ) مقیاس توسط سازندگان آزمون در گره‌های مختلف (عادی و در خطر) احراز گردیده است (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳). نسخه فارسی این مقیاس توسط جوکار (۱۳۸۶) تهیه شده است. ضریب آلفای کرونباخ مقیاس برابر ۰/۸۷ و پایایی به روش بازآزمایی ۰/۷۳ بود.

پرسشنامه راهبردهای مدیریت تعارض: این پرسشنامه که توسط رحیم (۱۹۸۳) ساخته شده دارای ۲۸ سوال بوده و هدف آن ارزیابی راهبردهای حل تعارض افراد در رابطه با همسر (سبک یکپارچگی، سبک مسلط، سبک ملزم شده، سبک اجتناب‌کننده، سبک مصالحه) است. طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت ۵ درجه‌ای بوده که از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۵ (کاملاً موافقم) می‌باشد. در پژوهش حقیقی و همکاران (۱۳۹۱)

12 Dattilio

13 Mont ghomer

14 Flangan

15 Maitlo, Anwar & Mahar

بین خرده مقیاس‌های پرسشنامه سبک‌های حل تعارض رحیم و پرسشنامه CRQ همبستگی مثبت و منفی مشاهده شد که بیانگر روایی همگرا و واگرایی مطلوب این پرسشنامه می‌باشد. همچنین پایایی پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ برای پرسشنامه سبک‌های حل تعارض رحیم (ROCI-II) برای هریک از خرده مقیاس‌های سبک یکپارچگی، سبک مسلط، سبک ملزم شده، سبک اجتناب کننده، سبک مصالحه به ترتیب ۰/۷۱، ۰/۷۰، ۰/۷۰، ۰/۷۲ و ۰/۷۵ محاسبه شده است.

در ادامه به منظور تحلیل داده‌های این پژوهش از برخی شاخص‌های آمار توصیفی شامل میانگین و واریانس و روش‌های آمار استنباطی شامل ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده شد. برای تحلیل نتایج حاصله از نرم افزار SPSS-21 استفاده می‌شود.

یافته های پژوهش

در این قسمت به بررسی توصیفی داده‌های پژوهش پرداخته می‌شود.

جدول ۱: اندازه‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

انحراف استاندارد	میانگین	کشیدگی	چولگی	
۳/۶۷۵	۲۴/۱۶	۰/۰۲۸	۰/۴۹۱	راهبرد یکپارچگی
۳/۳۶۹	۱۹/۲۹	-۰/۱۳۲	۰/۱۹۰	راهبرد اجتنابی
۳/۵۰۵	۱۴/۱۸	-۰/۶۳۸	۰/۰۹۱	راهبرد مسلط
۱/۷۳۶	۱۳/۳۰	۰/۴۴۱	-۰/۲۵۹	راهبرد مصالحه
۳/۴۳۰	۱۹/۶۲	۰/۱۹۴	-۰/۵۴۹	راهبرد ملزم شده
۱۴/۷۹۵	۵۶/۷۲	۰/۱۹۶	۰/۶۶۸	انعطاف‌پذیری کنشی
۱۰/۸۵۸	۷۷/۲۲	۱/۶۶۷	-۰/۳۵۴	دلزدگی زناشویی

در جدول ۱، توصیف آماری نمرات مربوط به متغیر راهبردهای مدیریت تعارض، انعطاف‌پذیری کنشی و دلزدگی زناشویی، شامل چولگی و کشیدگی به همراه شاخص‌های میانگین و انحراف استاندارد نمرات ارائه شده است. بر اساس اطلاعات بدست آمده میانگین راهبرد یکپارچگی برابر با ۲۴/۱۶، راهبرد اجتنابی برابر با ۱۹/۲۹، راهبرد مسلط برابر با ۱۴/۱۸، راهبرد مصالحه برابر با ۱۳/۳۰، راهبرد ملزم شده برابر با ۱۹/۶۲، انعطاف‌پذیری کنشی برابر با ۵۶/۷۲ و میانگین دلزدگی زناشویی برابر با ۷۷/۲۲ است.

جدول ۲: نتایج آزمون کالموگروف-اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن توزیع نمرات

Z کالموگروف			
متغیر	تعداد	اسمیرنوف	سطح معنی داری
راهبرد یکپارچگی	۱۵۰	۱/۳۵۴	۰/۰۵۱
راهبرد اجتنابی	۱۵۰	۱/۰۱۴	۰/۲۵۵
راهبرد مسلط	۱۵۰	۱/۳۱۲	۰/۰۶۴
راهبرد مصالحه	۱۵۰	۱/۲۴۴	۰/۰۹۱
راهبرد ملزم شده	۱۵۰	۱/۱۲۱	۰/۰۹۸
انعطاف‌پذیری	۱۵۰	۱/۲۵۷	۰/۰۸۵
دلزدگی زناشویی	۱۵۰	۰/۹۹۹	۰/۲۷۱

در جدول ۲، نتایج آزمون کالموگروف - اسمیرنوف جهت بررسی نرمال بودن توزیع نمرات متغیرهای پژوهش آورده شده است. بر اساس نتایج مندرج در جدول، سطح معناداری آماره محاسبه شده برای تمامی متغیرها بزرگتر از ۰/۰۵ می‌باشد بنابراین فرض نرمال بودن توزیع نمرات پذیرفته می‌شود.

جدول ۳: خلاصه آماره‌های مربوط به برازش مدل

مدل	R	R مجذور	خطای استاندارد برآورد	آماره دوربین-واتسون
۱	۰/۶۹۴	۰/۴۸۲	۷/۹۵	۱/۷۴۱

در جدول ۳ خلاصه آماره‌های مربوط به برازش مدل نشان داده شده است. با توجه به نتایج جدول، ضریب همبستگی چندگانه بین متغیر مستقل و متغیر وابسته برابر با ۰/۶۹۴ می‌باشد. همچنین مقدار ضریب تعیین (مجذور R) برابر با ۰/۴۸۲ می‌باشد که نشان می‌دهد سبک‌های

حل تعارض ۴۸ درصد واریانس دلزدگی زناشویی را تبیین می نمایند. برای بررسی استقلال باقی مانده ها از آماره دوربین-واتسون استفاده شد. براساس نتایج جدول مقدار آماره دوربین-واتسون برابر با ۱/۷۴۱ است که با توجه به اینکه مقدار آن در فاصله ۱/۵ تا ۲/۵ قرار دارد می توان گفت پیش فرض استقلال باقی مانده ها رعایت شده است.

جدول ۴: نتایج آزمون تحلیل واریانس

مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معنی داری	
۸۴۵۹/۰۳۶	۵	۱۶۹۱/۸۰۷	۲۶/۷۵۲	۰/۰۰۱	رگرسیون
۹۱۰۶/۷۰۴	۱۴۴	۶۳/۲۴۱			باقیمانده
۱۷۵۶۵/۷۴۰	۱۴۹				کل

در جدول ۴ نتایج آزمون تحلیل واریانس به منظور بررسی مدل رگرسیونی ارائه شده آورده شده است. بر اساس نتایج مندرج در جدول، مقدار F بدست آمده برابر با ۲۶/۷۵۲ می باشد که در سطح آلفای کوچکتر از ۰/۰۱ معنی دار است، که نشان می دهد راهبردهای مدیریت تعارض می تواند تغییرات مربوط به دلزدگی زناشویی را به خوبی تبیین نمایند و نشان دهنده مناسب بودن مدل رگرسیونی ارائه شده است.

جدول ۵: تحلیل رگرسیون برای پیش بینی دلزدگی زناشویی از طریق راهبردهای مدیریت تعارض

شاخص های هم خطی	ضرایب استاندارد					
	ضرایب استاندارد نشده			ضرایب استاندارد شده		
	B	خطای استاندارد	Beta	t	سطح معنی داری	VIF
ثابت	۸۱/۶۸۰	۱۴/۲۳۹		۵/۷۳۷	۰/۰۰۱	
راهبرد یکپارچگی	-۰/۷۱۷	۰/۲۶۸	-۰/۲۴۳	-۲/۶۷۱	۰/۰۰۸	۲/۲۹۳
راهبرد اجتنابی	۰/۵۱۹	۰/۲۵۲	۰/۱۶۱	۲/۰۵۹	۰/۰۴۱	۱/۶۹۸
راهبرد مسلط	۰/۴۰۹	۰/۱۹۴	۰/۱۳۲	۲/۱۰۵	۰/۰۳۷	۰/۰۹۱
راهبرد مصالحه	-۱/۱۱۸	۰/۵۲۱	-۰/۱۷۹	-۲/۱۴۷	۰/۰۳۳	۱/۹۲۵
راهبرد ملزم شده	۰/۶۰۸	۰/۲۹۲	۰/۱۹۲	۲/۰۸۱	۰/۰۳۹	۲/۳۶۸

در جدول ۵، نتایج مربوط به تحلیل رگرسیون چندگانه برای پیش بینی دلزدگی زناشویی از طریق سبک های حل تعارض، آورده شده است. با توجه به اینکه مقدار آماره تحمل از مقدار برش ۰/۱ بیشتر است و آماره تراکم عاملی (VIF) که از مقدار برش ۱۰ کمتر است، نتیجه می شود که از مفروضه هم خطی، تخطی صورت نگرفته است.

در مدل نهایی مقدار ضریب رگرسیونی استاندارد شده (Beta) برای سبک یکپارچگی برابر با -۰/۲۴۳، سبک اجتنابی برابر با ۰/۱۶۱، سبک مسلط برابر با ۰/۱۳۲، سبک مصالحه برابر با -۰/۱۷۹ و برای سبک ملزم شده برابر با ۰/۱۹۲ می باشد. تمامی ضرایب رگرسیون بدست آمده در سطح آلفای ۰/۰۵ معنی دار است ($P < ۰/۰۵$). براساس نتایج بدست آمده سبک های یکپارچگی و مصالحه به صورت منفی و سبک های اجتنابی، مسلط و ملزم شده به صورت مثبت دلزدگی زناشویی را پیش بینی می کنند.

جدول ۶: خلاصه آماره های مربوط به برازش مدل

مدل	R	R مجذور	خطای استاندارد برآورد	آماره دوربین-واتسون
۱	۰/۴۵۲	۰/۲۰۵	۹/۷۱۶	۱/۷۷۳

در جدول ۶، خلاصه آماره های مربوط به برازش مدل نشان داده شده است. با توجه به نتایج جدول، ضریب همبستگی چندگانه بین متغیر مستقل و متغیر وابسته برابر با ۰/۴۵۲ می باشد. همچنین مقدار ضریب تعیین (مجذور R) برابر با ۰/۲۰۵ می باشد که نشان می دهد تاب آوری ۲۰ درصد واریانس دلزدگی زناشویی را تبیین می نماید. برای بررسی استقلال باقی مانده ها از آماره دوربین-واتسون استفاده شد. براساس نتایج جدول مقدار آماره دوربین-واتسون برابر با ۱/۷۷۳ است که با توجه به اینکه مقدار آن در فاصله ۱/۵ تا ۲/۵ قرار دارد می توان گفت پیش فرض استقلال باقی مانده ها رعایت شده است.

جدول ۷: نتایج آزمون تحلیل واریانس

مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معنی داری
رگرسیون	۱	۳۵۹۵/۳۱۲	۳۸/۰۸۸	۰/۰۰۱
باقیمانده	۱۴۸	۹۴/۳۹۵		
کل	۱۴۹	۱۷۵۶۵/۷۴۰		

در جدول ۷، نتایج آزمون تحلیل واریانس به منظور بررسی مدل رگرسیونی ارائه شده آورده شده است. بر اساس نتایج مندرج در جدول، مقدار F بدست آمده برابر با ۳۸ می باشد که در سطح آلفای کوچکتر از ۰/۰۱ معنی دار است، که نشان می دهد تاب آوری می تواند تغییرات مربوط به دلزدگی زناشویی را به خوبی تبیین نمایند و نشان دهنده مناسب بودن مدل رگرسیونی ارائه شده است.

جدول ۸: تحلیل رگرسیون برای پیش بینی دلزدگی زناشویی از طریق انعطاف پذیری کنشی

سطح معنی داری	T	ضرایب استاندارد نشده		B	ثابت
		Beta	خطای استاندارد		
۰/۰۰۱	۳۰/۴۶۷		۳/۱۵۳	۹۶/۰۵۰	
۰/۰۰۱	-۶/۱۷۲	-۰/۴۵۲	۰/۰۵۴	-۰/۳۳۲	انعطاف پذیری

در جدول ۸ نتایج مربوط به تحلیل رگرسیون چندگانه برای پیش بینی دلزدگی زناشویی از طریق انعطاف پذیری کنشی، آورده شده است. مقدار ضریب رگرسیونی استاندارد شده (Beta) برابر با -۰/۴۵۲ بوده و در سطح آلفای ۰/۰۱ معنی دار است ($P < ۰/۰۱$). با توجه به منفی بودن ضریب بدست آمده نتیجه گرفته می شود انعطاف پذیری کنشی به صورت منفی دلزدگی زناشویی را پیش بینی می کند.

بحث و نتیجه گیری

چنانچه نتایج پژوهش نشان داد راهبردهای مدیریت تعارض اجتنابی، مسلط و ملزم شده پیش‌بینی کننده دلزدگی زناشویی افراد است و افرادی که در حل تعارضات از این راهبردها بیشتر استفاده می‌کنند، دلزدگی زناشویی بالاتری دارند. این نتیجه با نتایج پژوهش‌های آزادی فرد و امانی (۱۳۹۵)، کریمی و همکاران (۱۳۹۳)، درویشی (۱۳۹۳)، دروزدک و ولف (۲۰۱۶) و فلور، ناسل و کینگ (۲۰۱۸) همسو می‌باشد. در تبیین یافته‌های این پژوهش می‌توان بیان داشت که شیوه‌های نامناسب حل تعارض یکی از عوامل مهم بروز دلزدگی زناشویی است؛ زیرا تعارض بین فردی که یک عامل استرس‌زای مهم است و دلزدگی زناشویی نیز یک پاسخ انطباق یافته به استرس است. شخص استفاده‌کننده از سبک مسلط سعی دارد با رفتار آمرانه و با استفاده از اعمال قدرت به خواسته‌هایش برسد بدون اینکه برای دیگران اهمیتی قائل شود و در نتیجه باعث وخیم‌تر شدن تعارض می‌شود، زیرا در یک رابطه زناشویی زوجین انتظار دارند که در بده بستان‌های خود در زمینه عشق، محبت، روابط جنسی، پول و زمان باهم بودن احساس تعادل کنند، بنابراین زمانی که آن‌ها احساس کنند که داده‌ها بیش از ستانده‌هاست احساس نابرابری می‌کنند و این احساس باعث می‌شود که روابط زناشویی آشفته گردد و نهایتاً در بلندمدت به دلزدگی زناشویی می‌شود. استیوبر^{۱۶} (۲۰۰۵) نیز معتقد است شیوهی حل تعارض اجتنابی درواقع حاکی از نادیده انگاشتن همسر، همکاری نکردن و پاسخگو نبودن است. این افراد سعی می‌کنند در روابط خود طرف مقابل را نادیده بگیرند و گاه کاملاً از گفتگو کناره‌گیری می‌کنند و سعی می‌کنند با همسرشان تعامل نداشته باشند. این رفتار، ارتباطات دوفرهی مثبت و منفی را نابود می‌کند، باعث سردی هیجانی می‌شود و کیفیت زندگی را کاهش می‌دهد. سبک ملزم شده مستلزم اهمیت دادن پایین به خود و اهمیت دادن بالا به دیگران است که در این افراد، اضطراب به نحو متفاوتی فراخوانده می‌شود. آن‌ها در جستجوی دستیابی به راه‌حلهایی هستند که هماهنگ و سازگار با دیگران باشند.

همچنین نتایج پژوهش نشان داد که انعطاف‌پذیری کنشی پیش‌بینی کننده دلزدگی زناشویی زنان متأهل است. به عبارت بهتر هر چه زنان متأهل از انعطاف‌پذیری بیشتری برخوردار باشد، به احتمال کمتری دچار دلزدگی زناشویی می‌شوند. این نتیجه با نتایج پژوهش‌های موحد و کریمی (۱۳۹۶)؛ بهزادپور و همکاران (۱۳۹۳) والر و بردلی (۲۰۱۹) همسو می‌باشد.

در تبیین یافته‌های این بخش می‌توان گفت که دلزدگی زناشویی، وضعیت دردناک فرسودگی جسمی، عاطفی و روانی است که کسانی را که توقع دارند عشق رویارویی و ازدواج به زندگی‌شان معنا ببخشد را متأثر می‌سازد (پاینز، ۱۳۹۲). دلزدگی زناشویی شامل عدم احساسات عینی از خشنودی، عدم لذت تجربه شده توسط زن و شوهر موقعی که همه جنبه‌های ازدواج را در نظر می‌گیرند، می‌باشد. انعطاف‌پذیری فرآیندی پویا است که به متن زندگی وابسته است، وقتی به طور موفقیت آمیز کسب شود. قابلیت‌های فردی را تقویت می‌کند و به طور کلی به مفهوم پیامدهای مثبت، به رغم تجربه‌های ناگوار، ناملایمات، عملکرد مثبت و موثر در شرایط ناگوار و بهبودی بعد از یک ضربه مهمی باشد. در این راستا هر چه افراد از انعطاف‌پذیری و تاب‌آوری بیشتری برخوردار باشند، در زندگی زناشویی و در برابر تعارضات و آسیب‌های پیش‌رو، استقامت بیشتری داشته و کمتر از سایرین دچار دلزدگی زناشویی می‌شوند. بنابراین با توجه به نتایج پژوهش، راهبردهای مدیریت تعارض و انعطاف‌پذیری کنشی از اهمیت بالایی برخوردارند و هر چه افراد به راهبردهای مدیریت تعارض بیشتری مجهز باشند و از انعطاف‌پذیری بیشتری برخوردار باشند، احتمال بروز تعارضات زناشویی و به دنبال آن دلزدگی زناشویی کمتر خواهد بود.

این پژوهش مانند هر پژوهش دیگری، با محدودیت‌هایی همراه بود از جمله وضعیت روحی و روانی زنان متأهل موردپژوهش در حین تکمیل پرسشنامه‌ها (مخصوصاً به این دلیل که پرسشنامه‌ها در مرکز مشاوره دادگاه خانواده شهر تهران جمع‌آوری شد) ممکن است بر نحوه پاسخگویی به سؤالات تأثیر گذاشته باشد. همچنین محدود بودن نمونه به زنان متأهل، که این مساله تعمیم نتایج به مردان متأهل را کم می‌کند. لذا پیشنهاد می‌شود در دیگر پژوهش‌ها به این دو مساله، توجه ویژه گردد تا بتوان با اعتماد بیشتری نتایج پژوهش را سایر افراد جامعه تعمیم داد.

مراجع

۱. آزادی فرد، صدیقه و امانی، رزیتا. (۱۳۹۵). رابطه باورهای ارتباطی و سبک‌های حل تعارض با رضایت زناشویی. روانشناسی بالینی و شخصیت، ۱۴ (۲)، ۳۹-۴۷.
۲. بهاری، فرشاد (۱۳۹۲). تاثیر مداخله‌های امیدمحور، بخشش محور، ترکیبی از این دو بر تعارض زناشویی و تحریف‌های شناختی بین فردی زوج‌های متقاضی طلاق شهر اصفهان. پایان‌نامه دکتری رشته مشاوره خانواده. دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه اصفهان.
۳. بهزادپور، سمانه؛ وکیلی، مریم؛ مطهری، زهراسادات و سهرابی، فرامرز. (۱۳۹۳). بررسی رابطه دلزدگی زناشویی با دینداری و تاب‌آوری در زنان نابارور و بارور. نسیم تندرستی، ۲ (۴)، ۱۷-۲۴.
۴. پاینز، آ. (۲۰۰۹). دلزدگی از روابط زناشویی. ترجمه: گوهری‌راد، حبیب و افشار، کامران. (۱۳۹۴). تهران: رادمهر.
۵. حقیقی، حمید؛ زارعی، اقبال و قادری، فواد. (۱۳۹۱). بررسی ساختار عاملی و ویژگی‌های روانسنجی پرسشنامه سبک‌های حل تعارض رحیم (ROCI-II) در بین زوجین ایرانی. فصلنامه مشاوره و روان درمانی خانواده، ۱ (۴)، ۷۰-۸۱.
۶. خمسه، اکرم. (۱۳۹۲). راهبردهای جدید در زوج درمانی. تهران: انتشارات ارجمند.
۷. داتیلیو، ف. (۲۰۱۰). درمان شناختی- رفتاری با زوجها و خانواده‌ها. مترجم فاطمه بهرامی. (۱۳۹۳). تهران: نشر اجمند.
۸. درویشی، شهناز. (۱۳۹۳). بررسی رابطه سبک‌های حل تعارض و سبک زندگی با صمیمیت زناشویی زوجین شاغل آموزش و پرورش شهرستان قشم. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه هرمزگان.
۹. زنده دل، محمد حنیف. (۱۳۹۵). رابطه سبک حل تعارض و خوش‌بینی با دلزدگی زناشویی در زوجین متعارض. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه پیام نور ارومیه.
۱۰. عباسی، اعظم و کرمی، جهانگیر. (۱۳۹۳). بررسی نقش ویژگی‌های شخصیتی، سبک‌های حل تعارض و انتظارات زناشویی در پیش‌بینی سازگاری زناشویی با میانجیگری دلزدگی زناشویی. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه رازی.
۱۱. کاظمیان، سمیه و اسماعیلی، معصومه (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش تاب‌آوری بر افزایش سازگاری دانشجویان جدیدالورود ساکن در خوابگاه. یافته‌های نو در روانشناسی، ۸ (۳)، ۸۰-۹۳.
۱۲. موحد، سکینه و کریمی، کیومرث. (۱۳۹۶). بررسی رابطه تاب‌آوری و نارسایی هیجانی با دلزدگی زناشویی معلمان شاغل در مدارس. پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، ۲ (۶)، ۴۰-۵۳.
13. Bakker, A. B. (2009). The crossover of burnout and its relation to partner health. *Stress and Health*, 25, 343-353.
14. Bodenmann, G. (2014). Couples coping with stress: emerging perspectives on dyadic coping. New York: American Psychological Association: 33-49.
15. Brummelhuis, L. L., Bakker, A. B., & Peper, B. (2012). Breaking through the loss cycle of burnout; The role of motivation. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 84, 268-287.
16. Connor, K. M., Davidson, J. R. T (2005). Spirituality, resilience, and anger in survivors of violent trauma: A community survey. *Journal of Traumatic Stress*, 16 (5), 487- 494.
17. Cooper, L (2010). Concept analysis: resilience. *Pacific Lutheran university school of nursing*. 2, 45 -79.
18. Drozdeck, N. R & Volf, J. (2016). Predicting the unpleasant frustration of couples based on emotional expression and conflict resolution style. *Journal of Counseling and Development*, 84, 12-79.
19. Fergus, S & Zimmerman, M .A (2012). Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annual review of public health*, 26, 399- 419.
20. Flour, B., Nassel, S. D & King, K. (2018). Prediction of marital boredom in couples applying for divorce based on irrational beliefs and conflict resolution styles. *Journal of Marital & Family Therapy*, 5, 21- 28.
21. Graham, M., Navaro, G. N & Mium, L. (2015). The Effectiveness of Resilience Training on Negative Affect and Marital Disturbance in Contradictory Couples. *Cognitive and Behavioral Practice*; 20(3) : 264-81.
22. Maitlo, Q., Anwar, N & Mahar, S. (2013). Conflict Management – Home versus work. *Interdisciplinary Jouonal of Contemporary Research in Business*, 3, 9, 712-720.
23. Olerom, E. & Tunick, N. (2014). The role of persistence and self-concept in predicting couples marital disturbance with divorce history. *J marriage family*; 59. 889-919.
24. Steinhart T. M. & Dolbier, C (2012). Evaluation of a resilience intervention to enhance coping strategies and protective factors and decrease symptomology. *Journal of American college health*, 56(4), 445 – 453.
25. Steuber, K. R. (2005). Adult attachment, conflict style and relationship satisfaction: comprehensive model [dissertation]. Wilmington: Delaware University.
26. Valler, J. D. & Bradli, H. (2019). the relationship between marital forgiveness and resiliency with marital disturbance in maladaptive women. *J Consult & Clin Psychol*; (76): 397-407.

27. Warner, E. E. (1995). High-risk children in youth adulthood: a longitudinal study from birth to 32 years. *American journal of orthopsychiatry*, 59, 72-81.
28. Young. M. E. & Long. L. L. (2012). *Counseling and therapy for couples* Brooks. cole publishing company :USA.