

## Development of a structural equation model of resilience based on cognitive flexibility and cognitive emotion regulation: The mediating role of intimacy and marital adjustment among nurses

Mohsen Kamalinia<sup>1</sup>, Kianoush Zaharakar<sup>2</sup>, Mehdi Arabzadeh<sup>3</sup>

1.PhD Student in Counseling, Counseling Department, Saveh Branch, Islamic Azad University, Saveh, Iran

2.Professor, Counseling Department, Kharazmi University, Karaj, Iran (Corresponding Author)

Email: dr\_zaharakar@khu.ac.ir

3.Associate Professor, Department of Psychology and Educational Sciences, Kharazmi University, Karaj, Iran

Received:26 /03/2024

Accepted:13 /04/2024

### Abstract:

**Introduction:** Resilience is a key psychological construct that plays a crucial role in coping with workplace challenges and marital stress. Given its significance, identifying factors that predict resilience is essential for enhancing well-being in both professional and personal domains.

**Aim:** This study aimed to develop a resilience model based on cognitive flexibility and self-differentiation, with intimacy and marital adjustment as mediating variables.

**Method:** The present study employed a quantitative, descriptive-correlational design. The sample consisted of married female nurses working in health centers and government hospitals in Karaj city during 2022, selected from a population of 2,938 nurses (400 participants) through multi-stage cluster sampling. Data were collected using the Connor-Davidson Resilience Scale, Dennis and Vanderwaal's Cognitive Flexibility Scale, Granofsky's Cognitive Emotion Regulation Questionnaire, Bagarozzi's Marital Intimacy Scale, and the Locke-Wallace Marital Adjustment Scale. The data were analyzed using SPSS version 24 and AMOS version 26.

**Results:** The indirect path coefficient between cognitive flexibility and resilience through marital intimacy (0.248) was found to be significant. Similarly, the indirect path coefficient between cognitive emotion regulation and resilience through marital intimacy (0.352) was significant. The indirect path coefficient between cognitive flexibility and resilience through marital adjustment (1.899) was also significant. Furthermore, the indirect path coefficient between Heechan's cognitive regulation and resilience through marital adjustment (0.202) was significant.

**Conclusion:** Increasing cognitive flexibility and cognitive emotion regulation positively influences resilience. Therefore, it is recommended to prioritize the cognitive, emotional, and affective variables in interventions for this group.

**Keywords:** Resilience, Flexibility, Emotion regulation, Intimacy

---

kamalinia M, zaharakar K, arabzadeh M. Development of a structural equation model of resilience based on cognitive flexibility and cognitive emotion regulation: The mediating role of intimacy and marital adjustment among nurses. Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry 2025; 12 (1) . 121-136  
URL: <http://shenakht.muk.ac.ir/article-1-2223-fa.html>

Copyright © 2018 the Author (s). Published by Kurdistan University of Medical Sciences. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Non Commercial License 4.0 (CCBY-NC), where it is permissible to download, share, remix, transform, and build up the work provided it is properly cited. The work cannot be used commercially without permission from the journal.

## تدوین مدل معادلات ساختاری تاب‌آوری بر اساس انعطاف‌پذیری شناختی و تنظیم شناختی هیجان با میانجی‌گری صمیمیت و سازگاری زناشویی در پرستاران شاغل در بیمارستان

محسن کمالی نیا<sup>۱</sup>، کیانوش زهراکار<sup>۱</sup>، مهدی عرب زاده<sup>۲</sup>

۱- دانشجوی دکتری تخصصی مشاوره، گروه مشاوره، واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه، ایران

۲- استاد، گروه مشاوره، دانشگاه خوارزمی، کرج، ایران (نویسنده مسئول). ایمیل: dr\_zahrakar@khu.ac.ir

۳- دانشیار، گروه روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه خوارزمی، کرج، ایران

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۳/۰۱/۲۵

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۳/۰۱/۰۷

### چکیده:

**مقدمه:** تاب‌آوری به‌عنوان مؤلفه‌ای که نقش مهمی در تحمل سختی‌های محیط شغلی و زناشویی دارد شناخته می‌شود؛ لذا به‌عنوان سازه اصلی شخصیت‌شناسایی شده؛ بنابراین شناسایی متغیرهایی که بتوانند تاب‌آوری را پیش‌بینی نمایند مهم است.

**هدف:** هدف تدوین مدلی برای تاب‌آوری با استفاده از متغیرهای انعطاف‌پذیری شناختی و تمایز یافتگی خود با میانجی‌گری صمیمیت و سازگاری زناشویی بود.

**روش:** پژوهش حاضر کمی و با روش توصیفی-همبستگی است. جامعه پژوهش شامل پرستاران زن متأهل شاغل در مراکز درمانی و بیمارستان‌های دولتی که در سال ۱۴۰۱ مشغول به کار در شهر کرج بودند که از بین ۲۹۳۸ پرستار (۴۰۰ نمونه) به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. جمع‌آوری داده‌ها از طریق پرسشنامه‌های تاب‌آوری کانور و دیویدسون (۲۰۰۳)، انعطاف‌پذیری شناختی دنیس و وندروال (۲۰۱۰)، تنظیم شناختی هیجان گرانفسکی و همکاران (۲۰۰۳)، صمیمیت زناشویی باگاروزی (۲۰۰۱) و سازگاری زناشویی لاک-والاس (۱۹۹۳) در از نرم‌افزار SPSS24 و AMOS26 مورد تحلیل قرار گرفتند.

**یافته‌ها:** ضریب مسیر غیر مستقیم بین انعطاف‌پذیری شناختی و تاب‌آوری از طریق صمیمیت زناشویی (۰/۲۴۸) معنادار است. ضریب مسیر غیر مستقیم بین تنظیم شناختی هیجان و تاب‌آوری از طریق صمیمیت زناشویی (۰/۳۵۲) معنادار است. ضریب مسیر غیرمستقیم بین انعطاف‌پذیری شناختی و تاب‌آوری از طریق سازگاری زناشویی (۱/۸۹۹) معنادار است. ضریب مسیر غیرمستقیم بین تنظیم شناختی هیجان و تاب‌آوری از طریق سازگاری زناشویی (۰/۲۰۲) معنادار است.

**نتیجه‌گیری:** افزایش انعطاف‌پذیری شناختی و تنظیم شناختی هیجان بر تاب‌آوری تأثیرگذار است؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود به متغیرهای شناختی، هیجانی و عاطفی این قشر توجه ویژه شود.

**کلیدواژه‌ها:** تاب‌آوری، انعطاف‌پذیری، تنظیم هیجان، صمیمیت، سازگاری، پرستاران زن متأهل

تمامی حقوق نشر برای دانشگاه علوم پزشکی کردستان محفوظ است.

## مقدمه

از توجهات جایگزین استفاده می‌کنند افراد منعطف، تاب‌آوری بیشتری نسبت به افراد غیر منعطف دارند و رویدادهای منفی را به صورت انعطاف پذیرتر و واقع بینانه تر در نظر می‌گیرند (بکمن و استانکو<sup>۵</sup>، ۲۰۲۰)

یکی از مفاهیمی که بر تاب‌آوری تأثیر دارد. تنظیم شناختی هیجان<sup>۶</sup> است که به فرایندهای درونی و بیرونی اطلاق می‌شود که مسئولیت کنترل، ارزیابی و تبیین واکنش‌های عاطفی فرد را در مسیر تحقق اهداف بر عهده دارد تنظیم شناختی هیجان، نقش مهمی در تاب‌آوری افراد ایفا می‌کند و تأثیرگذاری معناداری در افزایش تاب‌آوری افراد ایفا می‌کند.

یکی از مفاهیمی که بر تاب‌آوری تأثیر دارد. تنظیم شناختی هیجان<sup>۷</sup> است که به فرایندهای درونی و بیرونی اطلاق می‌شود که مسئولیت کنترل، ارزیابی و تبیین واکنش‌های عاطفی فرد را در مسیر تحقق اهداف بر عهده دارد تنظیم شناختی هیجان، نقش مهمی در تاب‌آوری افراد ایفا می‌کند و تأثیرگذاری معناداری در افزایش تاب‌آوری افراد ایفا می‌کند (بنی فاطمه و همکاران، ۲۰۲۲).

یکی از عواملی که بر تاب‌آوری زوج‌ها مؤثر است، صمیمیت زناشویی<sup>۸</sup> است. (اکبری و همکاران، ۲۰۲۳) که یکی از قوی‌ترین و پایدارترین عوامل پیش‌بینی‌کننده کیفیت و ثبات رابطه‌ی زناشویی است و بر افزایش تاب‌آوری زوجین تأثیرگذار است. نتایج تحقیقات حاکی از آن است که در روابط زوجین هرچه فرد از نظر هیجانی بهتر بتواند احساسات خود را کنترل کند، در نتیجه در روابط با همسرش صمیمیت بالایی را تجربه می‌کند. در نتیجه با گذشت زمان

در سال‌های اخیر رویکرد روانشناسی مثبت‌گرا<sup>۱</sup>، با شعار توجه به استعدادها و توانمندی انسان مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است. تاب‌آوری<sup>۲</sup>؛ بنیادی‌ترین سازه‌ی این رویکرد، جایگاه ویژه‌ای؛ در حوزه روانشناسی تحولی<sup>۳</sup> به خود اختصاص داده است. تاب‌آوری قابلیت فرد در برقراری تعادل زیستی؛ روانی و معنوی در مقابل خطر است؛ یعنی نوعی ترمیم خود که با پیامدهای مثبت هیجانی، عاطفی و شناختی همراه است. یکی از گروه‌های شغلی که نیازمند افزایش تاب‌آوری‌اند کادر درمانی هستند و پرستاران به عنوان عمده‌ترین نیرو و مهم‌ترین سنگربانان نظام سلامت، نقش اساسی در تداوم مراقبت‌ها و ارائه خدمات مختلف به افراد را عهده دارند. حرفه پرستاری به دلیل نوبت کاری، مشاهده رنج و مرگ بیماران و تجربیات رنج آور و مسئولیت سنگین ناشی از مراقبت بیمار، باعث فرسودگی شغلی‌شان منتهی می‌شود که این موارد در پرستاران زن متأهل به دلیل داشتن نقش‌های دیگری چون همسررداری و مادربودن این فشار و فرسودگی بیش‌تر جلوه‌گر است؛ لذا با توجه به ماهیت تنش‌زای حرفه پرستاری، افزایش تاب‌آوری در این قشر، بیش از گذشته نمایان می‌گردد. از مفاهیمی که در تاب‌آوری فرد نقش دارد انعطاف‌پذیری شناختی<sup>۴</sup> است که توانایی تغییر آمایه‌های شناختی به منظور سازگاری با محرک‌های در حال تغییر محیط است. نتایج تحقیقات نشان داد که آموزش انعطاف‌پذیری شناختی، به طور معناداری باعث افزایش تاب‌آوری می‌گردد. افرادی که توانایی تفکر انعطاف‌پذیر دارند،

<sup>5</sup> - Beckman & Stanko

<sup>6</sup> -Cognitive regulation of emotion

<sup>7</sup> -Cognitive regulation of emotion

<sup>8</sup> -Marital Intimacy

<sup>1</sup> -Positive psychology

<sup>2</sup> -Resilience

<sup>3</sup> -Developmental psychology

<sup>4</sup> -Cognitive flexibility

با توجه به بررسی پیشینه و ادبیات پژوهش، در حوزه‌ی تاب‌آوری با خلأهایی روبرو است. خلأیی که با مطالعه پیشینه

پژوهشی احساس‌گردید و نقش مهم و مؤثری که صمیمیت و سازگاری زناشویی در افراد متأهل دارد، صورت همزمان بر تاب‌آوری با میانجی‌گری متغیرهای صمیمیت و سازگاری زناشویی پردازند و برای آن مدلی پیشنهاد دهند. مدلی که در هیچ کدام از تحقیقات گذشته مورد پژوهش قرار نگرفته است. با توجه به مبانی نظری مدل مفهومی زیر پیشنهاد می‌گردد و پژوهش حاضر به دنبال بررسی این سؤالات است:

۱- آیا داده‌ها با مدل مفهومی پژوهش برازش دارد؟

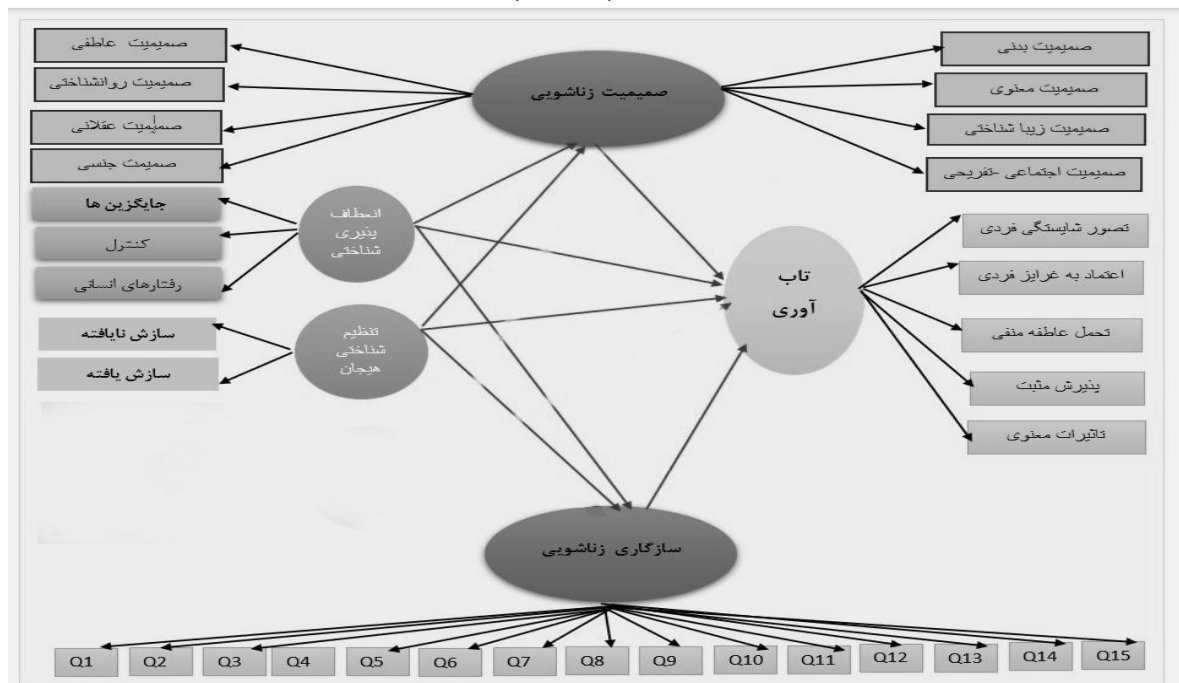
۲- آیا صمیمیت و سازگاری زناشویی در رابطه بین

انعطاف‌پذیری شناختی و تنظیم شناختی همچنان بر تاب‌آوری قش دارد؟

صمیمیت بین آن‌ها کم و رضایت زناشویی پایین می‌آید (کنوی، ولورسون و کلارک، ۲۰۲۰).

یکی از عواملی که بر برتاب‌آوری تأثیرگذار است سازگاری زناشویی<sup>۲</sup> است. بر اساس بررسی‌های به‌عمل‌آمده توسط (باو، سان، مینگ، شی و لوو،<sup>۳</sup> ۲۰۲۰) سازگاری زناشویی حالتی است که در آن یک احساس کلی از رضایت و شادکامی در زن و شوهر نسبت به ازدواجشان و نسبت به یکدیگر وجود دارد. سازگاری در زندگی زناشویی یک فرآیند مستمر و در حال تغییر است (روینس،<sup>۴</sup> ۲۰۲۱). سازگاری در زندگی زناشویی یک فرآیند مستمر و در حال تغییر است (داکس، پلنز و روگی،<sup>۵</sup> ۲۰۲۰). سازگاری زناشویی به معنای نداشتن مشکل در زندگی نیست، بلکه به معنای ظرفیت سازگار شدن با مشکلات و توانایی حل آن‌هاست (حاجی‌پور و عینی‌پور، ۲۰۲۱).

شکل ۱- مدل پیشنهادی پژوهش



<sup>1</sup> - Conway ,Wolverson & Clarke

<sup>2</sup> - Marital Compatibility

<sup>3</sup> -Bao,Sun, Meng, Shi & Lu

<sup>4</sup> -Robins

<sup>5</sup> - Daks, Peltz & Rogge

## روش

پرستار در مجموع ۴۰۰ نمونه انتخاب شدند. معیارهای ورود شرکت کنندگان عبارت بودند از: توانایی صحبت به زبان فارسی، با هم زندگی کردن زوجها در زمان مراجعه، پرستار شاغل در بیمارستان‌ها و مراکز درمانی دولتی، آمادگی شرکت کنندگان برای شرکت در پژوهش. معیارهای خروج عبارت بودند از: ابتلا به اختلالات شخصیت، (با توجه به اعلام سلامت روان افراد از طریق مرکز مشاوره دانشگاه علوم پزشکی البرز پس از بررسی پرونده کارکنانی شان)، طلاق و شرکت همزمان در پژوهش‌های دیگر. در این تحقیق بعد از کسب رضایت آگاهانه، جهت حفظ حریم شخصی و محرمانه ماندن اطلاعات، جهت جمع‌آوری داده‌ها پرسشنامه‌ها در اختیار شرکت کنندگان قرار داده شد. لازم به ذکر است که قبل از تکمیل پرسشنامه‌ها، توضیحات کاملی به صورت شفاهی و کتبی به شرکت کنندگان در خصوص اهمیت پژوهش و رازداری و محرمانه بودن اطلاعات هویتی افراد داده شد و از اهمیت پژوهش صحبت شد.

## ابزار:

**مقیاس تاب‌آوری<sup>۵</sup>:** مقیاس تاب‌آوری کانر دیویدسون (۲۰۰۳) شامل ۲۵ گویه است که تاب‌آوری را در یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای همیشه نادرست = ۰ تا همیشه درست = ۴ مورد پرسش قرار می‌دهد. کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۹ و همبستگی درونی بین عوامل را در دامنه‌ای از (۳۰/۰) تا ۰/۷۰ و ضریب باز آزمایی ۰/۸۷ را به عنوان شاخصی از همسانی درونی و همبستگی مثبت مقیاس تاب‌آوری با ابزار سخت‌رویی کوباسا<sup>۶</sup> (۰/۸۳) و مقیاس حمایت اجتماعی شیهان<sup>۷</sup> (۰/۳۶)، همبستگی منفی این مقیاس با

پژوهش حاضر از لحاظ هدف بنیادی است و از نظر نحوه جمع‌آوری اطلاعات توصیفی از نوع همبستگی با مدل معادلات ساختاری است. مدل معادلات ساختاری روشی برای بررسی روابط میان متغیرهای پنهان است که همزمان متغیرهای مشاهده‌پذیر را نیز در نظر می‌گیرد (مستن و همکاران، ۲۰۲۱). منظور از متغیرهای پنهان همان عوامل اصلی هستند که در یک الگو یا مدل مفهومی نمایش داده می‌شوند. متغیرهای مشاهده‌پذیر نیز همان گویه‌ها یا سؤالات مربوط به سنجش عوامل اصلی می‌باشند. مدل‌یابی معادلات ساختاری<sup>۲</sup> برگردان است که به اختصار SEM نیز نامیده می‌شود. این روش یک ساختار علی ویژه بین مجموعه‌ای از متغیرهای پنهان و متغیرهای مشاهده‌پذیر است. با استفاده از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری روابط بین متغیرهای پنهان با یکدیگر و نیز گویه‌های سنجش هر متغیر پنهان با متغیر مربوط قابل بررسی است. برای انجام محاسبات این روش از نرم افزارهای اس پی اس اس و آموس<sup>۳</sup> استفاده شد. جامعه آماری این تحقیق شامل کلیه پرستاران زن متأهل مراکز درمانی و بیمارستانی دولتی استان البرز که در سال ۱۴۰۱ مشغول به فعالیت بودند. بر اساس نرم‌افزار جی پاور<sup>۴</sup> با محاسبه سطح خطای ۵ درصد، نمونه‌ای به حجم ۴۰۰ نفر از میان جامعه آماری به صورت نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای، بدین نحو که در ابتدا از کلیه بخش‌های بیمارستان‌ها و مراکز درمانی دولتی کرج به‌عنوان خوشه به صورت تصادفی تعدادی نمونه انتخاب شد و سپس از هر خوشه به‌صورت تصادفی انتخاب نمونه انجام شد و از مجموع ۲۸۴۳

<sup>۱</sup> - Masten et al

<sup>۲</sup> - Structural Equation Model

<sup>۳</sup> - Spss and Amos

<sup>۴</sup> - Gpower

<sup>۵</sup> - Resilience scale

<sup>۶</sup> - Kobasa hardiness measure

<sup>۷</sup> - Sheehan Social Support Scale

پژوهش نوروبی، اسدی و اکبری (۱۴۰۳) پایایی به روش همسانی درونی و با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ روی نمونه ۰/۸۷ گزارش شد.

### فرم کوتاه پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان<sup>۷</sup>:

پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان توسط گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) ساخته شده که دارای ۳۶ گویه و ۹ خرده‌مقیاس تمرکز مثبت مجدد، شماره سؤال‌های ۴، ۱۳، ۲۲ و ۳۱؛ تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، شماره سؤال‌های ۵، ۱۴، ۲۳ و ۳۲؛ ارزیابی مجدد مثبت، شماره سؤال‌های ۶، ۱۵، ۲۴ و ۳۳؛ دیدگاه‌پذیری، شماره سؤال‌های ۷، ۱۶، ۲۵ و ۳۴؛ و پذیرش، شماره سؤال‌های ۲، ۱۱، ۲۰ و ۲۹ و راهبردهای غیر انطباقی مانند سرزنش خود، شماره سؤال‌های ۱، ۱۰، ۱۹ و ۲۸؛ سرزنش دیگران، شماره سؤال‌های ۹، ۱۸، ۲۷ و ۳۶؛ نشخوار فکری، شماره سؤال‌های ۳، ۱۲، ۲۱ و ۳۰ و فاجعه‌سازی شماره سؤال‌های ۸، ۱۷، ۲۶ و ۳۵ را در یک طیف لیکرت از هرگز=۱ تا همیشه=۵ مورد ارزیابی قرار می‌دهد. حسنی (۲۰۱۱) آلفای کرونباخ ۰/۷۶ تا ۰/۹۲ گزارش کرده است. در پژوهش حسنی (۲۰۱۱) نتایج تحلیل مؤلفه‌های اصلی از الگوی ۹ عاملی اصلی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان حمایت کرد و ۷۴ درصد از تغییرات را تبیین کرد.

### مقیاس صمیمیت زناشویی<sup>۸</sup>:

زناشویی توسط بارگاروزی (۲۰۰۱) ساخته شد که دارای ۴۱ گویه و ۸ خرده‌مقیاس صمیمیت عاطفی، با سؤال‌های ۱ تا ۵؛ صمیمیت روانشناختی با سؤال‌های ۶ تا ۱۰؛ صمیمیت عقلانی با سؤال‌های ۱۱ تا ۱۵؛ صمیمیت جنسی با سؤال‌های ۱۶ تا ۲۰؛ صمیمیت بدنی با سؤال‌های ۲۱-۲۵؛ صمیمیت معنوی با سؤال‌های ۲۶ تا ۳۱؛ صمیمیت زیباشناختی با سؤال‌های ۳۲ تا ۳۶ و خرده

مقیاس استرس ادراک شده<sup>۱</sup> (۰/۷۶) و مقیاس آسیب‌پذیری نسبت به استرس شیهان<sup>۲</sup> (۰/۳۲) را به عنوان شاخصی از روایی همگرایی این ابزار گزارش کردند. در هنجاریابی ایرانی این ابزار که توسط کیهانی و همکاران (۱۳۹۳) انجام شد نتایج ضرایب همبستگی روایی زنان حاکی از همبستگی مثبت و معناداری با تاب‌آوری و رضایت از زندگی بود. مقدار آلفای کرونباخ و دونیمه‌سازی اسپیرمن-برون به ترتیب برابر با ۰/۶۶۵ و ۰/۶۶۵ به دست آمد.

### مقیاس انعطاف‌پذیری شناختی<sup>۳</sup>:

انعطاف‌پذیری شناختی توسط دنیس و واندر-وال<sup>۴</sup> در سال ۲۰۱۰ ساخته شده و شامل ۲۰ عبارت است که دو مؤلفه «جایگزین‌ها»<sup>۵</sup> با ۱۳ گویه و گویه‌های ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۶، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸، ۲۹، ۳۰، ۳۱، ۳۲، ۳۳، ۳۴، ۳۵، ۳۶، ۳۷، ۳۸، ۳۹، ۴۰، ۴۱، ۴۲، ۴۳، ۴۴، ۴۵، ۴۶، ۴۷، ۴۸، ۴۹، ۵۰، ۵۱، ۵۲، ۵۳، ۵۴، ۵۵، ۵۶، ۵۷، ۵۸، ۵۹، ۶۰، ۶۱، ۶۲، ۶۳، ۶۴، ۶۵، ۶۶، ۶۷، ۶۸، ۶۹، ۷۰، ۷۱، ۷۲، ۷۳، ۷۴، ۷۵، ۷۶، ۷۷، ۷۸، ۷۹، ۸۰، ۸۱، ۸۲، ۸۳، ۸۴، ۸۵، ۸۶، ۸۷، ۸۸، ۸۹، ۹۰، ۹۱، ۹۲، ۹۳، ۹۴، ۹۵، ۹۶، ۹۷، ۹۸، ۹۹، ۱۰۰، ۱۰۱، ۱۰۲، ۱۰۳، ۱۰۴، ۱۰۵، ۱۰۶، ۱۰۷، ۱۰۸، ۱۰۹، ۱۱۰، ۱۱۱، ۱۱۲، ۱۱۳، ۱۱۴، ۱۱۵، ۱۱۶، ۱۱۷، ۱۱۸، ۱۱۹، ۱۲۰، ۱۲۱، ۱۲۲، ۱۲۳، ۱۲۴، ۱۲۵، ۱۲۶، ۱۲۷، ۱۲۸، ۱۲۹، ۱۳۰، ۱۳۱، ۱۳۲، ۱۳۳، ۱۳۴، ۱۳۵، ۱۳۶، ۱۳۷، ۱۳۸، ۱۳۹، ۱۴۰، ۱۴۱، ۱۴۲، ۱۴۳، ۱۴۴، ۱۴۵، ۱۴۶، ۱۴۷، ۱۴۸، ۱۴۹، ۱۵۰، ۱۵۱، ۱۵۲، ۱۵۳، ۱۵۴، ۱۵۵، ۱۵۶، ۱۵۷، ۱۵۸، ۱۵۹، ۱۶۰، ۱۶۱، ۱۶۲، ۱۶۳، ۱۶۴، ۱۶۵، ۱۶۶، ۱۶۷، ۱۶۸، ۱۶۹، ۱۷۰، ۱۷۱، ۱۷۲، ۱۷۳، ۱۷۴، ۱۷۵، ۱۷۶، ۱۷۷، ۱۷۸، ۱۷۹، ۱۸۰، ۱۸۱، ۱۸۲، ۱۸۳، ۱۸۴، ۱۸۵، ۱۸۶، ۱۸۷، ۱۸۸، ۱۸۹، ۱۹۰، ۱۹۱، ۱۹۲، ۱۹۳، ۱۹۴، ۱۹۵، ۱۹۶، ۱۹۷، ۱۹۸، ۱۹۹، ۲۰۰، ۲۰۱، ۲۰۲، ۲۰۳، ۲۰۴، ۲۰۵، ۲۰۶، ۲۰۷، ۲۰۸، ۲۰۹، ۲۱۰، ۲۱۱، ۲۱۲، ۲۱۳، ۲۱۴، ۲۱۵، ۲۱۶، ۲۱۷، ۲۱۸، ۲۱۹، ۲۲۰، ۲۲۱، ۲۲۲، ۲۲۳، ۲۲۴، ۲۲۵، ۲۲۶، ۲۲۷، ۲۲۸، ۲۲۹، ۲۳۰، ۲۳۱، ۲۳۲، ۲۳۳، ۲۳۴، ۲۳۵، ۲۳۶، ۲۳۷، ۲۳۸، ۲۳۹، ۲۴۰، ۲۴۱، ۲۴۲، ۲۴۳، ۲۴۴، ۲۴۵، ۲۴۶، ۲۴۷، ۲۴۸، ۲۴۹، ۲۵۰، ۲۵۱، ۲۵۲، ۲۵۳، ۲۵۴، ۲۵۵، ۲۵۶، ۲۵۷، ۲۵۸، ۲۵۹، ۲۶۰، ۲۶۱، ۲۶۲، ۲۶۳، ۲۶۴، ۲۶۵، ۲۶۶، ۲۶۷، ۲۶۸، ۲۶۹، ۲۷۰، ۲۷۱، ۲۷۲، ۲۷۳، ۲۷۴، ۲۷۵، ۲۷۶، ۲۷۷، ۲۷۸، ۲۷۹، ۲۸۰، ۲۸۱، ۲۸۲، ۲۸۳، ۲۸۴، ۲۸۵، ۲۸۶، ۲۸۷، ۲۸۸، ۲۸۹، ۲۹۰، ۲۹۱، ۲۹۲، ۲۹۳، ۲۹۴، ۲۹۵، ۲۹۶، ۲۹۷، ۲۹۸، ۲۹۹، ۳۰۰، ۳۰۱، ۳۰۲، ۳۰۳، ۳۰۴، ۳۰۵، ۳۰۶، ۳۰۷، ۳۰۸، ۳۰۹، ۳۱۰، ۳۱۱، ۳۱۲، ۳۱۳، ۳۱۴، ۳۱۵، ۳۱۶، ۳۱۷، ۳۱۸، ۳۱۹، ۳۲۰، ۳۲۱، ۳۲۲، ۳۲۳، ۳۲۴، ۳۲۵، ۳۲۶، ۳۲۷، ۳۲۸، ۳۲۹، ۳۳۰، ۳۳۱، ۳۳۲، ۳۳۳، ۳۳۴، ۳۳۵، ۳۳۶، ۳۳۷، ۳۳۸، ۳۳۹، ۳۴۰، ۳۴۱، ۳۴۲، ۳۴۳، ۳۴۴، ۳۴۵، ۳۴۶، ۳۴۷، ۳۴۸، ۳۴۹، ۳۵۰، ۳۵۱، ۳۵۲، ۳۵۳، ۳۵۴، ۳۵۵، ۳۵۶، ۳۵۷، ۳۵۸، ۳۵۹، ۳۶۰، ۳۶۱، ۳۶۲، ۳۶۳، ۳۶۴، ۳۶۵، ۳۶۶، ۳۶۷، ۳۶۸، ۳۶۹، ۳۷۰، ۳۷۱، ۳۷۲، ۳۷۳، ۳۷۴، ۳۷۵، ۳۷۶، ۳۷۷، ۳۷۸، ۳۷۹، ۳۸۰، ۳۸۱، ۳۸۲، ۳۸۳، ۳۸۴، ۳۸۵، ۳۸۶، ۳۸۷، ۳۸۸، ۳۸۹، ۳۹۰، ۳۹۱، ۳۹۲، ۳۹۳، ۳۹۴، ۳۹۵، ۳۹۶، ۳۹۷، ۳۹۸، ۳۹۹، ۴۰۰، ۴۰۱، ۴۰۲، ۴۰۳، ۴۰۴، ۴۰۵، ۴۰۶، ۴۰۷، ۴۰۸، ۴۰۹، ۴۱۰، ۴۱۱، ۴۱۲، ۴۱۳، ۴۱۴، ۴۱۵، ۴۱۶، ۴۱۷، ۴۱۸، ۴۱۹، ۴۲۰، ۴۲۱، ۴۲۲، ۴۲۳، ۴۲۴، ۴۲۵، ۴۲۶، ۴۲۷، ۴۲۸، ۴۲۹، ۴۳۰، ۴۳۱، ۴۳۲، ۴۳۳، ۴۳۴، ۴۳۵، ۴۳۶، ۴۳۷، ۴۳۸، ۴۳۹، ۴۴۰، ۴۴۱، ۴۴۲، ۴۴۳، ۴۴۴، ۴۴۵، ۴۴۶، ۴۴۷، ۴۴۸، ۴۴۹، ۴۵۰، ۴۵۱، ۴۵۲، ۴۵۳، ۴۵۴، ۴۵۵، ۴۵۶، ۴۵۷، ۴۵۸، ۴۵۹، ۴۶۰، ۴۶۱، ۴۶۲، ۴۶۳، ۴۶۴، ۴۶۵، ۴۶۶، ۴۶۷، ۴۶۸، ۴۶۹، ۴۷۰، ۴۷۱، ۴۷۲، ۴۷۳، ۴۷۴، ۴۷۵، ۴۷۶، ۴۷۷، ۴۷۸، ۴۷۹، ۴۸۰، ۴۸۱، ۴۸۲، ۴۸۳، ۴۸۴، ۴۸۵، ۴۸۶، ۴۸۷، ۴۸۸، ۴۸۹، ۴۹۰، ۴۹۱، ۴۹۲، ۴۹۳، ۴۹۴، ۴۹۵، ۴۹۶، ۴۹۷، ۴۹۸، ۴۹۹، ۵۰۰، ۵۰۱، ۵۰۲، ۵۰۳، ۵۰۴، ۵۰۵، ۵۰۶، ۵۰۷، ۵۰۸، ۵۰۹، ۵۱۰، ۵۱۱، ۵۱۲، ۵۱۳، ۵۱۴، ۵۱۵، ۵۱۶، ۵۱۷، ۵۱۸، ۵۱۹، ۵۲۰، ۵۲۱، ۵۲۲، ۵۲۳، ۵۲۴، ۵۲۵، ۵۲۶، ۵۲۷، ۵۲۸، ۵۲۹، ۵۳۰، ۵۳۱، ۵۳۲، ۵۳۳، ۵۳۴، ۵۳۵، ۵۳۶، ۵۳۷، ۵۳۸، ۵۳۹، ۵۴۰، ۵۴۱، ۵۴۲، ۵۴۳، ۵۴۴، ۵۴۵، ۵۴۶، ۵۴۷، ۵۴۸، ۵۴۹، ۵۵۰، ۵۵۱، ۵۵۲، ۵۵۳، ۵۵۴، ۵۵۵، ۵۵۶، ۵۵۷، ۵۵۸، ۵۵۹، ۵۶۰، ۵۶۱، ۵۶۲، ۵۶۳، ۵۶۴، ۵۶۵، ۵۶۶، ۵۶۷، ۵۶۸، ۵۶۹، ۵۷۰، ۵۷۱، ۵۷۲، ۵۷۳، ۵۷۴، ۵۷۵، ۵۷۶، ۵۷۷، ۵۷۸، ۵۷۹، ۵۸۰، ۵۸۱، ۵۸۲، ۵۸۳، ۵۸۴، ۵۸۵، ۵۸۶، ۵۸۷، ۵۸۸، ۵۸۹، ۵۹۰، ۵۹۱، ۵۹۲، ۵۹۳، ۵۹۴، ۵۹۵، ۵۹۶، ۵۹۷، ۵۹۸، ۵۹۹، ۶۰۰، ۶۰۱، ۶۰۲، ۶۰۳، ۶۰۴، ۶۰۵، ۶۰۶، ۶۰۷، ۶۰۸، ۶۰۹، ۶۱۰، ۶۱۱، ۶۱۲، ۶۱۳، ۶۱۴، ۶۱۵، ۶۱۶، ۶۱۷، ۶۱۸، ۶۱۹، ۶۲۰، ۶۲۱، ۶۲۲، ۶۲۳، ۶۲۴، ۶۲۵، ۶۲۶، ۶۲۷، ۶۲۸، ۶۲۹، ۶۳۰، ۶۳۱، ۶۳۲، ۶۳۳، ۶۳۴، ۶۳۵، ۶۳۶، ۶۳۷، ۶۳۸، ۶۳۹، ۶۴۰، ۶۴۱، ۶۴۲، ۶۴۳، ۶۴۴، ۶۴۵، ۶۴۶، ۶۴۷، ۶۴۸، ۶۴۹، ۶۵۰، ۶۵۱، ۶۵۲، ۶۵۳، ۶۵۴، ۶۵۵، ۶۵۶، ۶۵۷، ۶۵۸، ۶۵۹، ۶۶۰، ۶۶۱، ۶۶۲، ۶۶۳، ۶۶۴، ۶۶۵، ۶۶۶، ۶۶۷، ۶۶۸، ۶۶۹، ۶۷۰، ۶۷۱، ۶۷۲، ۶۷۳، ۶۷۴، ۶۷۵، ۶۷۶، ۶۷۷، ۶۷۸، ۶۷۹، ۶۸۰، ۶۸۱، ۶۸۲، ۶۸۳، ۶۸۴، ۶۸۵، ۶۸۶، ۶۸۷، ۶۸۸، ۶۸۹، ۶۹۰، ۶۹۱، ۶۹۲، ۶۹۳، ۶۹۴، ۶۹۵، ۶۹۶، ۶۹۷، ۶۹۸، ۶۹۹، ۷۰۰، ۷۰۱، ۷۰۲، ۷۰۳، ۷۰۴، ۷۰۵، ۷۰۶، ۷۰۷، ۷۰۸، ۷۰۹، ۷۱۰، ۷۱۱، ۷۱۲، ۷۱۳، ۷۱۴، ۷۱۵، ۷۱۶، ۷۱۷، ۷۱۸، ۷۱۹، ۷۲۰، ۷۲۱، ۷۲۲، ۷۲۳، ۷۲۴، ۷۲۵، ۷۲۶، ۷۲۷، ۷۲۸، ۷۲۹، ۷۳۰، ۷۳۱، ۷۳۲، ۷۳۳، ۷۳۴، ۷۳۵، ۷۳۶، ۷۳۷، ۷۳۸، ۷۳۹، ۷۴۰، ۷۴۱، ۷۴۲، ۷۴۳، ۷۴۴، ۷۴۵، ۷۴۶، ۷۴۷، ۷۴۸، ۷۴۹، ۷۵۰، ۷۵۱، ۷۵۲، ۷۵۳، ۷۵۴، ۷۵۵، ۷۵۶، ۷۵۷، ۷۵۸، ۷۵۹، ۷۶۰، ۷۶۱، ۷۶۲، ۷۶۳، ۷۶۴، ۷۶۵، ۷۶۶، ۷۶۷، ۷۶۸، ۷۶۹، ۷۷۰، ۷۷۱، ۷۷۲، ۷۷۳، ۷۷۴، ۷۷۵، ۷۷۶، ۷۷۷، ۷۷۸، ۷۷۹، ۷۸۰، ۷۸۱، ۷۸۲، ۷۸۳، ۷۸۴، ۷۸۵، ۷۸۶، ۷۸۷، ۷۸۸، ۷۸۹، ۷۹۰، ۷۹۱، ۷۹۲، ۷۹۳، ۷۹۴، ۷۹۵، ۷۹۶، ۷۹۷، ۷۹۸، ۷۹۹، ۸۰۰، ۸۰۱، ۸۰۲، ۸۰۳، ۸۰۴، ۸۰۵، ۸۰۶، ۸۰۷، ۸۰۸، ۸۰۹، ۸۱۰، ۸۱۱، ۸۱۲، ۸۱۳، ۸۱۴، ۸۱۵، ۸۱۶، ۸۱۷، ۸۱۸، ۸۱۹، ۸۲۰، ۸۲۱، ۸۲۲، ۸۲۳، ۸۲۴، ۸۲۵، ۸۲۶، ۸۲۷، ۸۲۸، ۸۲۹، ۸۳۰، ۸۳۱، ۸۳۲، ۸۳۳، ۸۳۴، ۸۳۵، ۸۳۶، ۸۳۷، ۸۳۸، ۸۳۹، ۸۴۰، ۸۴۱، ۸۴۲، ۸۴۳، ۸۴۴، ۸۴۵، ۸۴۶، ۸۴۷، ۸۴۸، ۸۴۹، ۸۵۰، ۸۵۱، ۸۵۲، ۸۵۳، ۸۵۴، ۸۵۵، ۸۵۶، ۸۵۷، ۸۵۸، ۸۵۹، ۸۶۰، ۸۶۱، ۸۶۲، ۸۶۳، ۸۶۴، ۸۶۵، ۸۶۶، ۸۶۷، ۸۶۸، ۸۶۹، ۸۷۰، ۸۷۱، ۸۷۲، ۸۷۳، ۸۷۴، ۸۷۵، ۸۷۶، ۸۷۷، ۸۷۸، ۸۷۹، ۸۸۰، ۸۸۱، ۸۸۲، ۸۸۳، ۸۸۴، ۸۸۵، ۸۸۶، ۸۸۷، ۸۸۸، ۸۸۹، ۸۹۰، ۸۹۱، ۸۹۲، ۸۹۳، ۸۹۴، ۸۹۵، ۸۹۶، ۸۹۷، ۸۹۸، ۸۹۹، ۹۰۰، ۹۰۱، ۹۰۲، ۹۰۳، ۹۰۴، ۹۰۵، ۹۰۶، ۹۰۷، ۹۰۸، ۹۰۹، ۹۱۰، ۹۱۱، ۹۱۲، ۹۱۳، ۹۱۴، ۹۱۵، ۹۱۶، ۹۱۷، ۹۱۸، ۹۱۹، ۹۲۰، ۹۲۱، ۹۲۲، ۹۲۳، ۹۲۴، ۹۲۵، ۹۲۶، ۹۲۷، ۹۲۸، ۹۲۹، ۹۳۰، ۹۳۱، ۹۳۲، ۹۳۳، ۹۳۴، ۹۳۵، ۹۳۶، ۹۳۷، ۹۳۸، ۹۳۹، ۹۴۰، ۹۴۱، ۹۴۲، ۹۴۳، ۹۴۴، ۹۴۵، ۹۴۶، ۹۴۷، ۹۴۸، ۹۴۹، ۹۵۰، ۹۵۱، ۹۵۲، ۹۵۳، ۹۵۴، ۹۵۵، ۹۵۶، ۹۵۷، ۹۵۸، ۹۵۹، ۹۶۰، ۹۶۱، ۹۶۲، ۹۶۳، ۹۶۴، ۹۶۵، ۹۶۶، ۹۶۷، ۹۶۸، ۹۶۹، ۹۷۰، ۹۷۱، ۹۷۲، ۹۷۳، ۹۷۴، ۹۷۵، ۹۷۶، ۹۷۷، ۹۷۸، ۹۷۹، ۹۸۰، ۹۸۱، ۹۸۲، ۹۸۳، ۹۸۴، ۹۸۵، ۹۸۶، ۹۸۷، ۹۸۸، ۹۸۹، ۹۹۰، ۹۹۱، ۹۹۲، ۹۹۳، ۹۹۴، ۹۹۵، ۹۹۶، ۹۹۷، ۹۹۸، ۹۹۹، ۱۰۰۰، ۱۰۰۱، ۱۰۰۲، ۱۰۰۳، ۱۰۰۴، ۱۰۰۵، ۱۰۰۶، ۱۰۰۷، ۱۰۰۸، ۱۰۰۹، ۱۰۱۰، ۱۰۱۱، ۱۰۱۲، ۱۰۱۳، ۱۰۱۴، ۱۰۱۵، ۱۰۱۶، ۱۰۱۷، ۱۰۱۸، ۱۰۱۹، ۱۰۲۰، ۱۰۲۱، ۱۰۲۲، ۱۰۲۳، ۱۰۲۴، ۱۰۲۵، ۱۰۲۶، ۱۰۲۷، ۱۰۲۸، ۱۰۲۹، ۱۰۳۰، ۱۰۳۱، ۱۰۳۲، ۱۰۳۳، ۱۰۳۴، ۱۰۳۵، ۱۰۳۶، ۱۰۳۷، ۱۰۳۸، ۱۰۳۹، ۱۰۴۰، ۱۰۴۱، ۱۰۴۲، ۱۰۴۳، ۱۰۴۴، ۱۰۴۵، ۱۰۴۶، ۱۰۴۷، ۱۰۴۸، ۱۰۴۹، ۱۰۵۰، ۱۰۵۱، ۱۰۵۲، ۱۰۵۳، ۱۰۵۴، ۱۰۵۵، ۱۰۵۶، ۱۰۵۷، ۱۰۵۸، ۱۰۵۹، ۱۰۶۰، ۱۰۶۱، ۱۰۶۲، ۱۰۶۳، ۱۰۶۴، ۱۰۶۵، ۱۰۶۶، ۱۰۶۷، ۱۰۶۸، ۱۰۶۹، ۱۰۷۰، ۱۰۷۱، ۱۰۷۲، ۱۰۷۳، ۱۰۷۴، ۱۰۷۵، ۱۰۷۶، ۱۰۷۷، ۱۰۷۸، ۱۰۷۹، ۱۰۸۰، ۱۰۸۱، ۱۰۸۲، ۱۰۸۳، ۱۰۸۴، ۱۰۸۵، ۱۰۸۶، ۱۰۸۷، ۱۰۸۸، ۱۰۸۹، ۱۰۹۰، ۱۰۹۱، ۱۰۹۲، ۱۰۹۳، ۱۰۹۴، ۱۰۹۵، ۱۰۹۶، ۱۰۹۷، ۱۰۹۸، ۱۰۹۹، ۱۱۰۰، ۱۱۰۱، ۱۱۰۲، ۱۱۰۳، ۱۱۰۴، ۱۱۰۵، ۱۱۰۶، ۱۱۰۷، ۱۱۰۸، ۱۱۰۹، ۱۱۱۰، ۱۱۱۱، ۱۱۱۲، ۱۱۱۳، ۱۱۱۴، ۱۱۱۵، ۱۱۱۶، ۱۱۱۷، ۱۱۱۸، ۱۱۱۹، ۱۱۲۰، ۱۱۲۱، ۱۱۲۲، ۱۱۲۳، ۱۱۲۴، ۱۱۲۵، ۱۱۲۶، ۱۱۲۷، ۱۱۲۸، ۱۱۲۹، ۱۱۳۰، ۱۱۳۱، ۱۱۳۲، ۱۱۳۳، ۱۱۳۴، ۱۱۳۵، ۱۱۳۶، ۱۱۳۷، ۱۱۳۸، ۱۱۳۹، ۱۱۴۰، ۱۱۴۱، ۱۱۴۲، ۱۱۴۳، ۱۱۴۴، ۱۱۴۵، ۱۱۴۶، ۱۱۴۷، ۱۱۴۸، ۱۱۴۹، ۱۱۵۰، ۱۱۵۱، ۱۱۵۲، ۱۱۵۳، ۱۱۵۴، ۱۱۵۵، ۱۱۵۶، ۱۱۵۷، ۱۱۵۸، ۱۱۵۹، ۱۱۶۰، ۱۱۶۱، ۱۱۶۲، ۱۱۶۳، ۱۱۶۴، ۱۱۶۵، ۱۱۶۶، ۱۱۶۷، ۱۱۶۸، ۱۱۶۹، ۱۱۷۰، ۱۱۷۱، ۱۱۷۲، ۱۱۷۳، ۱۱۷۴، ۱۱۷۵، ۱۱۷۶، ۱۱۷۷، ۱۱۷۸، ۱۱۷۹، ۱۱۸۰، ۱۱۸۱، ۱۱۸۲، ۱۱۸۳، ۱۱۸۴، ۱۱۸۵، ۱۱۸۶، ۱۱۸۷، ۱۱۸۸، ۱۱۸۹، ۱۱۹۰، ۱۱۹۱، ۱۱۹۲، ۱۱۹۳، ۱۱۹۴، ۱۱۹۵، ۱۱۹۶، ۱۱۹۷، ۱۱۹۸، ۱۱۹۹، ۱۲۰۰، ۱۲۰۱، ۱۲۰۲، ۱۲۰۳، ۱۲۰۴، ۱۲۰۵، ۱۲۰۶، ۱۲۰۷، ۱۲۰۸، ۱۲۰۹، ۱۲۱۰، ۱۲۱۱، ۱۲۱۲، ۱۲۱۳، ۱۲۱۴، ۱۲۱۵، ۱۲۱۶، ۱۲۱۷، ۱۲۱۸، ۱۲۱۹، ۱۲۲۰، ۱۲۲۱، ۱۲۲۲، ۱۲۲۳، ۱۲۲۴، ۱۲۲۵، ۱۲۲۶، ۱۲۲۷، ۱۲۲۸، ۱۲۲۹، ۱۲۳۰، ۱۲۳۱، ۱۲۳۲، ۱۲۳۳، ۱۲۳۴، ۱۲۳۵، ۱۲۳۶، ۱۲۳۷، ۱۲۳۸، ۱۲۳۹، ۱۲۴۰، ۱۲۴۱، ۱۲۴۲، ۱۲۴۳، ۱۲۴۴، ۱۲۴۵، ۱۲۴۶، ۱۲۴۷، ۱۲۴۸، ۱۲۴۹، ۱۲۵۰، ۱۲۵۱، ۱۲۵۲، ۱۲۵۳، ۱۲۵۴، ۱۲۵۵، ۱۲۵۶، ۱۲۵۷، ۱۲۵۸، ۱۲۵۹، ۱۲۶۰، ۱۲۶۱، ۱۲۶۲، ۱۲۶۳، ۱۲۶۴، ۱۲۶۵، ۱۲۶۶، ۱۲۶۷، ۱۲۶۸، ۱۲۶۹، ۱۲۷۰، ۱۲۷۱، ۱۲۷۲، ۱۲۷۳، ۱۲۷۴، ۱۲۷۵، ۱۲۷۶، ۱۲۷۷، ۱۲۷۸، ۱۲۷۹، ۱۲۸۰، ۱۲۸۱، ۱۲۸۲، ۱۲۸۳، ۱۲۸۴، ۱۲۸۵، ۱۲۸۶، ۱۲۸۷، ۱۲۸۸، ۱۲۸۹، ۱۲۹۰، ۱۲۹۱، ۱۲۹۲، ۱۲۹۳، ۱۲۹۴، ۱۲۹۵، ۱۲۹۶، ۱۲۹۷، ۱۲۹۸، ۱۲۹۹، ۱۳۰۰، ۱۳۰۱، ۱۳۰۲، ۱۳۰۳، ۱۳۰۴، ۱۳۰۵، ۱۳۰۶، ۱۳۰۷، ۱۳۰۸، ۱۳۰۹، ۱۳۱۰، ۱۳۱۱، ۱۳۱۲، ۱۳۱۳، ۱۳۱۴، ۱۳۱۵، ۱۳۱۶، ۱۳۱۷، ۱۳۱۸، ۱۳۱۹، ۱۳۲۰، ۱۳۲۱، ۱۳۲۲، ۱۳۲۳، ۱۳۲

همچنین از نظر سطح تحصیلات ۸ نفر (۲٪) دیپلم، ۵۵ نفر (۱۳٫۷۵٪) فوق دیپلم؛ ۲۶۵ نفر (۶۶٫۲۵٪) لیسانس؛ ۵۸ نفر (۱۴٫۵٪) فوق لیسانس و ۴ نفر (۱٪) دکتری و بالاتر بودند. همچنین از نظر تعداد فرزند ۱۴۴ نفر (۳۶٪) بدون فرزند؛ ۱۲۲ نفر (۳۰٫۵٪) تک فرزند؛ ۹۸ نفر (۲۴٫۵٪) با دو فرزند؛ ۳۲ نفر (۸٪) با سه فرزند؛ ۴ نفر (۱٪) با چهار فرزند و بیشتر بودند. همچنین از نظر سابقه اشتغال ۱۹۸ نفر (۴۹٫۵٪) با سابقه صفر تا ۵ سال؛ ۷۹ نفر (۱۹٫۷۵٪) با سابقه ۶-۱۰ سال؛ ۴۳ نفر (۱۰٫۷۵٪) با سابقه ۱۱-۱۵ سال؛ ۳۵ نفر (۸٫۷۵٪) با سابقه ۱۶-۲۰ سال؛ ۲۷ نفر (۶٫۷۵٪) با سابقه ۲۱-۲۵ سال و ۱۸ نفر (۴٫۵٪) با سابقه ۲۶ سال و بالاتر بودند. همچنین از نظر مدت ازدواج ۱۶۶ نفر (۴۱٫۵٪) تا ۵ سال؛ ۶۹ نفر (۱۷٫۲۵٪) با سابقه ۶-۱۰ سال؛ ۵۷ نفر (۱۴٫۲۵٪) با سابقه ۱۱-۱۵ سال؛ ۴۱ نفر (۱۰٫۲۵٪) با سابقه ۱۶-۲۰ سال؛ ۳۴ نفر (۸٫۵٪) با سابقه ۲۱-۲۵ سال و ۳۳ نفر (۸٫۲۵٪) با سابقه ۲۶ سال و بالاتر بودند. همچنین از نظر وضعیت زندگی مشترک ۳۸۲ نفر (۹۵٫۵٪) در حال زندگی مشترک و ۱۸ نفر (۴٫۵٪) در آستانه طلاق بودند که در ۶ مؤلفه در جدول ۱ ارائه شده است

مقیاس صمیمیت اجتماعی - تفریحی با سوالات ۳۷ تا ۴۱ و در یک طیف ۱۰ گزینه ای از ۱ (ابدا این نیاز در من وجود ندارد) تا ۱۰ (این نیاز در من شدیداً قوی است) درجه بندی شده است. میشل و همکاران (۲۰۲۱) پایایی آن را ۰/۸۹ گزارش کرده اند و در ایران توسط برهانی زاده (۱۳۹۹) اعتبار کل پرسشنامه را ۰/۹۴ و روایی همزمان را ۰/۵۸ به دست آورد.

**مقیاس سازگاری زناشویی<sup>۱</sup>:** پرسشنامه سازگاری زناشویی توسط لاک - والاس (۱۹۹۳) به منظور به منظور سنجش سازگاری بین زن و شوهرها ساخته شد که شامل ۱۵ سال است. نمره گذاری این مقیاس از صفر تا ۱۵۱ است که در سؤالات مختلف این مقیاس برای هر سوال متفاوت است و کسب نمره تا ۵۶ نشان دهنده سازگاری کم از ۵۶ تا ۱۰۱ سازگاری متوسط و نمره بالاتر از ۱۰۱ نشان دهنده سازگاری بالا بین زوجین است و هرچه نمره بالاتری کسب گردد نشان دهنده سازگاری بیشتر و رابطه بهتر و نمره های پایین نشان دهنده سازگاری کمتر بین همسران است. این پرسشنامه توسط براوان و همکاران (۲۰۲۰) پایایی آن را ۰/۸۷ گزارش کرده اند و در ایران توسط اوحدی و همکاران (۱۳۹۹) پایایی آن را ۰/۹۲ گزارش کردند. (روشن نژاد و همکاران، ۱۳۹۸).

## یافته ها

نتایج اطلاعات دموگرافیک نشان داد از بین ۴۰۰ نفر پرستار زن متأهل ۱۵۲ نفر در بازه سنی ۲۰-۲۵ سال (۳۸٪) و ۸ نفر در بازه سنی بیش از ۵۶ سال (۲٪) بودند.

<sup>۱</sup> -Marital compatibility scale

جدول ۱- اطلاعات جمعیت شناختی شرکت‌کنندگان در پژوهش بر اساس سن، میزان تحصیلات، تعداد فرزند، سابقه اشتغال، مدت ازدواج و وضعیت زندگی مشترک

اطلاعات جمعیت شناختی													متغیرها				
												سن					
جمع		۵۶ سال و بالا		۵۵-۵۱ سال		۵۰-۴۶ سال		۴۵-۴۱ سال		۴۰-۳۶ سال		۳۵-۳۱ سال		۳۰-۲۶ سال		۲۵-۲۰ سال	
در	فراوانی	در	فراوانی	در	فراوانی	در	فراوانی	در	فراوانی	در	فراوانی	در	فراوانی	در	فراوانی	در	فراوانی
صد	نی	صد	نی	صد	نی	صد	نی	صد	نی	صد	نی	صد	نی	صد	نی	صد	نی
۱۰	۴۰۰	۲	۸	۱۹	۷/۲۵	۲۹	۱۱	۴۷	۷/۵	۳۰	۱۳	۵۵	۱۵	۶۰	۳۸	۱۵	۲
جمع		جمع		دکتری و بالاتر		فوق لیسانس		لیسانس		فوق دیپلم		دیپلم		زیر دیپلم		میزان	
درصد		درصد		فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی	
۱۰۰		۴۰۰		۱		۱۴/۵		۵۸		۲۶		۱۳		۱۰		۲	
جمع		جمع		۵ فرزند و بیشتر		۴ فرزند		سه فرزند		دو فرزند		یک فرزند		بدون فرزند		تعداد	
درصد		درصد		فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی	
۱۰۰		۴۰۰		۰/۵		۲		۸		۳۲		۲۴/۵		۹۸		۳۰/۵	
جمع		جمع		۲۶ سال به بالا		۲۵-۲۱ سال		۲۰-۱۶ سال		۱۵-۱۱ سال		۱۰-۶ سال		۵-۰ سال		سابقه	
درصد		درصد		فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی	
۱۰۰		۴۰۰		۴/۵		۱۸		۶/۷۵		۲۷		۸/۷۵		۳۵		۱۹	
جمع		جمع		۲۶ سال به بالا		۲۵-۲۱ سال		۲۰-۱۶ سال		۱۵-۱۱ سال		۱۰-۶ سال		۵-۰ سال		مدت	
درصد		درصد		فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی	
۱۰۰		۴۰۰		۸/۲۵		۳۳		۸/۵		۳۴		۱/۲۵		۴۱		۱۶	
جمع		جمع		در آستانه طلاق		وضعیت		وضعیت		وضعیت		وضعیت		وضعیت		وضعیت	
درصد		درصد		مشترک		مشترک		مشترک		مشترک		مشترک		مشترک		مشترک	
۱۰۰		۴۰۰		۴/۵		۱۸		۹۵/۵		۳۸		۲		۲		۲	

در جدول ۲ به بررسی شاخص‌های مرکزی متغیرها و مؤلفه‌های پژوهش پرداخته شد. در این جدول هر یک از متغیرهای پیش‌بین، میانجی و ملاک به صورت جداگانه در هر یک از مؤلفه‌های آنان به بررسی کمترین، بیشترین، میانگین، انحراف استاندارد، چولگی

آلفای کرونباخ انعطاف‌پذیری شناختی ۰/۸۴۳، تنظیم شناختی هیجان ۰/۷۹۲، تمایز یافتگی ۰/۸۰۳، صمیمیت زناشویی ۰/۸۷۱، سازگاری زناشویی ۰/۸۵۳ و تاب‌آوری ۰/۷۵۷ گزارش شده است.

صمیمیت زناشویی ۸۹/۵۹۷، ۰/۸۸۷- و ۰/۰۱۹-؛ و  
متغیر سازگاری زناشویی ۴۰/۱۴۶، ۱/۲۹۴- و  
۰/۰۲۲-؛ و متغیر تاب‌آوری ۳۰/۰۵۵، ۰/۲۰۲- و  
۱/۱۳۱-) به دست آمد.

و کشیدگی متغیرها پرداخته شد؛ که انحراف استاندارد،  
چولگی و کشیدگی متغیرهای (انعطاف‌پذیری شناختی  
به ترتیب ۲۶/۰۳۰، ۰/۵۱۷- و ۰/۰۵۵؛ متغیر تنظیم  
شناختی هیجان ۰/۱۹، ۱۹۵/۶۸۰- و ۰/۹۰۵-؛ متغیر

جدول ۲- شاخص‌های مرکزی (کمترین، بیشترین، میانگین، انحراف استاندارد، چولگی و کشیدگی) متغیرها و مؤلفه‌های پژوهش

مؤلفه‌ها	تعداد	کمترین	بیشترین	میانگین	انحراف استاندارد	چولگی	کشیدگی	
انعطاف‌پذیری شناختی	۴۰۰	۲۳	۱۵۹	۹۵/۴۷۵	۲۶/۰۳۰	-۰/۵۱۷	۰/۰۵۵	
مؤلفه‌ها	جایگزین‌ها	۴۰۰	۱۲	۷۰	۱۲/۱۹۵	-۰/۷۵۰	۰/۳۶۸	
	کنترل	۴۰۰	۸	۸۸	۱۰/۸۳۸	-۰/۰۵۵	-۰/۳۱۰	
	جایگزین‌هایی برای رفتار انسانی	۴۰۰	۲	۶۰	۴/۰۸۶	۰/۶۷۹	-۰/۳۵۷	
تنظیم شناختی هیجان	۴۰۰	۱۸	۹۱	۵۴/۵۸۷	۱۹/۶۸۰	-۰/۱۹۵	-۰/۹۰۵	
مؤلفه‌ها	سازش نایافته	۴۰۰	۸	۵۸	۲۴/۹۶۵	-۰/۳۱۵	-۰/۸۴۴	
	سازش یافته	۴۰۰	۱۰	۵۰	۲۹/۶۲۲	-۰/۱۰۳	-۰/۹۰۰	
صمیمیت زناشویی	۴۰۰	۴۱	۴۱۰	۳۰۹/۴۳۵	۸۹/۵۹۷	-۰/۸۸۷	-۰/۱۹	
مؤلفه‌ها	صمیمیت عاطفی	۴۰۰	۵	۵۰	۳۷/۵۸۰	-۰/۸۱۰	-۰/۳۱۸	
	صمیمیت روانشناختی	۴۰۰	۵	۵۰	۳۸/۱۱۰	-۰/۸۰۶	-۰/۳۰۱	
	صمیمیت عقلانی	۴۰۰	۵	۵۰	۳۸/۳۲۵	-۰/۷۳۲	-۰/۲۹۸	
	صمیمیت جنسی	۴۰۰	۵	۵۰	۳۸/۷۶۰	-۱/۰۱۵	۰/۳۴۵	
	صمیمیت بدنی	۴۰۰	۵	۵۰	۳۶/۳۸۵	-۰/۷۰۰	-۰/۴۴۴	
	صمیمیت معنوی	۴۰۰	۶	۶۰	۴۴/۳۱۷	-۰/۷۸۸	-۰/۲۱۱	
	صمیمیت زیباشناختی	۴۰۰	۵	۵۰	۳۸/۱۱۷	-۰/۷۳۹	-۰/۲۹۴	
	صمیمیت اجتماعی-تفریحی	۴۰۰	۵	۵۰	۳۷/۸۴۰	-۰/۷۵۷	-۰/۲۱۵	
	سازگاری زناشویی	۴۰۰	۱۴	۱۳۸	۱۰۰/۶۱۰	۴۰/۱۳۶	-۱/۲۹۴	۱/۰۲۲
	مؤلفه‌ها	سؤال ۱	۴۰۰	۲	۳۵	۲۶/۰۰۰	-۰/۷۲۷	-۰/۵۷۲
سؤال ۲		۴۰۰	۰	۵	۳/۹۳۲	-۱/۶۸۶	۳/۸۲۰	
سؤال ۳		۴۰۰	۰	۵	۴/۰۰۷	۱/۱۴۲	۱/۶۹۵	
سؤال ۴		۴۰۰	۰	۵	۳/۹۳۷	-۱/۴۳۴	۱/۶۳۴	
سؤال ۵		۴۰۰	۰	۵	۳/۸۷۵	-۱/۴۹۳	۱/۹۵۰	
سؤال ۶		۴۰۰	۰	۵	۴/۱۰۰	۱/۲۲۴	۳/۸۰۴	
سؤال ۷		۴۰۰	۰	۵	۴/۱۷۵	-۱/۸۰۶	۳/۱۲۲	
سؤال ۸		۴۰۰	۰	۵	۳/۸۸۷	-۱/۵۰۳	۱/۷۰۴	
سؤال ۹		۴۰۰	۰	۵	۳/۹۵۲	-۱/۴۷۹	۱/۵۱۸	
سؤال ۱۰		۴۰۰	۰	۵	۶/۳۷۵	-۰/۴۴۱	-۱/۷۲۹	
سؤال ۱۱		۴۰۰	۰	۱۰	۷/۴۵۷	-۱/۱۰۴	۰/۲۱۳	
سؤال ۱۲		۴۰۰	۰	۱۰	۳/۴۲۵	۲/۳۸۹	۳/۵۹۰	
سؤال ۱۳		۴۰۰	۲	۱۰	۹/۰۰۲	۵/۶۰۷	-۱/۶۰۵	
سؤال ۱۴		۴۰۰	۰	۱۵	۱۰/۳۱۰	۶/۴۰۶	-۱/۵۹۱	
سؤال ۱۵		۴۰۰	۱	۱۰	۶/۱۷۲	۴/۷۲۷	-۱/۸۰۵	
تاب‌آوری	۴۰۰	۰	۱۰۰	۵۸/۲۳۰	۳۰/۰۵۵	-۰/۲۰۲	-۱/۱۳۱	
مؤلفه‌ها	۴۰۰	۰	۳۲	۱۸/۵۷۰	۹/۹۱۶	-۰/۱۵۳	-۱/۱۵۹	

-۱/۰۹۴	-۰/۰۱۳	۸/۵۵۹	۱۴/۱۴۰	۲۸	۰	۴۰۰	اعتماد به‌خاطر فردی
۰/۸۲۷	-۰/۲۳۳	۵/۴۷۶	۱۲/۵۷۰	۲۰	۰	۴۰۰	تحمل عاطفه منفی
-۱/۲۱۳	-۰/۳۶۳	۳/۷۳۲	۷/۶۶۲	۱۲	۰	۴۰۰	پذیرش مثبت تغییر و روابط ایمن
-۱/۰۸۲	-۰/۵۱۶	۲/۶۴۶	۵/۲۸۷	۸	۰	۴۰۰	کنترل و تأثیرات معنوی

در جدول ۳ به بررسی ماتریس همبستگی بین متغیرهای انعطاف‌پذیری شناختی، تنظیم شناختی هیجان، صمیمیت زناشویی، سازگاری زناشویی و تاب‌آوری پرداخته شد.

جدول ۳- ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

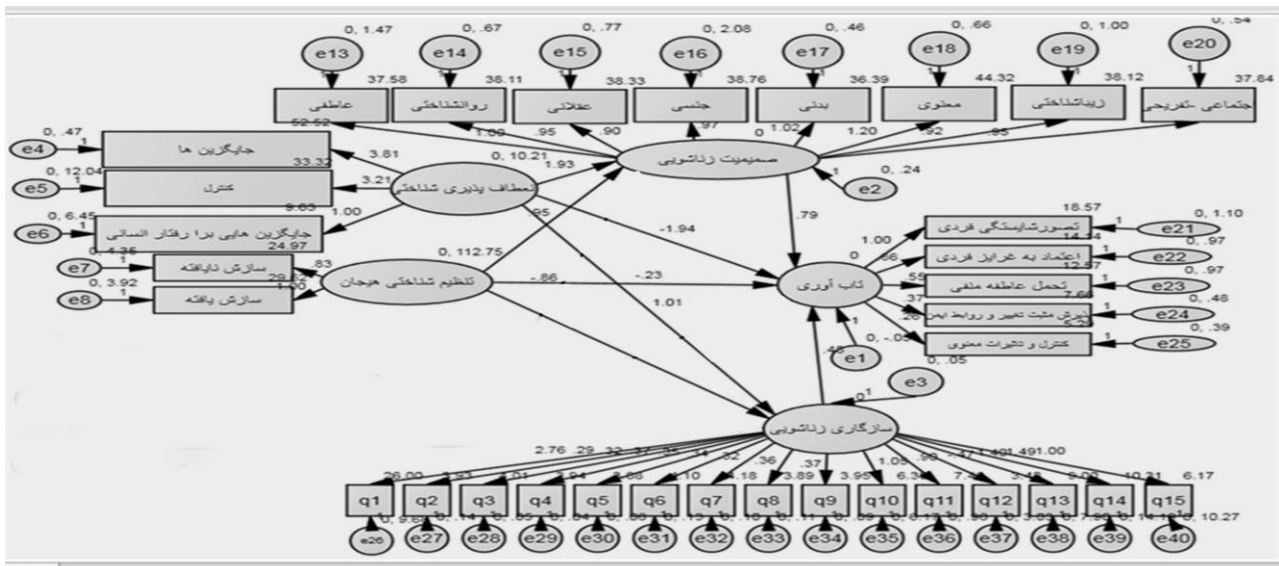
متغیرهای پژوهش	۱	۲	۳	۴	۵
۱- انعطاف‌پذیری شناختی	۱				
۲- تنظیم شناختی هیجان	۰/۷۶۷**	۱			
۳- صمیمیت زناشویی	۰/۷۲۹**	۰/۶۶۵**	۱		
۴- سازگاری زناشویی	۰/۷۱۲**	۰/۶۶۴**	۰/۵۷۴**	۱	
۵- تاب‌آوری	۰/۷۹۴**	۰/۸۶۶**	۰/۶۸۴**	۰/۷۷۲**	۱

است. همچنین رابطه صمیمیت و سازگاری زناشویی با تاب‌آوری یک رابطه مستقیم معنادار است.

در نمودار ۲ شکل پیشنهادی و نهایی پژوهش آورده شده است که نشان‌دهنده روابط بین متغیرهای پیش‌بین با متغیرهای میانجی و ملاک است

در جدول ۳ نشان می‌دهد که انعطاف‌پذیری شناختی دارای رابطه مستقیم معناداری با تاب‌آوری همچنین با تنظیم شناختی هیجان، صمیمیت و سازگاری زناشویی است. تنظیم شناختی هیجان دارای رابطه مثبت معناداری با تاب‌آوری، صمیمیت و سازگاری زناشویی

شکل ۲- مدل پیشنهادی و نهایی پژوهش



معناداری انعطاف‌پذیری شناختی، تنظیم شناختی هیجان، بر تاب‌آوری از طریق نقش میانجی سازگاری و صمیمیت زناشویی از روش بوت استروپ در برنامه ماکرو آزمون پریچر و هیز استفاده شد.

در ادامه جهت بررسی رابطه غیرمستقیم مدل پیشنهادی از روش بوت استروپ استفاده شده است. بوت استرپ قدرتمندترین و منطقی‌ترین روش برای دستیابی به اثرات غیرمستقیم را فراهم می‌آورد؛ لذا برای تعیین

**جدول ۴- نتایج بوت استروپ انعطاف‌پذیری شناختی، تنظیم شناختی هیجان و تمایز یافتگی خود بر تاب‌آوری با نقش میانجی سازگاری زناشویی**

مسیرهای واسطه‌ای	شاخص‌ها	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم	اثر کل	وضعیت میانجی‌گری
رابطه انعطاف‌پذیری شناختی	ضریب مسیر	۰/۶۷۱	۱/۲۲۸	۱/۸۹۹	میانجی‌گری کامل
با تاب‌آوری با میانجی‌گری	معناداری دو دامنه	۱/۸۰۲	۰/۸۷۸	۲/۶۸۰	
سازگاری زناشویی	کرانه پایین	۰/۶۴۹	۲/۱۸۱	۲/۸۳۰	
	کرانه بالا	۰/۴۷۷	۰/۵۲۵	۱/۰۰۲	
رابطه انعطاف‌پذیری شناختی	ضریب مسیر	-۰/۹۸۰	۱/۲۲۸	۰/۲۴۸	میانجی‌گری کامل
با تاب‌آوری با میانجی‌گری	معناداری دو دامنه	۲/۱۶۲	۰/۹۰۸	۳/۰۷۰	
صمیمیت زناشویی	کرانه پایین	۰/۲۱۲	۳/۰۸۶	۳/۲۸۹	
	کرانه بالا	۰/۲۷۶	۰/۲۲۰	۰/۴۹۶	
رابطه تنظیم شناختی هیجان با	ضریب مسیر	۰/۳۰۵	۰/۲۰۲	۰/۵۰۷	میانجی‌گری کامل
تاب‌آوری با میانجی‌گری	معناداری دو دامنه	۰/۶۲۹	۰/۵۶۳	۱/۱۹۲	
سازگاری زناشویی	کرانه پایین	۰/۱۷۳	۰/۵۳۸	۰/۷۱۱	
	کرانه بالا	۰/۷۹۲	۰/۸۰۴	۱/۵۹۶	
رابطه تنظیم شناختی هیجان با	ضریب مسیر	۰/۱۳۵	۰/۳۵۲	۰/۴۸۷	میانجی‌گری کامل
تاب‌آوری با میانجی‌گری	معناداری دو دامنه	۰/۶۲۰	۰/۳۲۹	۰/۹۴۹	
صمیمیت زناشویی	کرانه پایین	۰/۱۰۴	۰/۵۹۴	۰/۶۹۸	
	کرانه بالا	۰/۴۹۹	۰/۸۵۴	۱/۳۵۳	

مستقیم و کل آن به ترتیب ۰/۶۷۱، ۱/۲۲۸ و ۱/۸۹۹ به دست آمد. رابطه تنظیم شناختی هیجان با تاب‌آوری با میانجی‌گری سازگاری زناشویی که اثر مستقیم و غیرمستقیم و کل آن به ترتیب ۰/۳۰۵، ۰/۲۰۲ و ۰/۵۰۷ حاصل شد طبق نتایج جدول فوق؛ مدل از برازش مطلوبی برخوردار است و با توجه به برازش مدل، این گونه استنباط می‌گردد که انعطاف‌پذیری شناختی، تنظیم شناختی هیجان، صمیمیت و سازگاری زناشویی بر تاب‌آوری اثر گذارند و نتایج بوت استروپ بر نقش واسطه‌ای صمیمیت و سازگاری زناشویی بین متغیرهای

همان‌طور که در جدول ۴ مشاهده می‌گردد رابطه انعطاف‌پذیری شناختی با تاب‌آوری با رابطه انعطاف‌پذیری شناختی با تاب‌آوری با میانجی‌گری صمیمیت زناشویی که اثر مستقیم و غیرمستقیم و کل آن به ترتیب -۰/۹۸۰، ۱/۲۲۸ و ۰/۲۴۸ به دست آمد. رابطه تنظیم شناختی هیجان با تاب‌آوری با میانجی‌گری صمیمیت زناشویی که اثر مستقیم و غیرمستقیم و کل آن به ترتیب ۰/۱۳۵، ۰/۳۵۲ و ۰/۴۸۷ حاصل شد. همچنین رابطه انعطاف‌پذیری شناختی با تاب‌آوری با میانجی‌گری سازگاری زناشویی که اثر مستقیم و غیر

پیش‌بین و ملاک نیز مورد تأیید قرار گرفت و به برازش

مدل منجر گردید.

## بحث

پژوهش حاضر باهدف بررسی نقش میانجی صمیمیت و سازگاری زناشویی در رابطه بین انعطاف‌پذیری شناختی و تنظیم شناختی هیجان با تاب‌آوری کیفیت خواب در پرستاران زن متأهل شاغل در مراکز درمانی و بیمارستان‌های دولتی شهر کرج انجام شد.

یافته‌های پژوهش نشان داد که مدل مطرح شده در پژوهش حاضر از برازش مناسب برخوردار است همچنین مؤلفه صمیمیت و سازگاری زناشویی رابطه بین انعطاف‌پذیری شناختی و تنظیم شناختی هیجان با تاب‌آوری را میانجی‌گری می‌کند.

یافته‌ها نشان داد انعطاف‌پذیری شناختی بر تاب‌آوری اثر مستقیم و غیرمستقیم معناداری دارد که همسو با نتایج پژوهش‌های داکس و روگی<sup>۱</sup> (۲۰۲۰)، فوستر و همکاران<sup>۲</sup> (۲۰۲۲)، رویینس<sup>۳</sup> (۲۰۲۱)، است. در تبیین نتایج به دست آمده می‌توان گفت که هر چه افراد انعطاف‌پذیرتر باشند، تاب‌آوری آنان در مقابل سختی‌ها و مشکلات نیز افزوده می‌شود و کسانی که قابلیت انعطاف‌پذیری کمتری داشته باشند تاب‌آوری کمتری در برابر مصائب و سختی‌ها از خود نشان می‌دهند. افرادی که انعطاف‌پذیری دارند در روابط بین فردی نیز عملکرد بهتری از خود در حوزه کاری و شغلی و در ارتباط با همسرانشان از خود نشان می‌دهند. (ریاض و همکاران<sup>۴</sup>، ۲۰۲۱). همچنین افرادی که انعطاف‌پذیری شناختی بیشتری دارند، جنبه‌های مثبت زندگی را پررنگ‌تر می‌بینند، روابط بین فردی قوی‌تر و روحیه

و توانایی بیشتری در برخورد با دشواری‌ها دارند (تکرال و همکاران<sup>۵</sup>، ۲۰۲۰). همان‌گونه که بیان شد این ویژگی‌های مثبت به کل نظام خانواده و روابط با همسر و اعضای خانواده نیز منتقل می‌شود؛ بنابراین این ویژگی‌ها به خوبی بیانگر رابطه مثبت انعطاف‌پذیری شناختی با تاب‌آوری را نشان می‌دهد.

همچنین یافته‌ها نشان داد تنظیم شناختی هیجان بر تاب‌آوری اثر مستقیم و غیرمستقیم معناداری دارد که همسو با نتایج پژوهش‌های کروزیچک و همکاران<sup>۶</sup> (۲۰۲۰) صدوری دمیچی و همکاران (۲۰۲۲)؛ تابع بردبار و همکاران (۲۰۲۱)؛ مستن و همکاران<sup>۷</sup> (۲۰۲۱)، چیتساز (۲۰۲۱)، توماسو و همکاران<sup>۸</sup> (۲۰۲۱)، یو<sup>۹</sup> (۲۰۲۰) است. در تبیین نتایج به دست آمده می‌توان گفت که افراد به این دلیل تاب‌آورند که از احساسات مثبت به طور استراتژیک و هوشمندانه برای دستیابی به نتایج مقابله‌ای برتر استفاده می‌کنند و افرادی که توانسته‌اند بین هیجان‌ناشان تعادلی ایجاد کنند به نوعی در افزایش تاب‌آوری‌شان نیز موفق‌تر عمل کرده‌اند (سلطان‌آبادی و همکاران، ۲۰۲۱)

همچنین یافته‌ها نشان داد تنظیم شناختی هیجان بر سازگاری و صمیمیت زناشویی رابطه معناداری دارد که همسو با نتایج پژوهش‌های داکس، روگی (۲۰۲۰)، هاشمی و همکاران (۲۰۲۲)؛ فوسترو همکاران (۲۰۲۲)؛ زنگنه و حاجی (۲۰۲۰)، تل‌سaban<sup>۱۰</sup> (۲۰۲۰) است. در تبیین نتایج به دست آمده می‌توان گفت که بین راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان و سازگاری و صمیمیت زناشویی، رابطه مثبت معناداری وجود دارد و

<sup>5</sup> - Thakral et al.

<sup>6</sup> - Kruczek et al.

<sup>7</sup> - Masten et al.

<sup>8</sup> - Tomaso et al.

<sup>9</sup> - Yoo

<sup>10</sup> - Tal-Saban et al.

<sup>1</sup> - Daks & Rogge

<sup>2</sup> - Foster et al.

<sup>3</sup> - Robins

<sup>4</sup> - Riaz et al

بین راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان و صمیمیت و سازگاری زناشویی، رابطه معناداری منفی وجود دارد؛ لذا می‌توان گفت که زندگی زوجین به دلایلی همچون مشکلات مدیریت اقتصادی، روابط جنسی، روابط خویشاوندی، دوستان، چگونگی صرف اوقات فراغت، مشکلات عاطفی، درگیری‌های شغلی، ارتباطات ناسالم در خانواده و... دچار اختلال می‌شود. این نتایج بیان می‌دارند تنظیم هیجانی مثبت و تعاملات متعاقب آن، باعث افزایش سازگاری و صمیمیت زوجین می‌شود. بنابراین می‌توان این نتیجه‌گیری را مطرح نمود که صمیمیت تحت تأثیر راهبردهای مثبت هیجانی می‌تواند ایجاد شود؛ البته به واسطه تأثیر راهبردهای منفی تنظیم هیجان نیز از بین نمی‌رود. علت این مسئله ممکن است به فرایند پیچیده و چندبعدی صمیمیت مربوط شود.

همچنین یافته‌ها نشان داد که صمیمیت و سازگاری زناشویی بر تاب‌آوری رابطه معناداری دارند که همسو با نتایج تحقیقات کریمی نژاد و همکاران (۲۰۲۰)؛ ایشاک و همکاران (۲۰۲۰)، صدری دمیچی و همکاران (۱۴۰۱)، سلیمی بجستانی و همکاران (۲۰۲۱) است. همسو است که در تبیین نتایج به دست آمده می‌توان بیان کرد که از آنجا که نزدیک بودن صمیمیت زناشویی و سازگاری زوجین، باعث بهبود وضعیت روحی و روانی افراد می‌شود؛ لذا کیفیت زندگی آنان نیز افزایش می‌یابد. همچنین فقدان سازگاری یا طرد شدن، منجر به آشفتگی و گسترش مشکلات ارتباطی و روانی می‌شود در تبیین نتایج می‌توان بیان داشت که هرچه بین زوجین سازگاری بیشتری برقرار باشد راحت‌تر می‌توانند با سختی و مشکلات کنار بیایند و افراد متأهلی که روابط سازگارانه بینشان برقرار است مصائب و مشکلات کمتری را تجربه کرده‌اند. قدرت تنظیم شناختی بیشتر

هیجان‌ات و استفاده بهینه از راهبردهای نه‌گانه تنظیم هیجان و قدرت تمایز یافتگی فرد از هیجان‌ات، عواطف و کنش‌های عاطفی افراطی، تحت تأثیر صمیمیت و سازگاری زناشویی در بهبود عملکرد تاب‌آورانه زوجین مؤثر بوده و توان مقابله زوجین در برخورد با شرایط مختلف شغلی و زندگی را بیش‌ازپیش نمایان می‌کند؛ لذا هر چه زوجین کنترل بیشتری بر راهبردهای هیجانی‌شان داشته باشند و بتوانند خود پنداره مثبتی از خود به دست آورند و مستقل‌تر عمل کنند و در موقعیت‌های مختلفی فردی، اجتماعی و شغلی توان کنترل هیجان‌ات خود را بیشتر حفظ نموده و همچنین می‌توانند جایگاه خودشان را در این موقعیت‌ها تثبیت کنند و به دور از وابستگی لحاظ کنند و در ارتباطاتشان با دیگران نسبت به عواطف و هیجان‌اتشان به شکل مطلوب‌تری کنترل داشته باشند

### نتیجه‌گیری

صمیمیت و سازگاری زناشویی به عنوان متغیر میانجی و واسطه می‌تواند حلقه متصل‌کننده افزایش تاب‌آوری زوجین معطف و با تنظیم هیجانی بیشتر باشد؛ لذا پرستاران متأهلی که انعطاف‌پذیری بیشتری دارند و کنترل هیجان‌ات بهتری دارند و دارای روابط زناشویی صمیمانه‌تر و سازگارانه‌تری دارند تاب‌آوری بیشتری در مقابل مشکلات و چالش‌ها دارند. از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به جامعه پژوهش محدود به پرستاران زن متأهل شاغل در مراکز درمانی و بیمارستانی شهر کرج بود و برای تعمیم یافته‌ها به کل جامعه، به مطالعات تکمیلی با ابعاد وسیع‌تر نیاز است همچنین به عدم کنترل بعضی از متغیرهایی مانند ویژگی‌های شخصیتی و وضعیت اقتصادی-اجتماعی پرستاران اشاره کرد؛ لذا با توجه به محدودیت‌های اشاره شده پیشنهاد می‌گردد پژوهش‌های مشابه با نمونه‌های گسترده‌تر انجام شود. همچنین، محققان و

گردد. از همکاری و همراهی تمامی پرستاران، کادر درمانی و بیمارستانی مراکز دولتی شهر کرج و کادر اداری دانشگاه علوم پزشکی استان البرز که ما را در انجام این پژوهش یاری نمودند، صمیمانه تشکر و قدردانی می‌گردد همچنین. همه نویسندگان این مقاله در تدوین و نگارش مقاله سهم داشته و نویسندگان هیچ‌گونه تعارض منافی ندارند.

طراحان آینده باید تلاش کنند تا به متغیرهای شناختی، هیجانی و عاطفی این قشر توجه ویژه داشته باشند.

### سپاسگزاری

این پژوهش، مستخرج از رساله دکتری مشاوره با کد اخلاق به شماره IR.ABZUMS.REC.1401.297 از دانشگاه علوم پزشکی البرز است. بدین وسیله از پرستارانی که در این پژوهش ما را یاری کردند تشکر و قدردانی می‌-

- Conway, L., Wolverson, E., & Clarke, C. (2020). Shared Experiences of Resilience Amongst Couples Where One Partner Is Living With Dementia: A Grounded Theory Study. *Frontiers in Medicine*, 7, 219. <https://doi.org/10.3389/fmed.2020.00219>
- Chitsaz, Sara. (2021). Marriage Plans: A study of marital expectations of 19-24-year-old women. *Sojourners Undergraduate Journal of Sociology*, 12(1), 40-65. (In Persian)
- Cupid J, Stewart KE, Sumantry D, Koerner N.(2021). Feeling safe: Judgements of safety and anxiety as a function of worry and intolerance of uncertainty. *Behaviour Research and Therapy*, 147, 103973. <https://doi.org/10.1007/s11031-019-09751-3>
- Daks, J., Peltz, J., & Rogge, R. (2020). Psychological flexibility and inflexibility as sources of resiliency and risk during a pandemic: Modeling the cascade of COVID-19 stress on family systems with a contextual behavioral science lens. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 18(10), 16-27. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.08.003>
- Foster, K., Bui, M. V., McInnes, E., & Ennis, G. (2022). Protocol for a mixed methods

### References

- Akbari, F., Arefi, M., & Moradi, O. (2023). Developing a causal model of marital stability and satisfaction based on marital characteristics with the mediation of conflict management. *The Women and Families Cultural-Educational*, 18(62), 173-193. [https://cwfs.ihu.ac.ir/article\\_207844\\_44640612b788bef61bfb40001a57b70b.pdf](https://cwfs.ihu.ac.ir/article_207844_44640612b788bef61bfb40001a57b70b.pdf)
- Bao, Y., Sun, Y., Meng, S., Shi, J., & Lu, L. (2020)-nCoV epidemic: address mental health care to empower society. *The Lancet*, 395, e37-e38. [http://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30309-3](http://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30309-3) (In Persian)
- Banifatemeh, H., Abbaszadeh, M., & Rahimi, Z. (2022). Study of the Interventive Role of Sexual Satisfaction in the Impact of Makinglove on Marital Satisfaction. *Quarterly Journal of Social Development (Previously Human Development)*, 13(3), 1-28. <https://doi.org/10.22055/qjsd.2019.14560> . (In Persian)
- Beckman, C. M., & Stanko, T. L. (2020). It takes three: Relational boundary work, resilience, and commitment among navy couples. *Academy of Management Journal*, 63(2), 411-439. <https://doi.org/10.1111/jmft.1232>

- Masten, A. S., Lucke, C. M., Nelson, K. M., & Stallworthy, I. C. (2021). Resilience in Development and Psychopathology: Multisystem Perspectives. *Annual Review of Clinical Psychology, 17*, 521-549.  
<https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-081219-120307>
- Riaz, M., Abid, M., & Bano, Z. (2021). Psychological problems in general population during COVID-19 pandemic in Pakistan: Role of cognitive emotion regulation. *Ann Med, 53*(1), 96-189.  
<https://doi.org/10.1080/07853890.2020.1853216>
- Robins, N. (2021). Of Love and Loathing: Marital Life, Strife, and Intimacy in the Colonial Andes, 1750–1825. *The American Historical Review, 122*(1), 221-222.  
<https://doi.org/10.2307/j.ctt1d9nhx8>
- Sadri Damirchi, E., Mojarad, A., & Matin, H. (2022). The effectiveness of resilience training on reducing divorce risk and marital incompatibility in women seeking divorce. *Ravish Psychology Journal, 11*(1), 175–184. Retrieved from  
<https://www.magiran.com/paper/2383391> (In Persian)
- Salimi Bejistani, H., Zarean, Q., Farahbakhsh, K., & Motamedi, A. (2021). Development and validation of a family resilience model based on lived experiences. *Women's and Family Cultural-Educational Quarterly, 16*(55), 7–30. Retrieved from  
<https://ensani.ir/fa/article/journal-number/54831> (In Persian)
- Soltanabadi, S., Adibi, M., Khaki, Z., Hazrati, S., & Alimahdi, M. (2021). The role of cognitive emotion regulation and distress tolerance in predicting resilience during the COVID-19 pandemic. *Quarterly Journal of Psychology, 10*(2), 38–52. Retrieved from  
[https://sc.journals.pnu.ac.ir/article\\_8377.html](https://sc.journals.pnu.ac.ir/article_8377.html) (In Persian)
- Tabaa Bardbar, F., Esmaeili, M., & Amiri, M. (2021). Investigating the relationship between COVID-19 anxiety and process evaluation of the Promoting Resilience in Nurses (PRiN). *International Journal of Mental Health Nursing, 31*(3), 687–696.  
<https://doi.org/10.1111/inm.12989>
- Hajipoor, M., & Eini-Poor, J. (2021). The effectiveness of resilience training on cognitive flexibility in female Taekwondo practitioners. *Psychology of Sport Journal, 6*(2), 157–168. Retrieved from  
[https://scj.sbu.ac.ir/article\\_101801.html](https://scj.sbu.ac.ir/article_101801.html). (In Persian)
- Hashemi, S., Arefi, M., Kakabarayi, K., & Chehri, A. (2022). The mediating role of emotion regulation, conflict management, and sexual intimacy in the relationship between marital adjustment and personality traits. *Psychological Achievements, 29*(4), 231–250. Retrieved from  
[https://psychac.scu.ac.ir/issue\\_2174\\_2175.html](https://psychac.scu.ac.ir/issue_2174_2175.html). (In Persian)
- Işık, E., Özbiler, Ş., Schweer-Collins, M. L., & Rodríguez-González, M. (2020). Differentiation of self predicts life satisfaction through marital adjustment. *The American Journal of Family Therapy, 48*(3), 235-249.  
<https://doi.org/10.1080/01926187.2020.1732248>
- Karimi Nejad, H., Sadeghi, M., & Gholamrezaei, S. (2020). Development of a family resilience model based on family specialists, couples, and research perspectives (qualitative study). *Women's and Family Cultural-Educational Quarterly, 13*(46), 159–178. Retrieved from  
[https://cwfs.ihu.ac.ir/article\\_204569.html](https://cwfs.ihu.ac.ir/article_204569.html). (In Persian)
- Kruczek, A., Basińska, M. A., & Janicka, M. (2020). Cognitive flexibility and flexibility in coping in nurses: The moderating role of age, seniority, and the sense of stress. *Int J Occup Med Environ Health, 33*(4), 507-521.  
<https://doi.org/10.13075/ijomeh.1896.01567>

- Thakral M, Von Korff M, McCurry SM, Morin CM, Vitiello MV. (2020). Changes in dysfunctional beliefs about sleep after cognitive behavioral therapy for insomnia: A systematic literature review and meta-analysis. *Sleep medicine reviews*, 49, 1-21.
- Tomaso CC, Johnson AB, James TD, Nelson JM, Mason WA, Espy KA, Nelson TD. (2021). Emotion Regulation Strategies as Mediators of the Relationship Between Internalizing Psychopathology and Sleep-Wake Problems During the Transition to Early Adolescence: A Longitudinal Study. *The Journal of Early Adolescence*, 41(5), 657-682.
- Yoo, J. (2020). Relationships between Korean parents' marital satisfaction, parental satisfaction, and parent-child relationship quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(7), 2270-2285
- cognitive emotion regulation strategies, psychological hardiness, and resilience. *Research in Educational Systems Quarterly*, 15(55), 16-28. Retrieved from [https://www.jiera.ir/article\\_145983.html](https://www.jiera.ir/article_145983.html) (In Persian)
- Zangeneh Parsa, F., & Habi, M. B. (2020). Testing the mediating role of cognitive flexibility in the relationship between psychological capital and distress tolerance in couples with marital infidelity. *Women's and Family Cultural-Educational Quarterly*, 15(53), 159-178. Retrieved from [https://journals.ihu.ac.ir/article\\_206024.html](https://journals.ihu.ac.ir/article_206024.html) (In Persian)
- Tal-Saban M, Zaguri-Vittenberg S. (2022). Adolescents and Resilience: Factors Contributing to Health-Related Quality of Life during the COVID-19 Pandemic. *International journal of environmental research and public health*, 19(6), 1-10.