

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 Kamalinia¹, Kianoush Zaharakar², Mehdi Arabzadeh³

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 upon 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^۱، کیانوش زهراکار^۱، مهدی عرب زاده^۲

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 نرم افزار 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 توجیحات 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^۵، ۲۰۲۰)

یکی از مفاهیمی که بر تاب‌آوری تأثیر دارد. تنظیم شناختی هیجان^۶ 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^۷ 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^۸ است. (اکبری و همکاران، ۲۰۲۳) که یکی از قوی‌ترین و پایدارترین عوامل پیش‌بینی‌کننده‌ی 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^۱، با شعار توجه به استعدادها و توانمندی انسان مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است. تاب‌آوری^۲؛ بنیادی‌ترین سازه‌ی این رویکرد، جایگاه ویژه‌ای؛ در حوزه روانشناسی تحولی^۳ 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^۴ 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،

⁵ - Beckman & Stanko

⁶ -Cognitive regulation of emotion

⁷ -Cognitive regulation of emotion

⁸ -Marital Intimacy

¹ -Positive psychology

² -Resilience

³ -Developmental psychology

⁴ -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

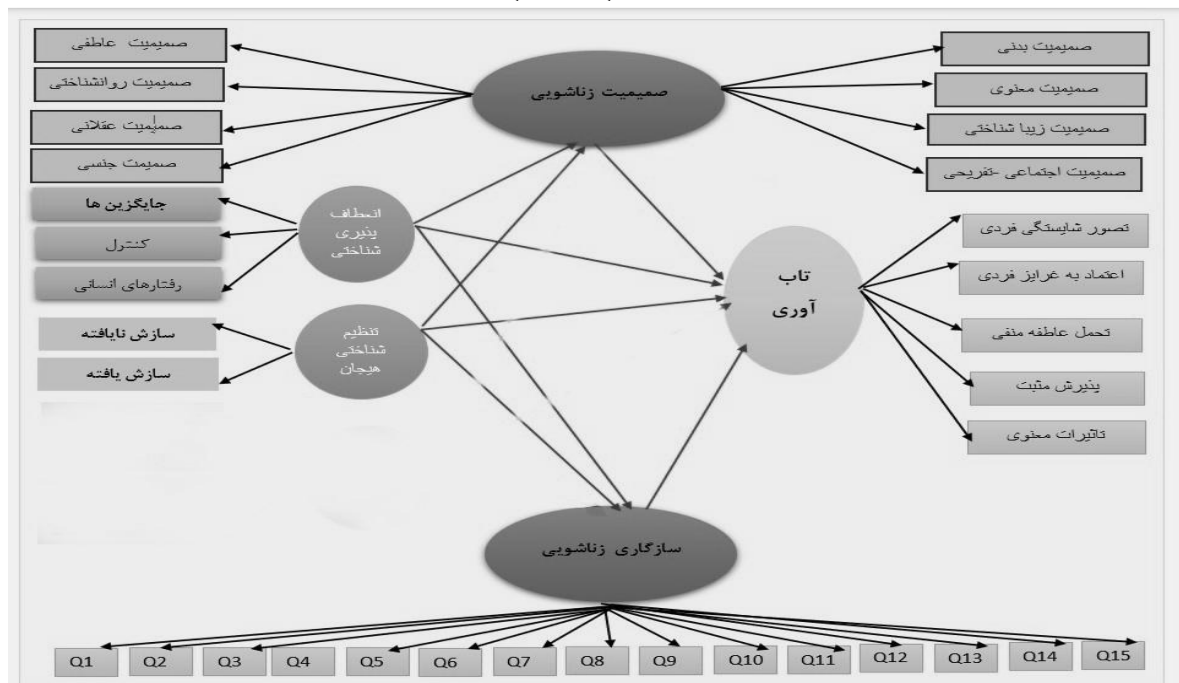
انعطاف‌پذیری شناختی و تنظیم شناختی همچنان بر تاب

آوری 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^۲ است. بر اساس بررسی‌های به‌عمل‌آمده توسط (باو، سان، مینگ، شی و لوو،^۳ 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،^۴ ۲۰۲۱). سازگاری در زندگی زناشویی یک فرآیند مستمر و در حال تغییر است (داکس، پلنز و روگی،^۵ 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



¹ - Conway ,Wolverson & Clarke

² - Marital Compatibility

³ -Bao,Sun, Meng, Shi & Lu

⁴ -Robins

⁵ - 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 جمع آوری 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 تاب آوری^۵: مقیاس تاب آوری کانر دیویدسون (۲۰۰۳) شامل ۲۵ گویه است که تاب آوری 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 تاب آوری با ابزار سخت رویی کوباسا^۶ (۰/۸۳) و مقیاس حمایت اجتماعی شیهان^۷ (۰/۳۶)، همبستگی منفی این مقیاس با

پژوهش حاضر از لحاظ هدف بنیادی است و از نظر نحوه جمع آوری 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^۲ 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^۳ 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^۴ 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 به عنوان خوشه به صورت تصادفی تعدادی نمونه انتخاب شد و سپس از هر خوشه به صورت تصادفی انتخاب نمونه انجام شد و از مجموع ۲۸۴۳

^۱ - Masten et al

^۲ - Structural Equation Model

^۳ - Spss and Amos

^۴ - Gpower

^۵ - Resilience scale

^۶ - Kobasa hardiness measure

^۷ - 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^۷:

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^۸: پرسشنامه صمیمیت

زناشویی توسط بارگاریزی (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^۱ (۰/۷۶) و مقیاس آسیب‌پذیری نسبت به استرس شیهان^۲ (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 زان حاکی از همبستگی مثبت و معناداری با تاب‌آوری و رضایت از زندگی بود. مقدار آلفای کرونباخ و دونیمه‌سازی اسپیرمن-برون به ترتیب برابر با ۰/۶۶۹ و ۰/۶۶۵ به دست آمد.

مقیاس انعطاف‌پذیری شناختی^۳: پرسشنامه

انعطاف‌پذیری شناختی توسط دنیس و واندر-وال^۴ در سال ۲۰۱۰ ساخته شده و شامل ۲۰ عبارت است که دو مؤلفه «جایگزین‌ها»^۵ با ۱۳ گویه و گویه‌های ۲۰، ۱۹، ۱۸، ۱۶، ۱۴، ۱۳، ۱۲، ۱۰، ۸، ۶، ۵، ۳، و «کنترل»^۶ با ۷ گویه و گویه‌های ۱۷، ۱۵، ۱۱، ۹، ۷، ۴، ۲ را در یک طیف ۷ درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالف=۱، مخالف=۲ تا حدودی مخالف=۳، خنثی=۴، تا حدودی موافق=۵، موافق=۶ تا کاملاً موافق=۷ مورد ارزیابی قرار می‌دهد. حداقل نمره در این ابزار ۲۰ و حداکثر ۱۴۰ است. نمره ۲۰ تا ۶۰ به معنای انعطاف‌پذیری شناختی پایین، نمره ۶۱ تا ۸۰ به معنای انعطاف‌پذیری شناختی متوسط و نمره ۸۱ تا ۱۴۰ به معنای انعطاف‌پذیری شناختی بالا است. در پژوهش دنیس و واندر-وال (۲۰۱۰) روایی سازه این ابزار را با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی روی ۱۹۶ تن دانشجوی آمریکایی بررسی و ساختار ۲ عاملی تأیید شد. ضریب ثبات به روش بازآزمایی بر روی نمونه‌های فوق با فاصله زمانی ۷ هفته ۰/۸۱ گزارش شده است. در

1 - Perceived Stress Scale

2 - Sheehan Stress Vulnerability Scale

3 - Cognitive flexibility scale

4 - Dennis & Vander Wal

5 - Alternatives

6 - Control

7 - Short form of cognitive emotion regulation questionnaire

8 - Marital Intimacy Scale

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^۱: 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.

^۱ -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
۰			۴														
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	
				۴		۵		۶۶		۵		۱۳		۱۳		۵	
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	
				۱۴		۳۶		۱۲۲		۳۶		۱۲۲		۳۶		۱۴	
				۴		۴		۴		۴		۴		۴		۴	
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	
				۸		۱۹		۱۰		۱۹		۱۰		۱۹		۸	
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	
				۶		۶		۱۰		۱۴		۱۷		۱۷		۶	
				۱۰		۱۰		۱۰		۱۰		۱۰		۱۰		۱۰	
				وضعیت		وضعیت		وضعیت		وضعیت		وضعیت		وضعیت		وضعیت	
				مشترک		مشترک		مشترک		مشترک		مشترک		مشترک		مشترک	
				زندگی		زندگی		زندگی		زندگی		زندگی		زندگی		زندگی	
				مشترک		مشترک		مشترک		مشترک		مشترک		مشترک		مشترک	
				فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی		فراوانی	
				درصد		درصد		درصد		درصد		درصد		درصد		درصد	
				۱۰۰		۱۰۰		۱۰۰		۱۰۰		۱۰۰		۱۰۰		۱۰۰	
				۳۸		۳۸		۳۸		۳۸		۳۸		۳۸		۳۸	
				۲		۲		۲		۲		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 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	۹/۶۳۲	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	۱/۳۹۲	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	۱/۹۷۹	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	۲/۲۸۲	۳/۵۹۰	
سؤال ۱۳		۴۰۰	۲	۱۰	۹/۰۰۲	-۰/۱۱۸	-۱/۶۰۵	
سؤال ۱۴		۴۰۰	۰	۱۵	۱۰/۳۱۰	۰/۶۳۸	-۱/۵۹۱	
سؤال ۱۵		۴۰۰	۱	۱۰	۶/۱۷۲	۰/۴۳۳	-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 به‌خود 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

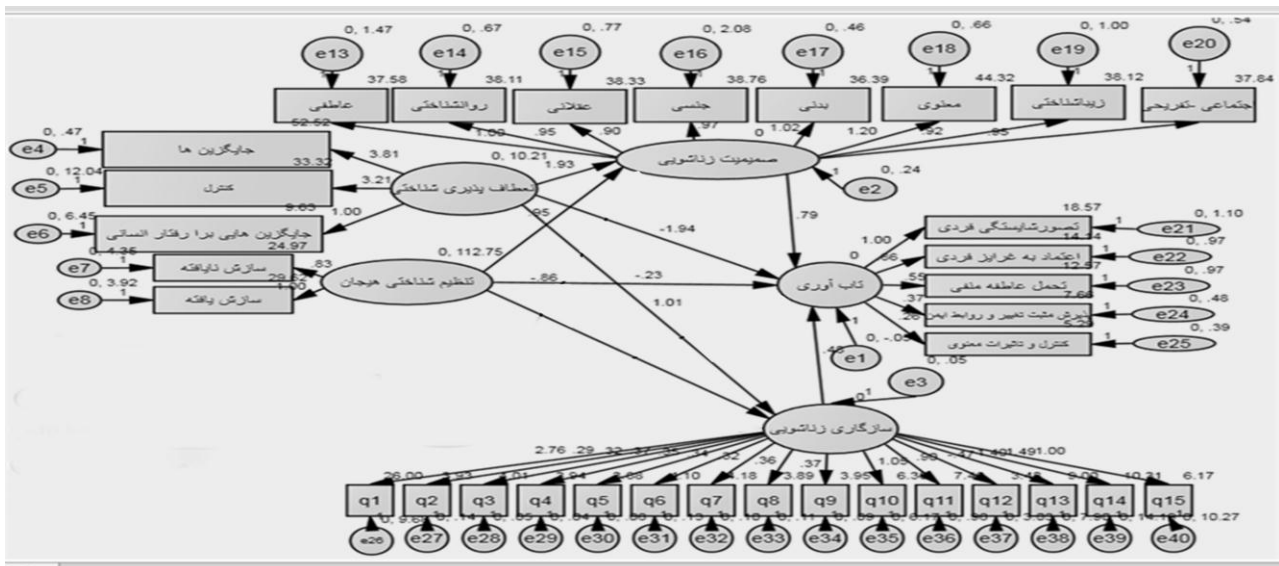
متغیرهای پژوهش	۱	۲	۳	۴	۵
۱- انعطاف‌پذیری شناختی	۱				
۲- تنظیم شناختی هیجان	۰/۷۶۷**	۱			
۳- صمیمیت زناشویی	۰/۷۲۹**	۰/۶۶۵**	۱		
۴- سازگاری زناشویی	۰/۷۱۲**	۰/۶۶۴**	۰/۵۷۴**	۱	
۵- تاب‌آوری	۰/۷۹۴**	۰/۸۶۶**	۰/۶۸۴**	۰/۷۷۲**	۱

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 با تاب‌آوری با میانجی‌گری سازگاری زناشویی	ضریب مسیر	۰/۶۷۱	۱/۲۲۸	۱/۸۹۹	میانجی‌گری کامل
	معناداری دو دامنه	۱/۸۰۲	۰/۸۷۸	۲/۶۸۰	
	کرانه پایین	۰/۶۴۹	۲/۱۸۱	۲/۸۳۰	
رابطه انعطاف‌پذیری شناختی با تاب‌آوری با میانجی‌گری صمیمیت زناشویی	کرانه بالا	۰/۴۷۷	۰/۵۲۵	۱/۰۰۲	
	ضریب مسیر	-۰/۹۸۰	۱/۲۲۸	۰/۲۴۸	میانجی‌گری کامل
	معناداری دو دامنه	۲/۱۶۲	۰/۹۰۸	۳/۰۷۰	
رابطه تنظیم شناختی هیجان با تاب‌آوری با میانجی‌گری سازگاری زناشویی	کرانه پایین	۰/۲۱۲	۳/۰۸۶	۳/۲۸۹	
	کرانه بالا	۰/۲۷۶	۰/۲۲۰	۰/۴۹۶	
	ضریب مسیر	۰/۳۰۵	۰/۲۰۲	۰/۵۰۷	میانجی‌گری کامل
رابطه تنظیم شناختی هیجان با تاب‌آوری با میانجی‌گری صمیمیت زناشویی	معناداری دو دامنه	۰/۶۲۹	۰/۵۶۳	۱/۱۹۲	
	کرانه پایین	۰/۱۷۳	۰/۵۳۸	۰/۷۱۱	
	کرانه بالا	۰/۷۹۲	۰/۸۰۴	۱/۵۹۶	
رابطه تنظیم شناختی هیجان با تاب‌آوری با میانجی‌گری صمیمیت زناشویی	ضریب مسیر	۰/۱۳۵	۰/۳۵۲	۰/۴۸۷	میانجی‌گری کامل
	معناداری دو دامنه	۰/۶۲۰	۰/۳۲۹	۰/۹۴۹	
	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^۱ (۲۰۲۰)، فوستر و همکاران^۲ (۲۰۲۲)، رویینس^۳ (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.

افراد 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^۴، 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^۵، 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^۶ (۲۰۲۰) صدوری دمیچی و همکاران (۲۰۲۲)؛ تابع بردبار و همکاران (۲۰۲۱)؛ مستن و همکاران^۷ (۲۰۲۱)، چیتساز (۲۰۲۱)، توماسو و همکاران^۸ (۲۰۲۱)، یو^۹ (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)، تل‌سابان^{۱۰} (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

⁵ - Thakral et al.

⁶ - Kruczek et al.

⁷ - Masten et al.

⁸ - Tomaso et al.

⁹ - Yoo

¹⁰ - Tal-Saban et al.

¹ - Daks & Rogge

² - Foster et al.

³ - Robins

⁴ - 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 نه گانه تنظیم هیجان و قدرت تمایز یافتگی فرد از هیجان‌ات، عواطف و کنش‌های عاطفی افراطی، تحت تأثیر صمیمیت و سازگاری زناشویی در بهبود عملکرد تاب آورانه 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
- 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 (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. (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. (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. (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 (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 (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.