

مقایسه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و آمیختگی اندیشه-کنش در زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی: با میانجی گری نقش جنسیت

شهرام مهینی^۱

کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشگاه پیام نور ملکان

سعید تیموری

استادیار روان‌شناسی، دانشگاه آزاد واحد تربت جام

سوسن رحیمی

کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشگاه آزاد واحد تربت جام

پذیرش: ۹۲/۳/۵

دریافت: ۹۱/۱۱/۳۰

چکیده

هدف: با توجه به اهمیت تنظیم شناختی هیجان و آمیختگی اندیشه-کنش در حیات اجتماعی، پژوهش حاضر به منظور مقایسه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و مؤلفه‌های آمیختگی اندیشه-کنش بین زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی صورت گرفت.

روش: پژوهش حاضر از نوع پژوهش‌های مقایسه‌ای است، و با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس ۳۰ زوج متقاضی طلاق (۳۰ نفر زن و ۳۰ نفر مرد) و ۳۰ زوج به عنوان زوجین عادی از طریق همتاسازی انتخاب، و دو پرسشنامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان (CERQ) و آمیختگی فکر - عمل تجدید نظر شده (TAF-R) بر روی آنها اجرا، و برای آزمون فرضیه‌ها از تجزیه تحلیل واریانس دو طرفه بین‌گروهی استفاده شد.

1. Mahini.shahram@yahoo.com

یافته‌ها: نتایج اولاً نشان داد که زوجین متقاضی طلاق در برخورد با تجربه منفی از راهبردهای منفی و زوجین عادی از راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان استفاده می‌کنند، و همچنین از نظر تمام مؤلفه‌های آمیختگی اندیشه-کنش به جزء مؤلفه‌های احتمال خطر و TAF اخلاقی، بین دو گروه از زوجین تفاوت مشاهده شد که در سطح $(p < 0/05)$ معنادار می‌باشد، و دوم این که بین دو گروه از زوجین از نظر تمام راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و مؤلفه‌های آمیختگی اندیشه-کنش با اعمال نقش جنسیت در سطح $(p < 0/05)$ تفاوت معناداری بدست آمد، و در نهایت F (F اثر متقابل) به غیر از راهبردهای (نشخوارگری، پذیرش، تمرکز مجدد مثبت و فاجعه‌انگاری) و مؤلفه TAF اخلاقی در سایر راهبردها و مؤلفه‌ها در سطح $(p < 0/05)$ معنادار می‌باشد..

نتیجه‌گیری: یافته‌ها حاکی از تفاوت معنادار بین زوجین متقاضی طلاق و عادی از نظر راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و مؤلفه‌های آمیختگی اندیشه-کنش می‌باشد، این نتایج نقش و اهمیت چنین متغیرهای را در پایداری روابط زناشویی خاطر نشان می‌سازد.

واژگان کلیدی: تنظیم شناختی هیجان، آمیختگی اندیشه-کنش، زوجین متقاضی طلاق، زوجین عادی.

طلاق یکی از عوامل ایجادکننده اختلال و آشفتگی در زندگی انسان‌هاست (میرزازاده، احمدی و فاتحی زاده، ۱۳۹۰)، و روشن است که سناریوی طلاق، یک محرکه ناگهانی نیست، بلکه فقدان تدریجی صمیمیت و نزدیکی است (حقیقی، زارع و قادری، ۱۳۹۱). طلاق علل متعددی دارد، اما یکی از متغیرهایی که به نظر می‌رسد با این پدیده مرتبط باشد، تنظیم شناختی هیجان^۱ است. مفهوم کلی تنظیم شناختی هیجان دلالت به شیوه شناختی دستکاری ورود اطلاعات فراخواننده هیجان دارند، یا به نحوه تفکر افراد پس از بروز یک تجربه منفی یا واقعه آسیب‌زا اطلاق می‌گردد (اوکسنر و گروس^۲، ۲۰۰۴، ۲۰۰۵). تنظیم شناختی هیجان شامل ۹ راهبرد می‌باشد که عبارتند از: نشخوارگری فکری^۳، پذیرش^۴، سرزنش خود^۵، توجه مثبت مجدد^۶، تمرکز به برنامه ریزی^۷، بازنگری^۸، ارزیابی مجدد به صورت مثبت^۹، فاجعه‌سازی و سرزنش دیگران^{۱۰} (گارنفسکی، لگرستی، کارجی، کامر و تردز^{۱۱}، ۲۰۰۲). دانهام^{۱۲} (۲۰۰۸) در تحقیق خود به مطالعه تنظیم هیجان و تأثیر آن بر رضایت و کیفیت زندگی بر روی آمریکایی‌های آفریقایی تبار پرداخت و دریافت که هم در زنان و هم در مردان دشواری در تنظیم هیجان با رضایت و کیفیت زندگی زنان‌شویی رابطه منفی دارند. در تحقیقی که یلسما و شریلان^{۱۳} (۲۰۰۳) در رابطه با دشواری تنظیم هیجان و رضایت زناشویی در ۶۶ (زوج) را مورد مطالعه قرار دادند، نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که هم در زنان و هم در مردان دشواری در تنظیم شناختی

1. cognitive emotion regulation strategies
2. Ochsner & Gross
3. rumination
4. acceptance
5. self-blame
6. positive refocusing
7. planning
8. recovery
9. positive reappraisal
10. catastrophising & blaming others
11. Garnefski, Legerstee, Kraaij, Kommer & Teerds
12. Dunham
13. Yelsma & Sherilyn

هیجان با رضایت زناشویی رابطه منفی داشت و زوجین دارای مشکلات در تنظیم شناختی هیجان بیشتر در زندگی زناشویی ناسازگاری نشان می‌دادند. میرجیان و کوردوا^۱ (۲۰۰۷) رابطه میان مهارت‌های تنظیم شناختی هیجان و صمیمیت و رضایت زناشویی را ۱۹۷ زوج مورد بررسی قرار دادند، و دریافتند که بین متغیرهای مورد پژوهش رابطه معناداری وجود داشت، به گونه‌ای که مهارت‌های تنظیم هیجانی مثبت می‌تواند به طور پایا در روابط میان همسران و رضایت زناشویی و صمیمیت بین زوجین موثر باشند.

متغیر بعدی که با عملکرد خانواده ارتباط دارد، آمیختگی اندیشه-کنش^۲ (TAF) است، TAF پدیده‌ای روانشناختی بوده و در آن فرد افکار منفی و عمل ممنوع را از نظر اخلاقی معادل هم می‌بیند و بر این باور است که افکار منفی احتمال وقوع رویداد نامطلوب را افزایش می‌دهد (کلارک^۳، ۲۰۰۴). مفهوم TAF دارای مقوله‌های به شرح زیر می‌باشد؛ «آمیختگی اندیشه - کنشی اخلاقی^۴»، باوری است که بر اساس آن داشتن افکار منفی از نظر اخلاقی معادل ارتکاب آن عمل ممنوع شمرده می‌شود، «آمیختگی اندیشه - کنش احتمالاتی^۵» اشاره به باوری دارد که بر اساس آن فکر کردن به رویداد نامطلوب باعث می‌شود احتمال وقوع آن رویداد بیشتر بشود. خرده باور آمیختگی اندیشه - کنش احتمالاتی به نوبه‌ی خود شامل دو خرده مقیاس «آمیختگی اندیشه - کنش احتمالاتی برای خود^۶» و «آمیختگی اندیشه - کنش احتمالی برای دیگران^۷» هست. آمیختگی اندیشه - کنش احتمالاتی برای دیگران نیز شامل ۶ خرده مؤلفه می‌باشد که عبارتند از: احتمال وقوع وقایع مثبت، منفی، احتمال جلوگیری از خطر و احساس مسئولیت در قبال هر کدام از این خرده مؤلفه‌ها هست. کرناوی^۸ (۲۰۱۰) در تحقیقی به بررسی رابطه بین

1. Mirgain & Cordova
2. Thought Action Fusion
3. Clark
4. morality
5. likelihood
6. likelihood for self
7. likelihood for other
8. Krenawi

آمیختگی افکار، رضایت زناشویی و رضایت از زندگی بر روی ۱۶۰ زوج پرداخت، و نشان داد زوجینی که به میزان بیشتری آمیختگی افکار را تجربه می کنند از رضایت زناشویی و رضایت از زندگی پایین تری برخوردار بودند. مدانهیل و بن شاف^۱ (۲۰۰۸) در پژوهشی بر روی افراد متأهل نشان دادند بین تجربه ای آمیختگی اندیشه - کنش و رضایت زناشویی و عملکرد خانواده رابطه ای منفی معناداری وجود دارد. موریس، مسترز، راسین، مرکل باخ و کمپبل^۲ (۲۰۰۱) در مطالعه ای نشان دادند که مفهوم (TAF) شامل دامنه ی گسترده ای از اختلالات از جمله اختلالاتی می باشد که به طور مستقیم و غیرمستقیم بر کارکرد اجتماعی افراد از جمله زندگی خانوادگی آنها تاثیر منفی می گذارد، می باشد. لی و تلچ^۳ (۲۰۰۵) طی تحقیقی دریافتند که تجربه TAF با ناتوانی در عملکرد اجتماعی سالم مرتبط می باشد، چنین تحقیقات و یافته های حاکی از اهمیت مفهوم TAF در زندگی اجتماعی می باشد.

تحقیقات خارج از کشور نشان می دهند که میزان بکارگیری راهبرد های ناکارآمد تنظیم شناختی هیجان و تجربه ای آمیختگی اندیشه - کنش در زوجین دارای اختلافات زناشویی بیشتر از زوجین عادی است با توجه به نتایج چنین تحقیقاتی می توان با شناسایی و اصلاح راهبردهای ناکارآمد و آموزش راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان و کاهش میزان تجربه TAF را مد نظر قرار داد، تا از وقوع این پدیده ناگوار (طلاق) ولی رو به رشد اجتماعی، جلوگیری کرد. لذا در پژوهش حاضر محقق به دنبال پاسخگویی به این مسأله است که آیا بین زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی از نظر راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و مؤلفه های آمیختگی اندیشه - کنش در تعامل با نوع جنسیت تفاوت وجود دارد؟

1. Madathil & Benshoff
2. Muris, Meesters, Rassin, Merckelbach, & Campbell
3. Lee & Telch

روش

پژوهش حاضر از نوع توصیفی و مقایسه‌ای است. جامعه آماری شامل کلیه زوجین متقاضی طلاق (مراجعیین مراکز مشاوره) و عادی استان آذربایجان شرقی در سال ۱۳۹۱ می‌باشد، و نمونه پژوهش شامل ۳۰ زوج متقاضی طلاق (۳۰ نفر زن و ۳۰ نفر مرد) و به همان تعداد زوجین عادی که از طریق هم‌تاسازی از نظر سن، جنسیت و میزان تحصیلات با زوجین متقاضی طلاق که با استفاده روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شده‌اند، می‌باشد. برای گردآوری داده‌ها با اخذ مجوز از اداره کل بهزیستی استان آذربایجان شرقی و ارائه توضیحاتی در خصوص پژوهش و ابزارهای آن به مسئولین مراکز و هر دو گروه از زوجین، ضمن ایجاد اعتماد و اینکه اطلاعات آنها کاملاً محرمانه خواهد ماند، اجرای پرسشنامه‌ها صورت پذیرفت.

ابزار: الف) پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان^۱ (CERQ): پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان را گارنفسکی، کارچی و سپینهاون^۲ (۲۰۰۱) جهت شناسایی راهبردهای مقابله‌ای شناختی افراد بعد از تجربه وقایع منفی ابداع کرده‌اند، و دارای ۳۶ عبارت است که نحوه پاسخ به آن براساس مقیاس لیکرت در ۵ دامنه (۱= تقریباً هرگز، ۲= بعضی اوقات، ۳= در حدود نیمی از اوقات، ۴= بیشتر اوقات، ۵= تقریباً همیشه) درجه بندی می‌شود. عبارات این پرسشنامه شامل ۹ خرده مقیاس یا راهبرد می‌باشد. نمره هر خرده مقیاس (در دامنه‌ای از ۴ تا ۲۰) بدست می‌آید. هرچه نمره کسب شده در هر زیر مقیاس بالاتر باشد نشانگر آن است که آن راهبرد توسط فرد بیشتر مورد استفاده می‌گیرد (صالحی، باغبان، بهرامی و احمدی، ۱۳۹۰). پایایی کل راهبردهای مثبت و منفی، با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب برابر ۰/۹۱ و ۰/۸۷ بدست آمده است (گارنفسکی و همکاران، ۲۰۰۱)، در ایران این پرسشنامه توسط یوسفی (۱۳۸۲) بر روی نمونه‌ای متشکل از آزمودنی‌های ۱۵ تا ۲۵ سال هنجاریابی شده، و پایایی آن را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۲ گزارش کرده است، و برای سنجش روایی پرسشنامه از روش

۳۶۰

1. Cognitive emotion regulation questionnaire
2. Spinhoven

همبستگی نمره کل با نمرات خرده مقیاس‌های آزمون استفاده گردیده که دامنه‌ای این همبستگی‌ها از ۰/۴۰ تا ۰/۶۸، با میانگین ۰/۵۶ را در بر می‌گرفت که همگی در سطح $P < 0.01$ معنادار بوده‌اند.

ب) مقیاس آمیختگی فکر- عمل تجدید نظر شده TAF-R¹: در این تحقیق برای ارزیابی مفهوم آمیختگی اندیشه-کنش از مقیاس همجوشی فکر و عمل امیر، فرشمن، رامسی، ناری و بریدجی^۲ (۲۰۰۱) استفاده شد. مقیاس TAF-R مشتمل بر ۸ مؤلفه و ۲۷ گویه بوده، که شرکت کننده به گویه‌ها در یک مقیاس نمره گذاری ۵ درجه‌ای (۰ = کاملاً مخالفم، ۱ = مخالفم، ۲ = بی نظر، ۳ = موافقم، ۴ = کاملاً موافقم) پاسخ می‌دهد (پورفرج عمران، ۱۳۸۸). امیر و همکاران (۲۰۰۱) نشان دادند که مقیاس دارای روایی ملاک و همزمان است، این محققان همچنین ضریب همسانی درونی تمام خرده مقیاس‌ها را بین ۰/۷۷ تا ۰/۹۶ گزارش کردند. در تحقیق پورفرج، محمدی و تقوی (۱۳۸۷) در دانشگاه شیراز برای بررسی خصوصیات روانسنجی این مقیاس، ضریب آلفای به دست آمده برای کل مقیاس را ۰/۸۱ و برای خرده مقیاس‌ها از ۰/۷۹ تا ۰/۹۵ گزارش نمودند، و ضرایب پایایی حاصل از بازآزمایی برای کل مقیاس را ۰/۶۱ و برای خرده مقیاس‌ها ۰/۵۹ تا ۰/۶۳ همسانی درونی را بدست آوردند.

یافته‌ها

پژوهش حاضر بر روی ۳۰ زوج متقاضی طلاق، مراجعه کننده به مراکز مشاوره و ۳۰ زوج عادی به عنوان نمونه انجام شده است. نتایج تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که بین زوجین متقاضی طلاق و عادی از نظر بکارگیری راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و تجربه مؤلفه‌های آمیختگی اندیشه - کنش به جزء مؤلفه‌های احتمال خطر و TAF اخلاقی تفاوت وجود دارد که در سطح ($p < 0.05$) معنادار است. شرکت کنندگان در پژوهش دارای تحصیلاتی از راهنمایی

1. Thought-action fusion scale-revised
2. Amir, Freshman, Ramsey, Neary & Brigidi

تا دانشگاهی و از لحاظ سنی بین ۱۸ تا ۳۳ می‌باشند، که اطلاعات بیشتر در زمینه ویژگی‌های جمعیت شناختی نمونه در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. ویژگی‌های جمعیت شناختی (تحصیلات و سن) در نمونه مورد پژوهش بر اساس فراوانی و درصد فراوانی (اعداد خارج پرانتز فراوانی و اعداد داخل پرانتز درصد فراوانی)

منبع	تحصیلات						
	سَن	راهنمایی	متوسطه	عالی	۱۸-۲۱	۲۲-۲۵	۲۶-۲۹
زوجین متقاضی	۱۴	۲۹	۱۷	۸	۲۰	۲۳	۹
طلاق	(۲۳/۳)	(۴۸/۳)	(۲۸/۳)	(۱۳/۳)	(۳۳/۳)	(۳۸/۳)	(۱۵/۰)
زوجین عادی	۱۶	۲۹	۱۵	۱۱	۲۳	۱۷	۹
	(۲۶/۷)	(۴۸/۳)	(۲۵/۰)	(۱۸۷/۴)	(۳۸/۳)	(۲۸/۳)	(۱۵/۰)

با توجه به جدول (۱)، بیشترین تعداد زوجین در هر دو گروه، از نظر تحصیلات و میزان سن در سطح متوسطه، و دامنه‌ی سنی ۲۹ تا ۲۲ قرار داشتند، و کمترین تعداد از نظر تحصیلات در زوجین متقاضی طلاق و عادی به ترتیب راهنمایی و تحصیلات دانشگاهی می‌باشند. جدول شماره ۲، شاخص‌های توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد شرکت‌کنندگان را در پرسشنامه‌های تنظیم شناختی هیجان و آمیختگی اندیشه- کنش به تفکیک جنسیت مردان و زنان نشان می‌دهد.

جدول ۲. توزیع میانگین و انحراف معیار و میانگین کل نمرات زوجین متقاضی طلاق و عادی در راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و مؤلفه های آمیختگی اندیشه - کنش

متغیر	جنسیت	زوجین متقاضی طلاق				میانگین کل
		زوجین عادی		زوجین متقاضی طلاق		
		SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	
نشخوارگری فکری	مرد	۲/۴۸	۸/۵۳	۲/۰۱	۱۳/۰۶	۹/۰۵
	زن	۲/۹۴	۹/۵۶	۶/۰۶	۱۵/۳۴	
پذیرش	مرد	۱/۷۸	۱۴/۸۳	۲/۱۳	۸/۱۶	۱۴/۳۸
	زن	۲/۲۵	۱۳/۹۳	۲/۲۵	۸/۰۶	
ملامت خویش	مرد	۲/۳۹	۸/۰۳	۲/۲۶	۸/۷۴	۸/۱۸
	زن	۲/۳۲	۸/۳۳	۱/۷۶	۱۴/۴۸	
تمرکز مجدد مثبت	مرد	۱/۸۳	۱۲/۲۳	۲/۸۳	۸/۴۵	۱۱/۶۱
	زن	۲/۰۱	۱۱/۰۰	۲/۰۴	۷/۵۸	
ارزیابی مجدد برنامه ریزی	مرد	۵/۴۴	۱۶/۵۶	۲/۱۴	۸/۵۴	۱۴/۶۶
	زن	۲/۷۶	۱۲/۷۶	۱/۸۸	۸/۲۷	
ارزیابی مجدد مثبت	مرد	۲/۳۴	۱۵/۳۱	۱/۹۴	۸/۳۵	۱۴/۱۰
	زن	۳/۱۰	۱۳/۰۶	۲/۴۷	۸/۹۳	
ملامت دیگران	مرد	۲/۲۷	۸/۰۶	۲/۵۴	۱۳/۰۰	۸/۶۰
	مرد	۲/۲۳	۹/۱۳	۲/۲۱	۸/۷۲	
فاجعه انگاری	مرد	۲/۸۵	۸/۸۳	۲/۲۹	۱۲/۸۷	۹/۲۳
	زن	۲/۲۰	۹/۶۳	۲/۱۸	۱۴/۲۷	
تحت نظر قرار دادن	مرد	۲/۵۵	۱۴/۶۰	۲/۱۸	۸/۲۲	۱۳/۸۱
	زن	۲/۹۷	۱۳/۰۳	۷/۴۲	۹/۸۶	
TAF احتمالاتی برای خود	مرد	۱۴/۶۰	۶/۶۴	۵/۱۲	۱۲/۶۰	۶/۵۸
	خانم	۱۳/۰۳	۶/۵۱	۲/۲۵	۹/۶۳	
TAF اخلاقی	مرد	۴/۷۲	۲۱/۱۰	۴/۱۲	۳۶/۸۷	۲۰/۱۱

	۳/۱۴	۱۹/۳۳	۳/۷۰	۳۵/۰۰	زن	
۱۰/۱۸	۲/۹۴	۹/۱۰	۳/۴۲	۱۸/۱۹	مرد	احتمال وقوع وقایع مثبت
	۲/۷۵	۱۱/۲۶	۱۴/۷۰	۳/۰۷	زن	
۶/۲۶	۲/۴۱	۵/۵۰	۳/۱۹	۱۳/۷۰	مرد	احساس مسئولیت در قبال افکار مثبت
	۲/۱۸	۷/۰۳	۱۱/۱۶	۱/۹۷	زن	
۶/۶	۱/۶۰	۵/۹۶	۲/۲۷	۹/۶۴	مرد	احتمال وقوع وقایع منفی
	۲/۰۹	۷/۲۶	۱۱/۹۱	۱/۳۹	زن	
۵/۲۳	۲/۰۱	۴/۶۰	۲/۴۴	۷/۸۷	مرد	احساس مسئولیت در قبال افکار منفی
	۲/۲۷	۵/۸۶	۱۰/۳۵	۱/۶۲	زن	
۴/۸۶	۱/۲۵	۴/۰۶	۱/۴۶	۸/۱۶	مرد	احتمال جلوگیری از خطر
	۱/۸۹	۵/۶۶	۷/۰۰	۱/۷۸	زن	
۳/۹۱	۱/۷۳	۳/۴۶	۱/۵۶	۷/۳۵	مرد	احساس مسئولیت در قبال افکار جلوگیری از خطر
	۱/۷۷	۴/۳۶	۱/۹۱	۱/۶۶	زن	

شاخص‌های توصیفی که در جدول شماره ۲ آمده است، نشان دادند که بالاترین میانگین نمرات در میان راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و مؤلفه‌های TAF در زوجین متقاضی طلاق، به ترتیب راهبرد نشخوارگری فکری و مؤلفه‌های آمیختگی اندیشه- کنش اخلاقی، و کمترین مربوط به راهبرد تمرکز مجدد مثبت و مؤلفه‌های احساس مسئولیت در قبال افکار جلوگیری از خطر بود. در مقابل بالاترین میانگین نمرات در بین راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و مؤلفه‌های TAF در زوجین عادی، راهبرد تمرکز مجدد به برنامه ریزی و مؤلفه‌های آمیختگی اندیشه - کنش اخلاقی، و کمترین مربوط به راهبرد ملامت خویش و مؤلفه‌های احساس مسئولیت در قبال افکار جلوگیری از خطر است. همچنین میانگین نمرات زوجین مونث متقاضی طلاق در تمام راهبردهای ناسازگار تنظیم شناختی هیجان به جزء راهبرد ملامت دیگران که زوجین مذکر متقاضی نسبت به گروه‌های دیگر (زوجین مذکر متقاضی طلاق، زوجین مذکر و مؤنث عادی) بالاتر بوده، و در سطح بالاتری قرار داشتند. نیز در پنج راهبرد سازگار تنظیم شناختی هیجان نمرات زوجین مذکر عادی نسبت به گروه‌های دیگر در سطح بالاتر قرار دارد. در تمام مؤلفه‌های TAF به جزء دو مؤلفه احتمال وقوع

وقایع منفی برای دیگران و احساس مسؤلیت در قبال این مؤلفه، که میانگین نمرات زوجینی مؤنث متقاضی طلاق بالا بوده، در سایر مؤلفه‌ها میانگین نمرات زوجینی مذکر متقاضی طلاق نسبت به سایر گروه‌ها بالاتر می‌باشد.

در جدول شماره ۳، نتایج تحلیل واریانس دو طرفه بین گروهی برای مقایسه‌ی بین دو گروه از زوجین در رابطه متغیرهای در رابطه با متغیرهای مورد پژوهش گزارش شده است.

جدول ۳. نتایج تحلیل واریانس دو طرفه بین گروهی جهت مقایسه میانگین نمرات زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی با اعمال نقش جنسیت در راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و مؤلفه‌های آمیختگی اندیشه - کنش

متغیر	منبع تغییر پذیری	SS	Df	MS	F	P
راهبرد نشخوارگری فکری	A (زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی)	۸۲/۳۰	۱	۸۲/۳۰	۶/۰۳	۰/۰۱
	(نوع جنسیت) B	۷۹۶/۶۷	۱	۷۹۶/۶۷	۵۸/۴۴	۰/۰۰
	(اثر متقابل) AB	۱۱/۶۵	۱	۱۱/۶۵	۰/۸۵۵	۰/۳۵
	واریانس خطا	۶۱۱۵/۲۵	۱۱۶	۱۳/۶۳		
	واریانس کل گروه‌ها	۱۸۶۳۱/۰۰۰	۱۲۰			
راهبرد پذیرش	A (زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی)	۷/۳۸	۱	۷/۳۸	۱/۶۵	۰/۰۲
	(نوع جنسیت) B	۱۱۷۸/۰۵	۱	۱۱۷۸/۰۵	۲۶۳/۷۶	۰/۰۰
	(اثر متقابل) AB	۴/۸۹	۱	۴/۸۹	۱/۰۹	۰/۲۹
	واریانس خطا	۵۱۸/۰۸	۱۱۶			
	واریانس کل گروه‌ها	۱۶۸۹۶/۰۰	۱۲۰			
راهبرد مقصر دانستن خود	A (زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی)	۲۷۳/۵۳	۱	۲۷۳/۵۳	۵۶/۱۷	۰/۰۰
	(نوع جنسیت) B	۳۵۲/۵۴	۱	۳۵۲/۵۴	۷۲/۴۰	۰/۰۰
	(اثر متقابل) AB	۲۳۱/۸۹	۱	۲۳۱/۸۹	۴۵/۵۷	۰/۰۰

		۴/۸۶	۱۱۶	۵۶۴/۸۱	واریانس خطا	راهبرد تمرکز مجدد مثبت
			۱۲۰	۱۳۰۱۳۶/۰۰	واریانس کل گروهها	
۰/۰۱	۶/۸۸	۳۳/۰۱	۱	۳۳/۰۱	A (زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی)	
۰/۰۰	۸۰/۰۹	۳۸۸/۱۰	۱	۳۸۸/۱۰	B (نوع جنسیت)	
۰/۶۴	۰/۲۱۲	۱/۰۱۵	۱	۱/۰۱۵	(اثر متقابل) AB	
		۴/۷۹	۱۱۶	۵۵۶/۰۷	واریانس خطا	
			۱۲۰	۱۲۵۵۹/۰۰	واریانس کل گروهها	
۰/۰۱	۱۰/۹۲	۱۲۴/۳۲	۱	۱۲۴/۳۲	A (زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی)	
۰/۰۰	۸/۱۹	۱۱۷۲/۹۲	۱	۱۱۷۲/۹۲	B (نوع جنسیت)	
۰/۰۵	۸/۱۹	۹۳/۲۷	۱۱۶	۹۳/۲۷	(اثر متقابل) AB	
		۱۱/۳۸	۱۲۰	۱۳۲۰/۲۰	واریانس خطا	راهبرد تمرکز مجدد به برنامه ریزی
			۱	۶۹۵۱۸/۰۰	واریانس کل گروهها	
۰/۰۱	۲/۶۶	۴۶/۶۵	۱	۴۶/۶۵	A (زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی)	
۰/۰۰	۱۴۳/۰۰	۸۹۲/۸۹	۱	۸۹۲/۸۹	B (نوع جنسیت)	
۰/۰۰	۸/۳۸	۵۲/۳۵	۱۱۶	۵۲/۳۵	(اثر متقابل) AB	
		۶/۲۴	۱۲۰	۴۲۴/۲۹	واریانس خطا	
			۱	۱۷۱۹۴/۰۰	واریانس کل گروهها	
۰/۰۰	۱۴/۲۸	۷۷/۱۹	۱	۷۷/۱۹	A (زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی)	
۰/۰۰	۲۸/۳۷	۱۵۳/۴۲	۱	۱۵۳/۴۲	B (نوع جنسیت)	
۰/۰۰	۳۹/۵۷	۲۱۳/۹۵	۱۱۶	۲۱۳/۹۵	(اثر متقابل) AB	
		۵/۴۰	۱۲۰	۶۲۷/۱۲۶	واریانس خطا	راهبرد متفکر دانشن دیگران
			۱	۱۲۵۱۲۸/۰۰	واریانس کل گروهها	
۰/۰۱	۶/۱۷	۳۶/۴۴	۱	۳۶/۴۴	A (زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی)	
۰/۰۰	۹۵/۷۲	۵۶۴/۷۷	۱	۵۶۴/۷۷	B (نوع جنسیت)	

۰/۴۹	۰/۴۶۵	۵۶۴/۷۷	۱۱۶	۵۶۴/۷۷	AB(اثر متقابل)	
		۵/۹۰۰	۱۲۰	۵۶۴/۸۱	واریانس خطا	
			۱	۱۶۸۵۵/۰۰	واریانس کل گروهها	
۰/۰۱	۰/۰۰۲	۰/۰۳۶	۱	۰/۰۳۶	A (زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی)	راهبرد تحت نظر قرار دادن
۰/۰۰	۳۷/۱۰	۶۸۲/۹۸	۱	۶۸۲/۹۸	B(نوع جنسیت)	
۰/۰۴	۴/۱۷	۷۶/۸۹	۱	۷۶/۸۹	AB(اثر متقابل)	
		۱۸/۴۰	۱۱۶	۲۱۳۵/۰۳	واریانس خطا	
			۱۲۰	۱۸۵۴۴/۰۰	واریانس کل گروهها	
۰/۰۰	۷/۱۱	۷۱/۷۸	۱	۷۱/۷۸	A (زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی)	TAF احتمالاتی برای خود
۰/۰۰	۶۱/۱۲	۶۱۶/۷۷	۱	۶۱۶/۷۷	B(نوع جنسیت)	
۰/۰۱	۵/۹۸	۶۰/۴۰	۱	۶۰/۴۰	AB(اثر متقابل)	
		۱۰/۰۹	۱۱۶	۱۱۷۰/۵۰	واریانس خطا	
			۱۲۰	۱۱۳۱۸/۰۰	واریانس کل گروهها	
۰/۱۵	۲/۰۵	۱۱/۳۹	۱	۱۱/۳۹	A (زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی)	TAF اخلاقی
۰/۰۰	۱۳۹/۶۱	۷۵۰۲/۸۷	۱	۷۵۰۲/۸۷	B(نوع جنسیت)	
۰/۹۷	۰/۰۰۱	۰/۰۶۹	۱	۰/۰۶۹	AB(اثر متقابل)	
		۵۳/۷۳	۱۱۶	۶۲۳۳/۶۵	واریانس خطا	
			۱۲۰	۱۰۸۲۴۱/۰۰	واریانس کل گروهها	
۰/۰۰	۲۰/۴۶	۱۹۲/۰۲	۱	۱۹۲/۰۲	A (زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی)	وقایع مثبت
۰/۰۰	۶۱/۷۶	۵۷۹/۴۷	۱	۵۷۹/۴۷	B(نوع جنسیت)	
۰/۰۰	۷۰/۵۱	۶۶۱/۵۸	۱	۶۶۱/۵۸	AB(اثر متقابل)	
		۹/۳۸	۱۱۶	۱۰۸۸/۳۷	واریانس خطا	
			۱۲۰	۲۲۱۲۹/۰۰	واریانس کل گروهها	

۰/۰۰	۱۶/۶۹	۱۰۴/۱۸	۱	۱۰۴/۱۸	(زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی)	احساس مسوولیت در قبال افکار مثبت
۰/۰۰	۱۱۱/۲۴	۳۹۴/۳۶	۱	۳۹۴/۳۶	(نوع جنسیت) B	
۰/۰۰	۵۵/۴۴	۳۴۶/۰۷	۱	۳۴۶/۰۷	(اثر متقابل) AB	
		۶/۲۴	۱۱۶	۷۲۴/۰۲	واریانس خطا	
			۱۲۰	۱۱۰۱۲۰/۰۰	واریانس کل گروهها	
۰/۰۰	۷۵/۸۸	۲۶۹/۸۲	۱	۲۶۹/۸۲	A (زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی)	احتمال وقوع و قانع منفی
۰/۰۰	۲۴۳/۹۰	۸۶۷/۳۱	۱	۸۶۷/۳۱	(نوع جنسیت) B	
۰/۰۰	۳۶/۲۴	۸۶/۶۳	۱	۸۶/۶۳	(اثر متقابل) AB	
		۳/۵۵	۱۱۶	۴۱۲/۴۸	واریانس خطا	
			۱۲۰	۱۱۹۱۶/۰۰	واریانس کل گروهها	
۰/۰۰	۶۸/۳۷	۳۰۶/۶۱	۱	۳۰۶/۶۱	A (زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی)	احساس مسوولیت در قبال افکار منفی
۰/۰۰	۱۸۰/۹۵	۸۱۱/۴۲	۱	۸۱۱/۴۲	(نوع جنسیت) B	
۰/۰۰	۲۴/۹۳	۱۱۱/۸۲	۱	۱۱۱/۸۲	(اثر متقابل) AB	
		۴/۴۸	۱۱۶	۵۲۰/۱۵	واریانس خطا	
			۱۲۰	۹۰۰۹/۰۰	واریانس کل گروهها	
۰/۱۷	۱/۸۴	۴/۸۲	۱	۴/۸۲	A (زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی)	احتمال جلوگیری از خطر
۰/۰۰	۵۰/۱۲	۱۳۱/۳۸	۱	۱۳۱/۳۸	(نوع جنسیت) B	
۰/۰۰	۴۵/۸۲	۱۲۰/۰۹	۱	۱۲۰/۰۹	(اثر متقابل) AB	
		۲/۶۲	۱۱۶	۳۰۴/۳	واریانس خطا	
			۱۲۰	۴۷۹۰/۰۰۰	واریانس کل گروهها	
۰/۰۵	۳/۸۹	۱۱/۰۳	۱	۱۱/۰۳	A (زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی)	مسوولیت در قبال خطر
۰/۰۰	۵۹/۹۸	۱۷۰/۰۴	۱	۱۷۰/۰۴	(نوع جنسیت) B	
۰/۰۰	۲۴/۰۱	۶۸/۰۶	۱	۶۸/۰۶	(اثر متقابل) AB	

واریانس خطا	۳۲۸/۸۴	۱۱۶	۲/۸۳
واریانس کل گروهها	۳۷۳۵/۰۰	۱۲۰	

نتایج موجود در جدول شماره (۳)، نشانگر سه یافته می‌باشد؛ اول این که بین زوجین مرد و زن متقاضی طلاق و عادی از نظر راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و تمام مؤلفه‌های آمیختگی اندیشه- کنش به جزء مؤلفه‌های احتمال خطر و TAF اخلاقی در سطح ($p < 0/05$) تفاوت معناداری وجود دارد. دوم اینکه با توجه به جدول فوق بین زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی از نظر تمام راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و مؤلفه‌های آمیختگی اندیشه- کنش با اعمال نقش جنسیت در سطح ($p < 0/05$) تفاوت معناداری وجود دارد. سوم اینکه F (F اثر متقابل) بدست آمده به جزء راهبردهای نشخوارگری فکری، راهبرد پذیرش، راهبرد تمرکز مجدد مثبت و راهبرد فاجعه انگاری و مؤلفه‌های آمیختگی اندیشه- کنش اخلاقی در سایر راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و مؤلفه‌های TAF در سطح ($p < 0/05$) معنادار می‌باشد.

نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی و مقایسه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و مؤلفه‌های آمیختگی اندیشه-کنش در زوجین متقاضی طلاق با زوجین عادی صورت گرفت، و نتایج نشان داد که زوجین متقاضی طلاق در مقایسه با هم‌تایان عادی خود در مواجهه با رخداد‌های منفی زندگی، بیشتر از راهبردهای ناسازگار و منفی، و زوجین عادی در مواجهه با رخداد‌های مذکور بیشتر از راهبردهای سازگار و مثبت تنظیم شناختی هیجان استفاده می‌کنند. این بخش از یافته‌های پژوهش حاضر با یافته‌های تحقیق یلسما و شریلان (۲۰۰۳)، میرجیان و کوردوا (۲۰۰۷)، کوردوا، گی و وارن^۱ (۲۰۰۷) و دانهام (۲۰۰۸) که نشان دادند توانایی تشخیص و توانایی ابراز هیجان و استفاده از راهبردهای تنظیمی سازگار با سازگاری زناشویی خود و همسر

1. Gae & Warren

مرتبط بوده است، و همچنین با نتایج تحقیق عبدی، باباپور خیرالدین، فتحی (۱۳۸۹) که حاکی از آن بود که بین راهبردهای ناسازگار تنظیم شناختی هیجان با نقص در کارکرد اجتماعی و روابط بین فردی ناسالم همبستگی وجود دارد، همخوانی دارد.

همانگونه که ذکر شد زوجین متقاضی طلاق در برخورد با تجربه منفی از راهبردهای ناسازگار تنظیم شناختی هیجان نظیر (نشخوارگری فکری، مقصر دانستن دیگران، فاجعه سازی و مقصر دانستن خود) بیشتر استفاده می‌کنند در این مورد می‌توان گفت، تفکراتی چون غرق شدن فرد در تفکر درباره رخداد منفی باعث جدایی فرد از اطرافیان یا طرد از سوی آنها و نیز باعث تحریک کینه جویی می‌شود. تفکر انتقادی درباره خود یا مقصر دانستن خود موجب خود ارزشی پایین می‌باشد که باعث اخلال در عملکرد اجتماعی می‌شوند، متهم کردن و مقصر دانستن دیگران به خاطر وقایعی که احتمالاً خود فرد نیز مقصر است خوشایند کسی نیست و در اکثر مواقع منجر به پرخاشگری که آفتی برای زندگی اجتماعی است، و یا تفکراتی نظیر وحشتناک و اسفناک یا دید اغراق گونه نسبت به یک رخداد، که یک

تحریف شناختی بوده و با بخشش رابطه منفی دارد، زیرا فرد از رخداد چنان برداشتی دارد که غیرقابل بخشش است در حالی که برای زندگی گروهی اجتماعی بخشش، از ملزومات است (مک لم، ۲۰۰۷، ترجمه ی کیانی و بهرامی، ۱۳۹۰).

و در مورد این یافته که زوجین عادی از راهبردهای سازگار تنظیم شناختی هیجان (پذیرش، تمرکز مجدد مثبت، باز ارزیابی مثبت، توجه مجدد به طرح ریزی و رسیدن به یک دورنما) در مواجهه با رخداد منفی بیشتر استفاده می‌کنند، می‌توان گفت با توجه به اینکه در زندگی از جمله زندگی زناشویی بعضی از شرایط یا قابل تغییر نیستند یا به سختی می‌توان شرایط را عوض کرد، پذیرش به فرد کمک خواهد کرد تا چنین شرایطی را پذیرفته و سعی در کنار آمدن با آنها بکند (عبدی، باباپور خیرالدین و فتحی، ۱۳۸۹). تفکراتی چون برگرداندن توجه و تمرکز خود به صورت مثبت بر روی مسائل شادی بخش و خوشایند به جای تفکر درباره رخداد منفی، و نیز دادن معانی مثبت به این وقایع و در نظر گرفتن اینکه چالش‌ها

فرصتی برای قوی تر کردن است، و تفکرات مربوط به برنامه ریزی منجر به عملی نظیر عمل یا رفتاری که از طریق برنامه ریزی و برآورد سود و زیان انتخاب شده است، می‌باشد و باعث می‌شود، تا فرد از عواقب منفی رفتار بی برنامه به دور باشند. راهبرد تحت نظر قرار دادن با اعمال دید نسبت، باعث می‌شود فرد عمل یا رخداد ناخوشایند را در جای حقیقی خود قرار داده و زیاد به فاجعه سازی و نشخوارذهنی که موجب بدتر شدن شرایط می‌شوند نپردازد (مک لم، ۲۰۰۷، ترجمه کیانی و بهرامی، ۱۳۹۰).

بخش دوم یافته های پژوهش حاضر نشان داد که از نظر تجربه تمام مؤلفه‌های آمیختگی اندیشه - کنش به جزء مؤلفه‌های احتمال خطر و TAF اخلاقی، بین دو گروه از زوجین تفاوت معنادار وجود دارد، به گونه‌ای که زوجین متقاضی طلاق نسبت به هم‌تایان عادی خود به میزان بیشتری سایر مؤلفه های TAF تجربه می‌کردند. و این یافته با نتایج موریس و همکاران (۲۰۰۱)، لی و تلج (۲۰۰۵)، مداتهیل و بن شاف (۲۰۰۸) و کرناوی (۲۰۱۰) که دریافتند که تجربه TAF با ناتوانی در عملکرد اجتماعی سالم و روابط بین فردی ضعیف مرتبط می‌باشد، همسو است. با توجه به اینکه تحقیقات منتشر شده، مشخصاً هم‌محوشی فکر - عمل را در بین این دو گروه از زوجین مورد مقایسه قرار نداده اند ولی با توجه به نتایج می‌توان بیان داشت که بالا بودن تجربه مؤلفه احتمال جلوگیری از خطر و TAF اخلاقی در هر دو گروه از زوجین به فرهنگ ایران بر می‌گردد و این امر احتمالاً ناشی از غلبه بیشتر آموزه های فرهنگی و مذهبی در ارتباط با پاک اندیشی و آسیب نرساندن و نودوستی در فرهنگ ایران است (قدیری و میراب زاده، ۱۳۸۶). می‌توان گفت TAF یک سازه شناختی می‌باشد که به اغتشاش بین افکار و وقایع که برای خود فرد یا دیگران اتفاق می‌افتد اشاره دارد (مثلاً اگر زوجی بر این باور باشد که افکار منفی که در مورد زندگی دارد منجر به وقوع آنها خواهد شد) هست، باعث خواهد شد فرد در نتیجه برای مقابله با چنین وضعیتی شرایط سخت گیرانه‌ای را ترتیب دهد به گونه‌ای که به جای تمرکز بر زندگی طبیعی خود، به راهبردهای خود جهت خنثی سازی اغتشاش بین افکار و وقایع تمرکز بکند و همین عوامل منجر به در خود فرورفتن و نشخوارذهنی خواهد شد که پیامد آن از دست

دادن سلامت روان‌شناختی و در نتیجه افت اساسی کارکرد اجتماعی می‌باشد (پورفرج عمران، ۱۳۸۸)، و نیز احساس مسئولیت در قبال چنین مؤلفه‌های بیانگر ارزش و اهمیتی است که افراد برای افکار خود قائل هستند و بر همین اساس به ارزیابی خود به عنوان فرد بد یا خوب می‌پردازند و از آنجایی که ارزیابی خود براساس ارزش و اهمیت افکار، بر خلاف ارزیابی خویش بر اساس رفتار و اعمال واقعی، ناسازگار می‌باشد. با در نظر داشتن ارتباط این مؤلفه‌ها با شایستگی و پختگی اجتماعی، این مؤلفه‌ها مانع از پختگی فرد می‌شوند (بخشی پور، فرجی، نریمانی و صادقی موحد، ۱۳۸۹).

نتیجه دیگر پژوهش حکایت از وجود تفاوت معنادار میان مردان و زنان در استفاده از برخی راهبردهای تنظیم شناختی هیجان به هنگام مواجهه با استرس و رخداد‌های منفی زندگی دارد؛ بدین صورت که در مقابله با رخداد‌های منفی، زنان بیشتر از مردان از راهبردهای منفی نظیر فاجعه سازی، نشخوارگری فکری و . . . استفاده می‌کنند. این یافته در جهت نتایج پژوهش‌های است که نشان داده اند به طور کلی زنان بیشتر از مردان به خاطر وقایع منفی خود را مقصر می‌دانند و بر غم و ناراحتی خود متمرکز می‌شوند و برای مقابله با آن از راهبردهای غیر انطباقی سود می‌برند و در مقابل مردان از در چنین شرایطی جنبه مثبت وقایع را نیز در نظر می‌گیرند و از راهبردهای انطباقی تر بیشترین بهره را می‌برند (یوسفی، ۱۳۸۵؛ گارنفسکی و همکاران، ۲۰۰۴). و همچنین در خصوص تجربه بیشتر دو مؤلفه احتمال وقوع وقایع منفی برای دیگران و احساس مسئولیت در قبال این مؤلفه TAF توسط زوجین مونث نسبت به سایر گروه‌ها می‌تواند احتمالاً به این دلیل باشد که زنان نسبت به مردان برای افکار خود ارزش و اهمیت بیشتری قائل بوده و تمایل زیادتری نسبت به آنان برای کنترل افکار به ویژه افکار منفی خود دارند و آنها را بیشتر از مردان ارزیابی می‌کنند (گارنفسکی و همکاران، ۲۰۰۴). تجربه بیشتر سایر مؤلفه‌های TAF در زوجین مذکر می‌تواند بیانگر این تبیین باشد که مردان بیشتر سعی می‌کنند روی وقایع کنترل شناختی داشته باشند و بیشتر از آنان معتقدند که افکارشان به وقوع

می پیوندد و همچنین خود را نسبت به زنان مسؤوَلتر می شمارند (مک لم، ۲۰۰۷، ترجمه‌ی کیانی و بهرامی، ۱۳۹۰).

با در نظر داشتن ارتباط راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در مواجهه با رخدادهای منفی که بخش اجتناب ناپذیر زندگی اجتماعی می باشد، می توان با کاستن از میزان به کارگیری راهبردهای غیر انطباقی و آموزش راهبردهای انطباقی تر که با عملکرد اجتماعی بهتر و نشان دادن رفتارهای مثبت در تعاملات میان فردی مرتبط می باشد، و همچنین پایین آوردن میزان تجربه سازه همجوشی فکر- عمل و مؤلفه های آن که با انواع آسیب های روانی که بطور غیر مستقیم و مستقیم زندگی اجتماعی از جمله زندگی زناشویی را به مخاطره می اندازد، در افراد متقاضی طلاق، مشاوره قبل از ازدواج یا حتی در سنین پایین تر، می توان از طلاق جلوگیری کرد.

سپاس و قدردانی

نویسندگان بر خود لازم می دانند از مراکز مشاوره و زوجین شرکت کننده در پژوهش و کلیه‌ی کسانی که در انجام این پژوهش همکاری و مشارکت داشته اند، تقدیر و تشکر نمایند.

منابع فارسی

- بخشی پور، عباس؛ فرجی، رباب؛ نریمانی، محمد و صادقی موحد، فریبا. (۱۳۹۰). بررسی رابطه بین محتوای اغتشاش فکر- عمل با خوشه های علایم اختلال وسواس فکری و عملی در بیماران وسواسی. مجله تحقیقات علوم رفتاری، ۹(۳): ۱۷۴-۱۶۴.
- پورفرج عمران، مجید. (۱۳۸۸). بررسی رابطه همجوشی فکر - عمل، احساس مسؤوَلیت و گناه با ابعاد مختلف علایم وسواس در دانشجویان دانشگاه شیراز. دو ماهنامه علمی - پژوهشی دانشور رفتار/ روانشناسی بالینی و شخصیت، دانشگاه شاهد، ۱۶(۳۷): ۸۲-۶۹.

پورفرج عمران، مجید؛ محمدی، ناصر و تقوی، منصور. (۱۳۸۷). بررسی خصوصیات روانسنجی پرسشنامه تجدید نظر شده آمیختگی اندیشه- کنش در جمعیت ایرانی. مجله رفتار درمانی و روان پزشکی تجربی. (۳۹): ۶۰۹-۶۰۰.

حقیقی، حمید؛ زارعی، اقبال و قادری، فواد. (۱۳۹۱). بررسی ساختار عاملی و ویژگی‌های روان سنجی پرسشنامه سبک‌های حل تعارض رحیم (ROCI-II) در بین زوجین ایرانی. فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده. ۱(۴): ۵۶۱-۵۳۴.

صالحی، اعظم؛ باغبان، ایران؛ بهرامی، فاطمه و احمدی، احمد.. (۱۳۹۰). بررسی رابطه بین راهبردهای شناختی تنظیم هیجان و مشکلات هیجانی با توجه به عوامل فردی و خانوادگی. فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۱(۱): ۱۸-۱.

عبدی، سلمان؛ باباپور خیر الدین، جلیل و فتحی، حیدر. (۱۳۸۹). رابطه سبک‌های تنظیم هیجان شناختی و سلامت عمومی دانشجویان. مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی ارتش جمهوری اسلامی، ۸(۴): ۲۶۴-۲۵۸.

قدیری، فاطمه و میراب زاده، آرش. (۱۳۸۷). آمیختگی فکر - عمل در اسکیزوفرنیا و اختلال وسواسی - اجباری. فصلنامه روانشناسی کاربردی. ۱(۴و۵): ۴۱۶-۴۰۵.

مک لم، گایل. (۱۳۹۰). تنظیم هیجان. ترجمه ی احمدرضا کیانی و فاطمه بهرامی. تهران: انتشارات ارجمند (انتشار به زبان اصلی، ۲۰۰۷).

میرزاده، فاطمه. احمدی، خدابخش و فاتحی زاده، مریم. (۱۳۹۰). تأثیر درمان هیجان مدار بر سازگاری پس از طلاق در زنان. فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۱(۴): ۴۶۰-۴۴۱.

یوسفی، فریده. (۱۳۸۵). بررسی رابطه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان با افسردگی و اضطراب در دانش‌آموزان مراکز راهنمایی استعدادهای درخشان. پژوهش در حیطه کودکان استثنایی سال، ۶(۴): ۸۹۲-۸۷۱.

یوسفی، فریده. (۱۳۸۲). الگوی علی هوش عاطفی، رشد شناختی، راهبردهای شناختی تنظیم هیجان و سلامت عمومی. پایان نامه دکترای روان‌شناسی تربیتی. دانشگاه شیراز.

منابع لاتین

- Amir N, Freshman M, Ramsey B, Neary E & Brigidi B.(2001). Thought-action fusion in individuals with OCD symptoms. *Behav Res Ther*; 39(7): 765-76.
- Clark DA. (2004). *Cognitive behavioral Therapy for OCD*. New York :Guinford Press
- Cordova JV, Gae CB, & Warren LZ.(2007).Emotional skillfulness in marriage :Intimacy as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction. *Journal Of Social And Clinical Psychology*, 24(2):218_235.
- Dunham SM.(2008).Emotional skillfulness in African American marriage :Intimate safety as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction. Dissertation of Doctor of Philosophy ,University of Akron.
- Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven PH. (2001). The relationship between cognitive coping strategies and symptoms of depression, anxiety and sociality. *Journal Aging Mental Health*. 2001;1(2):166-76.
- Garnefski N, Teerds J, Kraaij V, Legerstee J, & Kommer T V D. (2004). Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: differences between males and females". *Journal Personality and Individual Differences*, 36, 267- 276.
- Krenawi A .(2010). The relationship between Thought fusion and marital and life satisfactions in married persons couples: *Journal of Social Psychiatry* 58(1)79–86.
- Lee HJ, &Telch M J.(2005). Autogenous/reactive obsessions and their relationship with OCD symptoms and schizotypal personality features. *Journal Anxiety Disorders*,19, 793-805.
- Madathil J, & Benshoff J. (2008). The relationship between experience Thought-action fusion and Family functioning and marital satisfaction in married Individual. *Journal of marital and family therapy*,11(4):345-356.
- Mirgain SA, & Cordova JV.(2007). Cognitive emotion regulation skills and marital health :The association between observed and self reported emotion skills ,intimacy and marital satisfaction.*Journal Of Social And Clinical Psychology* ,26(9):983_1009.
- Muris P, Meesters C, Rassin E, Merckelbach H, & Campbell C. (2001) .Thought–action fusion and anxiety disorders symptoms in normal adolescents. *Behaviour Research and Therapy*: (39).pp 843–852.
- Ochsner KN, & Gross JJ (2005). The cognitive control of emotion. *Trends in Cognitive Sciences*, 9, 242-249.
- Ochsner KN, & Gross JJ .(2004). Thinking makes it so: A social cognitive neuroscience approach to emotion regulation. In R. F. Baumeister & K. D. Vohs (Eds.), *Handbook of self regulation: Research, theory, and applications* (pp. 229-255). New York: Guilford Press.
- Yelsma P,& Sherilyn M.(2003).An examination of couples difficulties with cognitive emotion regulation expressiveness and their marital satisfaction .*Journal Of Family Communication* ,3(1):41_62.