

مقایسه صمیمیت زناشویی، خودکارآمدی و تنظیم هیجان بین زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز

رضا پاشا^۱، زینب نصری^۲

^۱عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز، اهواز، ایران

^۲کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی از دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز، اهواز، ایران

چکیده

هدف از انجام این پژوهش، مقایسه صمیمیت زناشویی، خودکارآمدی و تنظیم هیجان بین زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز بود. به همین منظور از بین زنان و مردان در آستانه طلاق ۳۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. طرح تحقیق از نوع علی-مقایسه‌ای می‌باشد. ابزارهای پژوهش عبارت بودند از پرسشنامه صمیمیت زناشویی باگروزی (۲۰۰۱)، پرسشنامه خودکارآمدی شرر و همکاران (۱۹۸۲)، پرسشنامه تنظیم هیجان گارنفسکی، کرایچ و اسپینهنون (۲۰۰۱) استفاده شده است. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از تحلیل واریانس چندمتغیری (مانوا) در سطح $\alpha = 0.05$ استفاده شد نتایج بدست آمده نشان می‌دهد که بین زنان و مردان در آستانه طلاق از لحاظ متغیرهای صمیمیت زناشویی، خودکارآمدی و تنظیم هیجان تفاوت معنی‌داری وجود دارد. نتایج میانگین‌ها نشان داد که مردان در متغیرهای صمیمیت زناشویی، خودکارآمدی و تنظیم هیجان بالاتر از زنان می‌باشد.

کلید واژه: صمیمیت زناشویی، خودکارآمدی، تنظیم هیجان، آستانه طلاق

مقدمه

طلاق نوعی گسست و جدایی و اخلال در بنیان‌های اساسی خانواده است که منجر به جدایی همیشگی - هم راه لوازم آن - می‌شود. البته ممکن است هر نوع اخلال و گسستی منجر به جدایی (طلاق) نشود، گرچه در این حالت نیز خانواده کارکرد خود را از دست می‌دهد. طلاق در لغت جدا شدن زن و مرد، رها شدن از قید نکاح و رهایی از زناشویی است (رنجبر، ۱۳۸۹). طلاق^۱ شایع‌ترین جلوهٔ تعارض شدید است و در نهایت بالغ بر نیمی از زوج‌هایی که درصدد مشاوره هستند، طلاق می‌گیرند (ورسینگتون^۲، ۲۰۰۵).

صمیمیت در ازدواج با ارزش است، زیرا تعد زوجین، به ثبات ارتباط را محکم می‌کند و به طور مثبتی با سازگاری و رضایت زناشویی همراه است. مطالعات و تجارب بالینی نشان می‌دهد که در جامعه معاصر زوج‌ها با مشکلات شدید و فراگیری هنگام برقراری و حفظ روابط صمیمانه و ارضای نیازهای عاطفی و روانی در جریان ازدواج که یک مهارت و هنر است و علاوه بر سلامت روانی و تجارب سالم اولیه نیازمند داشتن نگرش‌های منطقی و کسب مهارت‌ها و انجام وظایف خاص است، مواجهه اند (برنشتاین و برنشتاین^۳، ۱۳۸۰، باگاروزی، ۲۰۰۱، به نقل از اعتمادی و همکاران، ۱۳۸۵). در جامعه‌ای که در حال تحول است، می‌بینیم که همسو با تحولات جهانی، دگرگونی‌هایی در نهاد خانواده دیده می‌شود و برای رسیدن به این اهداف شناسایی عوامل مؤثر بر صمیمیت زناشویی و کارکردن بر روی آنها و یا در نظر گرفتن آنها ضروری و اهمیت آن را توجیه می‌کند (اقلیما، ۱۳۹۰، به نقل از تقوی، ۱۳۹۱).

مبانی نظری**مفهوم‌شناسی طلاق**

در دانش‌نامه جامعه‌شناسی (۲۰۰۰) بیان شده است که طلاق به دلایل متعددی از نظر جامعه‌شناسی اهمیت دارد. نرخ طلاق عمدتاً به‌عنوان شاخصی برای سلامت و پایداری نهاد خانواده در یک جامعه محسوب می‌شود. از منظر دیگر، طلاق یکی از مهم‌ترین مراحل گذار در زندگی شخصی هر فرد محسوب می‌شود. از این جهت، طلاق به اندازه گذارهای دیگر زندگی اعضای خانواده (ازدواج مجدد، تولد فرزند و بازنشستگی) دارای اهمیت است. جامعه‌شناسی در مطالعه طلاق بر روی روندهای اجتماعی متمرکز فراوان دارد که این فرآیندها به‌طور برجسته در تحلیل مرتبط با صنعتی شدن، نرخ فقر، دسترسی به آموزش، راهبردهای حل تضاد و قانون مشاهده می‌شود (ادگار^۴، ۲۰۰۰).

مفهوم صمیمیت

صمیمیت در ازدواج با ارزش است زیرا تعهد زوجین به اثبات رابطه را محکم می‌کند و به طور مثبتی با سازگاری رضایت زناشویی همراه است. صمیمیت اغلب به‌عنوان یک فرآیند پویا توصیف می‌شود. به نظر هات فیلد^۵ (۱۹۸۸) صمیمیت شامل فرآیندی است که در آن افراد تلاش می‌کنند به یکدیگر نزدیک شوند و شباهت‌ها و تفاوت‌هایشان در احساسات، افکار و رفتارها را کشف کنند.

مفهوم خود کارآمدی

عوامل زیادی بر موفقیت افراد در زندگی موثر است. خود کارآمدی به‌عنوان یک عامل شناختی می‌تواند به افراد کمک کند و مسیر رسیدن به موفقیت را برایشان هموار سازد؛ بنابراین شناخت این عامل و راههای تقویت آن برای پیش برد اهداف در زندگی اهمیت فراوان دارد. (ترک لادانی، ۱۳۸۹)

⁵ - Divorce

⁶ - Vrsyngtvn

¹ - Bernstein and Bernstein

⁴ -Edgar

⁵ -Hotfild

ارزیابی باورهای خودکارآمدی

محققین برای اینکه باورهای خودکارآمدی افراد را مورد ارزیابی قرار دهند از آنها می‌خواهند باوری که از کفایت خویش در انجام یک تکلیف یا موفقیت در یک موقعیت دارند را بیان نمایند. در محیط‌های تحصیلی برای سنجش خودکارآمدی ممکن است از دانش‌آموزان خواسته شود که شایستگی خود را در یک مورد خاص مثل حل مسئله ریاضی (هاکت و بتز^۶، ۱۹۹۸). خواندن یا نوشتن یک تکلیف خاص (شل، کالوین و برونیک^۷، ۱۹۹۵) یا درگیر شدن در بعضی پیامدهای خود نظم‌دهنده (بندورا، ۱۹۸۹) ارزیابی نمایند. خودکارآمدی فرد با سؤال‌هایی توانشان را آشکار می‌کند، همراه است. انواع دیگر ارزیابی باور خودکارآمدی شامل ادراک توانش است (هارتر^۸، ۱۹۸۲).

هیجان‌پذیری

قبل از اینکه افراد فعالیتی را شروع کنند، معمولاً درباره‌ی این که چگونه عمل خواهد کرد، فکر می‌کنند. افرادی که احساس کارآمدی نیرومندی دارند، به ضروریات و چالش‌های تکلیف توجه دارند، سناریوهای خوبی را برای رفتارهای آینده تجسم می‌کنند و به چالش‌ها و بازخورد تکلیف‌آکنده از شور و شوق، با خوشبینی و علاقه واکنش نشان می‌دهند؛ اما کسانی که احساس کارآمدی ضعیفی دارند، به نارسایی‌های شخصی می‌اندیشند، تجسم می‌کنند که با موانع دشوار روبه‌رو شده‌اند و به چالش‌ها و بازخورد با بدبینی، اضطراب و افسردگی واکنش نشان می‌دهند (بندورا، ۱۹۸۶، نقل از ریو، ۲۰۰۵).

مفهوم تنظیم هیجان

تنظیم هیجان به عنوان یکی از متغیرهای روانشناختی، مورد توجه بسیاری از پژوهشگران قرار گرفته است (گلمن^۹، ۱۹۹۸؛ مایر، کارسو و سالووی^{۱۰}، ۱۹۹۹). شواهد زیادی نشان می‌دهد که تنظیم هیجانی با موفقیت یا عدم موفقیت در حوزه‌های مختلف زندگی مرتبط است (شاته و همکاران، ۲۰۰۷؛ جاکوبس و همکاران، ۲۰۰۸).

پژوهش‌های انجام شده در داخل کشور

زارع و سهرابی (۱۳۹۴) در پژوهش خود با عنوان مقایسه‌ی عزت‌نفس، تنظیم شناخت هیجان و فرایند و محتوای خانواده در مردان و زنان نابارور در شهر شیراز در سال ۳۱۳۱ می‌باشد. پژوهش حاضر یک مطالعه‌ی مقایسه‌ای است روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب گردید. نتایج نشان داد که بین مردان و زنان نابارور در عزت‌نفس، تنظیم شناخت هیجان و فرایند خانواده تفاوت معناداری وجود دارد اما از نظر محتوای خانواده تفاوتی بین مردان و زنان نابارور وجود ندارد. مرعشیان، نادری، حیدری، عنایتی و عسکری (۱۳۹۱) در پژوهش خود با عنوان مقایسه فرهنگ سازمانی، هوش هیجانی و خودکارآمدی شغلی در کارکنان زن و مرد سازمان آب و برق خوزستان بود. نمونه شامل ۴۰۰ نفر (۱۵۵ نفر زن و ۲۴۵ نفر مرد) از جامعه مذکور بود که به روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند. نتایج تحلیل واریانس چند متغیری (مانوا) نشان داد که کارکنان مرد در مقایسه با کارکنان زن از فرهنگ سازمانی و خودکارآمدی شغلی بالاتری برخوردار بودند، احمدی (۱۳۹۱) در پژوهشی به تفاوت میزان خودکارآمدی شغلی و پایداری به ارزشها و باورهای سازمانی در پرستاران زن و مرد پرداخته و نشان داد که بین آنها از نظر درونی کردن فرهنگ سازمانی و نیز خودکارآمدی تفاوت وجود داشته و مردان از خودکارآمدی شغلی بالاتری برخوردار بودند.

⁶ -Hackett & Betz

⁷ -Sell, Colving & Burning

⁸ -Hartr

⁹ -Golman

¹⁰ - Mayer, Caruso, & sallovey

پژوهش های انجام شده در خارج کشور

مطالعه آوی، لوتانز و یوسف^{۱۱} (۲۰۱۲) در پژوهشی نشان دادند که سرمایه روان شناختی با قصد ترک شغل رابطه منفی و با رفتارهای مثبتی مثل رفتارهای نوآورانه رابطه مثبت دارد و نیز بین کارکنان زن و مرد از نظر اعتقاد به ارزشهای سازمانی و اعتقاد به باورشان در مورد انجام صحیح تکالیف یا خودکارآمدی تفاوت وجود دارد.

کولویجن، اهرنهارد، گرون و هارتن^{۱۲} (۲۰۱۲) در پژوهشی به مقایسه باور کارآمدی در کارکنان مرد و زن در یک شرکت صنعتی پرداختند. آنها در این پژوهش به نیروی خودکارآمدی بالای کارکنان مرد در مقایسه با کارکنان زن اشاره کرده و نیز از پویایی درون سازمانی یعنی ارزش ها و باورها و به عبارتی فرهنگ درون سازمان و نیز شیوه مدیریت به عنوان موتور راه انداز کارآفرینی سازمانی نام می برند.

هاجز^{۱۳} (۲۰۱۱) در یک مطالعه آزمایشی مداخله ای بر روی مدیران یک شرکت مالی - خدماتی نشان داد که سرمایه روانشناختی در بین مدیران بر عملکرد و التزام و خلاقیت شغلی آنها و کارکنانشان اثر مثبت و مستقیم دارد. از دیگر نتایج این تحقیق وجود تفاوت بین کارکنان زن و مرد از نظر سرمایه های مثبت درونی و هوش هیجانی و خودکارآمدی بود.

روش تحقیق

پژوهش حاضر، علی و مقایسه ای است. هدف از طرح علی یافتن علت های احتمالی یک الگوی رفتاری است. این روش غالباً پس رویدادی نیز می نامند، زیرا اشاره به مواردی دارد که در آنها علت پیش رخ داده است و مطالعه آن در حال حاضر از طریق اثری بر متغیر دیگر گذاشته، صورت می گیرد. در علوم رفتاری به این دلیل از این طرح استفاده می شود که محقق بسیاری از روابطی را که علاقمند به مطالعه و بررسی آنها می باشد نمی تواند کنترل و دستکاری نماید. در پژوهش حاضر، پژوهشگر به مقایسه صمیمیت زناشویی، خودکارآمدی و تنظیم هیجان بین زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز می پردازد.

ابزار اندازه گیری

در این پژوهش به منظور اندازه گیری متغیرهای مورد نظر از ابزارهای زیر استفاده شده است:

- پرسشنامه صمیمیت زناشویی
- پرسشنامه خودکارآمدی
- پرسشنامه تنظیم هیجان

سوال پژوهش

آیا بین صمیمیت زناشویی، خودکارآمدی و تنظیم هیجان بین زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد؟

فرضیه های پژوهش

- ۱- بین صمیمیت زناشویی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد.
- ۱-۱ بین صمیمیت عاطفی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد.
- ۱-۲ بین صمیمیت روانشناختی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد
- ۱-۳ بین صمیمیت عقلانی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد
- ۱-۴ بین صمیمیت جنسی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد
- ۱-۵ بین صمیمیت بدنی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد

¹¹ - Avey, Luthans, & Youssef

¹² - Koelewyn, Ehrenhard, Groen, & Harten

¹³ - Hodges

- ۱-۶ بین صمیمیت معنوی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد
- ۱-۷ بین صمیمیت زیباشناختی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد
- ۱-۸ بین صمیمیت اجتماعی- تفریحی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد
- ۲-۲ بین خودکارآمدی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد.
- ۳-۲ بین تنظیم هیجان زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد.
- ۳-۳-۱ بین سرزنش خود زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد.
- ۳-۳-۲ بین پذیرش زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد.
- ۳-۳-۳ بین نشخوار ذهنی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد.
- ۳-۴ بین توجهی مجدد مثبت زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد.
- ۳-۵ بین توجهی مجدد به برنامه ریزی بین زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد.
- ۳-۶ بین ارزیابی مجدد مثبت زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد.
- ۳-۷ بین اتخاذ دیدگاه زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد.
- ۳-۸ بین فاجعه آمیز پنداری زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد.
- ۳-۹ بین سرزنش دیگران زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد.
- ۴- بین صمیمیت زناشویی صمیمیت عاطفی، صمیمیت روانشناختی، صمیمیت عقلانی، صمیمیت جنسی، صمیمیت بدنی، صمیمیت معنوی، صمیمیت زیباشناختی، صمیمیت اجتماعی- تفریحی، خودکارآمدی و تنظیم هیجان (سرزنش خود، پذیرش، نشخوار ذهنی، توجهی مجدد مثبت، توجهی مجدد به برنامه ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، اتخاذ دیدگاه، فاجعه آمیز پنداری، سرزنش دیگران) زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد.

تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش

تحلیل پیش فرض های آماری

قبل از انجام این تحلیل، ابتدا پیش فرضهای مربوط به این تحلیل بررسی شد. بدین منظور ابتدا نتایج مربوط به آزمون باکس برای بررسی برابری ماتریسهای کوواریانس مشاهده شده متغیرهای وابسته در سطوح متغیر مستقل مورد بررسی قرار گرفت. عدم معناداری آماره F در این آزمون نشان دهنده برابری ماتریسهای کوواریانس مشاهده شده متغیرهای وابسته در سطوح متغیر مستقل است.

جدول ۱ نتایج آزمون باکس برای بررسی برابری کواریانس های متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۱. نتایج آزمون باکس برای بررسی برابری کواریانس های متغیرهای پژوهش

سطح معناداری	F مقدار	میزان باکس	متغیرهای پژوهش
۰/۱۰۰	۱۵/۴۸۸	۹۳/۹۵۶	صمیمیت زناشویی
			خودکارآمدی
			تنظیم هیجان

نتایج جدول فوق نشان داد که این آزمون در هر سه متغیر پژوهش در سطح ۰/۰۵ معنادار نیست ($p > ۰/۰۵$) و در نتیجه پیش فرض برابری کواریانس ها تایید می گردد و می توان برای آزمون این متغیرها از تحلیل کوواریانس چند متغیره یا مانکوا (MANCOVA) استفاده نمود.

بررسی برابری واریانس متغیرها

در گام بعد، نتایج آزمون لوین برای بررسی برابری واریانس متغیرهای پژوهش بررسی شد. عدم معناداری آماره F در این آزمون نشان دهنده برابری واریانس متغیرهای پژوهش است. جدول ۲ نتایج بررسی این پیش فرض را نشان می‌دهد.

جدول ۲. نتایج آزمون لوین برای بررسی برابری واریانس مولفه های متغیرهای پژوهش

معناداری	Df2	Df1	F	متغیرهای پژوهش
۰/۰۰۰	۲۹۷	۱	۵۰/۱۴۳	صمیمیت زناشویی
۰/۰۰۰	۲۹۷	۱	۴۳/۱۵۰	خودکارآمدی
۰/۰۰۰	۲۹۷	۱	۵/۲۰۵	تنظیم هیجان

نتایج جدول فوق نشان می دهد که متغیرهای پژوهش دارای واریانس های برابر می باشند و پیش فرض برابری واریانس ها بطور کلی در مورد تمامی متغیرها تایید می گردد ($p > ۰/۰۵$). فرضیه پژوهش کلی:

۱- بین صمیمیت زناشویی، خودکارآمدی و تنظیم هیجان زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد.

۱-۱ بین صمیمیت زناشویی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد

۱-۱ بین صمیمیت عاطفی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد

۱-۲ بین صمیمیت روانشناختی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد

۱-۳ بین صمیمیت عقلانی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد

۱-۴ بین صمیمیت جنسی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد

۱-۵ بین صمیمیت بدنی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد

۱-۶ بین صمیمیت معنوی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد

۱-۷ بین صمیمیت زیبایی شناختی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد

۱-۸ بین صمیمیت اجتماعی-تفریحی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد

۲- بین خودکارآمدی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد

۳- بین تنظیم هیجان زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد.

جدول ۳. نتایج تحلیل واریانس چند متغیری (مانوا) بر روی میانگین نمرات صمیمیت زناشویی و مولفه هایش،

خودکارآمدی و تنظیم هیجان زنان و مردان در آستانه طلاق

نام آزمون	مقدار	F	DF فرضیه	DF خطا	سطح معنی داری (p)	مجذور اتا	توان آماری
آزمون اثر پیلابی	۰/۲۲۷	۷/۶۶۰	۱۱	۲۸۷	۰/۰۰۰	۰/۲۲	۱/۰۰
آزمون لامبدای ویلکز	۰/۷۷۳	۷/۶۶۰	۱۱	۲۸۷	۰/۰۰۰	۰/۲۲	۱/۰۰
آزمون اثر هتلینگ	۰/۲۹۴	۷/۶۶۰	۱۱	۲۸۷	۰/۰۰۰	۰/۲۲	۱/۰۰
آزمون بزرگترین ریشه روی	۰/۲۹۴	۷/۶۶۰	۱۱	۲۸۷	۰/۰۰۰	۰/۲۲	۱/۰۰

همان طوری که در جدول ۳ مشاهده می شود سطوح معنی داری همه آزمونها، بیانگر آن هستند که بین زنان و مردان در آستانه طلاق حداقل از لحاظ یکی از متغیرهای وابسته (صمیمیت زناشویی و مولفه هایش و خودکارآمدی و تنظیم هیجان) تفاوت معنی داری مشاهده می شود ($F=۷/۶۶۰$ $p < ۰/۰۵$). بنابراین فرضیه کل پژوهش تایید شد. برای پی بردن به این تفاوت بین دو گروه زنان و مردان از تحلیل کواریانس یک راهه در متن مانوا انجام شد که نتایج حاصل در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴. نتایج تحلیل واریانس یک راهه در متن مانوا بر روی میانگین نمرات صمیمیت زناشویی و مولفه هایش، خودکارآمدی و تنظیم هیجان در زنان و مردان

توان آماری	Eta	سطح معناداری	F	میانگین مجدورات	درجه آزادی	مجموع مجدورات	نتایج	
۰/۹۹	۰/۰۸۲	۰/۰۰۰	۲۶/۴۹	۴۷۶۰/۰۸۳	۱	۴۷۶۰/۰۸۳	گروه	صمیمیت زناشویی
....	۱۷۹/۶۳	۲۹۷	۵۳۵۳۱/۱۵	خطا	
۰/۰۹۱	۰/۰۰۱	۰/۵۵۴	۰/۳۵۱	۵/۰۷۰	۱	۵/۰۷۰	گروه	صمیمیت عاطفی
....	۱۴/۴۵	۲۹۷	۴۳۰۶/۸۶	خطا	
۰/۰۵۰	۰/۰۰۰	۱/۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۱	۰/۰۰۰	گروه	روانشناختی
....	۷/۴۲	۲۹۷	۲۲۱۲/۱۲	خطا	
۰/۱۲	۰/۰۰۰۲	۰/۴۳۵	۰/۶۱۰	۵/۰۷۰	۱	۵/۰۷۰	گروه	عقلانی
....	۸/۳۰	۲۹۷	۲۴۷۵/۱۰	خطا	
۰/۰۷۱	۰/۰۰۱	۰/۶۶۶	۰/۱۸۷	۱/۷۶۳	۱	۱/۷۶۳	گروه	جنسی
....	۹/۴۴	۲۹۷	۲۸۱۵/۶۳	خطا	
۰/۰۶۳	۰/۰۰۰	۰/۷۳۹	۰/۱۱۱	۰/۵۶۳	۱	۰/۵۶۳	گروه	بدنی
....	۵/۰۶	۲۹۷	۱۵۰۷/۸۷	خطا	
۰/۳۴	۰/۰۰۸	۰/۱۲۱	۲/۴۱۵	۱۲/۰۰	۱	۱۲/۰۰	گروه	معنوی
....	۴/۹۶	۲۹۷	۱۴۸۰/۵۴	خطا	
۰/۳۹	۰/۰۱۰	۰/۰۹۰	۲/۸۹۱	۲۵/۲۳	۱	۲۵/۲۳	گروه	ناخشی زبانش
....	۸/۷۲	۲۹۷	۲۶۰۱/۱۰	خطا	
۰/۰۹۴	۰/۰۰۱	۰/۵۳۹	۰/۳۷۹	۲/۶۱۳	۱	۲/۶۱۳	گروه	اجتماعی
....	۶/۸۹	۲۹۷	۲۰۵۴/۹۳	خطا	
۱/۰۰	۰/۱۰	۰/۰۰۰	۳۲/۸۶	۴۸۴/۶۰	۱	۴۸۴/۶۰	گروه	خودکارآمدی
....	۱۴/۷۴	۲۹۷	۴۳۷۹/۷۷	خطا	
۰/۹۵	۰/۰۴۵	۰/۰۰۰	۱۳/۷۹	۵۲۴۶/۸۶	۱	۵۲۴۶/۸۶	گروه	تنظیم هیجان
....	۳۸۰/۳۹	۲۹۷	۱۱۲۵۹۷/۰۶۶	خطا	

همان طوری که در جدول ۴ ارائه شده است بین زنان و مردان در آستانه طلاق از لحاظ متغیرهای صمیمیت زناشویی، خودکارآمدی و تنظیم هیجان تفاوت معنی داری وجود دارد ($p < ۰/۰۵$). بنابراین فرضیه های پژوهش تأیید می گردد، اما بین زنان و مردان در آستانه طلاق از لحاظ مولفه های متغیر صمیمیت زناشویی تفاوت معنی داری ملاحظه نشد.

یافته های جانبی:

محقق در ضمن بررسی یافته های مربوط به فرضیه ها، به مقایسه آزمودنی ها از لحاظ برخی متغیرها (سن) و نیز رابطه متغیرها پرداخته که شرح آن در ذیل آمده است.

جدول ۵ نتایج حاصل از آزمون تحلیل واریانس چند متغیره (مانوا) را نشان می دهد. این آزمون نشان می دهد که آیا به طور کلی بین میانگین نمرات صمیمیت زناشویی و خودکارآمدی و تنظیم هیجان در گروه زنان و مردان در آستانه طلاق گروه های سنی مختلف تفاوت معناداری وجود دارد یا خیر.

جدول ۵. نتایج حاصل از آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره (mancova)

شاخص آماری	ارزش	F	Df ₁	Df ₂	سطح معناداری	اندازه اثر	توان آماری
اثر پیلای	۰/۰۲۹	۰/۹۶۱	۹	۸۳۷	۰/۴۷۱	۰/۰۱۰	۰/۴۸
لامبدای ویلکس	۰/۹۷۱	۰/۹۵۸	۹	۷۰۳/۵۰	۰/۴۷۴	۰/۰۱۰	۰/۳۹
اثر هاتلینگ	۰/۰۳۰	۰/۹۵۶	۹	۸۶۳	۰/۴۷۶	۰/۰۱۰	۰/۴۸
بزرگترین ریشه روی	۰/۰۲۰	۱/۹۳۶	۳	۲۹۱	۰/۱۲۶	۰/۰۱۹	۰/۴۹

همان طوری که در جدول ۵ نشان داده شده است سطوح معنی‌داری همه آزمونها، بیانگر آن هستند که بین افراد سنین مختلف در متغیرهای پژوهش تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. برای پی بردن به این عدم تفاوت، نتایج حاصل از تحلیل واریانس یک متغیری در متن مانوا، در جدول ۶ ارائه شده است.

جدول ۶. نتایج آزمون تأثیرات بین آزمودنی

متغیر وابسته	مجموع مجذورات	Df	میانگین مجذورات	F	معناداری	اندازه اثر	توان آماری
صمیمیت زناشویی	۷۴۱/۳۱۵	۳	۲۴۷/۱۰۵	۱/۳۷۲	۰/۲۵۲	۰/۰۱۴	۰/۳۶
خودکارآمدی	۵۲/۱۳۸	۳	۱۷/۳۷۹	۱/۱۷۳	۰/۳۲۰	۰/۰۱۲	۰/۳۱
تنظیم هیجان	۴۱۵/۸۴۹	۳	۱۳۸/۶۱۶	۰/۳۶۱	۰/۷۸۱	۰/۰۰۴	۰/۱۲

همان طوری که در جدول ۶ مشاهده می‌شود بین زنان و مردان در آستانه طلاق سنین مختلف از لحاظ متغیرهای صمیمیت زناشویی، خودکارآمدی و تنظیم هیجان پژوهش تفاوت معناداری وجود ندارد.

تبیین فرضیه های پژوهش

نتایج فرضیه اول

۱- بین صمیمیت زناشویی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد
 ۱-۱ بین صمیمیت عاطفی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد
 ۱-۲ بین صمیمیت روانشناختی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد
 ۱-۳ بین صمیمیت عقلانی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد
 ۱-۴ بین صمیمیت جنسی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد
 ۱-۵ بین صمیمیت بدنی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد
 ۱-۶ بین صمیمیت معنوی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد
 ۱-۷ بین صمیمیت زیبایی شناختی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد
 ۱-۸ بین صمیمیت اجتماعی-تفریحی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد

همان طوری که در جدول ۲ ارائه شده است بین زنان و مردان در آستانه طلاق از لحاظ متغیرهای صمیمیت زناشویی، خودکارآمدی و تنظیم هیجان تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($p < 0.05$). بنابراین فرضیه های پژوهش تأیید می‌گردد، اما بین زنان و مردان در آستانه طلاق از لحاظ مولفه های متغیر صمیمیت زناشویی تفاوت معنی‌داری ملاحظه نشد. که با نتایج مشاک و صفرزاده (۱۳۸۹) همخوان است.

در تبیین این یافته ها می‌توان گفت که خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: «و از نشانه های خدا یکی این است که برای شما از جنس خودتان همسر آفرید تا در کنار او آرامش بیابید.» نخستین وظیفه هنجارهای اخلاقی در جامعه، تنظیم روابط زن و مرد بر پایه های مناسب است. فروید معتقد است که همه چیزهایی را که افراد در زندگی به دست می‌آورند تحت تأثیر شخصیت خود افراد و آنهایی که با او تعامل دارند قرار می‌گیرد. آلپورت^{۱۴} هم بیان می‌کند که شخصیت سالم حس خود را به افراد و

¹⁴. Allport

فعالیت های فراتر گسترش داده، با دیگران ارتباط صمیمانه داشته، همدردی و شکیبایی نشان می دهد و مهارت های شخصی خود را پرورش می دهد. ازدواج پاسخ به عالی ترین نیاز فطری انسان و همگامی در طریق کمال است. هدف غایی ازدواج، رسیدن به آرامش روان، اعتلای وجود و نیل به فلاح است. ازدواج محبوب ترین بنای گسترده ی هستی در پیشگاه خالق زوج آفرین است. یکی از مهمترین عوامل شاخص در ازدواج، کیفیت و نوع رابطه بین زن و شوهر است. مجموعه ای از سبک های ارتباطی مثبت مانند بیان همدلانه و مناسب احساسات، توانش ادراکی و... با رضایت زناشویی همبستگی دارد و حال آنکه بسیاری از زوج هایی که درزندگی زناشویی با هم اختلاف دارند در برخورد با روابط خود تنها متوجه اشکالات می شوند و آنچه را دوست ندارند می بینند و از درک اینکه برای انجام سبک های ارتباطی مثبت خود چه کاری از آنها ساخته است، عاجزند. طرز تلقی های خودمدارانه در اوایل زندگی به منظور رسیدن به استقلال و بدون توجه به نیازهای دیگران به وجود می آید اما در ازدواج آنچه که باعث رنجش در زندگی زناشویی می شود میل به خودمختاری در زوجین می باشد. احساس عشق، هیجانی است که با تحریک شهوانی همراه می گردد اما افراد ممکن است پس از وصل جنسی یکدیگر را غیر جذاب ببینند و به همین دلیل عشق اصیل مستلزم تعهد و به کارگیری خرد است. برای داشتن یک رابطه سالم، صمیمیت از اهمیت بسزایی برخوردار است. وقتی احساسات نزدیک هیجانی و محبت بین همسران ابراز می شود، با افزایش زمان با هم بودن می تواند به ایجاد صمیمیت بیانجامد و هنگامی که صمیمیت در رابطه وجود دارد، رابطه تقویت می گردد اما زمانی که ارتباط به صورت تدافعی، سرد و بی احساس باشد، رابطه تضعیف می شود. وجود تعهد در رابطه باعث شکل گیری اعتماد و اطمینان می شود. زوجین متعهد، آن چنان با هم یکی می شوند که گویی یک نفر هستند. یک رابطه زناشویی بیمارگونه، رابطه ای است که در آن هر کدام از زوجین درصدد دستیابی به اهداف و خواسته های شخصی خود هستند. چنین رفتاری منجر به خودخواهی و خودپیروی همسران می شود و حفظ حقوق طرف مقابل اهمیتی نخواهد داشت. رابطه زناشویی زوجین باید یک رابطه رضایت بخش برای آنها باشد، تا بتواند نیازهای عاطفی و روانی خود را در آن تأمین کرده، احساس امنیت روانی داشته و نیازهای جنسی خود را نیز در این فضای صمیمانه برآورده سازند. افراد به دلایل مختلفی ازدواج می کنند. دلیل اصلی برای ازدواج اکثر آنان داشتن یک زندگی خوب و بدون تعارض است. زوجینی که احساس رضایت بالایی را از رابطه زناشویی خود گزارش می کنند، ویژگی های مثبت دیگری مانند احترام، گوش دادن و توجه به نیازهای فرد مقابل دارند. اریکسون عشق را از خودگذشتگی دو جانبه یعنی ادغام شدن فرد در شخص دیگر توصیف می کند. از طریق علاقه و میل به انسانی دیگر، برقراری ارتباط متقابل به صورت شایسته و حمایت از یکدیگر، هماهنگی و ارضای نیازهای جنسی، برآوردن نیازهای عاطفی، داشتن مهارت های مربوط به ایجاد تفاهم و شیوه های محبت و وفادار ماندن به خانواده و اعضای آن هنگام غم و شادی و وقایع خوش آیند و ناخوشایند زندگی، می توان ماهیت عشق را بهتر شناخت. اریکسون صمیمیت را محدود به روابط جنسی نمی داند بلکه به احساس وفاداری، خود را بی پرده ابراز نمودن می داند و افرادی که قادر به برقراری چنین صمیمیتی نیستند، احساس انزوا می کنند و از تماس های اجتماعی اجتناب نموده و شاید نسبت به دیگران پرخاشگر هم بشوند. با این حال زن و شوهر به کمک ارتباطات روشن می توانند به یکدیگر کمک کنند تا علائق و خواسته های خود را با خواسته های همسرشان درهم آمیزند، با شکل گرفتن انگاره های جدید رفتاری، انگاره های خودمدارانه به تدریج محو می شوند. فریود در دیدگاه روان پویایی عقیده دارد که توانایی کنترل تکانه ها و خویشتن و طرح و برنامه در رفتار اساس وجدانی بودن است که در رضایت و ارتباط های مثبت زناشویی نقش مثبتی را ایفا می کند. بردباری زن و مرد در روابط با یکدیگر، باعث بهبود رابطه ها می شود و زوجین پذیرای خصوصیات یکدیگر شده در نتیجه اصطکاک و سوء تفاهم میان آنها به تدریج محو و کمرنگ می شود. پس؛ خود افراد هم در رضایت و عدم رضایت از زندگی بی تقصیر نیستند. در روابط زناشویی، ما شاهد رابطه هایی هستیم که احتمالاً "گسیخته نمی شود، اما ناخوش اند، که از دو حال خارج نیست: یا اینکه تشکیل ارتباط های صمیمانه برای زن و شوهر بیش از حد دشوار است یا آنکه به دلیلی در مسیر تلاش برای درک و بهبود روابط خود، این جنبه مهم را از نظر دور نگه داشته اند که چه عواملی در حفظ این روابط زناشویی سهیم هستند. از سوی دیگر، بیشتر ما می توانیم روابطی را برشماریم که برآستی خوش اند که این زوجین توانسته اند با تشکیل ارتباط های مناسب درزندگی و یافتن عواملی که در حفظ این روابط زناشویی مؤثر است و عمل کردن به آنها به رضایت زناشویی برسند. لازمه حفظ روابط زناشویی تعهد،

حساسیت، سخاوت، ملاحظه، صمیمیت، وفاداری، مسئولیت، اعتماد و اطمینان می باشد. زن و شوهر به همکاری، مودت و حسن تفاهم نیاز دارند. باید انعطاف پذیر، پذیرنده و بخشنده باشند، باید خطاهای یکدیگر را تحمل کنند و به خصوصیات هم بها بدهند. تنها در صورت وجود این خصوصیات و تقویت آنها است که به مرور ایام، ازدواج به بلوغ و خودشکوفایی می رسد. ازدواج با سایر مناسبات زندگی تفاوت دارد، وقتی زوجی با هم زندگی می کنند و متعهد به حفظ زندگی مشترک هستند، توقعاتی از هم پیدا می کنند و هر کدام انتظار دارند که از صمیمیت، وفاداری، حمایت و... بی قید و شرط دیگری برخوردار باشند. زن و مرد صریح یا غیرمستقیم، کلامی یا غیرکلامی خود را به رعایت این نیازهای عمیق متعهد کرده اند و هر اقدام زن و شوهر مفاهیمی مشتق از این امیال و انتظارات دارد. گاهی در یک رابطه، همسران در عمل ها و رویدادهای واحد، مفهوم و برداشت های متفاوت دارند، که این می تواند ناشی از ویژگی های متفاوت افراد باشد که باعث می شود همسران پدیده ها را به شیوه های مختلف ادراک کنند، پس از طریق تحمل خطاهای ناچیز یکدیگر و بها دادن به خصوصیات هم و اینکه زن و شوهر بدانند که همه خصوصیات همسر آنها لزوماً «بد» نیست و تنها به دلیل آنکه با خصوصیات آنها مطابقت ندارد، بد جلوه گر می گردد، هر دو می بینند که روابطشان بهبود می یابد و در واقع شخصیت های آنها به قسمی شکل می گیرد که پذیرای خصوصیات یکدیگر بوده و در نتیجه سوء تفاهم میان آنها کمرنگ می شود. وجود این خصوصیات و تقویت آنها به مرور ایام باعث بلوغ و خودشکوفایی و رضایت از ازدواج می شود. برادشاو؛ عنوان می کند وقتی اشخاص به خاطر کمبودها و جبران نداشته های خود ازدواج می کنند رابطه ای مبتنی بر دشواری و گرفتاری ایجاد می شود. در دوران قبل از ازدواج هر کدام از آنها حاضر به اهداء خویشتن هستند زیرا می پندارند که طرف مقابل آنها را بر آن می دارد تا کمبودهای خود را از میان بردارند. زن و شوهر، هر کدام تحت تأثیر این توهم که دیگری نواقص او را برطرف خواهد ساخت ازدواج می کنند که این خود یکی از مهمترین عوامل مشکل ساز در زندگی زناشویی است؛ اما یکی دیگر از گرفتاری های ازدواج های ناموفق در این است که زن و شوهر گمان می کنند که هنگام بروز اختلاف زناشویی، روابط آنها بهبودپذیر نیست. این باور، با از بین بردن انگیزه اصلاح رفتار و اقدامات سازنده، هر گونه پیشرفت در مناسبات زناشویی را متوقف می سازد. تجربه نشان داده که حتی اگر یکی از طرفین، زن یا شوهر، رفتار سازنده ای در پیش گیرد، نه تنها به بهبود رابطه زناشویی آنها کمک می کند بلکه در رفتار همسرش نیز تغییرات مثبتی ایجاد می نماید. عوامل رضامندی زناشویی و رفتار سازنده را می توان اینگونه بیان کرد: تعهد، وفاداری، اعتماد، تقرب، صمیمیت و ایمنی پیوندهای عشق و محبت. مازلو، میل جنسی را یک راه برای بیان نیاز عشق می دانست و ناکامی در برآورده ساختن نیاز به عشق را، علت اصلی ناسازگاری هیجانی و زناشویی می دانست. به یاری عشق، فرد خود را به تعالی می رساند. عشق انسانی چنان نیروی معجزه آسایی دارد که قانون طبیعی رکود را در صحنه نبرد با شکست رو به رو می سازد. افروز، عواملی را برای رضایتمندی در ازدواج عنوان می کند از جمله: سلامت روانی و تعادل عاطفی در طرفین و سلامت و پاکي نفس؛ زنان پاک، شایسته مردان پاک و مردان پاک و طیب، لایق زنان پاک و طیب هستند. در فرهنگ اسلامی، یکی از اساسی ترین معیارهای کفویت، برابری و مساوات در طهارت و پاکدامنی و مصونیت نفس از کشش های نفسانی است. تقویت در ایمان و آرامش دل، که هر دو نفر وجودشان منبع آرامش و وارستگی باشد و دلشان از هر نوع ناآرامی و ناامنی و تردید آزاد باشد. شباهت در اخلاق، منش و رفتارهای فردی و اجتماعی و در زمینه ی تربیت و فرهنگ خانوادگی هم کفو باشند. در واقع می توان گفت که مردان در آستانه طلاق در زندگی زناشویی خود از صمیمیت بالایی برخوردار هستند زیرا به همسران خود بیشتر محبت می کنند تا اینکه زندگی زناشویی خود از هم جدا نشوند.

نتایج فرضیه دوم

۲- بین خودکارآمدی زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد همان طوری که در جدول ۲ ارائه شده است بین زنان و مردان در آستانه طلاق از لحاظ متغیرهای صمیمیت زناشویی، خودکارآمدی و تنظیم هیجان تفاوت معنی داری وجود دارد ($p < 0.05$). بنابراین فرضیه های پژوهش تأیید می گردد، اما بین زنان و مردان در آستانه طلاق از لحاظ مولفه های متغیر صمیمیت زناشویی تفاوت معنی داری ملاحظه نشد.

با نتایج مرعشیان، نادری، حیدری، عنایتی و عسکری (۱۳۹۱) احمدی (۱۳۹۱) مهینی و همکاران (۱۳۹۱) صفاری، اباری و دعایی (۱۳۸۹) فولاد چنگ (۱۳۸۸) آوی، لوتانز و یوسف (۲۰۱۲) کولویجن، اهرنهارد، گرون و هارتن (۲۰۱۲) حاجز (۲۰۱۱) براتون، داد و براون (۲۰۱۱) مشاک و صفرزاده (۱۳۸۹) همخوان است.

خودکارآمدی باوری است که شخص به قابلیت‌های خود برای سازمان‌دهی و اجرای اقدامات لازم در موقعیت‌های پیش رو دارد. به عبارت دیگر، خودکارآمدی ایمان شخص به توانایی‌های خود برای موفقیت در یک موقعیت مشخص است. باندورا چنین ایمانی را عامل تعیین‌کننده‌ی طرز فکر، نحوه‌ی رفتار و احساسات مردم می‌داند. در واقع می‌توان گفت که مردان در آستانه طلاق هنگامی که یم خواهند جدا بشوند این باور را دارند که می‌توانند به موفقیت برسند و تمام کارها خود را با موفقیت انجام دهند به همین دلیل خودکارآمدی در مردان در آستانه طلاق بیشتر از زنان می‌باشد دلیل کم بودن خودکارآمدی در زنان را می‌توان به دلیل فرهنگ جامعه در مورد طلاق دانست که اگر زنی از همسرش بخواهد جدا شود دوباره به خانواده خود برمی‌گردد و انتظاراتی که خانواده از یک زن طلاق گرفته دارند باعث می‌شود که آنها به این باور برسند که توانایی اینکه بتوانند در زندگی خود موفق بشوند و کارها را به نحو احسن انجام دهند ندارند.

نتایج فرضیه سوم

۳- بین تنظیم هیجان زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد.

همان طوری که در جدول ۲ ارائه شده است بین زنان و مردان در آستانه طلاق از لحاظ متغیرهای صمیمیت زناشویی، خودکارآمدی و تنظیم هیجان تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($P < 0.05$). بنابراین فرضیه‌های پژوهش تأیید می‌گردد، اما بین زنان و مردان در آستانه طلاق از لحاظ مولفه‌های متغیر صمیمیت زناشویی تفاوت معنی‌داری ملاحظه نشد. با نتایج یوسفی (۱۳۸۵) جویبار (۱۳۸۴) یوسفی (۱۳۸۲) زارع و سهرابی (۱۳۹۴). گارنفسکی و کرایچ (۲۰۰۶) گارنفسکی، تیردز، کرایچ، لگرستهو کومر (۲۰۰۴) همخوان است.

به عبارتی مردان در آستانه طلاق نسبت به آستانه طلاق ارزیابی مثبت تری از خود و وقایع دارند و قدرت پذیرش و تحمل آنها نیز بالاتر است؛ اما زنان آستانه طلاق خود و دیگران را بیشتر سرزنش میکنند و حوادث و وقایع زندگی خود را فاجعه‌آمیزتر جلوه می‌دهند. به طور کلی نتایج این آزمون حاکی از آن است که استفاده از راهبردهای غیر انطباقی و منفی تنظیم هیجان نظیر مقصر دانستن خود، مصیبت بار تلقی کردن حادثه در زنان بیشتر است. علت اصلی این مسئله را میتوان به صورت غیر مستقیم به عوامل فرهنگی و اجتماعی ربط داد. در تبیین این گفته میتوان اینگونه اظهار کرد که در اکثر موارد طلاق در ابتدای به زن نسبت داده شده و طلاق باعث فشارها و شماتت‌ها از طرف خانواده می‌گردد و در نهایت برای زنان این نگرانی وجود دارد که در آستانه طلاق یا باعث می‌شود خود را سربار خانواده بدانند همین امر نگرش آنها را منفی کرده و وقایع را فاجعه‌آمیزتر قلمداد کنند و باعث عدم سازش یافتگی در زنان می‌شود و از نظر روانی و شناخت هیجان‌ات آسیب پذیرتر می‌شوند.

نتایج فرضیه چهارم

۴- بین صمیمیت زناشویی، خودکارآمدی و تنظیم هیجان زنان و مردان در آستانه طلاق شهر اهواز تفاوت وجود دارد.

همان طوری که در جدول ۲ ارائه شده است بین زنان و مردان در آستانه طلاق از لحاظ متغیرهای صمیمیت زناشویی، خودکارآمدی و تنظیم هیجان تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($P < 0.05$). بنابراین فرضیه‌های پژوهش تأیید می‌گردد، اما بین زنان و مردان در آستانه طلاق از لحاظ مولفه‌های متغیر صمیمیت زناشویی تفاوت معنی‌داری ملاحظه نشد.

با نتایج برخی از پژوهش‌های مرعشیان، نادری، حیدری، عنایتی و عسکری (۱۳۹۱) احمدی (۱۳۹۱) مهینی و همکاران (۱۳۹۱) صفاری، اباری و دعایی (۱۳۸۹) فولاد چنگ (۱۳۸۸) آوی، لوتانز و یوسف (۲۰۱۲) کولویجن، اهرنهارد، گرون و هارتن (۲۰۱۲) حاجز (۲۰۱۱) براتون، داد و براون یوسفی (۱۳۸۵) جویبار (۱۳۸۴) یوسفی (۱۳۸۲) زارع و سهرابی (۱۳۹۴). گارنفسکی و کرایچ (۲۰۰۶) گارنفسکی، تیردز، کرایچ، لگرستهو کومر (۲۰۰۴) (۲۰۱۱) همخوان است

برای داشتن یک رابطه سالم، صمیمیت از اهمیت بسزایی برخوردار است. وقتی احساسات نزدیک هیجانی و محبت بین همسران ابراز می‌شود، با افزایش زمان با هم بودن می‌تواند به ایجاد صمیمیت بیانجامد و هنگامی که صمیمیت در رابطه

وجود دارد، رابطه تقویت می گردد اما زمانی که ارتباط به صورت تدافعی، سرد و بی احساس باشد، رابطه تضعیف می شود. وجود تعهد در رابطه باعث شکل گیری اعتماد و اطمینان می شود. زوجین متعهد، آن چنان با هم یکی می شوند که گویی یک نفر هستند. یک رابطه زناشویی بیمارگونه، رابطه ای است که در آن هر کدام از زوجین درصدد دستیابی به اهداف و خواسته های شخصی خود هستند. چنین رفتاری منجر به خودخواهی و خودپیروی همسران می شود و حفظ حقوق طرف مقابل اهمیتی نخواهد داشت. رابطه زناشویی زوجین باید یک رابطه رضایت بخش برای آنها باشد، تا بتواند نیازهای عاطفی و روانی خود را در آن تأمین کرده، احساس امنیت روانی داشته و نیازهای جنسی خود را نیز در این فضای صمیمانه برآورده سازند. در واقع می توان گفت که مردان در آستانه طلاق در زندگی زناشویی خود از صمیمیت بالایی برخوردار هستند زیرا به همسران خود بیشتر محبت می کنند تا اینکه زندگی زناشویی خود از هم جدا نشوند. همچنین می توان گفت که مردان در آستانه طلاق هنگامی که یم خواهند جدا بشوند این باور را دارند که می توانند به موفقیت برسند و تمام کارها خود را با موفقیت انجام دهند به همین دلیل خودکارآمدی در مردان در آستانه طلاق بیشتر از زنان می باشد دلیل کم بودن خودکارآمدی در زنان را می توان به دلیل فرهنگ جامعه در مورد طلاق دانست که اگر زنی از همسرش بخواهد جدا شود دوباره به خانواده خود برمی گردد و انتظاراتی که خانواده از یک زن طلاق گرفته دارند باعث می شود که آنها به این باور برسند که توانایی اینکه بتوانند در زندگی خود موفق بشوند و کارها را به نحو احسان انجام دهند ندارند. همچنین می توان گفت مردان در آستانه طلاق نسبت به آستانه طلاق ارزیابی مثبت تری از خود و وقایع دارند و قدرت پذیرش و تحمل آنها نیز بالاتر است؛ اما زنان آستانه طلاق خود و دیگران را بیشتر سرزنش میکنند و حوادث و وقایع زندگی خود را فاجعه آمیزتر جلوه می دهند. به طور کلی نتایج این آزمون حاکی از آن است که استفاده از راهبردهای غیر انطباقی و منفی تنظیم هیجان نظیر مقصر دانستن خود، مصیبت بار تلقی کردن حادثه در زنان بیشتر است.

پیشنهادهای پژوهش

پیشنهادهای نظری

پیشنهاد پژوهش راهبردها را در جهت انجام پژوهش های بعدی در این زمینه فراهم می کند علاوه بر آن چشم اندازهایی برای انجام مطالعات دیگر در این زمینه ایجاد می کند پیشنهاداتی که در این مطالعه بیان می داریم به شرح زیر است:

- انجام این پژوهش بر روی بین زنان و مردان در آستانه طلاق دیگر شهرها و فرهنگ ها ی دیگر
- استفاده از سایر مقیاس های اندازه گیری و مقایسه نتایج حاصل از آنها با یکدیگر
- بررسی و نقش و ارتباط سایر متغیرهای تأثیرگذار بر تنظیم هیجان و خودکارآمدی در بین زنان و مردان در آستانه طلاق
- بررسی دیدگاه ها و راهکارهای ارائه شده از سوی صاحب نظران و اساتید دانشگاه ها در رشته های مرتبط با خودکارآمدی و تنظیم هیجان و صمیمیت زناشویی
- اجرای این طرح در گروه های دیگر جامعه و مقایسه نتایج آن با نتایج این پژوهش

پیشنهادهای کاربردی

- به منظور آشنایی اهمیت کاربرد نقش مؤلفه های تأثیرگذار تنظیم هیجان و خودکارآمدی در مردان و زنان در آستانه طلاق کارگاههای آموزشی و دوره های ضمن خدمت مانند آموزش تنظیم هیجان و خودکارآمدی برای استفاده زوجین در مراکز مشاوره برگزار شود.

- پیشنهاد می شود پژوهش های گسترده ای برای ارزیابی وضعیت صمیمیت زناشویی و تنظیم هیجان در مردان و زنان در آستانه طلاق انجام گیرد تا و با استفاده از نتایج آن بتوان برنامه ریزی مناسبی جهت کاهش طلاق در زوجین انجام داد.

- گنجاندن واحد درسی به نام روانشناسی تنظیم هیجان و خودکارآمدی در بین دروس دانشگاهی رشته های روانشناسی و حتی رشته های دیگر دانشگاه ها، جهت آشنایی بیشتر زوجین با تنظیم هیجان و خودکارآمدی با اثرات مفید آن در زندگی

- نهادینه کردن تنظیم هیجان و خودکارآمدی در جامعه (توسط گروه مرجع)

- ارائه جلسات آموزشی با عنوان صمیمیت زناشویی برای زوجین قبل از ازدواج

منابع

۱. ابراهیم نژاد، مریم (۱۳۹۰). اثر بخشی آموزش مادر - نوجوان مبتنی بر سبک دلبستگی ایمن برای کاهش افسردگی دختران نوجوان دبیرستانی شهر تهران در سال تحصیلی ۹۰-۸۹. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبائی.
۲. ابن سینا، حسین بن عبدالله (۱۳۶۳). روان شناسی شفا: الفن و السادس من کتب الشفاء. تهران: امیرکبیر.
۳. اتکینسون، ریتا. ال؛ اتکینسون، ریچارد. سی؛ اسمیت، ادوارد. ای؛ بم، داریل. جی؛ و هوکسما، سوزان نولن (بدون سال). زمینه روان شناسی هیلگارد. ترجمه محمد تقی براهنی و همکاران (۱۳۸۷). چاپ هشتم، تهران: انتشارات رشد.
۴. احمدنیا، شیرین، (۱۳۸۴). جامعه شناسی بدن و بدن زنان، فصل زنان ۵ (مجموعه آراء و دیدگاه های فمینیستی). نوشین احمدی خراسانی و پروین اردلان، تهران: روشنگران و مطالعات زنان.
۵. احمدی، سحر (۱۳۹۱) رابطه فرهنگ سازمانی و سلامت سازمانی با رفتارمدنی در پرستاران بیمارستان گلستان در اهواز. پایان نامه کارشناسی روان شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.
۶. اعظمی، یوسف (۱۳۹۲). اثر بخشی تنظیم هیجان مبتنی بر مدل فرایند گراس بر کاهش خشم و تکانشگری در افراد وابسته به مواد مخدر. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبائی.
۷. افخم ابراهیمی، عزیزه؛ بیرشک، بهروز و مکنون، ناهید (۱۳۸۷). شیوه های دلبستگی و ارتباط آن با مدل های خود و دیگران و صفات شخصیتی دانشجویان دانشکده های مختلف علوم پزشکی. مجله تازه های علوم شناختی، سال دهم، شماره ۳، ۴۴-۳۴.
۸. اکبری، بهمن. (۱۳۸۶). روایی و اعتبار آزمون انگیزش پیشرفت هرمنس بر روی دانش آموزان متوسطه استان گیلان. دانش و پژوهش در علوم تربیتی، ۱۶، ۹۶-۷۳.
۹. امامی نائینی، نسرین. (۱۳۸۵). مهارت مقابله با هیجانات. تهران: انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
۱۰. امانی، احمد، کشاورز افشار، حسین، اسفندیاری، حجت، بازوند، فاطمه، و عبدالهی، نرمین. (۱۳۹۰). تعیین رابطه بین طرحواره های ناسازگار اولیه با سبک های هویت در دانش آموزان. فصلنامه علوم رفتاری، ۱، ۸۲-۷.
۱۱. برزگر قاضی، کمال (۱۳۸۹). بررسی عوامل شخصیتی و سبک های دلبستگی در افراد مبتلا به فشار خون اساسی. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه پیام نور مرکز تهران.
۱۲. برزگر، کاظم (۱۳۸۵). بررسی رابطه بین سبک های دلبستگی و هویت چهارگانه مارسیا در دانش آموزان مقطع دبیرستان شهر یزد. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبائی.
۱۳. برقیان، شیرین (۱۳۹۱). بررسی اثر بخشی آموزش هوش هیجانی بر سبک های دلبستگی. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه فردوسی مشهد.
۱۴. پینتریچ، پال آر، وشانک، دیل ایچ. (۱۳۸۶). انگیزش در تعلیم و تربیت نظریه ها، تحقیقات و راهکارها (ترجمه مهرناز شهرآرای). تهران: علم. (تاریخ انتشار به زبان اصلی ۲۰۰۲).
۱۵. تاج دهقانی، سیمین (۱۳۹۱). نقش واسطه ای سبک های دلبستگی در ارتباط بین ویژگی های شخصیتی و هوش هیجانی در بهورزان مرکز بهداشت شهرستان شیراز. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
۱۶. تبعه امامی، شیرین (۱۳۹۰). پیش بینی سبک دلبستگی کودک بر اساس عوامل رفتار مادرانه و رفتار کودک و اثر بخشی آموزش شناختی/ رفتاری رفتار مادرانه بر سبک دلبستگی نایمن کودک. پایان نامه دکتری روان شناسی، دانشگاه اصفهان.
۱۷. توننده جانی، حسن، ومهروش، ناهید. (۱۳۸۴). روانشناسی تربیتی رویکردهای نظری و آموزشی. نیشابور: شهر فیروزه.

۱۸. توکلی، مریم (۱۳۹۱). بررسی رابطه بین انواع سبک های دلبستگی و روان نژندی در زنان متأهل ۲۰ تا ۴۰ ساله شهر شاهرود. پایان نامه کارشناسی، دانشگاه یزد.
۱۹. خانجانی، زینب (۱۳۷۹). تحول و آسیب شناسی دلبستگی از کودکی تا نوجوانی. تبریز: فروزش.
۲۰. خانجانی، زینب (۱۳۸۴). تحول و آسیب شناسی دلبستگی از کودکی تا نوجوانی. تبریز: فروزش.
۲۱. خداینه‌ای، محمدکریم. (۱۳۷۶). انگیزش و هیجان. تهران: سمت.
۲۲. خوشبایی، کتابون و ابوحمز، الهام (۱۳۸۶). نظریه دلبستگی بالینی. تهران: دانژه.
۲۳. دارابی، جعفر (۱۳۸۸). نظریه های روانشناسی شخصیت (رویکرد مقایسه ای). ویرایش دوم، تهران: آبیژ.
۲۴. رئیس، زهره. (۱۳۸۰). روان شناسی تربیتی (پرورشی). اصفهان: مانی.
۲۵. زارع، زهره و نادره سهرابی، ۱۳۹۴، مقایسه عزت نفس، تنظیم شناخت هیجان، و فرایند و محتوای خانواده در مردان و زنان نابارور، اولین همایش علمی پژوهشی روانشناسی، علوم تربیتی و آسیب شناسی جامعه، بصورت الکترونیکی، شرکت طلای سبز، انجمن پایش، http://www.civilica.com/Paper-ASIBCONF01-ASIBCONF01_296.html
۲۶. زارعی، اقبال؛ کرمی بلداجی، روح الله؛ حیدری، حسین؛ حسین خازنده، عباسعلی و بهارلو، غفار (۱۳۹۳). پیش بینی صفات پنج عاملی شخصیت دانشجویان بر اساس سبک های دلبستگی بزرگسالان. مجله پژوهش های علوم شناختی و رفتاری، سال چهارم، شماره ۱، ۱۶۷-۱۸۰.
۲۷. زائر رضایی، هانیه، (۱۳۸۵). هفتم در جهان، سوم در خاورمیانه. سایت روزنامه سلامت.
۲۸. سیف، علی اکبر (۱۳۸۴). روانشناسی پرورشی: روانشناسی یادگیری و آموزش (ویراست نو). تهران: آگاه.
۲۹. سیف، علی اکبر. (۱۳۸۲). روانشناسی پرورشی، روانشناسی یادگیری و آموزشی. تهران: آگاه
۳۰. سیف، علی اکبر. (۱۳۸۶). روانشناسی پرورشی. تهران: نشر آگاه.
۳۱. شارف، ریچارد اس (بدون سال). نظریه های روان درمانی و مشاوره. ترجمه مهرداد فیروز بخت (۱۳۸۱). تهران: رسا.
۳۲. شاملو، سعید (۱۳۸۲). مکاتب و نظریه ها در روان شناسی شخصیت. چاپ هفتم، تهران: رشد.
۳۳. شاهنده، مریم (۱۳۸۷). ارزیابی شخصیت، آزمون ها و پرسشنامه ها. اهواز: رسش.
۳۴. شولتز، د؛ و شولتز، ا. س. (۱۳۹۱). نظریه های شخصیت. چاپ ششم، (ترجمه ییحیی سید محمدی). تهران: نشر ویرایش. (۲۰۰۵).
۳۵. صالحی، اعظم؛ باغبان، ایران؛ بهرامی، فاطمه و احمدی، سید احمد (۱۳۹۰). رابطه بین راهبردهای شناختی تنظیم هیجان و مشکلات هیجانی با توجه به عوامل فردی و خانوادگی. فصلنامه مشاوره و روان درمانی خانواده، سال اول، شماره ۱، ۱۸-۱.
۳۶. عبدی، سلمان، باباپور خیرالدین، جلیل، و فتحی، حیدری (۱۳۸۹). رابطه سبک های تنظیم هیجانی شناختی و سلامت عمومی دانشجویان. مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی ارتش جمهوری اسلامی ایران. ۷، ۲۴۶-۲۵۸.
۳۷. عبدی، سلمان؛ باباپور، خیرالدین و فتحی، حیدر (۱۳۸۹). رابطه سبک های تنظیم هیجان شناختی و سلامت عمومی دانشجویان. مجله دانشگاه علوم پزشکی ارتش جمهوری اسلامی ایران، دوره چهارم، شماره ۸، ۲۵۸-۲۶۴.
۳۸. کریتنر، رابرتوانجلو کینکی (۱۳۸۹): مدیریت رفتار سازمانی. دکتر علی اکبر فرهنگی - دکتر حسین صفرزاده. انتشارات پویش
۳۹. کریمی، یوسف (۱۳۸۴). روان شناسی شخصیت. تهران: ویرایش.
۴۰. کریمی، یوسف (۱۳۸۹). روان شناسی شخصیت. ویرایش سوم، تهران: نشر ویرایش.
۴۱. کریمی، یوسف. (۱۳۹۲). روانشناسی شخصیت. چاپ هجدهم. تهران: نشر ویرایش.
۴۲. کرین، ویلیام. سی (بدون سال). پیشگامان روان شناسی رشد، ترجمه فرید فدایی (۱۳۸۲). تهران: اطلاعات.
۴۳. کلینکه، کریس ال. مهارت های زندگی. ترجمه شهرام محمدخانی. تهران: اسپند هنر.

۴۴. کمال پور، نسرين، وتونده جانی، حسن. (۱۳۸۵). هنجاریابی آزمون انگیزش پیشرفت هرمنس. فصلنامه پژوهشی تربیتی، ۶، ۸۶-۷۵.
۴۵. کوری، جرالد (۲۰۰۵). نظریه و کاربست مشاوره و روان درمانی. ترجمه یحیی سید محمدی (۱۳۸۵). تهران: ارسباران.
۴۶. گنجی، حمزه (۱۳۸۹). روان شناسی تفاوت های فردی. چاپ سیزدهم، تهران: بعثت.
۴۷. ماسن، هنری پاول و همکاران (۱۹۹۴). رشد و شخصیت کودک. چاپ هفدهم، ترجمه مهشید یاسایی (۱۳۸۰). تهران: ماد.
۴۸. مجیدیان، فرزاد. (۱۳۸۴). بررسی رابطه باورهای خودکارآمدی و سخت رویی با استرس شغلی مدیران مقطع متوسطه شهر سنندج. تهران: نشریه کار و جامعه، شماره ۶۶، مؤسسه کار و تامین اجتماعی.
۴۹. محمدزاده ادملایی، رجبعلی، وشهنی ییلاق، منیجه، ومحرابی زاده هنرمند، مهناز. (۱۳۸۸). مقایسه دانشجویان پسر دارای سبک های یادگیری متفاوت از لحاظ ویژگی های شخصیتی، انگیزش پیشرفت و عملکرد تحصیلی. مجله دست آوردهای روان شناختی، ۱، دوره ۴، ۱۵۴-۱۲۵.
۵۰. محمدی، محبوبه (۱۳۸۹). اثر بخشی آموزش گروهی مهارت تنظیم هیجان بر زنان مبتلا به افسردگی اساسی. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن.
۵۱. یوسفی، علیرضا؛ قاسمی، غلامرضا؛ فیروزنیا، سمانه (۱۳۸۸). ارتباط انگیزش تحصیلی با پیشرفت تحصیلی دانشجویان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، ۹، ۱، ص ۸۵-۷۹.
۵۲. یوسفی، فریده (۱۳۸۵). بررسی رابطه راهبرد های شناختی _ هیجانی با افسردگی و اضطراب در دانش آموزان مراکز راهنمایی استعدادهای درخشان. مجله پژوهش در حیطه کودکان استثنایی، سال ششم، شماره ۴، ۸۹۲-۸۷۱.
۵۳. یوسفی، ناصر (۱۳۸۹). مقایسه اثر بخشی دو رویکرد خانواده درمانی مبتنی بر طرحواره درمانی و نظام عاطفی بوون بر طرحواره های ناسازگار اولیه، تفکیک خویشتن، سبک های دلبستگی و میل به طلاق در مراجعان قضائی طلاق شهر سقز. پایان نامه دکتری مشاوره، دانشگاه اصفهان.
54. Abou-Amerrh, Orib. A., & Alraggad, Fatima. E. (2013). The relationship between adult attachment styles and personality traits. *Journal of British Social Sciences*, 1(8), 66-73.
55. Aldao, A. Nolen-Hoeksema, S. and Schweizer, S. (2010). Emotion-Regulation Strategies Across Psychopathology: A Meta-Analytic Review. *Clinical Psychology Review*. 30, (2), 217-237.
56. Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion- regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30, 217-237.
57. Amobile, Teresa M. (1990). *Within you without you the social psychology of creativity and beyond*, London.
58. Bandura, Albert. (2000). *Cultivate self-efficacy for personal and organization effectiveness Handbook of principles of organization behavior*. Oxford, uk: Blachwell. pp.120-139.
59. Bandura, A. (1989). *Human Agency in social Conilive theory*, September 1989, *American Psychologist*.
60. Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: the Exersis of control*, ChaPter6, New York: freeman.
61. Baranoff, J., & Oeil, T. (2007). Young Schema Questionnaire: Review of Psychometric and Measurement Issues, *Australian Journal of Psychology*, Vol. 59, No. 2, 78-86.

62. Berking, M., Orth, U., Wupperman, P., Meier, L. L., & Caspar, F. (2008). Prospective effects of emotion regulation skills on emotional adjustment. *J Couns Psychol.*, 55: 485-494.
63. Berndt, T.J. (1999). Friends influences on students adjustment to school. *Educational psychologist*, 34, 15-29.
64. Blanchard, C. M., Amiot, C. E., Perreault, S., Vallerand, R. J., Provencher, P. (2009) Cohesiveness coach, interpersonal style and psychological needs: Their effects on self-determination and athletes subjective well-being, *Journal of Counseling Psychology*, 52, 591-601.
65. Bowlby J. (1958). The nature of a child's tie to his mother. *Int J Psychoanal.* (99): 265-272.
66. Brandberg, Y., Sandelin, K., & Erikson, S. (2008). Psychological relations, quality of life, and body image after bilateral prophylactic mastectomy in women at high risk for breast cancer: A prospective 1-year follow-up study. *Journal of Clinical Oncology*, 26(24), 3943-3949.
67. Branden, N. (2001). *The psychology of self-esteem: A revolutionary approach to self-understanding that launched a new era in modern psychology (anniversary ed.)*. San Francisco: Jossey-Bass.
68. Chen, K. & Chung, J. (2010). Motivation in online learning: Testing a model of self-determination theory. *Computers in Human Behavior* 26, 741-752.
69. Chen, G., Gully, S.M., & Eden, D. (2001). Validation of a New General Self-Efficacy Scale. *Organizational Research Methods*, 4(1), 62-68.
70. Crocker, J. (2006). What is optimal self-esteem? In M. H. Kernis (Ed.), *Self-esteem issues and answers: A sourcebook of current perspectives*, 119-123. New York: Psychology Press.
71. Crocker, J., & Wolfe, C. T. (2001). Contingencies of self-worth. *Psychological Review*, 108, 593-623.
72. David, L., Van Rooy, A. A. & Chockalingam, V. (2004). Group differences in emotional intelligence scores: theoretical and practical implications. *Personality and Individual Differences*, 38 (3), 689-700.
73. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination.
74. Dweck, C.S. (1996). Social motivation goals and social-cognitive processes. *Understanding children's school adjustment*. Cambridge England University Press, 181-195.
75. Eccles, J. S., & Roeser, R. W. (2011). Schools as developmental contexts during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 21, 225-241.
76. Elliot, A.J., Church, M. (1997). A hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. *Journal of personality and social psychology*, 72, (1), 218-232
77. Fehr, B., & Russell, A. (1984). Concept of emotion viewed from a prototype perspective. *Journal of Experimental Psychology: General*, 113(3), 464 - 486.
78. Feist, J. and Feist, G.J. (2006). *Theory of personality*. 6th ed. MacGraw Hill.
79. Flanagan, C. (1999). *Early socialization, sociability and attachment*. London: Routledge, (PP45-59).
80. Fortman, T.L. (2006). The effects of body image on self efficacy, self esteem, and academic achievement. (A senior honors thesis at the Ohio State University).
81. Fosca, G.M., (2008). *Beyond the Parent-child Dyad: Testing Family Systems Influences on Children's Emotion Regulation*, Doctoral Dissertation of Philosophy, Marquette University, Milwaukee, Wisconsin.

82. Franken,R. (1998)Human Motivation,chapter thirteen Brook Publishing company U.S.A.
83. Gagne, Marylene; Deci, Edward L. (2005). Self-determination theory and work Motivation. *Journal of Organizational Behavior*26, 331–362.
84. Garnefski N, Kraaij V, van Etten M(2005) Specificity of relations between adolescents' cognitive emotion regulation strategies and internalizing and externalizing psychopathology. *J Adoles*28.619–631.
85. Garnefski, N., & Kraaij, V. (2009). Cognitive emotion regulation questionnaire-development of a short18- item version (CERQ-short). *Pers Individ Dif*, 41: 1045-1053.
86. Lev E, Daley KM, Conner NE, Reith M, Fernandez C, Owen SV. An intervention to increase quality of life and self-care selfefficacy and decrease symptoms in breast cancer patients. *Sch Inq Nurs Pract* 2001; 15(3): 277-294.
87. Mayer. J.D. .Caruso .D.R..& Salovey .P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for intelligence, *Intelligence* ,27 ,267-298.
88. McAdams,D.P. (1982).Experiences of intimacy and power:Relationships between social motives and autobiographical memory.*Journal of personality and social psychology*,42,292-302.
89. Mehsen,m.y.,vidik,A, somerlund.b,& Zachariae.R. (2005). Age and gender difference in negative affect-is there a role for emotion regulation. *Personality and individual difference*,8, 1935-1946.
90. Mennin, D. S., & Farach, F. J. (2007). Emotionand evolving treatments for adultpsychopathology. *Clinical Psychology: Scienceand Practice*, 14, 329-352.
91. -MiKulincer, M. & shaver, P.R. (2007).Attachment in adulthood:structure,dynamics,and change.New york: Guilford press.
92. Pellitteri, J. (2009). The relationship between emotional intelligence and ego defensemechanisms.*Journal of Psychology*, 136(2), 182-194.
93. Petrocelli JV, Glaser BA, Calhoun GB and CampbellLF(2001). Cognitive schemas asmediating variables of therelationship between the self-defeating personality anddepression. *J Psychopathol Behav Assessment*;23(3): 183-191.
94. Roca, Juan Carlos; Gagne, Marylene (2008). Understanding e-learning continuanceintention in the workplace: A self-determination theory perspective. *Computers inHuman Behavior*24, 1585–1604.
95. Scherer, K. R. (1984). On the nature and function of emotion:A component process approach. In K.R. Scherer & P.Ekman (Eds.), *Approaches to emotion* (pp. 293-318).
96. Schutz, P. A., Benson, J., & Decuir-Gunby, J. T. (2008). Approach/ avoidance motives, test emotions, and emotional regulation related to testing. *Journal of Anxiety, stress and coping*, 21.263 – 281.
97. Shaikholeslami, R., Khayyer, M. (2006) Intrinsic motivation, Extrinsic motivation, and learningEnglish as a foreign language. *Psychological Reports*, 99, 813-818.
98. Sharpe, SH. A. (2004). *The Ways We Love: A Developmental Approach to Treating Couples* (The Guilford Family Therapy Series).
99. Tauer,J.M.,Harackiewicz,J.M. (1999).Winning isn't everything:Competition, achievement orientation,and intrinsic motivation.*Journal of Experimenta social psychology*,32, 209-238.
100. Thimm, (2010). Mediation of Early Maladaptive Schemas between Perceptions of Pparental Rearing Style and Personality DisorderSymptoms, *J. Behav, Ther., & Exp. Psychiat*, 41 .52-59.

101. Thompson, R.A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. In N.A. Fox (ed), *The Development Of Emotion Regulation Biological And Behavioral Considerations* (pp.25-52). Chicago: The University Of Chicago Press.
102. Trinidad, D.R., Jahnsone, C.A. (2000). The association between emotional intelligence and early adolescent tobacco and alcohol use. *Personality and Individual Differences*, 32, 95-105.
103. Troy, A.S. (2012). *Cognitive Reappraisal Ability As A Protective Factor: Resilience to stress across time and context*. Doctoral Dissertation of Philosophy. University of Denver.
104. Trzesniewski, K. H, Donnellan, M. B., Moffit, T. E., Robins, R. W, Poulton, R., & Caspi, A. (2009). Deficit in self concept during adolescence predicts poor health, criminal behavior, and limited economic prospects during adulthood. *Development Psychology*, 42, 381-390.
105. Tudor, K. Worrall, M. (2006). *Person-Center Therapy: A clinical philosophy*. Routledge.
106. Unierzyski, P. (2003) achievement motivation in young tennis players. *Journal of sports science and medicine*, 2, 144-186.
107. Urdan, T. & Schoenfelder, E. (2006). Classroom effects on student motivation: Goal structures, social relationship, and competence beliefs. *Journal of School Psychology*, 44, 331-349.
108. Yelsma, P., & Sherilyn, M. (2003). An Examination of Couples' Difficulties With Emotional Expressiveness and Their Marital Satisfaction. *Journal of family communication*, 3(1), 41-62.
109. Yoo, S. H., Matsumoto, D., & LeRoux, J. A. (2006). The influence of emotion recognition and emotion regulation on intercultural adjustment. *Int J Intercult Relat*, 30: 345-363.
110. Yousefi, F. (2006). Studying the relationship between cognitive regulation strategies of emotion with depression and anxiety in student of talented schools. *Research on exceptional children*, 6(4), 871-892.
111. Zhang, D. H., & He, H. L. (2010) Personality traits and life satisfaction: A Chinese case study. *Social behaviour and Personality*, 38(8), 1119-1122.
112. Zlomke, K.R., & Hahn, K.S. (2010). Cognitive emotion regulation strategies: Gender differences and associations to worry. *Personality and Individual Differences*, 48, 408-413.