

نقش ابعاد شخصیتی هگزاگو و کنترل شناختی هیجان در پیش بینی تعارض زناشویی

فرناز ابهر زنجانی^۱، ملیکا برادران هاشمی^۲

^۱ عضو هیات علمی و استادیار گروه روانشناسی مؤسسه آموزش عالی اقبال لاهوری، خراسان رضوی، مشهد (نویسنده مسئول)

^۲ کارشناسی روانشناسی، مؤسسه آموزش عالی اقبال لاهوری، خراسان رضوی، مشهد

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر، تعیین نقش ابعاد شخصیتی هگزاگو و تنظیم شناختی هیجان در پیش بینی تعارض زناشویی بود. پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زنان متأهل در شهرستان مشهد در سال ۱۴۰۰ بود و روش نمونه گیری در این پژوهش نمونه گیری در دسترس بود. بدین منظور ۱۲۵ نفر از زنان به صورت در دسترس انتخاب شدند و پرسشنامه های تعارض زناشویی تجدید نظر شده ثنائی و فرم کوتاه پرسشنامه شخصیتی هگزاگو و پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گرانفسکی را تکمیل کردند. **یافته ها:** داده های پژوهش با روش های ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون گام به گام تجزیه و تحلیل شدند. نتایج نشان داد که بین تهییج پذیری ($r=0/21$)، برون گرایی ($r=-0/26$) از ابعاد شخصیتی هگزاگو و سرزنش دیگری ($r=0/41$)، نشخوار فکری ($r=0/48$)، فاجعه آمیز کردن ($r=0/43$)، پذیرش ($r=0/36$)، تمرکز مثبت مجدد ($r=-0/18$)، ارزیابی مثبت ($r=-0/34$) و دیدگاه پذیری ($r=-0/23$) از مولفه های تنظیم شناختی هیجان با تعارض زناشویی زنان متأهل رابطه معناداری وجود دارند. از میان ابعاد شخصیتی هگزاگو، تهییج پذیری و برون گرایی و همچنین از میان مولفه های تنظیم شناختی هیجان، نشخوار فکری، پذیرش و ارزیابی مثبت، توان پیش بینی تعارض زناشویی را داشتند. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام حاکی از آن است که ویژگی های شخصیتی و تنظیم شناختی هیجان نقش معناداری در تبیین واریانس تعارضات زناشویی دارند. **استنتاج:** ابعاد شخصیتی هگزاگو تنظیم شناختی هیجان نقش مهمی در تعارضات زناشویی زنان ایفا می کنند.

واژه های کلیدی: ابعاد شخصیتی هگزاگو، تنظیم شناختی هیجان، تعارضات زناشویی

مقدمه

نهاد خانواده یکی از محوری ترین محیط های تربیتی است که در حفظ سلامت روانی، اجتماعی و جسمانی فرد نقش به سزایی دارد. از آنجایی که رضایت زناشویی باعث استحکام روابط خانواده و افزایش راندمان کار و ایجاد جامعه ای پویا و سالم می گردد کاهش تعارضات زناشویی از ضروریات می باشد. تعارض خیلی زیاد پیامدهای ناگواری را برای زوجین و خانواده ایجاد کرده و زمینه فروپاشی رابطه را فراهم می کند (رووی، ۱۹۹۸).

از عوامل تعیین کننده و اثرگذار بر روابط زناشویی، تعارض های زناشویی می باشد که وجود آن می تواند صمیمیت و ایجاد رابطه عاشقانه را مختل و در نتیجه بر کیفیت زندگی نیز اثر منفی بگذارد (ویت سون و ال - شیخ، ۲۰۰۳). هنگامی که بین زوج ها عدم توافق ناسازگاری روی می دهد گفته می شود که تعارض رخ داده است (کهن، ۱۹۹۲). به عبارت دیگر هر جا عدم توافق، تفاوت یا ناسازگاری بین همسران وجود داشته باشد تعارض پدید خواهد آمد (مارک و هالفورد، ۲۰۰۵). وقتی که تعارض های بین فردی رخ میدهد، افراد احساسات ناخوشایندی را تجربه میکنند. اکثر بیماران درمان را جستجو میکنند. به دلیل اینکه آنها نمی توانند احساساتشان را به فعالیت مؤثری کانال بزنند، بلکه مضطرب شده و از دفاع ها استفاده میکنند (فرد اریکسون، ۲۰۰۸). همچنین همسران متعارض را کسانی میدانند که از عادات و شخصیت همسر خود ناراضی بوده و دارای مشکل ارتباطی در حوزه های گوناگون هستند، که این مشکلات سازگاری زناشویی در طول زندگی مشترک و جنبه های مختلف اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی خانوار را تحت تأثیر میگذارد و سبب کاهش دلگرمی و صمیمیت اعضای خانواده میشود (کیکولت گلاسر و همکاران، ۱۹۹۷). تعارض در روابط زوج ها اجتناب ناپذیر است، هنگامی که تعارض رخ می دهد هیجان های تشدید شده اغلب سوگیری در توجه، تفکر قطبی و تشدید تعارض در پی دارند (اسپیتز برگ و کاپچ، ۲۰۱۳).

تنظیم شناختی هیجان^۲ اشاره به فرآیندهایی دارد که فرد از طریق آن مشخص میکند چه هیجانی، در چه زمانی و چگونه تجربه شود (اسزسیگیل، بوسزنی و بازینسکا، ۲۰۱۲). راهبردهای شناختی تنظیم هیجان در دو دسته کلی مثبت و منفی طبقه بندی میشوند. راهبردهای مثبت شامل تمرکز مجدد مثبت^۳، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی^۴، ارزیابی مجدد مثبت^۵، دیدگاه پذیری^۶ و پذیرش^۷ و راهبردهای منفی شامل ملامت خویش^۸، ملامت دیگران^۹، فاجعه انگاری^{۱۰} و نشخوار فکری^{۱۱}

Marital conflicts^۱

Emotional cognitive regulation^۲

Positive refocusing^۳

Refocus on planning^۴

Positive reappraisal^۵

Putting into perspective^۶

acceptance^۷

Self-blame^۸

Blaming others^۹

است (گرانفسکی، کرایچ و اسپینهوون، ۲۰۰۲). تنظیم شناختی هیجان فرایندی است که از طریق آن افراد هیجان های خود را به صورت هشیار یا ناهشیار تعدیل می کنند (بارق و ویلیامز، ۲۰۰۷؛ روتنبرگ و گروس، ۲۰۰۳) تا به طور مناسب به تقاضاهای محیطی متنوع پاسخ دهند (تامپسون، ۱۹۹۴). تنظیم شناختی هیجان در واقع به شیوه شناختی مدیریت و دستکاری ورود اطلاعات فراخواننده هیجان اشاره دارد که میتواند کیفیت زندگی زوجین را ارتقا دهد (اوکسنر و گروس، ۲۰۰۵). به عبارت دیگر، راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، به نحوه تفکر افراد پس از بروز یک تجربه منفی یا واقعه آسیبزا برای آنها اطلاق می شود (حسنی، آزاد فلاح، رسولزاده طباطبایی و عشایری، ۱۳۸۷). بنابر این تنظیم سبکهای شناختی هیجان می تواند بر کیفیت روابط زندگی زناشویی اثرگذار باشد و روابط زناشویی را بهبود بخشد (محمدی، فرنام و محبوبی، ۱۳۹۰). تنظیم شناختی هیجانی یکی از مهمترین تکالیف برای سلامت جسمی و روان شناختی به ویژه در روابط زناشویی میباشد (کرینگ و ورنر، ۲۰۰۴).

ابعاد شخصیتی نیز که از عوامل دیگر است که می تواند در ایجاد یا تشدید بسیاری از اختلالات نقش داشته باشد به همین منظور برخی از پژوهشگران به بررسی ابعاد شخصیت عبارت از الگویی به نسبت پایدار صفات، گرایش ها یا ویژگی هایی که تا اندازه ای به رفتار دوام می بخشد به طور اختصاصی تر، شخصیت از صفات یا گرایش های تشکیل می شود که به تفاوت های فردی در رفتار، ثبات رفتار در طول زمان و تداوم رفتار در موقعیت های گوناگون می انجامد. این صفات می توانند منحصر به فرد باشند، یا کل اعضای گونه در آن سهیم باشند، اما الگوهای آنها در هر فرد تفاوت دارند. مدل پیشنهادی در رابطه با ساختار شخصیت که در این پژوهش به کار رفته است، مدل ۶ عاملی HEXACO^۲ از که نام اصلی آن از سر واژه های صداقت_ فروتنی^{۱۳}، تهییج پذیری^{۱۴}، برون گرایی^{۱۵}، توافق^{۱۶}، وجدان بودن^{۱۷} و گشودگی به تجربه^{۱۸} گرفته شده است. یکی از عواملی که با تعارضات زناشویی مرتبط است شخصیت است، شخصیت از عوامل تعیین کننده ی واکنشهای ماتحت شرایط استرس آمیز است شخصیت به عنوان شیوه ی فکر، احساس و رفتار که ما را از دیگران متمایز میکند تعریف شده است (شوینا و لونسون، ۲۰۰۷؛ به نقل از علی پور، حسنی، سعید پور، ۱۳۹۴). شخصیت با تفاوت هایی که در هیجان و شناخت باعث می شود، میتواند از عوامل مستعد کننده ابتلا به اختلالات روان پزشکی محسوب شود (فاولس، ۱۹۹۴؛ به نقل از علی پور و همکاران، ۱۳۹۴). شخصیت میتواند عامل مهمی در شرایط پراسترس باشد و موجب پاسخهای متفاوتی بشود، «شوینا» بر این نکته

catastrophizing^{۱۱}Focus on thought/rumination^{۱۱}Model six-factor model^{۱۲}Honesty- Humility^{۱۳}Emotionality^{۱۴}Extraversion^{۱۵}Agreeableness^{۱۶}Conscientiousness^{۱۷}Openness to experience^{۱۸}

تأکید دارد که رضایت و تعارضات زناشویی بیشترین تأثیر را از ویژگیهای شخصیتی دریافت می کند؛ و شناخت هر چه بیشتر تیپ شخصیتی خود و همسر از جمله عواملی است که میتواند در کاهش تعارضات زناشویی مفید واقع شود (شویتا و لونسون، ۲۰۰۷).

در پژوهشی که در این راستا میرزایی و همکاران بر روی ۲۰۰ نفر از کارکنان متاهل بیمارستان شهید بهشتی شیراز انجام دادند، نتایج نشان داد آموزش راهبردهای تنظیم هیجان باعث کاهش تعارضات در ابعاد مختلف آن می گردد. در پژوهشی دیگر که روی ۲۱۰ نفر (۱۰۵ زوج) مراجعه کننده به کلینیک های مشاوره در شهر اصفهان صورت گرفت و به بررسی نقش واسطه گری تعارضات زناشویی و سبک های تنظیم هیجانی و کیفیت روابط جنسی پرداخته شده بود، نتایج نشان دادند که تعارضات زناشویی نقش واسطه گری معناداری در رابطه بین سبک های تنظیم شناختی هیجان و کیفیت رابطه جنسی ایفا می نماید (درعلی و سهرابی، ۱۳۹۳). شاکریان در پژوهشی به بررسی نقش ابعاد شخصیت و جنسیت در پیش بینی سازگاری زناشویی روی ۲۲۴ زوج دانشجو پرداخته بود. نتایج آن نشان داده بود که ویژگی های شخصیتی برون گرایی، دلبازی بودن، وظیفه شناسی، روان نژدی و جنسیت می تواند سازگاری زناشویی را پیش بینی کند.

تعارضات زناشویی از مهم ترین زمینه های ایجاد مشکلات و پیامدهای منفی در بین زوجین است که می تواند منجر به طلاق شود که در صورت وجود فرزند، این ضلع سوم رابطه هم از آسیب های تعارض زناشویی در امان نخواهد ماند و آسیب بالایی برای انواع اختلالات روان پزشکی و جسمی را پیدا خواهد کرد (فرانکل و همکاران، ۲۰۱۵). بر همین اساس با توجه به ضرورت شناخت هر چه بیشتر عوامل مرتبط با تعارض زناشویی و این که هیچ پژوهشی به بررسی نقش ابعاد شخصیتی هگزاکو، تنظیم شناختی هیجان در تعارضات زناشویی نپرداخته بود، در این پژوهش بر آن شدیم تا نقش ابعاد شخصیت هگزاکو و تنظیم شناختی هیجان را در رابطه با تعارضات زناشویی مشخص کنیم.

مواد و روش

پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی بود که در شهر مشهد در سال ۱۴۰۰ صورت گرفت. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زنان متاهل ساکن شهر مشهد بودند. برای انتخاب نمونه مورد نظر از شیوه نمونه گیری در دسترس استفاده شده است که ۱۲۵ نفر (زن متاهل) با تکمیل پرسشنامه ای که به صورت مجازی تهیه گردیده بود و با لحاظ کردن معیارهای ورود و خروج به پژوهش شامل، رده سنی ۲۰ تا ۶۰ سال، طول مدت زندگی مشترک، تحصیلات، حداقل گذراندن یک سال زندگی مشترک و رضایت آگاهانه وارد پژوهش گردیدند.

از پرسشنامه های زیر جهت گردآوری اطلاعات استفاده گردید:

پرسشنامه تعارضات زناشویی ثنایی: طرح اولیه این پرسشنامه توسط ترابی و زیر نظر ثنائی (۱۳۷۵) تهیه و تنظیم شد که شامل ۵۴ سوال است و ۷ بعد زمینه تعارض زناشویی را اندازه گیری می کند. این ابعاد عبارتند از ۱- کاهش همکاری، ۲- کاهش رابطه جنسی، ۳- افزایش واکنش هیجانی، ۴- افزایش رابطه فردی با خویشاوندان، ۵- کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر، ۶- جدا کردن امور مالی از یکدیگر، ۷- افزایش جلب حمایت از فرزندان. دهقان (۱۳۸۰) میزان پایایی هر یک از مقیاس های این آزمون را بر روی یک گروه سی نفری به شرح زیر به دست آورد کاهش همکاری ۷۳٪، کاهش روابط

جنسی ۶۰٪، افزایش واکنش هیجانات ۷۴٪، افزایش حمایت از فرزندان ۶۵٪، کاهش رابطه خانوادگی با اقوام همسر ۸۲٪، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان ۸۱٪، جدا کردن امور مالی ۶۹٪، ضریب آلفای کرونباخ توسط براتی (۱۳۷۵) به نقل از دهقان (۱۳۸۰) بر روی یک نمونه تصادفی برای مقیاس های مختلف عبارت بوده است کاهش همکاری ۳۰٪، رابطه جنسی ۵۰٪، واکنش هیجانی ۷۳٪، جلب حمایت از فرزندان ۶۰٪، افزایش رابطه با اقوام ۶۴٪، جدا کردن امور مالی ۵۱٪ و ضریب آلفای کرونباخ برای کل آزمون ۵۲٪ به دست آمد. همچنین روایی و پایایی فرم تجدید نظر شده پرسشنامه تعارضات زناشویی در سال ۱۳۸۷ توسط ثنائی، براتی و بوستانی پور مورد بررسی قرار گرفت آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه برابر با ۹۶٪ به دست آمد. نمره گذاری به صورت مقیاس ۵ لیکرت می باشد. حداکثر نمره کل پرسشنامه ۲۷۰ و حداقل آن ۵۴ است و به صورت هرگز (۱)، به ندرت (۲)، گاهی (۳)، اکثراً (۴)، همیشه (۵) است و سوالات ۴۷، ۵۴، ۴۵، ۳۳، ۳۰، ۲۶، ۱۴، ۱۱، ۳۰ به صورت معکوس نمره گذاری می شود.

پرسشنامه تنظیم شناختی هیجانی: پرسشنامه ی تنظیم شناختی هیجان توسط گرانفسکی و همکاران (۲۰۰۱) طراحی شده جهت شناسایی راهبردهای مقابله ای شناختی افراد پس از تجربه کردن وقایع یا موقعیت های منفی مورد استفاده قرار می گیرد. این پرسشنامه افکار فرد را پس از مواجه با یک تجربه منفی یا آسیب زا ارزیابی می کند. این پرسشنامه از ۳۶ سوال و ۹ خرده مقیاس شامل سرزنش خود (سوالات ۱۰، ۱۰، ۲۸، ۱۹)، سرزنش دیگران (سوالات ۱۸، ۲۷، ۳۶، ۹)، نشخوار فکری (سوالات ۳، ۱۲، ۲۱، ۳۰)، فاجعه آمیز پنداری (سوالات ۸، ۱۷، ۳۵، ۲۶)، پذیرش (سوالات ۳۰، ۲۱، ۳۰)، تمرکز مثبت (۳۱، ۲۲، ۱۳، ۴)، تمرکز مجدد بر ارزیابی مجدد (سوالات ۳۲، ۲۳، ۱۴، ۵)، ارزیابی مجدد مثبت (سوالات ۳۳، ۲۴، ۱۵، ۶)، دیدگاه پذیری (سوالات ۳۵، ۲۵، ۱۶، ۷) تشکیل شده است. روش نمره گذاری همیشه (۵)، اغلب (۴)، مرتباً (۳)، گاهی (۲)، هرگز (۱) می باشد. پایایی بازآزمایی نشان داد که راهبردهای مقابله شناختی از ثبات درونی برخوردارند و همسانی درونی غالب مقیاس ها با ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۸۰ تایید شده است. پایایی بازآزمایی و همسانی درونی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان در حد رضایت بخش مورد تأیید قرار گرفت (بشارت و بزازیان، ۱۳۹۴). نسخه عربی آن در کشورهای عربستان، کویت و قطر در بررسی ساختار نه عاملی آن نشان داده شده است که بین پرسشنامه عاطفه مثبت و منفی با پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان رابطه معنا داری وجود دارد که نشان دهنده روایی همگرایی پرسشنامه است (میگریا، لاتزمن، العطیه و الرشیدی، ۲۰۱۶). همچنین بر روی نمونه های رومانیایی آلفای کرونباخ ۰/۵۹ گزارش شده است (بروکمن، سیاروچی، پارکر و کاشدان، ۲۰۱۷).

پرسشنامه شخصیت هگزاگو: پرسشنامه شخصیتی هگزاگو مدلی از ابعاد عاملی شخصیت است که دارای ۶۰ سوال می باشد و شش بعد صداقت - تواضع، تهییج پذیری، برون گرایی، توافق پذیری، با وجدان بودن و گشودگی به تجربه را شامل می شود که هر بعد دارای ۱۰ سوال هست. نمره گذاری این پرسشنامه به صورت لیکرت می باشد، به این صورت که دامنه بین ۱ الی ۵ است. اشتون ولی، آلفای کرونباخ را برای صداقت - تواضع (۰/۹۲)، تهییج پذیری (۰/۹۰)، توافق (۰/۸۹)، با وجدان بودن (۰/۸۹) و گشودگی به تجربه (۰/۹۰) گزارش کردند. همچنین بشیری، پایایی این مقیاس را با استفاده از تحلیل عامل اکتشافی تحلیل مانوا، برای هر کدام از مولفه های صداقت - تواضع، تهییج پذیری، برون گرایی، توافق پذیری، با وجدان بودن و گشودگی به تجربه را به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۷۴، ۰/۸۱، ۰/۷۳، ۰/۷۱، ۰/۷۶ و همبستگی بین ابعاد پرسش نامه شخصیتی نیو و پرسشنامه شخصیتی هگزاگو در بالاترین و پایین ترین سطح از ۰/۲۸ (برون گرایی) تا ۰/۷۴ (توافق پذیری) گزارش کرد (بشیری، ۲۰۱۰).

یافته ها

همان طور که در جدول شماره ۱ مشاهده می شود، میانگین و انحراف معیار نمره کل ابعاد شخصیتی هگزاکو به ترتیب ۷۱،۲۶ و ۷،۱۵۳، میانگین و انحراف معیار نمره کل تنظیم شناختی هیجان به ترتیب ۱۱۸،۰۶ و ۱۳،۸۲۶، میانگین و انحراف معیار تعارض زناشویی به ترتیب ۱۰۹،۰۶ و ۲۲،۹۴۸ است.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار نمرات ابعاد شخصیتی، تنظیم شناختی و تعارض زناشویی

متغیر	میانگین	انحراف معیار
صداقت و تواضع	۱۱،۶۲	۲،۳۳۷
تهییج پذیری	۱۰،۹۴	۲،۲۹۱
برونگرایی	۱۳،۵۶	۱،۵۸۸
توافق	۱۲،۲۴	۲،۲۲۳
وجدان	۱۰،۵۷	۱،۷۱۵
گشودگی به تجربه	۱۲،۳۲	۲،۲۵۸
کل	۷۱،۲۶	۷،۱۵۳
سرزنش خود	۱۲،۲۵	۲،۹۵۰
سرزنش دیگران	۱۰،۰۴	۳،۴۵۱
نشخوار فکری	۱۲،۸۸	۲،۸۳۳
فاجعه انگاری	۱۰،۷۰	۳،۲۹۵
پذیرش	۱۲،۷۸	۲،۶۵۱
تمرکز مثبت	۱۴،۲۷	۲،۵۴۱
ارزیابی مجدد مثبت	۱۴،۹۳	۳،۱۸۸
تمرکز مجدد	۱۵،۷۵	۲،۶۰۸
دیدگاه پذیری	۱۴،۴۶	۲،۸۴۷
کل	۱۱۸،۰۶	۱۳،۸۲۶
تعارض زناشویی	۱۰۹،۰۶	۲۲،۹۴۸

همان طور که در جدول شماره ۲ مشاهده می شود، تهییج پذیری ($r=0/21$) با تعارض زناشویی رابطه مثبت معنا دار و برون گرایی ($r=-0/26$) با تعارض زناشویی رابطه منفی معنا دار داشتند و به عبارت دیگر، با کاهش تهییج پذیری، تعارضات زناشویی کاهش می یافت و با افزایش برون گرایی تعارضات زناشویی کاهش می یافت. صداقت و تواضع ($r=-0/005$)، توافق ($r=-0/063$)، وجدان ($r=-0/146$)، گشودگی به تجربه ($r=-0/570$) با تعارضات زناشویی رابطه معنا داری نداشتند و به عبارت دیگر، با افزایش یا کاهش صداقت و تواضع، توافق، وجدان و گشودگی به تجربه تغییری در تعارضات زناشویی ایجاد نمی گردد.

جدول ۲. ضریب همبستگی ابعاد شخصیتی هگزاگو و تعارض زناشویی زنان متأهل

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱- صداقت و تواضع	۱						
۲- تهییج پذیری	۰,۱۷۱	۱					
۳- برون گرایی	۰,۲۲۷*	-۰,۱۳۳	۱				
۴- توافق	۰,۲۳۹**	۰,۱۷۴	۰,۳۱۸**	۱			
۵- وجدان	۰,۲۰۹*	۰,۱۴۸	۰,۱۹۰*	۰,۱۱۴	۱		
۶- گشودگی	۰,۲۶۸**	۰,۲۳۱**	۰,۰۹۱	۰,۳۰۸**	۰,۲۸۶**	۱	
۷- تعارض زناشویی	-۰,۰۰۵	۰,۲۱۱*	-۰,۲۶۲**	-۰,۰۶۳	-۰,۱۴۶	-۰,۵۷	۱

* معناداری در سطح ۰,۰۵، ** معناداری در سطح ۰,۰۱

همانطور که در جدول شماره ۳ مشاهده می شود، سرزنش دیگری ($r = ۰,۴۱۲$) با تعارض زناشویی رابطه مثبت و معناداری و نشخوار فکری ($r = ۰,۴۸۷$) با تعارض زناشویی رابطه مثبت و معنا دار و فاجعه آمیزی ($r = ۰,۴۳۲$) با تعارض زناشویی رابطه مثبت و معنا دار و پذیرش ($r = ۰,۳۶۴$) با تعارض زناشویی رابطه مثبت و معنا داری داشتند و به عبارت دیگر، با کاهش سرزنش دیگری و نشخوار فکری و فاجعه آمیز کردن و پذیرش، تعارض زناشویی کاهش می یافت. ارزیابی مثبت ($r = -۰,۳۳۹$) با تعارض زناشویی رابطه منفی و معنا دار و تمرکز مجدد ($r = -۰,۱۷۹$) با تعارض زناشویی رابطه منفی و معنا دار و دیدگاه پذیری ($r = -۰,۲۳۰$) با تعارض زناشویی رابطه منفی و معنا داری داشتند و به عبارت دیگر، با افزایش ارزیابی مثبت و تمرکز مجدد و دیدگاه پذیری، تعارض زناشویی کاهش می یافت. تمرکز مثبت ($r = -۰,۰۸$) رابطه معناداری با تعارضات زناشویی نداشت و به عبارت دیگر، با افزایش یا کاهش تمرکز مثبت تغییری در تعارضات زناشویی ایجاد نمی گردد.

جدول ۳. ضریب همبستگی تنظیم شناختی هیجان و تعارض زناشویی زنان متأهل

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱- سرزنش خود	۱									
۲- سرزنش دیگری	۰,۰۷۹	۱								
۳- نشخوار فکری	۰,۲۷۴	۰,۵۵۱**	۱							
۴- فاجعه آمیز	۰,۳۰۹**	۰,۲۸۳**	۰,۵۶۰**	۱						
۵- پذیرش	۰,۳۶۱**	۰,۲۶۶**	۰,۳۲۵**	۰,۳۸۴**	۱					
۶- تمرکز مثبت	-۰,۰۱۲	-۰,۱۳۶	۰,۰۰۹	-۰,۰۶۳	۰,۰۷۳	۱				
۷- ارزیابی مثبت	-۰,۰۴۱	-۰,۳۴۱*	-۰,۱۴۱	-۰,۱۱۹	-۰,۰۱۲	۰,۶۳۸**	۱			
۸- تمرکز مجدد	۰,۰۸۴	-۰,۰۸۸	۰,۰۸۹	۰,۰۱۶	۰,۰۹۶	۰,۷۶۸**	۰,۷۷۴**	۱		

۹ دیدگاه	۰,۱۷۱	-۰,۲۹۹*	-۰,۰۲۴	-۰,۰۱۹	۰,۱۳۹	۰,۴۷۳**	۰,۷۳۳**	۰,۵۴۹**	۱
پذیری		*							
۱۰- تعارض	۰,۱۲۸	۰,۴۱۲**	۰,۴۸۷**	۰,۴۳۲**	۰,۳۶۴**	-۰,۰۸	-۰,۳۳۹**	-۰,۱۷۹*	-۰,۲۳۰*
									*

* معناداری در سطح ۰,۰۵، ** معناداری در سطح ۰,۰۱

برای تعیین تاثیر هریک از متغیرهای ویژگی های شخصیتی، تنظیم شناختی هیجان به عنوان متغیرهای پیش بین و تعارضات زناشویی به عنوان متغیر ملاک در معادله رگرسیون، تحلیل شدند. در جدول شماره ۴، میزان F مشاهده شده معنی دار است ($P < 0,01$) که بیانگر درست بودن معادله از لحاظ آماری است و همچنین نتایج نشان می دهد ۱۰ درصد از واریانس تعارضات زناشویی توسط این متغیرها تبیین می شود.

برون گرایی ($\beta = -0,238$) و تهییج پذیری ($\beta = 0,180$) می توانند تغییرات مربوط به تعارضات زناشویی را به صورت معنا داری پیش بینی کنند.

جدول ۴. نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام تعارض زناشویی براساس ویژگی شخصیتی

گام	متغیرها	B	β	T	Sig	F	Sig(F)	R ²
۱	برون گرایی	-۳,۷۸۰	-۰,۲۶۲	-۳,۰۰۷	۰,۰۰۳	۹,۰۳۹	۰,۰۰۳	۰,۰۶۸
۲	برون گرایی	-۳,۴۳۴	-۰,۲۳۸	-۲,۷۴۳	۰,۰۰۷	۶,۷۹۵	۰,۰۰۲	۰,۱۰۰
	تهییج پذیری	۱,۸۰۲	۰,۱۸۰	۲,۰۷۵	۰,۰۴۰			

در جدول شماره ۵، میزان F مشاهده شده معنی دار است ($P < 0,001$) که بیانگر درست بودن معادله از لحاظ آماری است و همچنین نتایج نشان می دهد که ۳۵ درصد از واریانس تعارضات زناشویی توسط این متغیرها پیش بینی می شود.

نشخوار فکری ($\beta = 0,369$)، ارزیابی مثبت ($\beta = -0,284$) و پذیرش ($\beta = 0,241$) به ترتیب می توانند تغییرات مربوط به تعارضات زناشویی را در زنان متاهل به صورت معنی داری پیش بینی کنند.

جدول ۵. نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام تعارض زناشویی براساس تنظیم شناختی هیجان

گام	متغیرها	B	β	T	Sig	F	Sig(F)	R ²
۱	نشخوار فکری	۳,۹۴۷	۰,۴۸۷	۶,۱۸۸	<۰,۰۰۱	۳۸,۲۹۶	<۰,۰۰۱	۰,۲۳۱
۲	نشخوار فکری	۳,۶۳۲	۰,۴۴۸	۵,۹۱۰	<۰,۰۰۱	۲۷,۶۶۲	<۰,۰۰۱	۰,۳۰۱
	ارزیابی مثبت	-۱,۹۸۵	-۰,۲۷۶	-۳,۶۳۶	<۰,۰۰۱			
۳	نشخوار فکری	۲,۹۸۹	۰,۳۶۹	۴,۷۶۲	<۰,۰۰۱	۲۳,۰۵۱	<۰,۰۰۱	۰,۳۶۴
	ارزیابی مثبت	-۲,۰۴۵	-۰,۲۸۴	-۳,۸۷۵	<۰,۰۰۱			
	پذیرش	۲,۰۸۲	۰,۲۴۱	۳,۱۳۵	۰,۰۰۲			

بحث و نتیجه گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش ابعاد شخصیتی هگزاگو، تنظیم شناختی هیجان در پیش بینی تعارضات زناشویی زنان متاهل بود. نتایج حاصل از پژوهش نشان داد تهییج پذیری، برون گرایی، سرزنش دیگری، نشخوار فکری، پذیرش، ارزیابی مثبت، تمرکز مجدد، دیدگاه پذیری با تعارض زناشویی رابطه معنی دار دارند و همچنین ابعاد شخصیتی تهییج پذیری و برون

گرایی و نشخوار فکری و ارزیابی مثبت و پذیرش می توانند تغییرات مربوط به تعارض زناشویی را در زنان متاهل پیش بینی کنند.

همان طور که ذکر شد نتایج حاصل از پژوهش نشان داد که بعد شخصیتی تهییج پذیری قادر به پیش بینی تعارضات زناشویی زنان متاهل می باشد. این نتایج با مطالعات اشتون و لی (۲۰۰۸)؛ همخوانی دارد. در تبیین این یافته می توان گفت که تهییج پذیری یک ویژگی شخصیتی است که ارتباط تنگاتنگی با تعارضات زناشویی دارد و با عدم ثبات عاطفی و عواطف منفی چون ترس، غم، برانگیختگی، عصبانیت، خشم، احساس گناه و نفرت همراه است. از آنجا که هیجان های مخرب در سازگاری فرد و محیط تاثیر دارند، افرادی که نمره های بالا در این شاخص باشند، احتمال بیشتری دارد که دارای باورهای غیر منطقی باشند و قدرت کمتری در کنترل تکانه ها و در جه های انطباق ضعیف تری با دیگران داشته باشند و در هنگام رویارویی با فشار های روانی، ساز و کارهای مقابله ای را به کار گیرند (اشتون و لی ۲۰۰۸؛ به نقل از ایل بیگی قلعه نی ورستمی، ۱۳۹۳).

پژوهش های زیادی به نقش شخصیت در رضایت زناشویی و نارضایتی زناشویی پرداخته اند و همگی به اهمیت شخصیت در ارتباطات زناشویی اذعان داشته اند. همسران وظیفه شناس کمتر ممکن است انتقاد از همسران را برانگیزانند که در نتیجه میزان و یا شدت تعارضات زناشویی را کاهش می دهد. وظیفه شناسی کمتر ایجاد تعارض می کند، چرا که این افراد عموم مسؤلیت پذیر، مورد اطمینان و سخت کوش هستند (هولکین، مدنی و لواسانی، ۲۰۱۵؛ به نقل از محمدی، باباپور، علی پور، ۱۳۹۳). این مدل شخصیتی با عواملی مانند پذیرش بالا می تواند منجر به توجه بیشتر به جنبه های مثبت همسر بشود و این خود عاملی در جهت افزایش رضایت زناشویی است، حتی این ویژگی با طلاق عاطفی کمتر نیز ارتباط دارد (تاواراس و آسوه، ۲۰۱۳؛ به نقل از محمدی و همکاران، ۱۳۹۳).

سازگاری با رضایت زناشویی همبستگی مثبت و با تعارضات زناشویی همبستگی منفی دارد همسو است. این عامل با خوش قلب بودن، دلسوز بودن، ساده دل بودن همراه است. افرادی که در این عامل نمره بالایی می گیرند دارای حس همکاری، کمک کننده، فداکار، درستکار و از خود گذشته اند. این افراد بیشتر سازگار هستند و مقبولیت، تعاون و اعتماد و بخشندگی را میان زوجین افزایش می دهد (دونلن و همکاران، ۲۰۰۴؛ به نقل از محمدی و همکاران، ۱۳۹۳). مشکلات شخصیتی جز پنجمین عامل طلاق است که توسط ۱۰ درصد افراد جدا شده به عنوان یکی از دلایل جدایی مطرح گردیده است (رادریگوز، هال، بوفالو و فینچمن، ۲۰۰۹؛ به نقل از محمدی و همکاران، ۱۳۹۳).

با توجه به اینکه زندگی زناشویی رضایت بخش مستلزم این است که زوج ها قادر باشند هنگام کشمکش ها و تعارض ها، هیجان های خود را به شیوه ی سازنده و موثری تنظیم کنند، افرادی که تنظیم هیجان برای آنها دشوار است، در زندگی زناشویی خود با مشکلات بیشتری مواجه می شوند و از زندگی زناشویی خود رضایت کمتری خواهند داشت (بشارت، تاج دین، غلامعلی لواسانی، ۱۳۹۶).

حجم نمونه محدود به شهر مشهد بوده است، با توجه به تفاوت های فرهنگی و اجتماعی تعمیم یافته های پژوهشی حاضر به سایر شهرهای کشور باید با احتیاط صورت گیرد. از آنجا که این پژوهش بر روی زنان متاهل شهر مشهد انجام شده است برای رفع این محدودیت پیشنهاد می شود چنین پژوهشی در سایر فرهنگها و شهرها انجام شود. پیشنهاد می شود که علاوه بر زنان، مردان نیز در این پژوهش شرکت داشته باشند و پژوهش بر روی زوجها، به خصوص زوجهایی که برای مشکلات سازگاری و

تعارضات زناشویی به مراکز مشاوره مراجعه می کنند، صورت بگیرد. همچنین پیشنهاد می شود که پژوهشگران علاقمند به این حوزه، به منظور درک روشن تر و بهتری از تعارضات زناشویی، رابطه این متغیر را با سایر ویژگی های شخصیتی بررسی نمایند.

منابع

بشارت، محمدعلی و برازیان، سعیده (۱۳۹۴). بررسی ویژگی های روانسنجی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان در نمونه ای از جامعه ایرانی. مجله دانشکده پرستاری و مامایی، ۲۴(۸۴)، ۶۱-۷۰.

بشارت، محمد علی؛ تاج دین، ساره؛ غلامعلی لواسانی، مسعود (۱۳۹۶). نقش میانجی گر دشواری نظم جویی هیجان در رابطه بین سبک های دلبستگی و تعارضات زناشویی. مجله علوم روانشناختی، ۱۶(۶۱): ۲۰-۴۴.

حسینی، جعفر؛ آزاد فلاح، پرویز؛ رسول زاده طباطبایی؛ سید کاظم و عشایری، حسن (۱۳۸۷). بررسی راهبردهای تنظیم شناختی هیجان بر اساس ابعاد روان نژادگرایی و برون گرایی. تازه های علوم، ۱۰(۱۴): ۱-۱۳.

درعلی، رویا؛ سهرابی، نادره (۱۳۹۴). نقش واسطه گری تعارض های زناشویی در رابطه بین سبک های تنظیم شناختی هیجانی و کیفیت روابط جنسی. دو فصلنامه مشاوره کاربردی، ۴(۲): ۳۷-۴۸.

علی پور، فرشید؛ سعید پور، صابر؛ حسینی، جعفر (۱۳۹۴). بررسی هیجان خواهی در افراد مبتلا به اعتیاد جنسی، اعتیاد به محرکها، اعتیاد به مواد افیونی و افراد بهنجار. مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران. ۲۵ (۱۲۵): ۱۳۵-۱۳۸.

محمدی، شهناز؛ باباپور، تینا؛ علی پور، فرشید (۱۳۹۳). نقش پیش بین سبک های هویت و پنج عامل شخصیت در تعارضات زناشویی زوجین ۲۰ تا ۴۰ ساله. پژوهش های مشاوره، جلد ۱۳ شماره ۴۹.

محمدی، مسعود؛ فرنام، رابرت و محبوبی، پریسا (۱۳۹۰). رابطه بین سبک های دلبستگی و دشواری در تنظیم هیجانی بارزایت زناشویی در معلمان زن جزیره کیش، فصلنامه علمی پژوهشی زن و فرهنگ، ۷(۲)، ۹-۲۰.

Bargh, J. A., & Williams, L. E. (2007). On the nonconscious of emotion regulation. In J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp.429- 445). New York: Guilford Press.

Bashiri H. Examine the psychometric properties and standardization HEXACO Personality Inventory [Thesis]. Ardabil, Iran: Mohaghegh Ardabili University 2010. (Persian).

Brockman, R., Ciarrochi, J., Parker, P., & Kashdan, T. (2017). Emotion regulation strategies in daily life: mindfulness, cognitive reappraisal and emotion suppression. *Cognitive behaviour therapy*, 46(2), 91-113.

Chotai, J., Jonasson, M., Hagglof, B., & Adolfsson, R. (2005). Adolescent attachment styles and their relation to the temperament and character traits of personality in a general population. *European psychiatry*, 20, 251-259.

Frederickson, J. (2008) *Intensive short time dynamic psychotherapy: an introduction* ISTDP. Institute, Washington, D. C. admin @ istdpinstitut.com. Mark man H.J. & Halford, W. K. (2005). *International*

- Garnefski N, kraaij V (2006), Relationship between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: a comparative study of five specific sample. *Journal of Personality and Individual Differences*, 40: 1659-1669
- Kiecolt-Glaser J. K, Glaser, R.,Cacioppo, J. T., MacCallum, R.C., Snydersmith, M., Kim, C., & Malarkey, W. B. (1997). Marital conflict in older adults: Endocrinological and immunological correlates. *PsychosomMedicen*, 59, (4), 339-49.
- Lee K, Ashton MC. Psychometric properties of the HEXACO personality inventory. *Multivariate Behavioral Research* 2010; 39(2): 329-58.
- Mark man H.J&Halford, W. K. (2005).International perspective on couple relationship education. *Family process*. 44,139- 46.
- Megreya, A. M., Latzman, R. D., Al-Attayah, A. A., & Alrashidi, M. (2016). The robustness of the nine-Factor structure of the cognitive emotion regulation questionnaire across four arabic-speaking middle eastern countries. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 47(6), 875-890.
- Ochsner, K. N., & Gross, J. J. (2005). The cognitive control of emotion. *Trends in Cognitive Sciences*, 9, 242-249.
- Roy،Mari(1998).Beaten Woman (Psychohogy of Violence in the Family).
- Szczygiel, D., Buczny, J., &Bazinska, R. (2012). Emotion regulation and emotional: The moderating effect of emotional awareness. *Personality and Individual Differences*. 52(3), 433-437.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: Atheme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, 25-52.
- Whitson, S., & El-Sheikh. M. (2003). “Marital Conflict and Health: Processes and Protective Factors.” *Aggression and Violent Behavior*, 8 (3), 283–312.