

نقش تعدیل کننده هیجان مثبت در رابطه بین هیجان منفی و تبادلات زناشویی مخرب در زنان

The moderating role of positive emotion on the relationship between negative emotion and destructive marital exchanges in women

Reza Khojasteh Mehr

Shahid Chamran University of Ahvaz

Ehsan Parsi

Family Counseling

Khadijeh Shirali Nia

Shahid Chamran University of Ahvaz

رضا خجسته‌مهر*

دانشگاه شهید چمران اهواز

احسان پارسی

مشاوره خانواده

خدیده شیرالی‌نیا

دانشگاه شهید چمران اهواز

چکیده: پژوهش‌های مربوط به ازدواج نشان می‌دهد که مبادلات هیجانی زوجین یکی از قوی‌ترین پیش‌بین‌های کیفیت و ثبات زندگی زناشویی است. اما در این بین هیجان‌های منفی چه نقشی را در تبادلات زناشویی مخرب زنان ایفا می‌کنند؟ نقش تعدیل‌کننده هیجان مثبت در کاهش تبادلات زناشویی مخرب زنان چیست؟ پژوهش حاضر در صدد پاسخ‌گویی به این پرسش‌ها، نقش تعدیل‌کننده هیجان مثبت در رابطه بین هیجان منفی و تبادلات زناشویی مخرب را مورد بررسی قرار داد. صد بیست و پنج زن متاهل در پژوهش حاضر شرکت کردند. از شرکت‌کنندگان خواسته شد تا مقیاس هیجان‌های منفی (NES)، مقیاس تبادل زناشویی مخرب (DME) و مقیاس هیجان‌های مثبت (PES) را تکمیل کنند. نتایج پژوهش نشان داد که بین هیجان‌های منفی با تبادلات زناشویی مخرب زنان رابطه مثبت وجود دارد و هیجان مثبت می‌تواند رابطه بین هیجان‌های منفی با تبادلات زناشویی مخرب زنان را تعدیل کند. بر اساس یافته‌های این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که رابطه مثبت میان هیجان‌های منفی و تبادلات زناشویی مخرب، برای زنانی که هیجان‌های مثبت کمتری دارند، بیشتر از زنانی است که هیجان‌های مثبت بیشتری دارند. نتایج پژوهش حاضر می‌تواند به درک نقش مهمی که هیجان‌های مثبت و منفی در موفقیت ازدواج ایفا می‌کنند کمک کند و به طراحی مداخلاتی که کارکرد هیجانی زوجین را بهبود می‌بخشد یاری رساند.
واژه‌های کلیدی: هیجان منفی، هیجان مثبت، تبادل زناشویی مخرب

Abstract: Research on marriage suggests that emotional exchanges are powerful predictors of marital quality and stability. What is the role of negative emotions in destructive marital exchanges in females? What is the role of positive emotions in decreasing destructive marital exchanges in females? In response to these questions, the present study was designed to investigate the moderating role of positive emotions on the relationship between negative emotions and destructive marital exchanges in females. Participants were 125 females living in Hendijan. All participants were asked to complete the Positive Emotions Scale (PES), Negative Emotion Scale (NES), and Destructive Marital Exchanges (DME). The results showed that negative emotions were positively associated with destructive marital exchanges in females. Moreover, results showed that positive emotions moderate the relationship between negative emotion and destructive marital exchanges in females. Based on the results of the present study, it can be concluded that the extent of positive relationship between negative emotions and destructive marital exchanges is lower in females with positive emotions than females with negative emotions. These findings would be helpful for understanding the important role that emotion regulation plays in marital success and administering interventions to improve couples' emotional functioning.

Keywords: negative emotion, positive emotion, destructive marital exchange

*نشانی پستی نویسنده مسوول: اهواز، دانشگاه شهید چمران اهواز، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، گروه مشاوره، پست الکترونیکی: khojasteh_r@scu.ac.ir

Received: 12 Apr 2015

Accepted: 30 Jun 2015

دریافت: ۱۳۹۴/۰۱/۲۳ پذیرش: ۱۳۹۴/۰۴/۰۹

مقدمه

ازدواج مهم‌ترین رابطه صمیمانه در دوران بزرگسالی است و به همین دلیل بستر اصلی بروز هیجان و تنظیم هیجانی^۱ است (بلاچ، هاس و لونسون، ۲۰۱۴). پژوهش‌های متعددی نشان می‌دهند که تبادلات رفتاری و هیجانی آشکار و غیرآشکار زوجین یکی از قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های کیفیت و ثبات زناشویی است (گاتمن و لونسون،^۲ ۱۹۸۳؛ به نقل از بن‌نایم، هرچبرگر، این‌دور و میکولینسر، ۲۰۱۳). پژوهش‌ها رفتارهای تبادلی را به دو بخش سازنده^۳ و مخرب^۴ تقسیم می‌کنند (پاش و برادبوری، ۱۹۹۸)؛ رفتارهای تبادلی مخرب شامل واکنش‌های منفی آشکاری است که زوجین در مقابل مشکلات پیش آمده در روابطشان از خود نشان می‌دهند و رفتارهایی چون داد و فریاد راه انداختن^۵، بی‌احترامی^۶، توهین کردن، سرزنش کردن پرخاشگری و تحقیر کردن^۷ را شامل می‌شود. رفتارهای سازنده شامل رفتارهای مثبت آشکار مانند حرف‌های خوشایند، مطرح کردن مشکل با ملایمت و آرامش و گوش دادن فعال است. پژوهش‌ها این نوع رفتارهای تبادلی را نوعی بیانگری هیجانی مثبت یا منفی نسبت به تعارض‌های زناشویی معرفی می‌کنند (گاتمن، کان، کارر و سوانسون،^۸ ۱۹۹۸؛ به نقل از بریدیت، براون، ارباخ و مک ایلوان، ۲۰۱۰). مبتنی بر رویکردهای رفتاری، رفتارهای تبادلی مخرب باعث ارزیابی منفی کلی فرد از رابطه می‌شود و ثبات و رضایت زناشویی را تهدید می‌کند اما رفتارهای سازنده باعث ارزیابی مثبت از رابطه می‌شود و رضایت و ثبات زناشویی را افزایش می‌دهد (بریدیت، براون، ارباخ و مک ایلوان، ۲۰۱۰؛ گاتمن، ۱۹۹۴).

پژوهش‌ها نشان می‌دهند که رفتارهای تبادلی زنان و مردان در حین بروز تعارض متفاوت است، زنان عمدتاً از رفتارهای تبادلی مخرب استفاده می‌کنند و مردان خود را از رابطه کنار می‌کشند (کارستنسن، گاتمن و لونسون، ۱۹۹۵؛

لونسون، کارستنسن^۹ و گاتمن، ۱۹۹۴؛ به نقل از بریدیت و همکاران، ۲۰۱۰). از طرفی پژوهش‌ها در مورد تاثیر رفتار تبادلی مخرب بر طلاق، تفاوت جنسیتی قابل شده‌اند؛ در واقع برخی پژوهش‌ها نشان می‌دهد تاثیر رفتارهای تبادلی مخرب بر طلاق به این بستگی دارد که رفتار مخرب از جانب کدام یک از زوجین سر می‌زند، مرد یا زن. اما پژوهش‌های دیگر در این زمینه نتایج متناقضی به دست داده‌اند. برای مثال اورباخ و همکاران (۲۰۰۲) در پژوهش خود نشان دادند احتمال طلاق در ازدواج‌هایی که هم زنان و هم مردان از رفتارهای تبادلی مخرب استفاده می‌کنند بالاتر است. اما گاتمن (۱۹۹۸) به نقل از بریدیت و همکاران، ۲۰۱۰ در پژوهش خود نشان داد که شروع به صورت منفی توسط زن و ناتوانی مرد در رهایی از این موقعیت از پیش‌بینی‌های قوی طلاق است.

یکی از عوامل بروز رفتارهای تبادلی مخرب، تسلط هیجان منفی در حین بروز تعارض است در واقع عدم تنظیم هیجان‌های منفی در روابط بین همسران، ممکن است باعث شود که افراد چنان سطح بالایی از برانگیختگی هیجان‌های منفی و آزاردهنده را تجربه کنند، که برای رهایی از این تجربه دردناک رفتارهای مشکل‌آفرینی مانند کناره‌گیری یا خشونت کلامی یا جسمی را انجام دهند (فروزی و ایورسون، ۲۰۰۶). وقتی زوجین با هیجان‌های منفی شدیدی مانند خشم ناشی از اختلاف نظر یا ناامیدی مواجه می‌شوند، ممکن است برای رهایی از این هیجان به ابتدایی‌ترین روش‌ها متوسل شوند؛ همدیگر را به شدت سرزنش کنند، رفتارهایی در جهت تحقیر کردن همدیگر در پیش بگیرند یا در تبادل‌های مخربی مانند توقع-کناره‌گیری^{۱۰} گرفتار شوند (کریستنسن^{۱۱}، ۱۹۸۸؛ به نقل از بلاچ و همکاران، ۲۰۱۴). شواهد پژوهشی بسیاری نشان می‌دهد که تغییر در حالات هیجانی یکی از همسران، حالات هیجانی دیگری را نیز تحت تاثیر قرار می‌دهد و تسلط هیجان منفی چرخه نارضایتی و منفی‌گرایی را تداوم می‌بخشد. در واقع زوجین ناراضی احتمال بیشتری دارد که هیجان منفی را ابراز کنند و این هیجان منفی، هیجان منفی طرف مقابل را نیز برمی‌انگیزد (بن‌نایم و همکاران، ۲۰۱۳). در واقع فراوانی بروز هیجان‌هایی مانند اضطراب، ناراحتی و عصبانیت می‌تواند رضایت زوجین را کاهش دهد و موجب افزایش بروز

1. emotion regulation
2. Gottman, J. M., & Levenson, R. W.
3. constructive
4. destructive
5. yelling
6. insults
7. contempt
8. Coan, J., Carrere, S., & Swanson, C..

9. Carstensen, L. L.
10. demand-withdrawal
11. Christensen, A.

در این بین پژوهش‌ها بر تفاوت‌های جنسیتی در پاسخ به شرایط هیجانی دلالت دارند. برخی پژوهش‌ها نشان می‌دهند که تنظیم هیجانی زنان شاخص مهم‌تری برای پیش‌بینی رضایت زناشویی است. مردان در شرایطی که تحت‌تاثیر هیجان‌های منفی هستند برانگیختگی هیجانی بالاتری را تجربه می‌کنند اما راهبرد کنترلی و محافظتی آنها در این شرایط کنار کشیدن از رابطه است. از این رو کفایت زنان در تنظیم هیجان‌های منفی، محور اصلی کنترل هیجان‌ها در رابطه زناشویی است. مبتنی بر این تفاوت‌های جنسیتی لازم است زوج‌درمانگران ملاحظات مهمی را در زمینه هیجان‌ها و تنظیم هیجانی در نظر بگیرند (گاتمن و گاتمن، ۲۰۰۸). بلاچ و همکاران (۲۰۱۴) در پژوهش خود نشان دادند هرچه زنان بیشتر قادر باشند هیجان‌های منفی خود را آرام کنند، رفتارهای تبدالی مخرب مبتنی بر هیجان‌های منفی کاهش می‌یابد و رضایت زناشویی بیشتر می‌شود. توانمندی زنان در مدیریت و تنظیم هیجان‌های منفی، پیش‌بین رضایت کنونی خود و همسرانشان از زندگی زناشویی و شاخص رضایت زناشویی در درازمدت است. در پژوهش بلاچ و همکاران (۲۰۱۴) این همبستگی برای مردان وجود نداشت. مبتنی بر این پژوهش تنظیم هیجانی زنان، درک هر دوی زوجین را از کیفیت زناشویی تغییر می‌دهد اما تنظیم هیجانی مردان چنین نتیجه‌ای را در بر نداشت.

علاوه بر رابطه ساده بین متغیرهای مذکور، بر اساس پژوهش‌های پیشین، هیجان مثبت می‌تواند در رابطه بین هیجان منفی و تبادلات زناشویی مخرب نقش تعدیل‌کننده داشته باشد. برای مثال پژوهش‌ها نشان می‌دهند که شوخی با همسر و ایجاد هیجان مثبت، شدت هیجان منفی را کاهش می‌دهد و از طریق این مکانیسم رفتارهایی را که در حین تعارض بروز می‌کند را تعدیل می‌کند؛ زوجینی که با استفاده از شوخی در رابطه هیجان مثبت ایجاد می‌کنند روش‌های حل تعارض سازنده‌تری را در پیش می‌گیرند، احساس صمیمیت بیشتری دارند و استرس کمتری را تجربه می‌کنند (کمبل و موروز، ۲۰۱۴؛ کمبل، مارتین و وارد، ۲۰۰۸؛ هاوولند و سیمپسون، ۲۰۱۴). تایید چنین نقشی در روابط بین این متغیرها، مکانیسم تعیین‌کننده و اثرگذار بر رفتارهای تبدالی مخرب زنان را به صورت دقیق شناسایی می‌کند. این یافته‌ها می‌توانند در سطح پیش‌گیری و درمان به طور موثرتری به

تعارض شود، از طرفی بعضی افراد هیجان‌ها را آشفته‌ساز تعبیر می‌کنند و به آنها پرخاشگرایانه یا اجتنابی پاسخ می‌دهند (گاتمن و گاتمن، ۲۰۰۸؛ گاتمن و درایور، ۲۰۰۴). متخصصان حوزه ازدواج فراوانی چنین رفتارهایی را به برخوردار نبودن زوجین از قابلیت‌های روانشناختی مانند مهارت‌های خودآگاهی^۱، خویشتنداری^۲، همدلی^۳ و توانایی تسکین دادن به خود و به همسرانشان در شرایط تعارض آمیز، نسبت می‌دهند و تحت عنوان بدکارکردی در تنظیم هیجانی^۴ هیجانی^۴ تعبیر می‌کنند که یکی از پیش‌بین‌های قوی طلاق در زوجین است (اسنایدر، ۲۰۰۶؛ گلدمن و گرینبرگ، ۲۰۰۶). از بین راهبردهای تنظیم هیجانی^۵، ایجاد هیجان مثبت یکی از موثرترین راهبردهای تنظیم هیجانی زوجین است (یان، مک کارتی، هالی و لونسون، ۲۰۱۰). یان و همکاران (۲۰۱۰) در پژوهش خود نشان دادند زوجین قادرند از طریق فراخوانی هیجان‌های مثبت، تجربه برانگیختگی و تنش ناشی از هیجان‌های منفی مانند ترس، خشم، ناراحتی و تنفر را کاهش دهند. پژوهش آنها نشان داد تجربه هیجان‌های مثبت در مقایسه با دیگر راهبردهای تنظیم هیجانی مانند فرونشانی^۶، راهبرد موثرتری است. چنین شرایطی فرد را قادر می‌سازد توانمندی‌های شناختی و فیزیکی خود را مجدداً سامان‌دهی کند و تبادلات زناشویی سازنده‌تری را در پیش بگیرد. در بافتی که برانگیختگی هیجانی منفی کاهش می‌یابد یا در شرایطی که زوجین حالت‌های هیجانی منفی را تعدیل می‌کنند، رفتارهای تبدالی حمایت‌گرایانه و سازنده افزایش می‌یابد (نولر و فیینی^۷، ۲۰۰۲؛ به نقل از بلاچ و همکاران، ۲۰۱۴). در واقع زوجینی که قادرند از وضعیت‌هایی که هیجان منفی در آنها تسلط می‌یابد فرار کنند درک بهتری از دیدگاه‌های همدیگر پیدا می‌کنند، برای بهبود رابطه احساس مسوولیت بیشتری می‌کنند و برای حل مشکلات زیربنایی رابطه مشارکت بیشتری به خرج می‌دهند (سالواتور، کو، استیل، سیمپسون و کالینز، ۲۰۱۱؛ ویل^۸، ۲۰۰۲؛ به نقل از بلاچ و همکاران، ۲۰۱۴).

1. self awareness skills
2. self control
3. empathy
4. dysfunctional strategies in emotion regulation
5. emotion regulation strategies
6. supression
7. Noller, P., & Feeney, J. A.
8. Wile, D. B.

ابزار سنجش

مقیاس هیجان‌های منفی (NES). مقیاس هیجان‌های منفی (برادشاو، ۲۰۰۹) یک ابزار خودسنجی است که به منظور سنجش هیجان‌های منفی افراد ساخته شد. این مقیاس شامل شش سوال است که میزان غمگین بودن^۴، احساس عصبی بودن^۵، بی‌قراری یا ناآرامی^۶، ناامیدی^۷ و احساس بی‌ارزشی^۸ پاسخ‌دهندگان در خلال سی روز گذشته را می‌سنجد. نمره‌گذاری این مقیاس در یک درجه‌بندی لیکرت از نمره ۱ (هیچ‌گاه) تا نمره ۵ (همیشه) است. حداقل نمره شرکت‌کننده در این مقیاس ۶ و حداکثر نمره ۳۰ است. نمرات بالاتر هیجان منفی بالاتر را نشان می‌دهد. برادشاو (۲۰۰۹) ضریب پایایی^۹ این مقیاس را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۷ گزارش کرد. در پژوهش حاضر پایایی این مقیاس با روش آلفای کرونباخ، ۰/۸۸ به دست آمد. همچنین در پژوهش حاضر روایی همزمان^{۱۰} این مقیاس با پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ^{۱۱}، ۰/۵۹- محاسبه گردید.

مقیاس هیجان‌های مثبت (PES). مقیاس هیجان‌های مثبت (برادشاو، ۲۰۰۹) یک ابزار خودسنجی است که به منظور سنجش هیجان‌های مثبت افراد ساخته شد. مقیاس شامل ۶ سوال است که میزان شادی^{۱۲}، سرخالی^{۱۳}، احساس خوشحالی^{۱۴}، احساس آرامش^{۱۵}، احساس رضایت^{۱۶} و سرزندگی^{۱۷} پاسخ‌دهندگان در خلال سی روز گذشته را می‌سنجد. نمره‌گذاری این مقیاس روی یک طیف لیکرت از نمره ۱ (هیچ‌گاه) تا نمره ۵ (همیشه) انجام می‌شود. حداقل نمره شرکت‌کننده در این مقیاس ۶ و حداکثر نمره ۳۰ است؛ نمرات بالاتر هیجان مثبت بالاتر را نشان می‌دهد. برادشاو (۲۰۰۹) ضریب پایایی این مقیاس را با روش آلفای کرونباخ

حل مشکلات زوجین کمک کنند. بر این اساس با توجه به ملاحظات نظری و یافته‌های پژوهشی موجود در زمینه موضوع مورد بررسی، فرضیه‌های این پژوهش به شرح زیر بررسی شدند: (۱) بین هیجان‌های منفی با تبادلات زناشویی مخرب زنان رابطه مثبت وجود دارد؛ (۲) بین هیجان‌های مثبت با تبادلات زناشویی مخرب زنان رابطه منفی وجود دارد، (۳) هیجان مثبت رابطه بین هیجان منفی و تبادلات زناشویی مخرب زنان را تعدیل می‌کند.

روش

جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش

روش پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی بود. در این نوع پژوهش، پژوهشگر به دنبال بررسی روابط ساده و تعدیل‌گر بین متغیرهای پیش‌بین با متغیر ملاک است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه مادران دانش‌آموزان مقطع ابتدایی و راهنمایی شهرستان همدان در استان خوزستان بود که در فاصله زمانی اجرای این پژوهش در این شهر زندگی می‌کردند. با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی چندمرحله‌ای، ده مدرسه از کلیه مدارس ابتدایی و راهنمایی انتخاب شدند. از بین دانش‌آموزان این مدارس نیز ۱۲۵ نفر به طور تصادفی انتخاب شدند و سپس با ارسال دعوت‌نامه برای مادران دانش‌آموزان، از آنها درخواست شد که در مدرسه حضور یابند. از شرکت‌کنندگان خواسته شد به مقیاس هیجان‌های منفی^۱، مقیاس هیجان‌های مثبت^۲ و مقیاس تبادل زناشویی مخرب^۳ پاسخ دهند. میانگین و انحراف استاندارد سن شرکت‌کنندگان به ترتیب ۳۶/۲۵ و ۶/۷۱ سال بود. همچنین میانگین مدت ازدواج شرکت‌کنندگان ۱۴ سال با انحراف استاندارد ۷/۳۵ بود. جهت تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش از شاخص‌ها و روش‌های آماری شامل میانگین، انحراف استاندارد، ضریب رگرسیون و تحلیل رگرسیون تعدیلی استفاده شد.

4. sadness
5. feel nervous
6. restless or fidgety
7. hopeless
8. feel worthless
9. reliability
10. concurrent validity
11. Enriching and Nurturing Relationship Issues, Communication and Happiness (ENRICH)
12. cheerful
13. good spirits
14. feel happy
15. feel calm
16. feel satisfied
17. full of life

1. Negative Emotion Scale (NES)
2. Positive Emotion Scale (PES)
3. Destructive Marital Exchange Scale (DME)

۰/۹۲ گزارش کرد. در پژوهش حاضر پایایی این مقیاس با روش آلفای کرونباخ، ۰/۹۱ به دست آمد. در این پژوهش هم‌چنین روایی هم‌زمان این مقیاس با پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ، ۰/۶۹- محاسبه گردید.

مقیاس تبادل زناشویی مخرب (DME). مقیاس تبادل زناشویی مخرب (برادشاو، ۲۰۰۹) یک مقیاس ۴ سوالی است که به منظور سنجش تبادلات زناشویی مخرب زوجین ساخته شده است. این مقیاس تبادلات زوجین در زمینه اظهارات آزارنده همسر، ترک یا اجتناب از همسر و ناامید کردن همسر در خلال سی روز گذشته را می‌سنجد. نمره‌گذاری این مقیاس در یک درجه‌بندی لیکرت از نمره ۱ (هیچ‌گاه) تا نمره ۴ (خیلی زیاد) است که نمره‌های بالاتر

یافته‌ها

جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد نمرات شرکت‌کنندگان را در متغیرهای هیجان منفی، هیجان مثبت و تبادل زناشویی مخرب نشان می‌دهد.

مقیاس تبادل زناشویی مخرب (برادشاو، ۲۰۰۹) یک مقیاس ۴ سوالی است که به منظور سنجش تبادلات زناشویی مخرب زوجین ساخته شده است. این مقیاس تبادلات زوجین در زمینه اظهارات آزارنده همسر، ترک یا اجتناب از همسر و ناامید کردن همسر در خلال سی روز گذشته را می‌سنجد. نمره‌گذاری این مقیاس در یک درجه‌بندی لیکرت از نمره ۱ (هیچ‌گاه) تا نمره ۴ (خیلی زیاد) است که نمره‌های بالاتر

جدول ۱

میانگین و انحراف استاندارد نمرات شرکت‌کنندگان در متغیرهای هیجان مثبت، هیجان منفی و تبادل زناشویی مخرب

متغیر	M	SD
هیجان منفی	۲۰/۱۴	۵/۵۳
هیجان مثبت	۲۸/۱۴	۴/۱۳
تبادلات زناشویی مخرب	۳/۳۸	۳/۶۱

جدول ۲ ضرایب همبستگی بین متغیرهای پیش‌بین و ملاک را نشان می‌دهد. براساس نتایج جدول ۲ بین هیجان منفی و تبادلات زناشویی مخرب همبستگی مثبت و معنادار وجود دارد. همبستگی‌های به‌دست آمده بین متغیرهای پژوهش در سطح $p < 0/01$ معنادار هستند.

جدول ۲

ضرایب همبستگی بین متغیرهای هیجان مثبت و هیجان منفی با تبادل زناشویی مخرب در زنان

متغیر	تبادل زناشویی مخرب
هیجان منفی	۰/۶۱*
هیجان مثبت	-۰/۵۹*

* $p < 0/01$

برای بررسی نقش تعدیل‌کننده هیجان مثبت در رابطه بین هیجان منفی و تبادلات زناشویی مخرب از تحلیل رگرسیون تعدیلی استفاده شد. همانطور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، تعامل هیجان مثبت و هیجان منفی میزان واریانس تبیین شده متغیر تبادلات زناشویی مخرب را از ۰/۳۸ به ۰/۴۵ افزایش داده است. ضرایب رگرسیون مربوط به تعامل هیجان مثبت و هیجان منفی (۰/۳۸ = و $p < 0/01$) نشان می‌دهد که این افزایش از لحاظ آماری معنادار است.

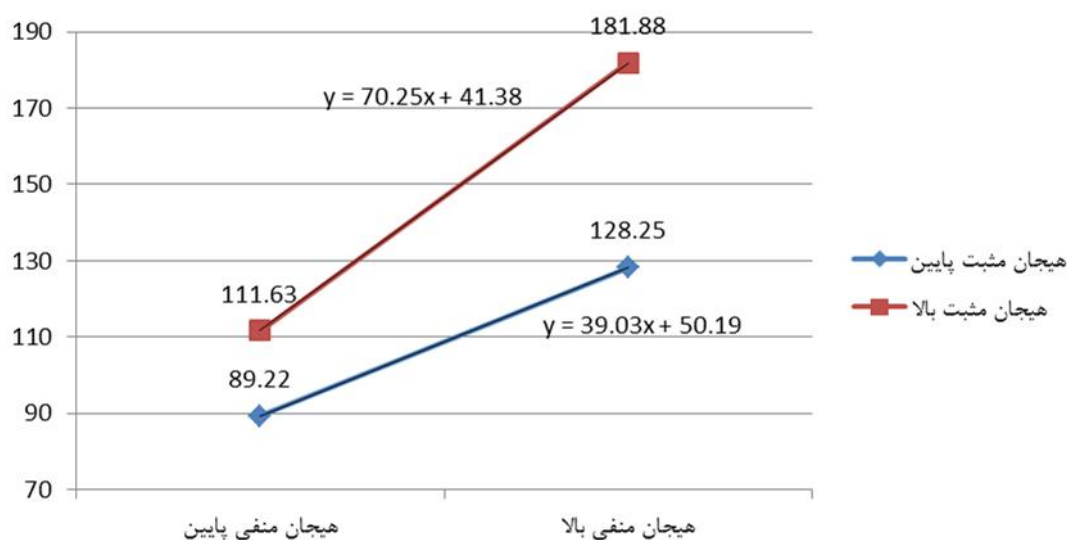
جدول ۳

نتایج تحلیل رگرسیون تعدیل‌گر مربوط به رابطه تعاملی هیجان مثبت و هیجان منفی با تبادلات زناشویی مخرب زنان

متغیر پیش‌بین	R	R ²	F	P	B	t	p
هیجان منفی	۰/۶۱	۰/۳۸	۷۴/۶۳	۰/۰۰۱	۰/۴۳	۰/۶۱	۸/۶۳
هیجان مثبت	۰/۶۵	۰/۴۳	۴۶/۰۷	۰/۰۰۱	-۰/۲	-۰/۳۲	-۳/۳۵
هیجان منفی X هیجان مثبت	۰/۵۷	۰/۴۵	۳۳/۸۰	۰/۰۰۱	۰/۰۶۰	۰/۳۹	۴/۱۰
					۰/۱۵۸	۰/۵۸	۳/۹۶
					۰/۱۵۸	۰/۱۸۹	۰/۴۵
					۰/۰۱۸	۰/۳۸	۲/۳۹

دارند، میانگین تبادلات زناشویی مخرب آنها، ۸۹/۲۲ و افرادی که هیجان منفی بالا دارند، میانگین تبادلات زناشویی مخرب آنها، ۱۲۸/۲۵ است. هم‌چنین در زنان دارای هیجان مثبت بالا، افرادی که هیجان منفی پایینی دارند، میانگین تبادلات زناشویی مخرب آنها، ۱۱۱/۶۳ و افرادی که هیجان منفی بالا دارند، میانگین تبادلات زناشویی مخرب آنها، ۱۸۱/۸۸ است. این نتایج نشان می‌دهد که میزان رابطه مثبت بین هیجان منفی و تبادلات زناشویی مخرب در زنانی که هیجان مثبت کمتری دارند نسبت به آنهایی که هیجان مثبت بیشتری دارند، بیشتر است.

در ادامه به منظور نمایش این اثر تعدیل‌گر، شرکت‌کنندگان بر اساس میانه نمره‌هایشان در دو متغیر هیجان مثبت و هیجان منفی به چهار گروه هیجان مثبت بالا/پایین و هیجان منفی بالا/پایین تقسیم شدند. نمودار ۱ وضعیت تعامل میان گروه‌های ایجاد شده را از نظر نمره‌های تبادلات زناشویی مخرب آنها، نشان می‌دهد. همانطور که نمودار ۱ مشاهده می‌شود شیب خطوط رگرسیون مربوط به هیجان منفی و تبادلات زناشویی مخرب در زنان دارای هیجان مثبت بالا (۷۰/۲۵) و هیجان مثبت پایین (۳۹/۰۳) با یکدیگر برابر نیستند. به طوری که ملاحظه می‌شود در زنان دارای هیجان مثبت پایین، افرادی که هیجان منفی پایینی



نمودار ۱. تعامل هیجان مثبت و منفی با تبادلات زناشویی مخرب در زنان

بحث

سیستم جذابیت خود ادراک می‌کنند (گرینبرگ و گلدمن، ۲۰۰۸). در واقع هرچه میزان هیجان منفی بیشتر شود و فرد احساس ناامیدی، غم و بی‌ارزشی کند به همان میزان ممکن است از تعامل با همسر خویش کناره‌گیری کند یا در رابطه با همسر خویش احساس ناامیدی کند یا حس کند که همسرش احساسات او را درک نمی‌کند. از این رو تنظیم عواطف یک هسته انگیزشی قوی است که بر ادراک کیفیت و رضایت افراد از رابطه تاثیر زیادی دارد.

نتایج پژوهش حاضر هم‌چنین نشان داد که بین هیجان‌های مثبت با تبادلات زناشویی مخرب زنان رابطه منفی وجود دارد. یکی از عامل‌های شناخته شده در رضایت زناشویی، ابراز و بیان هیجان مثبت در رابطه، به عنوان عاملی تاثیرگذار و مهم بر رضایت زناشویی و هم‌چنین به عنوان مکانیسمی برای کنار آمدن با هیجان‌های منفی است (برادشاو، ۲۰۰۹). هر فعالیت تنظیم‌کننده‌ای که توسط یکی از همسران صورت گیرد می‌تواند هم خود فرد را آرام کند و هم طرف مقابل را در وضعیت کاهش تنش قرار دهد (کاپاس، ۲۰۱۱؛ کان، ۲۰۰۸) و هر چه زوجین در آرام کردن هیجانی یکدیگر موفق‌تر باشند رفتارهای تبادلی سازنده‌تری در پیش خواهند گرفت (ویل، ۲۰۰۲؛ به نقل از بلاچ و همکاران، ۲۰۱۴). در واقع فرونشانی هیجان‌های منفی باعث می‌شود فرد رفتار تبادلی سازنده‌تری از خود بروز دهد و زندگی زناشویی خود را مثبت‌تر ارزیابی کند (بلاچ و همکاران، ۲۰۱۴). در واقع می‌توان نتیجه گرفت که اگر فرد هیجان مثبت بیشتری را تجربه کند؛ یعنی احساس خوشبخت بودن، شادی و رضایت کند، در حین تعارض کمتر از همسر خویش دوری می‌کند یا کمتر اظهارات آزاردهنده در مورد همسر خویش خواهد داشت و به همین ترتیب کمتر دچار تبادلات زناشویی مخرب و تعارض می‌شود.

هم‌چنین نتایج تحلیل رگرسیون تعدیلی نشان داد هیجان مثبت رابطه بین هیجان منفی و تبادلات زناشویی مخرب در زنان را تعدیل می‌کند. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که شوخی با همسر و ایجاد هیجان مثبت، شدت هیجان منفی را کاهش می‌دهد و از طریق این مکانیسم رفتارهایی را که در حین تعارض بروز می‌کند، تعدیل می‌کند. زوجینی که با استفاده از شوخی در رابطه هیجان مثبت ایجاد می‌کنند روش‌های حل تعارض سازنده‌تری را در پیش می‌گیرند، احساس صمیمیت

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش تعدیل‌کننده هیجان مثبت در رابطه بین هیجان منفی و تبادلات زناشویی مخرب انجام شد. در این پژوهش ابتدا رابطه هیجان‌های منفی و هیجان‌های مثبت با تبادلات زناشویی مخرب زنان بررسی شد و سپس نقش تعدیل‌کننده هیجان مثبت در رابطه بین هیجان منفی و تبادلات زناشویی مخرب زنان مورد ارزیابی قرار گرفت. نتایج پژوهش نشان داد که بین هیجان‌های منفی با تبادلات زناشویی مخرب زنان رابطه مثبت معنادار و بین هیجان‌های مثبت با تبادلات زناشویی مخرب زنان رابطه منفی معنادار وجود دارد. نتایج هم‌چنین نشان داد که هیجان مثبت رابطه بین هیجان منفی و تبادلات زناشویی مخرب زنان را تعدیل می‌کند. این نتایج که فرضیه‌های پژوهش را تایید می‌کنند و با یافته‌های پژوهش‌های قبلی (برادشاو، ۲۰۰۹؛ بلاچ و همکاران، ۲۰۱۴؛ بن‌نایم و همکاران، ۲۰۱۳؛ فروزتی و ایورسون، ۲۰۰۷؛ گاتمن، ۲۰۰۸؛ گاتمن و درایور، ۲۰۰۴؛ هاولند و سیمپسون، ۲۰۱۴) مطابقت دارند، بر حسب احتمالات زیر تبیین می‌شوند: در ارتباط زوجین، ارتباط هیجانی نه تنها به طور آگاهانه و در سطح کلامی، بلکه به صورت ناآگاهانه و در سطح غیر کلامی نیز اتفاق می‌افتد و واکنش‌های فیزیولوژیکی طرفین را شدیداً تحت تاثیر قرار می‌دهد. در واقع زوجین، تنفس، ضربان قلب، پیام‌دهنده‌های عصبی و سلامت جسمانی یکدیگر را تحت تاثیر قرار می‌دهند. تسلط هیجان‌های منفی در افراد موجب سوگیری توجه می‌شود و نحوه ارزیابی افراد از موقعیت را تحت تاثیر قرار می‌دهد و تعارضات زوجین زمانی گسترش می‌یابد که آنها در تنظیم عواطف خود و تنظیم عواطف دیگری با مشکل مواجه می‌شوند (جانسون، ۲۰۰۷). برخی پژوهش‌ها نشان می‌دهد که تنظیم هیجان‌ها در زوجین سه سیستم انگیزشی را فعال می‌کند: دلبستگی، حفظ هویت^۱ و جذابیت^۲. در واقع این سیستم‌های انگیزشی توسط هیجان‌های مثبت و منفی هدایت می‌شوند که روابط را منبع تنظیم یا عدم تنظیم هیجانی می‌کنند. در صورت وجود هیجان‌های منفی، زوجین، احساس ترس و جدایی را در سیستم دلبستگی، ناتوانی و از دست دادن کنترل را در سیستم هویت، و ناراحتی و خستگی را در

1. identity maintenance
2. attractiveness

بیشتری می‌کنند و استرس کمتری دارند (کمبل و موروز، ۲۰۱۴؛ کمبل و همکاران، ۲۰۰۸؛ هاولند و سیمپسون، ۲۰۱۴). به بیان دیگر، هنگامی که سطح هیجان منفی زن بالا باشد اگر همسر با عاطفه و هیجان مثبت یا به شکل بیطرفانه به هیجان منفی همسرش پاسخ دهد، ارتباط و تعاملات منفی کاهش خواهند یافت.

به طور خلاصه نتایج این پژوهش نشان داد که بین هیجان‌های منفی و هیجان‌های مثبت با تبادلات زناشویی مخرب زنان همبستگی معنادار وجود دارد و هیجان‌های مثبت رابطه بین هیجان‌های منفی و تبادلات زناشویی مخرب زنان را تعدیل می‌کند. پیامدهای نتایج پژوهش حاضر را می‌توان در دو سطح نظری و عملی به این شرح مطرح کرد: در سطح نظری، نتایج این پژوهش می‌تواند به شناخت بهتر عوامل ایجادکننده و همبسته‌های تبادلات زناشویی مخرب در زنان کمک کنند. یافته‌های پژوهش حاضر می‌تواند نتایج پژوهش‌های پیشین و نظریه‌های مربوط به رابطه بین هیجان‌ها و تبادلات زناشویی را تایید کند و پرسش‌ها و فرضیه‌های جدیدی مطرح سازد؛ از جمله این‌که: چه متغیرهای دیگری می‌توانند نقش تعدیل‌کننده یا واسطه‌ای در رابطه بین هیجان منفی و تبادلات زناشویی مخرب در زنان داشته باشند؟ آیا نوع رابطه بین هیجان‌های منفی و مثبت بر تبادلات زناشویی در زنان و مردان یکسان است؟ پاسخ به هر یک از این پرسش‌ها نیازمند پژوهش‌های مستقلی است که به علاقه‌مندان پیشنهاد می‌شود. همچنین پیشنهاد می‌شود به منظور شناخت بهتر رابطه بین هیجان‌های مختلف و تبادلات

زناشویی، این رابطه در زوجین آشفته مراجعه کننده به مراکز مشاوره مورد بررسی قرار گیرد. در سطح عملی، با تدوین برنامه‌های آموزشی در زمینه تنظیم هیجان‌های ناکارآمد می‌توان راهبردهای مناسب را به زوجین آموزش داد. این برنامه‌ها را می‌توان با برنامه‌های موجود در زمینه درمان‌های مبتنی بر زوج‌درمانی شناختی رفتاری تلفیق کرد و بر کارآمدی آنها افزود. آگاهی دادن به مشاوران در مورد نقش با اهمیت تنظیم هیجان‌های منفی زنان در تبادلات زناشویی از دیگر پیامدهای پژوهش حاضر است.

پژوهش حاضر محدودیت‌هایی داشت که مهم‌ترین آنها به این شرح‌اند: طرح پژوهش همبستگی بود و لذا از روابط به‌دست آمده بین متغیرها نمی‌توان برای استنباط علی استفاده کرد. جامعه آماری این پژوهش گروهی از مادران دانش‌آموزان شهر هندیجان بودند، لذا در تعمیم این یافته‌ها به افراد دیگر باید احتیاط کرد؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود جهت افزایش گستره تعمیم‌پذیری یافته‌ها، این پژوهش در نمونه‌های وسیع‌تر و جوامع دیگر تکرار شود. برای بررسی دقیق‌تر رابطه هیجان منفی با تبادلات زناشویی مخرب در زنان پیشنهاد می‌شود پژوهش‌هایی در زمینه بررسی نقش تعدیل‌کننده و واسطه‌ای متغیرهای مهم دیگر مانند ویژگی‌های شخصیتی، اسنادها و سبک‌های دلبستگی انجام شود. همچنین پیشنهاد می‌شود با اتکا به یافته‌های این پژوهش، اثربخشی فعال کردن هیجان‌های مثبت در حین بروز تعارض و اثرات آن بر تبادلات زناشویی و نقش تفاوت‌های جنسیتی در این زمینه بررسی شود.

References

- Ben-Naim, S., Hirschberger, G., Ein-Dor, T., & Mikulincer, M. (2013). An experimental study of emotion regulation during relationship conflict interactions: The moderating role of attachment orientations. *Emotion, 13*, 506-519.
- Birditt, K. S., Brown, E., Orbuch, T. L., & McIlvane, J. M. (2010). Marital conflict behaviors and implications for divorce over 16 years. *Journal of Marriage and Family, 72*, 1188-1204.
- Bloch, L., Haase, C. M., & Levenson, R. W. (2014). Emotion regulation predicts marital satisfaction: More than a wives' tale. *Emotion, 14*, 130-144.
- Bradshaw, M. R. (2009). *Emotion in marriage: understanding marital exchanges and the impact of stress*. Degree of Master of Arts. Kent State University.
- Campbell, L., Martin, R. A., & Ward, J. R. (2008). An observational study of humor use while resolving conflict in dating couples. *Personal Relationships, 15*, 41-55.
- Campbell, L., Moroz, S. (2014). Humour use between spouses and positive and negative interpersonal behaviours during conflict. *Europe's Journal of Psychology, 10*, 532-542.
- Carstensen, L. L., Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (1995). Emotional behavior in long-term marriage. *Psychology and Aging, 10*, 457-470.
- Coan, J. A. (2008). Toward a neuroscience of attachment. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications, 2nd Ed* (pp. 241-265). New York, NY: Guilford Press.
- Fruzzetti, A. E., & Iverson, K. M. (2006). Intervening with couples and families to treat emotion dysregulation and psychopathology. In: D. K. Snyder, J. N. Hughes (Eds.), *Emotion regulation in couples and families: Pathways to dysfunction and health* (pp. 249-267). Washington, DC: American Psychological Association.
- Goldman, R., & Greenberg, L. (2006). The effects of adding emotion-focused interventions to the therapeutic relationship in the treatment of depression. *Psychotherapy Research, 16*, 537-549.
- Gottman, J. M. (1994). *What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes*. Hillsdale, NJ: Erlbaum, Inc.
- Gottman, J. M., & Gottman, J. S. (2006). Gottman method couple therapy. In A. S. Gurman (Ed.), *Clinical handbook of couple therapy, 4th ed.* (pp. 138-164). New York: Guilford Press.
- Gottman, J., & Driver, J.L. (2004). Daily marital interactions and positive affect during marital conflict among newlywed couples. *Family Process, 43*, 301-314.
- Greenberg, L. S., & Goldman, R. N. (2008). *Emotion-focused couples therapy: The dynamics of emotion and power*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Howland, M., & Simpson, J. A. (2014). Attachment orientations and reactivity to humor in a social support context. *Journal of Social and Personal Relationships, 31*, 114-137.
- Johnson, S.M. (2007). The Contribution of Emotionally Focused Couples Therapy. Special Edition of Journal of Contemporary Psychology: *Humanistic Psychology, 37*, 47-52.
- Kappas, A. (2011). Emotion and regulation are one! *Emotion Review, 3*, 17-25.
- Orbuch, T. L., Veroff, J., Hassan, H., & Horrocks, J. (2002). Who will divorce: A 14-year longitudinal study of Black couples and White couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 19*, 179-202.
- Salvatore, J. E., Kuo, S. I., Steele, R. D., Simpson, J. A., & Collins, W. A. (2011). Recovering from conflict in romantic

- relationships: A developmental perspective. *Psychological Science*, 22, 376-383.
- Snyder, D. K. (2006). *Emotion regulation in families: Pathways to dysfunction and health*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Yuan, J. W., McCarthy, M., Holley, S. R., & Levenson, R. W. (2010). Physiological down-regulation and positive emotion in marital interaction. *Emotion*, 10, 467-474.