

Explaining a Model of Marital Adjustment Based on Irrational Beliefs and Conflict Resolution Strategies: The Mediating Role of Cognitive Flexibility and the Moderating Role of Marital Duration

1. Emad Ahmadi¹: Department of Psychology, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

2. Marjan Jafari Roshan^{2*}: Department of Psychology, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

3. Ahmad Basri³: Department of Psychology, Imam Hossein (AS) University, Tehran, Iran

*Corresponding Author's Email Address: marjan.jafariroshan@gmail.com



Received: 13 April 2024

Revised: 25 April 2024

Accepted: 15 May 2024

Published: 20 May 2024



Copyright: © 2024 by the authors.

Published under the terms and conditions of Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

Abstract:

Objective: The present study aimed to explain a model of marital adjustment based on irrational beliefs and conflict resolution strategies, with the mediating role of cognitive flexibility and the moderating role of marital duration.

Methods and Materials: The research method was applied in terms of objective, and descriptive-correlational in terms of data collection strategy. The statistical population included all married couples residing in Tehran in 2024. The sample size consisted of 453 men and 453 women, selected through cluster random sampling. The instruments used in this study included a researcher-made demographic questionnaire, the Dyadic Adjustment Scale by Spanier (1986), the Irrational Beliefs Test by Jones (1986), the Conflict Resolution Questionnaire by Weeks (1994), and the Cognitive Flexibility Inventory by Dennis and Vander Wal (2010). Data were analyzed using structural equation modeling through SPSS version 21 and AMOS version 7.

Findings: The results of the data analysis indicated that the model fit indices were acceptable, and the structural model was deemed valid. Furthermore, a significant inverse relationship was found between irrational beliefs and marital adjustment at the 95% confidence level, indicating that irrational beliefs negatively impact marital adjustment. A significant positive relationship was observed between conflict resolution strategies and marital adjustment at the 95% confidence level, suggesting that these strategies have a positive effect on marital adjustment. Additionally, irrational beliefs were significantly and negatively related to cognitive flexibility at the 95% confidence level, meaning that irrational beliefs reduce cognitive flexibility. Moreover, irrational beliefs affected marital adjustment through cognitive flexibility at a statistically significant level (95% confidence), indicating a mediating role of cognitive flexibility in this relationship. Conflict resolution strategies were also found to affect marital adjustment through cognitive flexibility at the 95% confidence level, implying the mediating effect of cognitive flexibility. Finally, marital duration moderated the relationship between irrational beliefs and marital adjustment but did not moderate the relationship between conflict resolution strategies and marital adjustment.

Conclusion: Therefore, enhancing cognitive flexibility and modifying irrational beliefs may improve marital adjustment, particularly over time, as the impact of these psychological factors on relational dynamics can become more pronounced with marital duration.

Keywords: marital adjustment model, irrational beliefs, conflict resolution strategies, cognitive flexibility, marital life.

How to Cite: Ahmadi, E., Jafari Roshan, M., & Basri, A. (2024). Explaining a Model of Marital Adjustment Based on Irrational Beliefs and Conflict Resolution Strategies: The Mediating Role of Cognitive Flexibility and the Moderating Role of Marital Duration. *Quarterly of Experimental and Cognitive Psychology*, 1(1), 68-84.

تبیین مدل سازگاری زناشویی بر اساس باورهای غیر منطقی و راهبردهای حل تعارض با میانجی‌گری انعطاف‌پذیری شناختی و نقش تعدیل‌گر عمر زناشویی

۱. عماد احمدی^{id}؛ گروه روان‌شناسی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۲. مرجان جعفری روشن^{id*}؛ گروه روان‌شناسی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. (نویسنده مسئول)

۳. احمد باصری^{id}؛ گروه روان‌شناسی، دانشگاه جامع امام حسین (ع)، تهران، ایران

*پست الکترونیک نویسنده مسئول: marjan.jafariroshan@gmail.com

چکیده

هدف: پژوهش حاضر با هدف تبیین مدل سازگاری زناشویی براساس باورهای غیر منطقی و راهبردهای حل تعارض با میانجی‌گری انعطاف‌پذیری شناختی و نقش تعدیل‌گر عمر زندگی زناشویی صورت گرفت.

مواد و روش‌ها: روش پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر شیوه گردآوری اطلاعات، تحقیق توصیفی از نوع مبتنی بر مدل‌های همبستگی است. جامعه آماری در این پژوهش شامل کلیه زوجین ساکن در شهر تهران در سال ۱۴۰۳ تشکیل دادند و حجم نمونه در پژوهش حاضر ۴۵۳ نفر مرد و ۴۵۳ نفر زن به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب گردیدند. در این پژوهش از پرسشنامه‌های جمعیت شناختی محقق ساخته، پرسشنامه سازگاری زناشویی دوعضوی اسپاتیر (۱۹۸۶)، باورهای غیرمنطقی جونز (۱۹۸۶)، حل تعارض ویکز (۱۹۹۴) و انعطاف‌پذیری شناختی دنیس و وندورال (۲۰۱۰) جهت جمع‌آوری داده‌ها استفاده گردید. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش مدل معادلات ساختاری با استفاده از نرم افزارهای SPSS نسخه ۲۱ و AMOS نسخه ۷ استفاده گردید.

یافته‌ها: نتیجه تحلیل یافته‌ها نشان داد شاخص‌های برازش مدل ساختاری مناسب بوده و مدل قابل قبول می‌باشد. همچنین بین باورهای غیر منطقی با سازگاری زناشویی ارتباط معکوس در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنادار گردید، به این معنا که باورهای غیرمنطقی بر سازگاری زناشویی اثر منفی دارد. بین راهبردهای حل تعارض بر سازگاری زناشویی ارتباط مثبت در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنادار گردید، به این معنا که راهبردهای حل تعارض بر سازگاری زناشویی اثر مثبت دارد. بین باورهای غیر منطقی با انعطاف‌پذیری شناختی ارتباط معکوس در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنادار گردید، به این معنا که باورهای غیرمنطقی بر انعطاف‌پذیری شناختی اثر منفی دارد. همچنین بین باورهای غیرمنطقی از طریق انعطاف‌پذیری شناختی بر سازگاری زناشویی ارتباط در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنادار گردید، به این معنا که باورهای غیر منطقی از طریق انعطاف‌پذیری شناختی بر سازگاری زناشویی اثر دارد. راهبردهای حل تعارض از طریق انعطاف‌پذیری شناختی بر سازگاری زناشویی ارتباط در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنادار گردید، به این معنا که راهبردهای حل تعارض از طریق انعطاف‌پذیری شناختی بر سازگاری زناشویی اثر دارد و همچنین طول عمر زندگی زناشویی در رابطه باورهای غیرمنطقی بر سازگاری زناشویی اثر تعدیلی دارد اما طول عمر زندگی زناشویی در رابطه باورهای حل تعارض بر سازگاری زناشویی اثر تعدیلی ندارد.

نتیجه‌گیری: در نتیجه، تقویت انعطاف‌پذیری شناختی و اصلاح باورهای غیرمنطقی می‌تواند به بهبود سازگاری زناشویی بینجامد، به‌ویژه در طول زمان، که تأثیر این عوامل ممکن است عمیق‌تر گردد.

کلیدواژگان: مدل سازگاری زناشویی، باورهای غیر منطقی، راهبردهای حل تعارض، انعطاف‌پذیری شناختی، زندگی زناشویی

نحوه استناددهی: احمدی، عماد، جعفری روشن، مرجان، و باصری، احمد. (۱۴۰۳). تبیین مدل سازگاری زناشویی براساس باورهای غیر منطقی و راهبردهای حل تعارض با میانجی‌گری انعطاف‌پذیری شناختی و نقش تعدیل‌گر عمر زناشویی. فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی، ۱(۱)، ۶۸-۷۴.



تاریخ دریافت: ۲۴ فروردین ۱۴۰۳

تاریخ بازنگری: ۶ اردیبهشت ۱۴۰۳

تاریخ پذیرش: ۲۶ اردیبهشت ۱۴۰۳

تاریخ انتشار: ۳۱ اردیبهشت ۱۴۰۳



مجوز و حق نشر: © ۱۴۰۲ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.

Extended Abstract

Introduction

Marital adjustment is a key psychological construct that significantly impacts the quality of life, mental and physical health, and even longevity of couples. Studies have shown that marital adjustment is often assessed by clinicians and family therapists due to its critical role in individual and relational well-being (Bedir Akpınarlı & Eryücel, 2024). It is considered a multidimensional concept that evolves over time and encompasses problem-solving skills, mutual understanding, and emotional expression within a marriage (Onabamiro et al., 2017). According to Lee Masters, marital adjustment involves both individual and joint efforts of spouses to maintain harmony and satisfaction in their relationship (Lee Masters, 1956). The process demands compatibility in values, behavioral rules, and interpersonal interactions, especially during the early stages of marriage, where adjustment plays a pivotal role (Ahmadi et al., 2010).

A critical determinant of marital adjustment is the nature of cognitive schemas and irrational beliefs held by partners. These dysfunctional beliefs often lead to misinterpretations, unrealistic expectations, and persistent conflict in the relationship (Ganji et al., 2016; Pour Mohammad et al., 2014). Irrational beliefs, by nature, are rigid, unrealistic, and distress-inducing, reducing individuals' ability to flexibly respond to relational challenges (Momenzadeh et al., 2005). Epstein and colleagues identified five common irrational beliefs that harm marital relationships, including beliefs in destructive conflict, mind reading, partner's unchangeability, sexual perfectionism, and gender-based stereotypes (Epstein et al., 2005). These beliefs impede adaptive problem-solving and escalate conflict, often leading to decreased marital satisfaction and stability (Polit & Beck, 2013).

Cognitive flexibility—the capacity to adapt one's thinking to new and changing environments—is another cognitive dimension directly linked to marital functioning. It enables individuals to consider multiple perspectives and generate alternative solutions in challenging relational

scenarios (Bolluk Uğur & Çakmak Tolan, 2024; Montazer & Razavi Ne'matollahi, 2024). Research indicates that higher cognitive flexibility correlates with increased marital adjustment, as flexible individuals are better equipped to handle stress and resolve conflicts effectively (Akbarzadeh & Zahrakar, 2022; Jabouri & Khoshnevisan, 2022). Conversely, cognitive rigidity, often resulting from irrational beliefs, limits the range of adaptive behaviors in relationships.

Conflict resolution strategies also significantly influence marital dynamics. Efficient conflict management enhances communication, emotional bonding, and relational stability, whereas poorly managed conflict exacerbates tension and dissatisfaction (Molazadeh, 2004; Pierce, 2002). Strategies like collaborative negotiation, reassurance, and positive communication are positively linked to marital satisfaction (Jalil & Muazzam, 2013; Larson & Olson, 2004). In contrast, destructive tactics such as withdrawal or hostility undermine the relational foundation. Furthermore, the duration of marriage can moderate the effects of irrational beliefs and conflict resolution strategies. Studies suggest that marital longevity strengthens the relationship between these factors and marital adjustment, as partners adapt and redefine their roles over time (Jalil & Muazzam, 2013; Parameswari, 2016).

In light of this background, the present study aimed to propose and test a conceptual model in which irrational beliefs and conflict resolution strategies predict marital adjustment, mediated by cognitive flexibility and moderated by marital duration.

Methods and Materials

This study employed an applied, descriptive-correlational design based on structural equation modeling. The statistical population consisted of all married couples residing in Tehran in 2024. Using a cluster random sampling method across five geographical regions (north, south, east, west, and central), a total sample of 906 individuals (453 men and 453 women) was selected. Data collection tools included the

Dyadic Adjustment Scale (Spanier, 1986), the Irrational Beliefs Test (Jones, 1986), the Conflict Resolution Questionnaire (Weeks, 1994), and the Cognitive Flexibility Inventory (Dennis & Vander Wal, 2010). SPSS-21 and AMOS-7 software were used to analyze the data through structural equation modeling.

Findings

Descriptive statistics showed the mean scores of marital adjustment, irrational beliefs, conflict resolution strategies, and cognitive flexibility were approximately 3.31, 3.22, 3.15, and 3.26, respectively. Structural equation modeling results confirmed the overall model fit, with indices such as RMSEA = 0.074, GFI = 0.952, and CFI = 0.945 indicating acceptable levels of model validity.

The analysis revealed a significant negative relationship between irrational beliefs and marital adjustment ($\beta = -0.14$, $p < 0.05$), suggesting that higher levels of irrational beliefs were associated with lower marital adjustment. Conversely, a significant positive relationship was found between conflict resolution strategies and marital adjustment ($\beta = 0.26$, $p < 0.05$), indicating that better conflict resolution was linked to higher marital adjustment.

In terms of mediation, irrational beliefs were significantly negatively related to cognitive flexibility ($\beta = -0.35$, $p < 0.001$), while conflict resolution strategies were positively associated with cognitive flexibility ($\beta = 0.11$, $p < 0.05$). Moreover, cognitive flexibility significantly mediated the relationship between irrational beliefs and marital adjustment (indirect effect $\beta = -0.19$, $p < 0.001$) as well as between conflict resolution strategies and marital adjustment (indirect effect $\beta = 0.10$, $p < 0.05$).

Regarding the moderating role of marital duration, the findings showed that marital duration significantly moderated the relationship between irrational beliefs and marital adjustment in some subgroups (e.g., $\beta = -0.33$, $p <$

0.001), whereas it did not moderate the relationship between conflict resolution strategies and marital adjustment (non-significant across subgroups).

Discussion and Conclusion

The findings affirm that irrational beliefs negatively affect marital adjustment, while effective conflict resolution strategies positively contribute to it. Importantly, cognitive flexibility emerged as a key mediating mechanism, explaining how these cognitive and behavioral variables influence marital outcomes. Individuals with high cognitive flexibility were better able to reinterpret interpersonal challenges, thereby reducing the detrimental effects of irrational thoughts and enhancing the benefits of conflict resolution efforts.

The study also highlights that the duration of marriage plays a complex moderating role. Longer marital duration can either amplify or mitigate the impact of irrational beliefs on adjustment, suggesting that the dynamics of belief systems and cognitive flexibility evolve over time. However, the effect of conflict resolution strategies appears stable regardless of marital length, indicating the enduring utility of such strategies across all relationship phases.

Taken together, these results underscore the importance of targeting irrational beliefs and promoting cognitive flexibility through psychological interventions to enhance marital adjustment. Training couples in adaptive conflict resolution strategies and cognitive restructuring techniques may lead to long-term relational resilience. Future research could expand on these findings by incorporating qualitative approaches and exploring cultural or socioeconomic moderating variables. The study offers valuable implications for therapists, counselors, and marital educators seeking to foster healthier and more adaptive relationships.

است (Ahmadi et al., 2010). رابطه زناشویی که زیر بنایی نظام خانواده می‌باشد، در زمره پیچیده‌ترین روابط انسانی است. حال چنانچه انتخاب همسر بر پایه شناخت و به کارگیری معیارهای حساب شده و عمیق‌تری صورت گیرد. احتمال اینکه زندگی در مسیر سازنده‌تری بیفتد و عشق در پیری به پختگی و شیرینی خاصی برسد بیشتر است و در دختران و پسران جوانی که می‌خواهند ازدواج نموده و تشکیل خانواده دهند با آگاهی از این عوامل می‌توانند در انتخاب خود دقت لازم را بنمایند با انتخاب صحیح یک زندگی راحت و آرامی را برای خود و فرزندان خود تشکیل دهند (Eslami Nasab, 1994; Gottman & Notarius, 2000). لذا بررسی عواملی که می‌تواند سازگاری زناشویی را تداوم بخشد و یا عواملی که خانواده‌های بسیاری را در معرض نابسامانی و از هم پاشیدگی قرار می‌دهند ضروری به نظر می‌رسد؛ بنابراین در بررسی‌های مربوط به عوامل موثر در سازگاری زناشویی در منابع متعدد به عوامل گوناگون اشاره شده است که به تعدادی از آن‌ها می‌پردازیم. یکی از ابعاد شناختی موثر در پیش بینی سازگاری زناشویی، باورهای غیر منطقی است که تحقیقات پور محمد رضای تجربی، پهلوان نشان و نجفی فرد (۱۳۹۳) نشان می‌دهد که باورها و انتظارات غیرمنطقی و غیرواقعی یک عامل شناخته شده در بروز اختلافات زناشویی است. همچنین باورهای منطقی رابطه معکوسی با سازگاری زناشویی زوجین دارد (Pour Mohammad et al., 2014). در پژوهش دیگری توسط گنجی، خوش کنش و پور ابراهیم (۲۰۱۶) نشان دادند که رابطه منفی و معنی داری بین باورهای غیرمنطقی و سازگاری زناشویی وجود دارد. باور منطقی، استدلالی و بر اساس برهان است و با مدارک تجربی سازگار است (Ganji et al., 2016). باور منطقی حقیقت دارد با واقعیت منطبق است با استدلال حمایت می‌شود. یک حکم مطلق نیست و معمولاً به صورت تمایل و رجحان بیان می‌شود. باور منطقی انسان را به سوی هماهنگی و سلامت می‌کشاند، تعارض را در شخصی به حداقل

یکی از عوامل مهم و تاثیرگذار در افزایش کیفیت زندگی زناشویی، سازگاری زناشویی است که تحقیقات انجام شده اهمیت تأثیر آن را بر انواع نتایج بالینی مانند: بهداشت روانی و جسمانی و حتی طول عمر تأیید نموده اند، با توجه به اهمیت سازگاری زناشویی در سلامت روان، متخصصان همواره این سازه را مورد سنجش قرار می‌دهند (Bedir Akpınarlı & Eryücel, 2024). سازگاری زناشویی و در مقابل آن از هم گسیختگی زناشویی، بیشتر مورد علاقه خانواده درمانگران و مشاوران است. شناخت عوامل مرتبط با سازگاری زناشویی به منظور افزایش بقاء و آرامش و رفاه زوجها می‌تواند برای همه سودمند باشد چرا که سازگاری زناشویی را عامل حفظ و تقویت روانی خانواده دانسته‌اند (Onabamiro et al., 2017). سازگاری زناشویی یک اصطلاح چند بعدی است که سطوح چندگانه ازدواج را روشن می‌کند و فرایندی است که در طول زندگی زوجین به وجود می‌آید، این سازگاری تحت تأثیر ابعاد معنوی اخلاقی، اجتماعی و یا شناختی یا غیره است. نشان‌گر این واقعیت است که مکانیسم‌های شناختی بر سازگاری و رضایت زناشویی تأثیر می‌گذارند (Jabouri & Khoshnevisan, 2022). لی مسترز (۱۹۹۵) سازگاری زناشویی را توان حل مسئله و انطباق تعریف می‌کند. سازگاری زناشویی شیوه‌های است که افراد متأهل، به طور فردی یا با یکدیگر، جهت متأهل ماندن سازگار می‌شو ند. رضایت و سازگاری زناشویی یکی از گسترده ترین مفهوم برای تعیین و نشان دادن میزان شادی و میزان پایداری رابطه است (Lee Masters, 1956). سازگاری زناشویی یک فرایند است که در طول زندگی زوجین به وجود می‌آید؛ زیرا که لازمه آن انطباق سلیقه ها، شناخت صفات شخصیتی، ایجاد قواعد رفتاری و شکل گیری الگوهای مراوده‌ای است. هر چند که در دوره‌های اولیه زندگی شایسته توجه جدی است؛ بنابراین سازگاری زناشویی یک فرایند تکاملی در بین زن و شوهر

دارند که همسرشان تمام خلاءهای آن‌ها را در قبل از ازدواج پر کند (Polit, 2013 & Beck, 2013)؛ بنابراین باورهای غیر منطقی یکی از عامل‌های شناخته شده در بروز مشکلات زناشویی است. یکی دیگر از ابعاد شناختی اساسی پویایی روابط خانوادگی انعطاف‌پذیری شناختی است. انعطاف‌پذیری عبارت از باز و شفاف بودن و آمادگی جهت ایجاد تغییرات، مدیریت روابط و قواعد نقش‌ها در خانواده است (Montazer & Razavi Ne'matollahi, 2024). انعطاف‌پذیری شناختی به توانایی انسان برای سازگار کردن راهکارهای فرایند شناختی اطلاق می‌شود که به منظور مواجهه با شرایط جدید و غیر منتظره در محیط به کار می‌رود (Bolluk Uğur & ÇAkmak Tolan, 2024). در واقع انعطاف‌پذیری شناختی توانایی فرد برای دادن پاسخ‌های جایگزین در موقعیت‌های مختلف تعریف می‌شود. این توانایی در زندگی روزمره مهم است زیرا به ما اجازه می‌دهد در سازگاری با تغییرات محیطی و عوامل مختلف انعطاف‌پذیر باشیم (Akbarzadeh & Zaharakar, 2022; Jabouri & Khoshnevisan, 2022). نتایج تحقیقات شهابی و فروزنده (۲۰۲۰) نشان داد که رابطه معنی دار و مثبتی بین انعطاف‌پذیری شناختی، شفقت بر خود و سازگاری زناشویی وجود دارد و هرچه زوجین انعطاف‌پذیری شناختی بیشتری داشته باشند، میزان سازگاری زناشویی بیش‌تری دارند. عامل دیگری که می‌تواند سازگاری زناشویی رو تحت تاثیر قرار دهد تعارض زوجین است (Shahabi et al., 2020). تعارض زناشویی یکی از مشکلات شایع زوج‌های امروز است (Darbani & Parsakia, 2022; Parsakia et al., 2023). شیوه‌های حل تعارض زن شوهر است که عامل تضاد یا تداوم زندگی زناشویی است. همچنین، بین ویژگی‌های شخصیتی زوجین و سازگاری زناشویی رابطه معنی داری وجود دارد و در راهبردهای حل تعارض، دو راهبرد سبک همراهانه و حاضر خدمتی توان پیش‌بینی متغیر سازگاری زناشویی را دارد و پژوهش‌ها نشان دادند که از نظر سازگاری زناشویی بین

می‌رساند و فرد را در شکل دادن به وظایف و ارتباط با جهان یاری می‌کند (Jalil & Muazzam, 2013). باور غیر منطقی فلسفه‌های خود آشفته ساز افراد را تشکیل می‌دهد، با واقعیت مطابقت ندارد و مبتنی بر ظن و گمان و اطلاعات اولیه نادرست است به صورت یک امر و حکم است که فرد دارای باور غیر منطقی به خودش حکم می‌کند و کمال گرا است، به دلیل آنکه باور غیر منطقی به فرد حکم می‌کند تعادل روانی او را به هم و آنجا که این نوع باور مملو از باید و الزام هاست سخت محدود است در نتیجه فرد دارای این نوع باور در مقابله با حوادث محدود شده نمی‌تواند نگرش تازه‌ای به مسئله داشته و راه حل موفقیت آمیزی اتخاذ کند (Momenzadeh et al., 2005). آیدلسون و اپشتاین (۱۹۸۲)، با گسترش ارزیابی باورهای ارتباطی ناکارآمد پنج باور ناکارآمد که در سازگاری زناشویی سهیم هستند را مشخص کردند که این باورها شامل الف) مخالفت تخریب کننده است ب) توقع ذهن خوانی ج) باور به عدم تغییر پذیری همسر د) کمال گرایی جنسی و ه) باور در مورد تفاوت‌های جنسی. این پنج باور ارتباطی مردم را از دیدن کیفیت و خصوصیات منحصر به فرد همسرشان و ایجاد تغییراتی که باعث بالا بردن رضایت در ازدواج می‌شود، باز می‌دارد. به نظر آیدلسون و اپشتاین چسبیدن به این باور که مخالفت تخریب کننده است احتمالاً به روش‌های حل مساله نادرست یا جبری هدایت می‌کنند، باور توقع ذهن خوانی اغلب باعث تعارضی، ادراک نادرست و تشدید تعارضی می‌شود در حالی که اعتقاد به اینکه همسران نمی‌توانند تعبیر کنند فرضیه‌ای است که هیچ‌امیدی برای بهبود و حل مشکلات نیست. اعتقاد به اینکه مردان و زنان ذاتاً از نظر نیازهای شخصی و ارتباطی متفاوت هستند منجر به ادراک قالبی و حساسیت کمتر به خصوصیات همسران می‌شود. الیس بسیاری از تعارضات و مشکلات با منشاء روانشناختی را نتیجه باورهای غیر منطقی می‌داند (Epstein et al., 2005). اکثر افراد انتظارات غیر منطقی‌ای نسبت به زندگی زناشویی دارند. آن‌ها انتظار

کلی این راهبردها، فعالیت‌هایی هستند که افراد هوشیارانه به عهده می‌گیرند تا رابطه‌شان را با هم حفظ کنند، بدیهی است زوج‌هایی که راهبردهای مثبت حفظ رابطه را به خوبی به کار نمی‌گیرند و در ارتباطی مخرب و ویرانگر درگیر هستند. به احتمال زیاد ازدواج ناسازی نیز خواهند داشت (Jalil & Muazzam, 2013; Larson & Olson, 2004). پیرس (۲۰۰۲) نشان داد که راهبردهای حل تعارض بر کیفیت زندگی زوجین تأثیر متفاوتی دارند. راهبردهای مثبت حل تعارض، تأثیر مثبت و راهبردهای منفی تأثیر منفی بر کیفیت زندگی زناشویی و بهزیستی روانی زوجین دارد؛ بنابراین می‌توان گفت تکنیک‌های حل تعارض برای روابط موفق، موضوعی محور است. عامل دیگری که درسازگاری زناشویی موثر است طول عمر زناشویی است (Pierce, 2002). در پژوهش دیگری توسط جلیل و معظم (۲۰۱۳) نشان دادند که طول سال‌های ازدواج بر همکاری شوهر در خانه و میزان ابراز محبت وی به همسر تأثیر زیادی بر رضایت زناشویی دارد (Jalil & Muazzam, 2013)؛ همچنین پارامسواری (۲۰۱۶) در پژوهش خود نشان داد که زنانی که در دامنه سنی ۳۶ الی ۴۵ سال قرار دارند نسبت به زنانی که در دامنه سنی ۲۵ الی ۳۵ سال قرار دارند، از سازگاری زناشویی بالاتری برخوردارند بعلاوه زنانی که طول زندگی زناشویی طولانی تری داشتند نسبت به زنانی که طول زناشویی کمتری داشتند از سازگاری بیشتری برخوردار بودند. همچنین نتایج این مطالعه نشان داد زنان خانواده‌های گسترده نسبت به زنان خانواده‌های هسته‌ای از سازگاری زناشویی بالاتری برخوردارند. طول عمر زندگی زناشویی (مدت زمان ازدواج) می‌تواند به عنوان یک عامل تعدیل‌گر عمل کند که بر تأثیر عوامل دیگر بر سازگاری زناشویی تأثیر می‌گذارد. زوجینی که از راهبردهای حل تعارض مؤثر استفاده می‌کنند، معمولاً بهتر می‌توانند در مواجهه با اختلافات، تنش‌ها را کاهش دهند و به حل مسالمت‌آمیز مشکلات بپردازند (Parameswari, 2016). این کاهش تنش‌ها می‌تواند به عنوان یک

زنان و مردان تفاوت معنی داری وجود ندارد (Hosseini Nasab, Badri, et al., 2009). آنچه که مهم است، سبک مقابله با تعارض است (Molazadeh, 2004)؛ اگر تعارض به طور کارآمد اداره شود، از سکون و رکود ارتباط جلوگیری کرده و در زوجین، مهارت‌های مثبت و کارآمد منطبق با رویدادهای فشارزا ایجاد می‌کند ولی اگر تعارض بطور ضعیفی اداره شود موجب تخریب زندگی زناشویی شده و اثرات زیان آوری بر سلامت فیزیکی و هیجانی زوجین به جا می‌گذارد (Pierce, 2002). تکنیک‌های حل تعارض‌های زناشویی دارای رابطه قوی با رضایتمندی زناشویی است. البته تعارض دارای جنبه مثبتی نیز هست که فرصتی را برای بهبودی روابط فراهم می‌کند و این در صورتی است که همسران یاد بگیرند چه طور با یکدیگر مذاکره کنند (Jalil & Muazzam, 2013). برخی مطالعات حاکی از آن است که زوج‌هایی که ازدواج خود را مقدس می‌دانند دارای ارتباط با کیفیت تری در زندگی مشترک خود هستند و تلاش می‌کنند از راهبردهایی برای مدیریت تنش‌ها و مشکلات خود استفاده نمایند (Seyli et al., 2015). در خصوص اینکه زوج‌ها معمولاً از چه راهبردهایی برای حفظ رابطه خود استفاده می‌کنند می‌تواند سازگاری آن‌ها را نشان دهد که استفورد و کانر، پنج راهبرد را برای حفظ رابطه مشخص کردند: مثبتگرایی (که به اتخاذ رویکردی مثبت به رابطه، مثل ابراز خوشحالی و امید و حمایت از طرف دیگر و نیز به حداقل رساندن تعابیر منفی و خصم‌آلود بر می‌گردد)، باز و راحت بودن (گفتوگوی مستقیم در مورد طبیعت رابطه)، اطمینان و دلگرمی دادن (تأکید بر پذیرش، عشق و تعهد به همسر) و شبکه‌های اجتماعی استفاده از خانواده، دوستان و سایر اعضای شبکه‌های اجتماعی برای تثبیت رابطه و تقسیم وظایف (تأکید بر انجام وظایف و رضایت فرد از مسئولیت‌هایی که بر عهده اوست). ضمن اینکه استفورد و همکاران در راهبرد دیگر نیز ارائه نمودند که شامل نصیحت کردن و مدیریت تعارض بود. بطور

تقویت‌کننده‌ی هویت اجتماعی در رابطه‌ی زناشویی در نظر گرفته شود که به افزایش سازگاری زناشویی منجر می‌شود و باورهای غیرمنطقی می‌توانند به عنوان یک عامل تضعیف‌کننده‌ی هویت اجتماعی در رابطه‌ی زناشویی عمل کنند. افرادی که باورهای غیرمنطقی بیشتری دارند، معمولاً بهتر می‌توانند در مواجهه با اختلافات، تنش‌ها را افزایش دهند و به تشدید مشکلات بپردازند. این افزایش تنش‌ها می‌تواند به عنوان یک تضعیف‌کننده‌ی هویت اجتماعی در رابطه‌ی زناشویی در نظر گرفته شود که به کاهش سازگاری زناشویی منجر می‌شود؛ و اینکه طول عمر زندگی زناشویی (مدت زمان ازدواج) می‌تواند به عنوان یک عامل تعدیل‌گر عمل کند که بر تأثیر راهبردهای حل تعارض و باورهای غیرمنطقی بر سازگاری زناشویی تأثیر می‌گذارد. به عنوان مثال، در مراحل اولیه‌ی ازدواج، راهبردهای حل تعارض ممکن است تأثیر بیشتری بر سازگاری زناشویی داشته باشند، در حالی که در مراحل بعدی کاهش باورهای غیرمنطقی ممکن است تأثیر بیشتری داشته باشند در نتیجه پژوهش حاضر در پی پاسخ‌گویی به این سوال است که آیا باورهای غیر منطقی و راهبردهای حل تعارض با میانجی‌گری انعطاف‌پذیری شناختی و نقش تعدیل‌گر عمر زندگی زناشویی در پیش‌بینی سازگاری زناشویی نقش دارد؟

روش‌شناسی پژوهش

روش پژوهش فوق، از نظر هدف کاربردی و از نظر شیوه گردآوری اطلاعات، تحقیق توصیفی از نوع مبتنی بر مدل‌های همبستگی است. جامعه آماری در این پژوهش شامل کلیه زوجین ساکن در شهر تهران در سال ۱۴۰۳ بودند. برای تعیین حجم نمونه، از فرمول پیشنهادی بنتلر و چووا (۱۹۸۷) استفاده گردید. بر اساس این فرمول با در نظر گرفتن قاعده سرانگشتی (تعداد گویه‌های پرسشنامه ۵× نفر)، به عنوان حجم نمونه و با توجه به تعداد کل گویه‌های پرسشنامه‌های پژوهش حاضر، حجم نمونه مشتمل بر ۸۸۰ نفر زوج، در نظر گرفته شد ولی در پژوهش حاضر ۴۵۳ نفر مرد و ۴۵۳ نفر زن به روش

نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای (از پنج منطقه شمال، جنوب، شرق، غرب، مرکز تهران با توجه به تعداد لازم و تراکم منطقه) انتخاب گردیدند.

پرسشنامه سازگاری زناشویی دوعضوی اسپانیر (D.A.S): این مقیاس توسط اسپانیر (۱۹۸۶) به منظور سازگاری بین زن و شوهر به کار می‌رود. قصد این مقیاس سنجش میزان سازگاری در میان ساختارهای دونفره می‌باشد. این مقیاس یک ابزار ۳۲ سوالی برای ارزیابی کیفیت رابطه زناشویی می‌باشد که برای چند هدف ساخته شده است. می‌توان با بدست آوردن کل نمرات، از این ابزار برای اندازه‌گیری سازگاری کلی در رابطه زوجین استفاده کرد. تحلیل عامل نشان می‌دهد که این مقیاس چهار بعد را می‌سنجد که بدین قرارند: رضایت دونفری، همبستگی دونفری، توافق دونفری و ابراز محبت (۱۳۷۹). اسپانیر (۱۹۸۶) پایایی این ابزار را در کل نمرات ۰/۹۶ برآورده کرده است. پایایی کل مقیاس با آلفای کراباخ ۰/۹۶ از همسانی درونی قابل توجهی برخوردار است. همسانی درونی خرده مقیاس‌ها بین خوب تا عالی است: رضایت دونفری=۰/۹۴، همبستگی دونفری=۰/۸۱، توافق دونفری ۰/۹۰ و ابراز محبت =۰/۷۳. این مقیاس در سال ۱۳۷۴ توسط آموزگار و حسین نژاد ترجمه و اجرا و در ایران هنجاریابی شده است. ضریب همبستگی بین نمرات زنان و شوهران طی دوبار اجرا در کل نمرات ۰/۸۶ مقیاس فرعی اول ۰/۶۸، مقیاس فرعی دوم ۰/۷۵ مقیاس فرعی سوم ۰/۷۱ و مقیاس فرعی چهارم ۰/۶۱ بدست آمده است (Ahmadi et al., 2010; Akbarzadeh & Zahrakar, 2022).

پرسشنامه باورهای غیرمنطقی جونز (IBQ-۴۰): پرسشنامه باورهای غیرمنطقی جونز ۴۰ ماده‌ای در سال ۱۹۶۸ توسط جونز و بر اساس نظریه الیس (۱۹۶۲) طراحی شد. این پرسشنامه یکی از پر استفاده‌ترین ابزارهای اندازه‌گیری باورهای غیرمنطقی در جهان است. در اصل، این پرسشنامه انواع تفکرات غیرمنطقی را مورد سنجش قرار می‌دهد. نسخه اصلی آن ۱۰۰ سوال

بسته را شامل می‌شود که از ۱۰ عامل تشکیل شده و هر عامل یک نوع تفکر غیرمنطقی را بررسی می‌کند. این ده عامل عبارت‌اند: توقع تایید از دیگران، انتظارات بیش از حد از خود، سرزنش کردن خود و دیگران، واکنش به درماندگی همراه با ناکامی، بی‌مسئولیتی هیجانی، توجه مضطربانه، اجتناب از مشکل، وابستگی، درماندگی در برابر تغییر، کمال‌گرایی. فرم کوتاه این آزمون در ایران توسط عبادی و معتمدین (۱۳۸۴) طراحی گردید. آن‌ها پس از تحلیل پاسخ‌نامه‌های آزمودنی‌ها، ۶۰ ماده از ۱۰۰ ماده آزمون را حذف کردند و یک ساختار چهار عاملی به دست آوردند. جونز (۱۹۶۸) همسانی درونی ۱۰ عامل آزمون باورهای غیرمنطقی را بین ۰/۴۵ تا ۰/۷۲، ضریب آزمون - بازآزمون را معادل ۰/۹۲ و روایی همزمان آن را با مشکلات روان‌پزشکی ۶۱/۰ گزارش کرده است. عبادی و معتمدین (۱۳۸۴) برای نسخه ۴۰ ماده‌ای این پرسشنامه از ضریب آلفای کرونباخ و دو نیمه سازی استفاده کردند. ضریب آلفای کرونباخ کلی این آزمون برابر با ۰/۷۵ به دست آمد؛ و برای عامل‌های درماندگی در برابر تغییر، ۸۰/۰، توقع تایید از دیگران، ۸۱/۰، اجتناب از مشکل، ۷۳/۰ و بی‌مسئولیتی هیجانی، ۷۵/۰ بدست آمد (Masarrat Mashhadi & Dowlatsahi, 2017).

پرسشنامه حل تعارض (CRQ): این مقیاس توسط ویکز^۱ (۱۹۹۴) و فیشر و اوری^۲ (۱۹۹۱) ساخته شد. این پرسشنامه به عنوان ابزاری برای اندازه‌گیری ایده‌های حل تعارض و توانایی شخص در خلق و ارائه راه حل‌های برنده - برنده و سودمند به حال طرفین تعارض ساخته شد؛ که دارای ۴۰ سوال می‌باشد. عبارات این پرسشنامه ادراک و برداشت پاسخ‌دهندگان را بر مبنای این که معمولاً چگونه در رفتارهای خاص مرتبط با تعارض وارد می‌شوند و میزان آگاهی آن‌ها را از موضوع تعارض می‌سنجد. این پرسشنامه، به عنوان وسیله‌ای برای ارتقاء و بهبود درک افراد از تعارض، طراحی و به عنوان ابزاری

آموزشی مورد استفاده قرار گرفته است. هن اینگ (۲۰۰۳) ضرایب پایایی این ابزار را با استفاده از روش تصنیف ۰/۶۹ و با استفاده از آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۷ بدست آورد. همچنین افضل رحیم به نقل از اعتباریان و پورولی (۱۳۸۷) آلفای کرونباخ را ۰/۸۴ و ۰/۸۲ بدست آورد (Yavari & Habibi, 2024).

پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی (CFI-I): این پرسشنامه یک ابزار خودگزارش‌دهی کوتاه ۲۰ سؤالی است که دنیس و وندورال (۲۰۱۰) ساخته‌اند و برای سنجش انعطاف‌پذیری شناختی که در موفقیت فرد برای چالش و جایگزینی افکار ناکارآمد با افکار کارآمدتر لازم است، به کار می‌رود. نمره‌گذاری آن بر اساس مقیاس ۷ درجه‌ای لیکرت از ۱ تا ۷ است که نمره بالاتر به معنای انعطاف‌پذیری شناختی بیشتر است. این ابزار سه جنبه انعطاف‌پذیری شناختی را می‌سنجد: میل به درک موقعیت‌های سخت به عنوان موقعیت‌های قابل کنترل؛ توانایی درک چندین توجیه جایگزین برای رویدادهای زندگی و رفتار انسان‌ها؛ توانایی ایجاد چندین راه حل جایگزین برای موقعیت‌های چالش برانگیز. دنیس و وندورال (۲۰۱۰) در پژوهشی نشان دادند این پرسشنامه ساختار عاملی، روایی همگرا و روایی هم‌زمان مناسبی دارد این پژوهشگران نشان دادند دو عامل ادراک گزینه‌های مختلف و ادراک توجیه رفتار، یک معنی دارند و عامل کنترل به عنوان خرده مقیاس دوم در نظر گرفته شد. روایی هم‌زمان این پرسشنامه با پرسشنامه افسردگی بک برابر با ۰/۳۹ - و روایی واگرایی آن با مقیاس انعطاف‌پذیری شناختی مارتین و رابین، ۰/۷۵ گزارش شده است. این پژوهشگران پایایی به روش آلفای کرونباخ را برای کل مقیاس، ادراک کنترل‌پذیری و ادراک گزینه‌های مختلف به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۹۱ و ۰/۸۴ و با روش بازآزمایی به ترتیب ۰/۸۱، ۰/۷۵ و ۰/۷۷ به دست آوردند. شاره، فرمانی و سلطانی، ویژگی‌های روان‌سنجی این ابزار را

2. Fisher & Ury

1. weeks

تاب‌آوری برابر با ۶۷/۰ و روایی هم‌زمان آن با پرسش‌نامه افسردگی بک برابر با ۵۰/۰- بود (Montazer & Razavi Ne'matollahi, 2024; Shareh & Eshaghi Sani, 2019).

جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش مدل معادلات ساختاری با استفاده از نرم افزارهای SPSS نسخه ۲۱ و AMOS نسخه ۷ استفاده گردید.

یافته‌ها

در جدول (۱)، برخی از مفاهیم آمار توصیفی متغیرها شامل میانگین، انحراف معیار، چولگی و کشیدگی ارائه شده است.

جدول ۱. شاخص‌های مرکزی، پراکندگی و توزیع عوامل

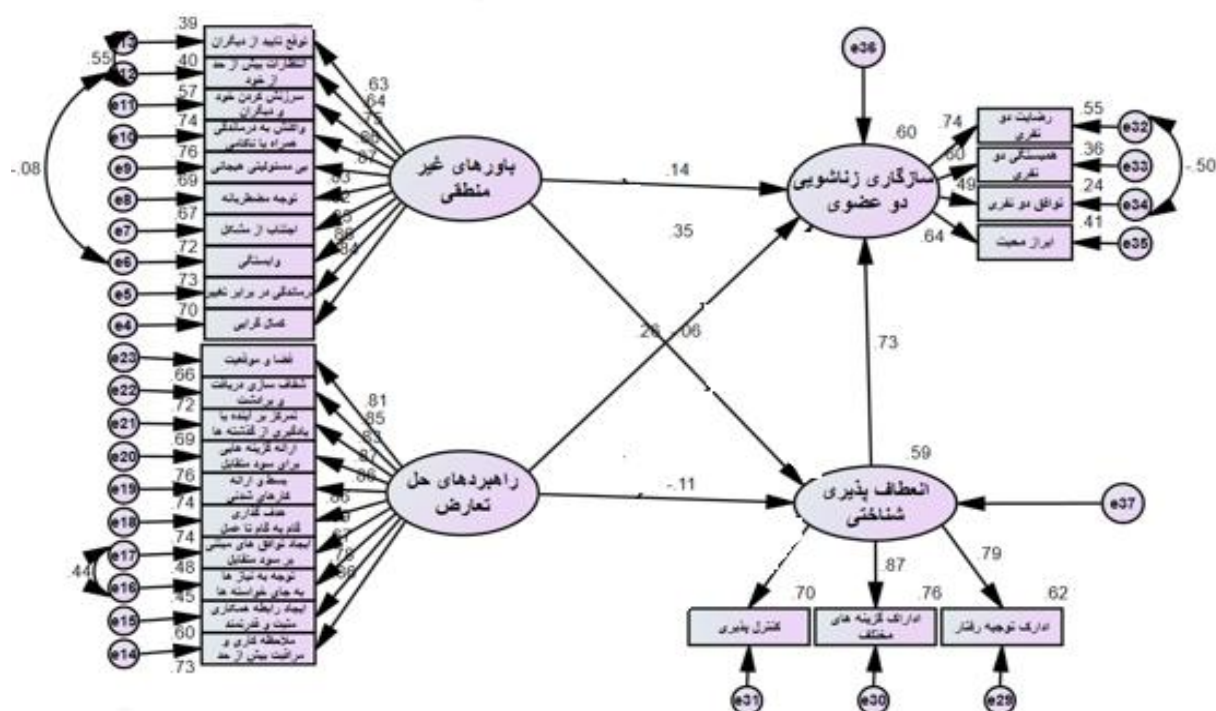
متغیر	میانگین	انحراف معیار	واریانس	چولگی	کشیدگی
سازگاری زناشویی	۳.۳۱۵۵	۰.۸۴۳۵۴	۰.۷۱۲	-۰.۱۱۹	-۰.۳۲۸
باورهای غیر منطقی	۳.۲۲۵۴	۰.۹۹۳۰۸	۰.۹۸۶	-۰.۱۸۳	-۰.۶۳۲
حل تعارض	۳.۱۵۲۷	۱.۰۰۹۵۹	۱.۰۱۹	-۰.۲۳۲	-۰.۹۸۱
انعطاف‌پذیری شناختی	۳.۲۶۶۱	۰.۸۴۷۲۶	۰.۷۱۸	-۰.۱۵	-۰.۵۶۷

۲. مقدار پارامترهای برآورد شده؛ نشان می‌دهد که تا چه حد روابط پیش بینی شده، قوی می‌باشند. در اینجا پارامترهای تخمینی باید معنیدار باشند؛ یعنی قدرمطلق t -value باید بیشتر از ۱.۹۶ باشد.

۳. مجذور همبستگی چندگانه (R^2) مقدار واریانس هر متغیر نهفته درونی (وابسته) که به وسیله متغیرهای نهفته بیرونی (مستقل) تبیین می‌شود را نشان می‌دهد. هرچه مقدار (R^2) بیشتر باشد، قدرت بالای تبیین واریانس را بیان می‌کند.

باتوجه به اینکه نتایج تحلیل عاملی مرتبه اول بخش اندازه گیری متغیرهای درونزا و برونزا نشان داد که تمام سازه‌ها از روایی و پایایی لازم برخوردارند، لذا در این قسمت، ساختار کلی مدل مفهومی پژوهش مورد آزمون قرار می‌گیرد تا مشخص شود که آیا روابط تئوریکی که بین متغیرها در مرحله تدوین چارچوب مفهومی مدنظر محقق بوده است، به وسیله داده‌ها تأیید گردیده یا نه. در رابطه با این موضوع سه مسئله مدنظر قرار می‌گیرد:

۱. علائم (مثبت و منفی) پارامترهای مربوط به مسیرهای ارتباطی بین متغیرهای نهفته نشان می‌دهند که آیا پارامترهای محاسبه شده جهت روابط فرضی را مورد تأیید قرار داده اند.



شکل ۱. مدل نهایی پژوهش به همراه ضرایب استاندارد

جدول ۲. شاخص‌های برازش مدل ساختاری

شاخص	شاخص برازش	مقدار قابل قبول	مقدار مدل	نتیجه برازش
شاخص‌های برازش مطلق	GFI	> 0.9	۹۵۲.	مناسب
	RMR	نزدیک به صفر	۰۲۱.	مناسب
شاخص‌های برازش تطبیقی	NFI	> 0.9	۹۵۲.	مناسب
	CFI	> 0.9	۹۴۵.	مناسب
	RFI	> 0.9	۹۴۳.	مناسب
	IFI	> 0.9	۹۴۷.	مناسب
شاخص‌های برازش مقتصد	PRATIO	> 0.50	۷۸۶.	مناسب
	PCFI	> 0.50	۸۲۷.	مناسب
	RMSEA	< 0.1	۰۷۴.	مناسب
	CMIN/DF	کمتر از ۵	۲.۹۷۶	مناسب

آزادی (۲.۹۷۶) بین ۱ و ۳ می‌باشد و میزان شاخص CFI، GFI و NFI نیز از

۰.۹ بیشتر می‌باشد که نشان می‌دهند مدل ساختاری متغیرهای پژوهش، مدل

مناسبی است.

با توجه به جدول (۲) مقدار RMSEA برابر با ۰.۰۷۴ می‌باشد لذا این

مقدار کمتر از ۰.۱ است که نشان دهنده این است که میانگین مجذور خطاهای

مدل مناسب است و مدل قابل قبول می‌باشد. همچنین مقدار کای دو به درجه

جدول ۳. خلاصه نتایج رابطه باورهای غیر منطقی با سازگاری زناشویی

ردیف	فرضیه	ضریب مسیر	C.R	P Values	نتیجه
۱	باورهای غیر منطقی -> سازگاری زناشویی	-۰.۱۴۱	-۳۲۸	۰.۰۲۹	تأیید

با توجه به اطلاعات مندرج در جدول (۳): نتایج رابطه باورهای غیر منطقی با سازگاری زناشویی، مقدار ضریب مسیر باورهای غیر منطقی بر سازگاری زناشویی برابر با ۰.۱۴- می باشد که نشان از ارتباط معکوس دو متغیر دارد. منفی و معناداری دارد.

جدول ۴. خلاصه نتایج رابطه راهبردهای حل تعارض با سازگاری زناشویی

ردیف	فرضیه	ضریب مسیر	C.R	P Values	نتیجه
۱	راهبردهای حل تعارض -> سازگاری زناشویی	۰.۲۶	۳۲۱۲	۰.۰۰۹	تأیید

با توجه به اطلاعات مندرج در جدول (۴) نتایج رابطه راهبردهای حل تعارض با سازگاری زناشویی، مقدار ضریب مسیر راهبردهای حل تعارض بر سازگاری زناشویی برابر با ۰.۲۶ می باشد که نشان از ارتباط مثبت دو متغیر دارد. آماره t این ارتباط در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنادار گزارش شد.

جدول ۵. خلاصه نتایج رابطه باورهای غیر منطقی با انعطاف پذیری شناختی

ردیف	فرضیه	ضریب مسیر	C.R	P Values	نتیجه
۱	باورهای غیر منطقی -> سازگاری زناشویی	-۰.۳۵	-۲۱۱	***	تأیید

با توجه به اطلاعات مندرج در جدول (۵) نتایج رابطه باورهای غیر منطقی با انعطاف پذیری شناختی، مقدار ضریب مسیر باورهای غیر منطقی بر انعطاف پذیری شناختی برابر با ۰.۳۵- می باشد که نشان از ارتباط معکوس دو متغیر دارد. آماره t این ارتباط در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنادار گزارش شد.

جدول ۶. خلاصه نتایج رابطه حل تعارض با انعطاف پذیری شناختی

ردیف	فرضیه	ضریب مسیر	C.R	P Values	نتیجه
۱	معنویت -> انعطاف پذیری شناختی	۰.۱۱	۱.۹۹۸	۰.۰۴۴	تأیید

با توجه به اطلاعات مندرج در جدول (۶) نتایج حل تعارض با انعطاف پذیری شناختی، مقدار ضریب مسیر حل تعارض بر انعطاف پذیری شناختی برابر با ۰.۱۱ می باشد که نشان از ارتباط مثبت دو متغیر دارد. آماره t این ارتباط در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنادار گزارش شد.

دوره اول، شماره اول

جدول ۷. خلاصه نتایج رابطه باورهای غیر منطقی با سازگاری زناشویی با میانجی‌گری انعطاف‌پذیری شناختی

ردیف	فرضیه	ضریب مسیر	C.R	P Values	نتیجه
۱	باورهای غیر منطقی -> انعطاف‌پذیری شناختی -> سازگاری زناشویی	-۰.۱۹	۴.۱۳۲	***	تأیید

با توجه به اطلاعات مندرج در جدول (۷) نتایج رابطه باورهای غیر منطقی سازگاری زناشویی برابر با ۰.۱۹- می‌باشد. آماره t این ارتباط در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنادار گزارش شد [$P-Value \leq 0.05$]. به این معنا که باورهای مسیر غیرمستقیم باورهای غیرمنطقی از طریق انعطاف‌پذیری شناختی بر سازگاری زناشویی اثر دارد.

جدول ۸. خلاصه نتایج رابطه راهبردهای حل تعارض با سازگاری زناشویی با میانجی‌گری انعطاف‌پذیری شناختی

ردیف	فرضیه	ضریب مسیر	C.R	P Values	نتیجه
۴	راهبردهای حل تعارض -> انعطاف‌پذیری شناختی -> سازگاری زناشویی	۰.۱۰	۲.۳۱۴	۰.۰۲۱	تأیید

با توجه به اطلاعات مندرج در جدول (۸) نتایج رابطه حل تعارض با سازگاری زناشویی با میانجی‌گری انعطاف‌پذیری شناختی، مقدار ضریب مسیر غیرمستقیم راهبردهای حل تعارض از طریق انعطاف‌پذیری شناختی بر سازگاری زناشویی برابر با ۰.۱۰ می‌باشد. آماره t این ارتباط در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنادار گزارش شد [$P-Value \leq 0.05$]. به این معنا که راهبردهای حل تعارض از طریق انعطاف‌پذیری شناختی بر سازگاری زناشویی اثر دارد.

جدول ۹. خلاصه باورهای غیرمنطقی با تعدیل‌گری طول عمر زندگی زناشویی بر سازگاری زناشویی

ردیف	فرضیه	ضریب مسیر	C.R	P Values	نتیجه
گروه اول	اثر تعدیل‌گری طول عمر زندگی زناشویی در رابطه باورهای غیرمنطقی بر سازگاری زناشویی	-۱۲	-۱۰۴	۰.۰۴۲	تأیید
گروه دوم	اثر تعدیل‌گری طول عمر زندگی زناشویی در رابطه باورهای غیرمنطقی بر سازگاری زناشویی	۰.۲۰	۱۶۵	۰.۳۱۲	رد
گروه سوم	اثر تعدیل‌گری طول عمر زندگی زناشویی در رابطه باورهای غیرمنطقی بر سازگاری زناشویی	-۳۳	-۱۴۲	***	تأیید
گروه چهارم	اثر تعدیل‌گری طول عمر زندگی زناشویی در رابطه باورهای غیرمنطقی بر سازگاری زناشویی	-۱۶	-۶۷۸	۰.۰۲۹	تأیید

با توجه به اطلاعات مندرج در جدول (۹) نتایج معناداری در گروه‌های چهارگانه تفاوت دارد، بنابراین می‌توان گفت طول عمر زندگی زناشویی در رابطه باورهای غیرمنطقی بر سازگاری زناشویی اثر تعدیلی دارد.

جدول ۱۰. خلاصه راهبردهای حل تعارض با تعدیل‌گری طول عمر زندگی زناشویی بر سازگاری زناشویی

ردیف	فرضیه	ضریب مسیر	C.R	P Values	نتیجه
گروه اول	اثر تعدیل‌گری طول عمر زندگی زناشویی در رابطه راهبردهای حل تعارض بر سازگاری زناشویی	۳۴.	۴.۲۱۳	***	تأیید
گروه دوم	اثر تعدیل‌گری طول عمر زندگی زناشویی در رابطه راهبردهای حل تعارض بر سازگاری زناشویی	۲۲.	۳.۱۳۲	۰.۰۰۱	تأیید
گروه سوم	اثر تعدیل‌گری طول عمر زندگی زناشویی در رابطه راهبردهای حل تعارض بر سازگاری زناشویی	۱۱.	۲.۱۰۳	۰.۰۴۶	تأیید
گروه چهارم	اثر تعدیل‌گری طول عمر زندگی زناشویی در رابطه راهبردهای حل تعارض بر سازگاری زناشویی	۵۶.	۶.۳۱۴	***	تأیید

تعدیل‌گر طول عمر زندگی زناشویی مشخص شد که این متغیر تنها در رابطه بین باورهای غیرمنطقی و سازگاری زناشویی نقش تعدیل‌گر دارد، اما در رابطه بین راهبردهای حل تعارض و سازگاری زناشویی چنین نقشی ایفا نمی‌کند.

این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های پیشین (Ahmadi et al., 2010;

Akbarzadeh & Zaharakar, 2022; Bolluk Uğur & Çakmak Tolan, 2024; Ganji et al., 2016; Hashemi et al., 2021; Hosseini Nasab, Badri, et al., 2009; Hosseini Nasab, Hashemi, et al., 2009; Jabouri & Khoshnevisan, 2022; Jalil & Masarrat Mashhadi & Dowlatsahi, 2017; ;Muazzam, 2013 Molazadeh, 2004; Momenzadeh et al., 2005; Montazer & Razavi Ne'matollahi, 2024; Omrani et al., 2018; Onabamiro et al., 2017; Parameswari, 2016; Pour Mohammad et al., 2014) همسو و همخوان است.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان به نظریه شناختی-اجتماعی بندورا اشاره کرد. این نظریه تأکید دارد که عوامل شخصی (نظیر باورهای غیرمنطقی) و عوامل محیطی (نظیر راهبردهای حل تعارض) می‌توانند از طریق فرایندهای شناختی (مانند انعطاف‌پذیری شناختی) بر رفتارها و پیامدها (نظیر سازگاری زناشویی) اثرگذار باشند. بازسازی شناختی باورهای غیرمنطقی می‌تواند منبعی درونی برای افزایش خودکارآمدی باشد و این خودکارآمدی نیز در نهایت به افزایش

با توجه به اطلاعات مندرج در جدول (۱۰) نتایج معناداری در گروه‌های چهارگانه تفاوت ندارد، می‌توان گفت طول عمر زندگی زناشویی در رابطه راهبردهای حل تعارض بر سازگاری زناشویی اثر تعدیلی ندارد.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج تحلیل یافته‌ها نشان داد که شاخص‌های برازش مدل ساختاری از مطلوبیت لازم برخوردار بوده و مدل پژوهش از نظر آماری قابل قبول است. بین باورهای غیرمنطقی و سازگاری زناشویی رابطه‌ای معکوس و معنادار در سطح اطمینان ۹۵ درصد مشاهده شد؛ به‌طوری‌که باورهای غیرمنطقی تأثیری منفی بر سازگاری زناشویی دارند. همچنین بین راهبردهای حل تعارض و سازگاری زناشویی، رابطه‌ای مثبت و معنادار در همین سطح از اطمینان وجود داشت، به این معنا که این راهبردها می‌توانند موجب افزایش سازگاری زناشویی شوند. علاوه بر این، بین باورهای غیرمنطقی و انعطاف‌پذیری شناختی رابطه‌ای معکوس و معنادار یافت شد که نشان می‌دهد باورهای غیرمنطقی کاهش‌دهنده انعطاف‌پذیری شناختی هستند. در ادامه مشخص شد که باورهای غیرمنطقی از طریق نقش میانجی انعطاف‌پذیری شناختی بر سازگاری زناشویی تأثیر می‌گذارند. همچنین، راهبردهای حل تعارض نیز از طریق همین سازوکار بر سازگاری زناشویی اثرگذار بودند. در بررسی نقش

انعطاف‌پذیری شناختی و بهبود رفتارهای سازگارانه در روابط زناشویی منجر می‌شود.

همچنین نظریه گاتمن درباره راهبردهای حل تعارض نیز بر مؤلفه‌هایی مانند مثبت‌اندیشی، گشودگی، حمایت اجتماعی، تقسیم وظایف و تقویت رابطه تأکید دارد و نشان می‌دهد که راهبردهای مؤثر حل تعارض، نقش مهمی در حفظ و ارتقای رابطه زناشویی دارند. باورهای غیرمنطقی، همچون انتظارات غیرواقع‌بینانه و فاجعه‌سازی، می‌توانند با ایجاد انعطاف‌ناپذیری شناختی، موجب افزایش تعارض، اضطراب و پریشانی در روابط شوند (Gottman & Notarius, 2000). بر اساس نظریه شناختی-رفتاری بک، اصلاح این باورها می‌تواند به کاهش تعارضات و افزایش همدلی در روابط کمک کند (Beck, 2007).

علاوه بر این، نظریه هویت اجتماعی نیز در تبیین نقش تعدیل‌گر طول عمر زندگی زناشویی کاربرد دارد. مطابق این نظریه، افراد بخشی از هویت خود را از عضویت در گروه‌ها، از جمله رابطه زناشویی، می‌گیرند. استفاده مؤثر از راهبردهای حل تعارض می‌تواند به تقویت هویت اجتماعی و حفظ رابطه کمک کند، در حالی که باورهای غیرمنطقی موجب تضعیف آن می‌شوند. این امر در مراحل مختلف ازدواج شدت و شکل متفاوتی به خود می‌گیرد و نشان می‌دهد که طول عمر ازدواج می‌تواند نحوه تأثیر عوامل روان‌شناختی بر سازگاری زناشویی را تعدیل کند (Jabouri & Khoshnevisan, 2022; Pour Mohammad et al., 2014).

نظریه انعطاف‌پذیری شناختی که بخشی از کارکردهای اجرایی را دربرمی‌گیرد، بر توانایی تغییر توجه، حافظه کاری و پاسخ‌دهی خلاقانه به تغییرات درونی و محیطی تأکید دارد (Montazer & Razavi, Ne'matollahi, 2024). افکار غیرمنطقی زمینه‌ساز بروز انعطاف‌ناپذیری بوده و این نوع افکار با محدود کردن توانایی ذهنی برای درک دیدگاه دیگران،

به افزایش تنش و کاهش سازگاری در روابط زناشویی منجر می‌شوند. در نهایت، نظریه مبادله اجتماعی نیز نشان می‌دهد که روابط زناشویی بر پایه تبادل منابع شکل می‌گیرد و باورهای غیرمنطقی می‌توانند این تبادل را مختل کنند. این اختلال، به‌ویژه در زوجینی که از انعطاف‌پذیری شناختی پایین‌تری برخوردارند، به کاهش رضایت زناشویی منجر می‌شود.

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به استفاده از ابزارهای خودگزارش‌دهی، محدود بودن نمونه به شهر تهران و عدم بررسی عوامل فرهنگی یا اقتصادی مؤثر بر روابط زناشویی اشاره کرد. برای پژوهش‌های آتی، پیشنهاد می‌شود از روش‌های ترکیبی (کیفی و کمی)، نمونه‌های گسترده‌تر در مناطق مختلف ایران و بررسی متغیرهای فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی در مدل‌های علی استفاده شود. همچنین انجام مداخلات آموزشی برای اصلاح باورهای غیرمنطقی و ارتقاء انعطاف‌پذیری شناختی در زوجین پیشنهاد می‌شود.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منفعی وجود ندارد.

حمایت مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

موازین اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازین و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

مشارکت نویسندگان

این مقاله مستخرج از رساله دکتری است. در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که در طی مراحل این پژوهش به حاضر یاری رساندند

تشکر و قدردانی می‌گردد.

References

- Tabriz. *Educational Management Research Quarterly*, 2, 57-78. https://journals.iau.ir/article_522017.html?lang=en
- Hosseini Nasab, S. D., Hashemi, T., & Fotouhi Banab, S. (2009). The Relationship Between Religious Orientation and Marital Adjustment. *University of Tabriz Journal of Psychology*, 4(14), 82-95. https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_4307.html?lang=en
- Jabouri, R., & Khoshnevisan, Z. (2022). Investigating the Relationship Between Subjective Well-being and Cognitive Flexibility With Marital Adjustment in Married Women. Ninth International Conference on New Research in Psychology, Social Sciences, Educational and Pedagogical Sciences, <https://en.civilica.com/doc/1651455/>
- Jalil, T., & Muazzam, A. (2013). Emotional intelligence as a predictor of marital adjustment to infertility. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 2(3). <https://doi.org/10.5861/ijrsp.2013.237>
- Larson, P. J., & Olson, D. H. (2004). Spiritual beliefs and marriage: A national survey based on ENRICH. *The Family Psychologist*, 20(2), 4-8. <https://doi.org/10.1037/e356342004-004>
- Lee Masters, E. e. (1956). *Holy dead lock: A study of unsuccessful marriage in R. S. Cavan (led) marriage and family in the modern world*. New York: thomasy. Crowell Company.
- Masarrat Mashhadi, Z., & Dowlatsahi, B. (2017). The Influence of Irrational Beliefs on Marital Adjustment. *Ravish Psychology Journal*, 6(1), 69-84. <https://www.sid.ir/paper/224196/en>
- Molazadeh, J. (2004). *The Relationship Between Marital Adjustment, Personality Factors, and Coping Styles Among Children of Martyrs* Doctoral Dissertation in General Psychology, Tarbiat Modares University, Tehran]. <https://elmnet.ir/doc/10020381-14762>
- Momenzadeh, F., Mazaheri, M. A., & Heydari, M. (2005). The Relationship Between Irrational Thoughts and Attachment Patterns With Marital Adjustment. *Family Research Quarterly*, 1(4), 369-378. https://jfr.sbu.ac.ir/article_94800.html?lang=en
- Montazer, R., & Razavi Ne'matollahi, V. S. (2024). Investigating the Relationship Between Psychological Flexibility and Marital Adjustment With the Mediating Role of Ambiguity Tolerance. 14th International Conference on Psychology, Educational Sciences, and Lifestyle, <https://en.civilica.com/doc/2104621/>
- Omran, S., Jomehri, F., & Ahadi, H. (2018). Predicting Marital Adjustment Based on Metacognitive Beliefs Considering the Mediating Role of Marital Conflicts. *Psychological Sciences Journal*, 17(68), 501-508. https://psychologicalscience.ir/browse.php?a_id=188&sid=1&slc_lang=en
- Onabamiro, A. A., Owoyele, J. W., & Elijah, A. O. (2017). Three-factor Predictors of Marital Adjustment among Couples in Abeokuta Metropolis, Ogun State, Nigeria. https://www.hrpub.org/journals/article_info.php?aid=6708
- Parameswari, J. (2016). Influence of emotional intelligence on marital adjustment of working and non-working married women. *International Journal of Multidisciplinary Approach and Studies*, 3(1), 136-142. <http://ijmas.com/upcomingissue/17.01.2016.pdf>
- Parsakia, K., Rostami, M., & Saadati, S. M. (2023). The Relationship Between Emotional Intelligence and Marital Conflicts Using Actor-Partner Interdependence Model. *Journal of Psychosociological Research in Family and Culture*, 1(1), 23-
- Ahmadi, K., Marzabadi, E., & Nabipour Ashrafi, F. (2010). A Study of Marriage Status and Marital Adjustment Among Military Medical Corps Personnel. *Women's Research Scientific Journal*, 2(7), 141-152. https://militarymedj.bmsu.ac.ir/article_1000028.html
- Akbarzadeh, S., & Zahrakar, K. (2022). Predicting Marital Adjustment Based on Cognitive Flexibility and Self-Compassion in Couples. *Journal of New Ideas in Psychology*, 12(16), 1-16. <https://jnip.ir/article-1-683-en.html>
- Beck, A. T. (2007). *Love Is Never Enough* Translated by Mehdi Gharaati Daghi. Tehran: Nasim Publications. https://books.google.de/books/about/Love_Is_Never_Enough.html?id=g9kPAQAAMAAJ&redir_esc=y
- Bedir Akpınarlı, B., & Eryücel, S. (2024). Marital Adjustment, Spiritual Well-Being, and Locus of Control in Married Couples. *Religions*, 15(11), 1376. <https://doi.org/10.3390/rel15111376>
- Bolluk UĞUr, G., & ÇAKmak Tolan, Ö. (2024). The examination of mediating role of mindfulness in the relation between marriage role expectations, forgiveness and marital adjustment. *Current Psychology*, 43(48), 36566-36585. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-07031-z>
- Darbani, S. A., & Parsakia, K. (2022). The Effectiveness of Strength-Based Counseling on the Self-Esteem of Marital Conflicted Women. *PWJ*, 3(1), 46-55. <https://doi.org/10.61838/kman.pwj.3.1.5>
- Epstein, N. B., Chen, F., & Beyder - Kamjou, I. (2005). Relationship Standards and Marital Satisfaction in Chinese and American Couples. *Journal of marital and family therapy*, 31(1), 59-74. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2005.tb01543.x>
- Eslami Nasab, A. (1994). *Psychology of Adjustment*. Tehran: Bonyad Publishing.
- Ganji, S., Khoshkonesh, A., & Pourebrahim, T. (2016). Relationship between marital adjustment and irrational beliefs in women and non-cosmetic surgery. *Electronic Journal of Biology*, 12(2), 196-201.
- Gottman, J. M., & Notarius, C. I. (2000). Decade review: observing marital interaction. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 927-947. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00927.x>
- Hashemi, S., Arefi, M., Kakaberaei, K., & Chehri, A. (2021). The Mediating Role of Emotion Regulation, Conflict Management, and Sexual Intimacy in the Relationship Between Marital Adjustment and Personality Traits. *Journal of Psychological Achievements*. https://psychac.scu.ac.ir/article_17611.html?lang=en
- Hosseini Nasab, S. D., Badri, R., & Ghaemian Askouei, A. (2009). The Relationship Between Personality Traits and Interpersonal Conflict Resolution Styles With Marital Adjustment in Married Students at Islamic Azad University of

28.
<https://journals.kmanpub.com/index.php/jprfc/article/view/521>
- Pierce, C. P. (2002). *Couples' conflict resolution strategies and marital quality across the transition to parenthood*
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2013). *Essentials of nursing research: Appraising evidence for nursing practice*. Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins.
https://books.google.de/books/about/Essentials_of_Nursing_Research.html?id=Z6DwjwEACAAJ&redir_esc=y
- Pour Mohammad, M., Pahlevan Neshan, S., & Najafi Fard, T. (2014). The Relationship Between Irrational Beliefs and Marital Adjustment in Couples in Isfahan. *Journal of Social Welfare*, 14(53), 179-193. <https://refahj.uswr.ac.ir/article-1-1645-en.html>
- Seyli, S., Nazari, A. M., & Ebrahimi, M. (2015). The Role of Relational and Spiritual Beliefs in Marital Satisfaction: A Hypothetical Model Mediated by Communication Quality and Age. *Counseling and Psychotherapy Culture Quarterly*, 6(24). https://qccpc.atu.ac.ir/article_4421.html?lang=en
- Shahabi, B., Shahabi, R., & Foroozandeh, E. (2020). Analysis of the self-compassion and cognitive flexibility with marital compatibility in parents of children with autism spectrum disorder. *International Journal of Developmental Disabilities*, 66(4), 282-288.
<https://doi.org/10.1080/20473869.2019.1573000>
- Shareh, H., & Eshaghi Sani, M. (2019). Predictive Role of Morningness-Eveningness Personality, Cognitive Flexibility and Cognitive Emotion Regulation in Marital Satisfaction in Middle-Aged Women. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 24(4), 384-399.
<https://doi.org/10.32598/ijpcp.24.4.384>
- Yavari, F., & Habibi, N. (2024). *The Relationship Between Commitment, Conflict Resolution, and Adjustment With the Mediating Role of Marital Satisfaction in Childless Couples in Isfahan* Master's Thesis, Payame Noor University, Qeshm Center, Hormozgan Province].