

بررسی رابطه صمیمیت زوجین سازگار و رابطه آن با انعطاف‌پذیری شناختی در زنان

متاهل (مادران متاهل دانش‌آموزان شهر تهران)

سارا زارعی هلان^۱، زهرا شایگان منش^۲

^۱کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ملارد (نویسنده مسئول)

^۲دکترای روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ملارد

چکیده

هدف: صمیمیت یک مشخصه کلیدی و مهم روابط زناشویی و از ویژگی‌های بارز یک ازدواج موفق به‌شمار می‌آید. این ویژگی به‌وجود تعامل بین همسران اشاره می‌کند و نبود یا کمبود آن یکی از شاخص‌های آشفتگی در روابط زناشویی است. این پژوهش با هدف بررسی صمیمیت زوجین و رابطه آن با انعطاف‌پذیری شناختی در زنان متاهل (مادران متاهل دانش‌آموزان شهر تهران) انجام شد. روش‌شناسی تحقیق: جامعه آماری پژوهش را کلیه مادران دانش‌آموزان مدارس دولتی شهر تهران در سال ۱۳۹۸ که در زمان اجرای پژوهش متاهل بودند و سی و پنج تا شصت و پنج سال سن داشتند، تشکیل داده است. با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای، نمونه‌ای به اندازه پانصد و چهار نفر انتخاب شد. در این پژوهش از پرسشنامه صمیمیت زوجین باگاروزی (۲۰۰۱)، و پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها از طریق آزمون همبستگی پیرسون و نرم‌افزارهای آماری انجام شد. یافته‌های تحقیق: نتایج بدست آمده از این پژوهش نشان دادند که بین باورهای ارتباطی، ذهن آگاهی، انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و کیفیت روابط زناشویی رابطه معنی‌دار وجود دارد. و بین انعطاف‌پذیری شناختی با نمره کل مثبت‌اندیشی و با مولفه‌های کارکرد مثبت روزانه، خودارزیابی مثبت، ارزیابی دیگران از خویش، انتظارات مثبت آینده، خوداعتمادی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بحث و نتیجه‌گیری: می‌توان با آموزش انعطاف‌پذیری به زوج‌های جوان یا زوج‌های مشکل‌دار با افزایش رضایت زناشویی و صمیمیت، سازگاری و انعطاف‌پذیری آنان را افزایش داد.

واژه‌های کلیدی: ذهن آگاهی، انعطاف‌پذیری شناختی، رضایت زناشویی، سازگار ماندن زوجین، تهران