

## مدل ساختاری انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بر اساس صمیمیت خانواده و سازگاری اجتماعی با میانجی‌گری بهزیستی اجتماعی در زنان مطلقه\*

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۸/۲ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۲/۱۱

مهوش ایزدی<sup>۱</sup>، نیلوفر طهمورسی<sup>۲\*</sup>، مرجان حسین‌زاده تقوایی<sup>۳</sup>، مجید صفاری‌نیا<sup>۴</sup>، صبحی قراملکی<sup>۵</sup>

مقاله پژوهشی

### چکیده

**مقدمه:** در بیشتر موارد طلاق همراه با تنش در خانواده‌ها به وقوع می‌پیوندد که مشکلات متعدد رفتاری و روانی را برای زنان مطلقه به وجود می‌آورد. لذا چگونگی مدیریت این مشکلات و نحوه مقابله در برابر آنها، نیازمند شناخت متغیرهای روان‌شناختی مرتبط است. بنابراین هدف از این پژوهش تدوین مدل ساختاری انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بر اساس صمیمیت خانواده و سازگاری اجتماعی با میانجی‌گری بهزیستی اجتماعی در زنان مطلقه بود.

**روش:** پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود که در قالب مدل‌یابی معادلات ساختاری انجام شد. جامعه آماری این پژوهش شامل زنان مطلقه شهر تهران در سال ۱۴۰۲-۱۴۰۳ بود. بنابراین نمونه پژوهش ۳۵۰ ( $n=350$ ) نفر برآورد شد که با در نظر گرفتن احتمال افت و ماهیت پژوهش (ارائه مدل) ۲۰ درصد به این نمونه اضافه شد و نمونه به ۴۲۰ نفر افزایش یافت. روش نمونه‌گیری هدفمند بود. بر این اساس تعداد ۴۰۹ پرسش‌نامه قابل تحلیل بودند. جهت جمع‌آوری داده از پرسش‌نامه‌های استاندارد انعطاف‌پذیری شناختی ندیس، وندروال و جیلون (۲۰۱۰)؛ بهزیستی اجتماعی کیز (۱۹۹۸)؛ سازگاری اجتماعی بل (۱۹۴۵) و صمیمیت خانواده تامپسون و واکر (۱۹۸۳) استفاده شد. داده‌ها با استفاده از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و مدل‌یابی معادلات ساختاری تجزیه و تحلیل شد.

**یافته‌ها:** نتایج ماتریس همبستگی نشان داد که رابطه مثبت و معناداری بین انعطاف‌پذیری روان‌شناختی با صمیمیت خانواده، سازگاری اجتماعی و بهزیستی اجتماعی در سطح ( $p<0/01$ ) در زنان مطلقه وجود دارد. همچنین نتایج رگرسیون چندمتغیره نشان داد که متغیرهای صمیمیت خانواده، سازگاری اجتماعی و بهزیستی اجتماعی توان پیش‌بینی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در سطح ( $p<0/01$ ) را دارند و در نهایت نتایج نشان داد که مدل دارای برانندگی ساختاری می‌باشد.

**نتیجه‌گیری:** یافته‌های این پژوهش همسوی با یافته‌های پیشین نشان داد، صمیمیت خانواده، سازگاری اجتماعی و بهزیستی اجتماعی در پیش‌بینی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی زنان مطلقه نقش دارند.

**کلمات کلیدی:** انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، صمیمیت خانواده، سازگاری اجتماعی، بهزیستی اجتماعی، مدل معادلات ساختاری و زنان مطلقه.

۱. دانشجوی دکتری روان‌شناسی عمومی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج، کرج، ایران

۲. استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج، کرج، ایران

\* نویسنده مسئول [Nilooofartahmouresi@yahoo.com](mailto:Nilooofartahmouresi@yahoo.com)

۳. استادیار، گروه مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج، کرج، ایران

۴. استاد، گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام‌نور، تهران، ایران.

۵. دانشیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

\*\* این مقاله برگرفته از پایان‌نامه دکتری نویسنده اول است.



## Structural Model of Psychological Flexibility in Divorced Women: The Mediating Role of Social Well-Being in the Relationship Between Family Intimacy and Social Adjustment\*\*

Received: 2024/10/23

Accepted: 2025/03/01

Mahvash Izadi<sup>1</sup>, Niloufar Tahmoursi<sup>2\*</sup>, Marjan Hosseinzadeh Taghvaei<sup>3</sup>, Majid Safarinia<sup>4</sup>,  
Sobhi Qaramaleki<sup>5</sup>

Original Article

### Abstract

**Introduction:** Divorce often leads to familial tension, resulting in significant behavioral and psychological challenges for divorced women. Understanding the psychological factors influencing their adjustment is crucial for effective intervention. This study aimed to develop a structural model of psychological flexibility based on family intimacy and social adjustment, mediated by social well-being, in divorced women.

**Method:** This descriptive-correlational study utilized structural equation modeling (SEM). The statistical population consisted of divorced women in Tehran during 2023–2024. A sample of 350 participants was initially estimated, with an additional 20% (N = 420) included to account for potential attrition. Using purposive sampling, 409 questionnaires were analyzed. Data were collected using standardized measures: the Cognitive Flexibility Inventory (Dennis & Vanderwaal, 2010), Social Well-Being Scale (Keyes, 1998), Bell Social Adjustment Inventory (1945), and Family Intimacy Scale (Thompson & Walker, 1983). Data analysis employed Pearson's correlation and SEM.

**Results:** Correlation analysis revealed significant positive relationships between psychological flexibility and family intimacy, social adjustment, and social well-being ( $p < 0.01$ ). Multivariate regression confirmed that family intimacy, social adjustment, and social well-being significantly predicted psychological flexibility ( $p < 0.01$ ). The structural model demonstrated good fit, supporting the hypothesized relationships.

**Conclusion:** Consistent with prior research, this study highlights the predictive roles of family intimacy, social adjustment, and social well-being in the psychological flexibility of divorced women. These findings underscore the importance of fostering supportive family dynamics and social integration to enhance psychological resilience post-divorce.

**Keywords:** Psychological Flexibility, Family Intimacy, Social Adjustment, Social Well-Being, Structural Equation Modeling, Divorced Women.

1. PhD student in General Psychology, Department of Psychology, Islamic Azad University, Karaj Branch, Karaj, Iran

2. Assistant Professor, Department of Psychology, Islamic Azad University, Karaj Branch, Karaj, Iran.

\* Corresponding Author: [Nilooftahmouresi@yahoo.com](mailto:Nilooftahmouresi@yahoo.com)

3. Assistant Professor, Counseling Department, Islamic Azad University, Karaj Branch, Karaj, Iran

4. Professor, Department of Psychology, Payam Noor University, Tehran, Iran

5. Associate Professor, Department of Psychology, Allameh Tabatabaiee University, Tehran, Iran

\*\* This article is derived from the first author's doctoral dissertation.

## مقدمه

مطابق با آمار سازمان ثبت احوال کشور آمار طلاق از سال ۱۳۸۵ تا سال ۱۴۰۰ بیش از ۱۶ درصد افزایش یافته است. همچنین، براساس آمار سازمان ثبت احوال، تعداد ازدواج‌های ثبت شده در سال ۱۳۹۶ نسبت به سال ۱۳۹۹، حدود ۸ درصد کاهش یافته است در حالی که تعداد طلاق‌ها به حدود ۱۷۵ هزار مورد رسیده که بیشترین آمار ثبت شده در تاریخ ایران است. به این ترتیب نسبت طلاق به ازدواج‌های ثبت شده در یک سال به ۲۹ درصد رسیده است که بالاترین آمار در تاریخ ثبت احوال ایران از سال ۱۳۴۴ است (زارعان و سعدی‌پور، ۱۴۰۰). پدیده طلاق، رویدادی پیچیده است که از جنبه‌های مختلف روانی، اجتماعی و فرهنگی به آن نگریده می‌شود و وقوع آن برای افراد، به ویژه برای زنان که طلاق را به عنوان یک مشکل اساسی در روابط بعدی خود می‌یابند، بسیار دشوار می‌نماید (نگروسا، نگروسا، هوسک<sup>۱</sup>، ۲۰۱۹).

این در حالی است که در سال‌های اخیر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی به عنوان چهارچوبی برای درک آسیب‌شناسی روانی و سلامت روان مطرح شده است و در پژوهش‌های متعددی، نقش این متغیر در کاهش اضطراب، افسردگی، استرس، مشکلات خواب و افزایش سلامت‌روان و کیفیت زندگی تأیید شده است (وودراف<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۰؛ مارشال و براکمن<sup>۳</sup>، ۲۰۱۶؛ برایان، ری‌سنرود و هرون<sup>۴</sup>، ۲۰۱۵). همچنین تحقیقات قبلی نشان دادند که بین انعطاف‌پذیری شناختی با ویژگی‌های شخصیتی رابطه وجود دارد (بل، هیل و استاووینوس<sup>۵</sup>، ۲۰۱۹). انعطاف‌پذیری روان‌شناختی توانایی تماس کامل با لحظه کنونی و واکنش‌های روان‌شناختی که باعث می‌شود فرد هشیار شود و رفتارهایش را یا تغییر دهد یا این که در جهت ارزش‌های انتخاب شده‌ی خویش تثبیت کند. نهایتاً پذیرش و تعهد انعطاف‌پذیری روان‌شناختی را افزایش می‌دهد و زبان و شناخت‌های مشکل‌زا را مورد بررسی قرار می‌دهد (تقی‌زاده و فرمانی، ۱۳۹۳). توانایی تغییر آمایه‌های شناختی به منظور سازگاری با محرک‌های در حال تغییر محیطی، عنصر اصلی در تعاریف انعطاف‌پذیری شناختی است (دنيس<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۱۰). افرادی که توانایی تفکر انعطاف‌پذیر دارند، از توجهات جایگزین استفاده می‌کنند، به صورت مثبت چارچوب فکری خود را بازسازی می‌کنند و موقعیت‌های چالش‌انگیز یا رویدادهای استرس‌زا را می‌پذیرند و نسبت به افرادی که انعطاف‌پذیر نیستند از نظر روان‌شناختی سازگاری بیشتری دارند (فیلیپس<sup>۷</sup>، ۲۰۱۸). نظریه انعطاف‌پذیری شناختی بر ماهیت یادگیری در حیطه‌های پیچیده و بدساختار تمرکز دارد. طبق این نظریه، یادگیرنده موفق (یعنی انعطاف‌پذیر شناختی) کسی است که می‌تواند در پاسخ به خواست‌های موقعیت‌های متنوع به راحتی دانش خود را مجدداً سازماندهی کرده و بکار گیرد. یادگیرندگان برای به دست آوردن این انعطاف‌پذیری شناختی باید پیچیدگی کامل مسائل را درک کنند و به دفعات فضای مساله را بررسی کنند تا ببینند چگونه تغییر در متغیرها و اهداف می‌تواند فضا را تغییر دهد (باجما، اوستر، مک‌گاورن<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۳).

یکی دیگر از عواملی که می‌تواند در انعطاف‌پذیری روان‌شناختی زنان مطلقه تأثیرگذار باشد صمیمیت خانواده است. صمیمیت یکی از نیازهای اساسی بشر برای حفظ سلامت‌روانی و سازگاری روان‌شناختی محسوب می‌شود و در مقابل کمبود صمیمیت با افسردگی، عزت‌نفس پایین، اضطراب و رضایت ارتباطی پایین، مرتبط است (پادگت، ماهونی، پارگامنت و دی‌ماریس<sup>۹</sup>، ۲۰۱۹). روان‌شناسان، صمیمیت را توانایی برقراری ارتباط (بدون کنترل) با دیگری و بیان عواطف (بدون بازداری) توصیف می‌کنند و آن را

1. Negrusa, Negrusa, Hosek
2. Woodruff
3. Marshall, Brockman
4. Bryan Hill & Stavrinis
4. Dennis, Ray -Sannerud, Heron
5. Bell, Hill & Stavrinis
6. Dennis
7. Philip
8. Bajema, Oster, McGovern
9. Padgett, Mahoney, Pargament & DeMaris

حق مسلم و از حالات طبیعی انسان می‌دانند (مانسینی و بونانو<sup>۱</sup>، ۲۰۱۶). وقتی ظرفیت و توانمندی فرد برای ابراز صمیمیت تحلیل رود ترس از صمیمیت شکل می‌گیرد. لوین صمیمیت هیجانی یا آنچه صمیمیت روان‌شناختی نام گرفته است را به‌عنوان جزء اصلی که در تمام روابط نزدیک و پیوستگی‌های انسانی تجربه می‌شود، توصیف می‌کند (گایا<sup>۲</sup>، ۲۰۱۲).

از متغیرهای اثرگذار دیگر در زندگی فرد سازگاری اجتماعی است. سازگاری به توانایی فرد جهت تطابق با محیط اطرافش اشاره دارد. به عبارت دیگر سازگاری مجموعه کنش و رفتارهای سازگارانه‌ای است که فرد در موقعیت‌ها و شرایط محیطی و اجتماعی جدید به منظور ارائه پاسخ‌های مناسب به محرک‌های موجود بروز می‌دهد. در این میان سازگاری اجتماعی منعکس‌کننده تعامل فرد با محیط و دیگران، و رضایت از نقش‌های خود و نحوه عملکرد در نقش‌ها است که به احتمال زیاد تحت تأثیر شخصیت، فرهنگ، آموزش و انتظارات خانواده قرار دارد (روت، ویمست، روبین، بیگلر<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). بر این اساس سازگاری اجتماعی مهارت توانایی برقراری ارتباط متقابل با دیگران مطابق با هنجار جامعه را پدید می‌آورد. این روند سبب می‌شود تا افراد بتوانند حتی در موقعیت‌های چالش برانگیز، از مهارت برقراری ارتباط سازنده بهره برده و تنش‌های روانی و ارتباطی کمتری را ادراک نمایند (گل‌محمدیان، نظری و پروانه، ۱۳۹۵). چنانچه کسی بتواند محدودیت‌هایش را بشناسد، بپذیرد، راه‌های مقابله با آنها را بیابد و به کار برد، امیال و آرزوهای خود را محدود و کنترل نماید و ارضای آنها را تا حد امکان فراهم سازد، او را فردی سازگار گویند. برعکس اگر فرد قادر به انجام این کار نشود، او را ناسازگار گویند که اجتماع به انواع مختلف با او مقابله کرده و در نهایت طرد و حذف می‌شود که چنین روندی به شکلی جدی برای فرد، آسیب‌های روان‌شناختی و هیجانی را در پی دارد (دهقانپور، مسیحی و ترانس، ۱۳۹۷).

متغیری که ممکن است در ایجاد مدل انعطاف‌پذیری روان‌شناختی نقش میانجی‌گری بین صمیمیت خانواده و سازگاری اجتماعی ایفاء نماید و زمینه انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در زنان مطلقه را فراهم آورد بهزیستی اجتماعی است. بهزیستی اجتماعی بالا می‌تواند ملاک خوبی برای بهبود صمیمیت در خانواده و سازگاری اجتماعی و به تبع آن انعطاف‌پذیری شناختی در افراد باشد. در این بین وجود ویژگی‌های شخصیتی متفاوت در افراد نیز از طریق نقش میانجی که بهزیستی اجتماعی ایفاء می‌کند می‌تواند موثر باشد. با این وجود بهزیستی اجتماعی با روابط بین فرد با دیگران و جامعه ارتباط دارد (توکل، ۱۳۹۳). بهزیستی اجتماعی به معنای ارزیابی و شناخت فرد از چگونگی عملکردش در اجتماع و کیفیت روابطش با افراد دیگر است. پایین بودن میزان بهزیستی اجتماعی در افراد جامعه باعث می‌شود که نتوانند به نحو مناسب با دیگران ارتباط برقرار کنند و به همین خاطر دچار نوعی انزوای اجتماعی می‌شوند که این خود عاملی است برای کاهش مشارکت اجتماعی، انسجام اجتماعی، شکوفایی اجتماعی، پذیرش اجتماعی و غیره. در این صورت امید افراد نسبت به آینده جامعه کم رنگ می‌شود و نقش خود را در پیشرفت جامعه ناچیز می‌پندارند و از این رو، احساس مسئولیت‌پذیری و کارآمدی اجتماعی خود را از دست می‌دهند (رضایی و نوغانی دخت‌بهمنی، ۱۳۹۶). این در صورتی است که پژوهش‌های انجام شده نشان می‌دهد که عواملی چند، روی بهزیستی اجتماعی تأثیرگذار هستند که برخی از آنها عبارت‌اند از: وضعیت اقتصادی-اجتماعی، سطح تحصیلات، سن، میزان دریافت حمایت‌های اجتماعی، وضعیت تأهل و همچنین رضایت از زندگی، شادکامی، تعهد مدنی و رفتار جامعه‌پسند (شاپیرو و کیز<sup>۴</sup>، ۲۰۲۰).

این در حالی است که اکثر تحقیقات انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در زمینه روان‌شناسی بالینی هدایت شده است. محققان دریافته‌اند که عدم انعطاف‌روان‌شناختی با اضطراب، افسردگی، عملکرد ضعیف کار، ناتوانی در یادگیری، سوء مصرف مواد، ترس، رفتار ضداجتماعی، با کیفیت پایین از زندگی، اضطراب اجتماعی، رفتار پرخطر جنسی، سرکوب، همراه با اختلال‌های مختلف مرزی شخصیت همراه است (هیز<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۶). به تازگی نیز برخی از پژوهش‌ها نشان دادند که انعطاف‌پذیری روان‌شناختی نه تنها

1. Mancini & Bonanno  
2. Gaia  
3. Root, Wimsatt, Rubin, Bigler  
4. Shapiro & Keyes  
5. Hayes

در سطح فردی از اهمیت برخوردار است بلکه بر روابط میان اعضای خانواده نیز اثر می‌گذارد (بوورک و مور، ۲۰۲۳). در ارتباط با انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و ارتباط آن با سایر متغیرها از جمله اضطراب فراگیر (توج، ۱۴۰۰)؛ خوددلسوزی، حل مساله و خودمتمایزسازی (برادران و همکاران، ۱۳۹۶)؛ اجتناب شناختی (مردانی گرم دره و همکاران، ۱۳۹۹) مورد بررسی قرار گرفته است. صفاری‌نیا و همکاران (۱۴۰۰) نشان دادند که انعطاف‌پذیری بالا، نقش تسهیل‌کننده و در مقابل، استرس بالا، نقش تعدیل‌کننده بر تحمل پریشانی زوجین دارند. همچنین چله‌مال دزفولی‌نژاد، مومنی و مرادی (۱۴۰۰) در تحقیقی با عنوان کاربرد مدل معادلات ساختاری در تبیین نقش انعطاف‌پذیری شناختی، خودنظم‌جویی هیجان، تفکر فعال روشنفکرانه و غیرنگرش افراد در شبکه‌های اجتماعی و با استفاده از مدل سازی معادلات ساختاری نشان دادند که شاخص‌های ذکر شده دارای مقدار قابل قبول می‌باشند. بنابراین در تغییر نگرش افراد مؤثر هستند. اسحاقی و همکاران (۱۴۰۰) در تحقیقی نشان دادند که بین انعطاف‌پذیری روان‌شناختی با سازگاری زناشویی بین خودکنترلی با سازگاری زناشویی رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد. کاظمی و همکاران (۱۴۰۱) نیز در پژوهشی نشان دادند که تمایز یافتگی خود و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، شناخت اجتماعی را با اطمینان پیش‌بینی می‌کند. همچنین غیاث‌آبادی فراهانی و جعفری‌هرندی (۱۳۹۹) در پژوهشی نشان دادند که بین سازگاری اجتماعی و مسئولیت‌پذیری با انعطاف‌پذیری شناختی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. دیون، نگو، بلیز (۲۰۲۰) در تحقیقی با عنوان مدل انعطاف‌پذیری روان‌شناختی: رویکردی جدید به سلامت روان نشان دادند که مدل انعطاف‌پذیری روان‌شناختی یک رویکرد امیدوارکننده و مبتنی بر شواهد در سلامت‌روان برای درمان اضطراب و افسردگی و همچنین برای شرایط پیچیده و مزمن است. جنتیلی<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۱۹) در تحقیقی با عنوان انعطاف‌پذیری روان‌شناختی به عنوان یک عامل تاب‌آوری در افراد مبتلا به درد مزمن نشان دادند که انعطاف‌پذیری روان‌شناختی تاب‌آوری را در افراد مبتلا به درد مزمن افزایش می‌دهد.

برخلاف کشورهای غربی که در بیشتر مواقع طلاق با توافق طرفین و در فضایی مسالمت‌آمیز اتفاق می‌افتد، در ایران با ایجاد تنش در خانواده‌ها به وقوع می‌پیوندد که مشکلات متعدد رفتاری و روانی را برای زنان مطلقه به وجود می‌آورد که چگونگی مدیریت این عوارض و مشکلات و نحوه مقابله و تاب‌آوری در برابر آنها و طراحی و تدوین مدل‌های مناسب برای کاهش این مشکلات لازم و ضروری است. از سوی دیگر، با توجه به بررسی‌های انجام شده مشخص شد که هر یک از متغیرهای در حوزه‌های مختلف روان‌شناسی و توسط عده‌ای از پژوهشگران به صورت مجزا بررسی شده‌اند. از این جهت بررسی این مجموعه از متغیرها، هم از بعد نظری و هم از بعد کاربردی بسیار حائز اهمیت می‌باشد. همچنین از آنجا که تاکنون هیچ مطالعه‌ای در داخل کشور به تدوین مدل انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در زنان مطلقه نپرداخته است؛ بنابراین اهمیت این پژوهش تزیق اطلاعات جدید و کاهش خلأ اطلاعاتی موجود در مورد زنان مطلقه است و می‌تواند پیش‌زمینه‌ای برای انجام پژوهش‌های آتی در این حوزه باشد. لذا سوال کلی پژوهش آن است که: آیا مدل ساختاری انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بر اساس صمیمیت خانواده و سازگاری اجتماعی با میانجی‌گری بهزیستی اجتماعی در زنان مطلقه دارای برآزش است؟

## روش

پژوهش حاضر از نوع توصیفی همبستگی است و در قالب مدل‌یابی معادلات ساختاری انجام شد. جامعه آماری این پژوهش شامل زنان مطلقه شهر تهران در سال ۱۴۰۲-۱۴۰۳ خواهد بود. بر اساس نظر هیت و کرامر<sup>۴</sup> (۲۰۰۴) به ازای هر متغیر پیش‌بین حداقل ۴۰-۲۰ نفر برای نمونه کافی است (پاشاشریفی و همکاران، ۱۴۰۰). با توجه به اینکه در این پژوهش انعطاف‌پذیری شناختی<sup>۳</sup>

1. Burke and Moore  
2. Dionne, Ngô and Blais  
3. Gentili, Rickardsson, Zetterqvist, Simons  
4. Hit and Kramer

مولفه) و صمیمیت خانواده (۱ بعد) و بهزیستی اجتماعی (۵ مولفه) و سازگاری اجتماعی (۵ مولفه) دارند. به ازای هر مولفه ۲۵ نفر در نظر گرفته شد. بنابراین نمونه پژوهش ۳۵۰ (n=۳۵۰) نفر برآورد شد. که با در نظر گرفتن احتمال افت و ماهیت پژوهش (ارائه مدل) ۲۰ درصد به این نمونه اضافه می‌شود و نمونه به ۴۲۰ نفر افزایش یافت. روش نمونه‌گیری هدفمند است بدین صورت که با مراجعه به مراکز ازدواج و طلاق چندگانه سطح شهر تهران نمونه انتخاب شد. رضایت آگاهانه برای پاسخگویی به عنوان ملاک ورود به پژوهش بود و نقص در پر کردن پاسخنامه از ملاک‌های خروج از پژوهش بود بر این اساس تعداد ۴۰۹ پرسش‌نامه قابل تحلیل بودند. پس از دادن آگاهی در مورد هدف پژوهش، نحوه اجرا، اصل رازداری، حق انتخاب برای همکاری و حق انصراف در حین پاسخ به سوالات، پرسش‌نامه‌ها بر روی آزمون شونده‌ها اجرا شد. همچنین توضیح هدف پژوهش، دادن اطمینان از اینکه پاسخنامه آنها به صورت گروهی تحلیل می‌شود از اصول اخلاقی رعایت شده در این پژوهش بود. در سطح توصیفی جهت سنجش متغیرهای پژوهش از میانگین و انحراف معیار استفاده شد. در سطح استنباطی جهت بررسی روابط بین متغیرها از ضریب همبستگی پیرسون و مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. نرم‌افزار تحلیل داده‌ها SPSS نسخه ۲۳ و نرم افزار Smart PLS نسخه ۳ بود.

### ابزارهای پژوهش

**الف) انعطاف‌پذیری شناختی دنیس، وندروال و جیلون (۲۰۱۰):** پرسش‌نامه استاندارد انعطاف‌پذیری شناختی توسط دنیس و وندروال و جیلون در سال ۲۰۱۰ ساخته شده است. پرسش‌نامه مشتمل بر ۲۰ سوال می‌باشد. این پرسش‌نامه برای ارزیابی میزان پیشرفت فرد در کار بالینی و غیربالینی و برای ارزیابی میزان پیشرفت فرد در ایجاد تفکر انعطاف‌پذیر به کار می‌رود که دارای سه زیر مقیاس جایگزین‌ها، کنترل، و جایگزین‌هایی برای رفتارهای انسانی است. روش نمره‌گذاری: این پرسش‌نامه دارای مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت است و سوالات ۲، ۴، ۷، ۹، ۱۱، ۱۷، به طور معکوس نمره‌گذاری می‌شود در نهایت دامنه نمرات از ۲۰ تا ۱۰۰ می‌باشد. دنیس و وندروال (۲۰۱۰) اعتبار همزمان این پرسش‌نامه را با پرسش‌نامه افسردگی بک<sup>۲</sup> برابر ۰/۳۹- و روایی همگرایی آن را با مقیاس انعطاف‌پذیری شناختی مارتین و رابین ۰/۷۵ بدست آوردند. در داخل کشور کهندانی و همکاران (۱۳۹۶) ضریب بازآزمایی کل مقیاس را ۰/۷۱ و ضرایب آلفای کرونباخ کل مقیاس را ۰/۹۰ گزارش نمودند.

**ب) بهزیستی اجتماعی کیز (۱۹۹۸):** برای این قسمت از پرسش‌نامه بهزیستی اجتماعی کیز (۱۹۹۸) استفاده خواهد شد. این پرسش‌نامه دارای ۳۳ سوال بوده و هدف آن سنجش میزان بهزیستی اجتماعی (همبستگی اجتماعی، انسجام اجتماعی، مشارکت اجتماعی، شکوفایی اجتماعی و پذیرش اجتماعی) می‌باشد. پرسش‌نامه بر اساس مقیاس لیکرت (کاملاً مخالفم، ۱؛ مخالفم؛ ۲؛ نظری ندارم، ۳؛ موافقم؛ ۴؛ کاملاً موافقم؛ ۵) و در نهایت دامنه نمرات از ۳۳ تا ۱۶۵ می‌باشد. کیز (۱۹۹۸) طی دو مطالعه بر روی دو نمونه ۳۷۳ و ۲۸۸۷ نفری در آمریکا با استفاده از تحلیل عوامل، مدل ۵ بعدی به کار رفته در پرسش‌نامه خود را از نظر تجربی مورد تأیید قرار داده است. او جهت بررسی اعتبار پرسش‌نامه از ضریب آلفای کرونباخ استفاده کرد که میزان ضرایب آلفای کرونباخ در مطالعه اول برای ابعاد انسجام اجتماعی، شکوفایی اجتماعی، همبستگی اجتماعی، مشارکت اجتماعی و پذیرش اجتماعی به ترتیب برابر با ۰/۵۷، ۰/۶۹، ۰/۸۱، ۰/۷۵، ۰/۷۷ و در مطالعه دوم به ترتیب برابر با ۰/۶۴، ۰/۶۴، ۰/۷۳، ۰/۶۶، ۰/۴۱، به دست آمده که ضرایب قابل قبولی است. و حیدری و غنایی (۱۳۸۷) در ایران پرسش‌نامه بهزیستی اجتماعی را بر روی ۶۳۲ دانشجوی دانشگاه آزاد اسلامی واحدهای استان مرکزی هنجاریابی کردند. نتایج حاصل از پژوهش آنها نشان داده که اعتبار پرسش‌نامه با استفاده از ضرایب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۳ است.

1. Dennis, Vanderwaal, and Gillon  
2. Beck depression Questionnaire  
3. Keyz

**ج) سازگاری اجتماعی بل (۱۹۴۵):** جهت سنجش سازگاری اجتماعی از مقیاس بل (۱۹۴۵) استفاده می‌شود. این پرسشنامه دارای ۳۲ سوال و ۵ مولفه سازگاری در خانه، سازگاری شغلی، سازگاری تندرستی، سازگاری عاطفی و سازگاری اجتماعی می‌باشد. نحوه نمره‌گذاری این پرسش‌نامه بصورت گزینه‌های بله و خیر و نمی‌دانم می‌باشند که گزینه بله ۱ نمره و خیر صفر نمره دارد. دامنه نمرات از ۰ تا ۳۲ می‌باشد. بل (۱۹۴۵) پایایی و روایی پرسش‌نامه را مناسب گزارش کرده است. برای اساس میزان آلفای محاسبه شده برابر ۰/۸۹ است. و در داخل کشور نیز این پرسش‌نامه توسط میکائیلی و امام زاده پایایی (۱۳۸۷) هنجاری شده است که آلفا برای کل این آزمون ۰/۸۴ و روایی آن ۰/۸۰ بدست آمد.

**د) صمیمیت خانواده تامپسون و واکر<sup>۲</sup> (۱۹۸۳):** مقیاس صمیمیت (MIS) این مقیاس توسط تامپسون و واکر در سال ۱۹۸۳ ساخته شده که ۱۷ سؤال دارد و برای سنجیدن میزان صمیمیت خانواده تنظیم شده است. دامنه نمرات بین ۱ (هرگز) تا ۷ (همیشه) می‌باشد که نمره بالاتر نشانه صمیمیت بیشتر است. نمره آزمودنی از طریق جمع نمرات سؤال‌ها و تقسیم آن بر عدد ۱۷ حاصل می‌شود. روایی و پایایی این مقیاس توسط تامپسون و واکر در سال ۱۹۸۳ محاسبه شده است که مقدار ضریب آلفای ۰/۹۱ تا ۰/۹۷ گزارش شده که این مقدار از همسانی خوبی برخوردار است. این مقیاس توسط ثنایی (۱۳۸۷) ترجمه و هنجاریابی شده است. برای تعیین روایی محتوایی و صوری، پرسش‌نامه ابتدا توسط ۱۵ نفر از اساتید مشاوره بررسی شده و روایی محتوایی و صوری آن تأیید شد. سپس پرسش‌نامه در شهر اصفهان اجرا شد. ضریب پایایی کل مقیاس با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۶ به دست آمد و حاکی از پایایی قابل قبول پرسش‌نامه بود. محاسبه ضریب پایایی با حذف تک تک سؤالات نیز نشان داده که حذف هیچ یک از سؤال‌ها تأثیر محسوسی در ضریب پایایی ندارد.

## یافته‌ها

از ۴۰۹ نفر تعداد ۴۸ نفر (۱۲ درصد) زیر ۲۰ سال، ۲۳۱ نفر (۵۶ درصد) بین ۲۰ الی ۳۰ سال، ۸۹ نفر (۲۲ درصد) ۳۱ الی ۴۰ سال و ۴۱ نفر (۱۰ درصد) ۴۰ سال و بالاتر بودند. براساس نتایج بیشترین دامنه سنی مشارکت‌کننده بین ۲۰ الی ۳۰ سال و کمترین ۴۰ سال و بالاتر می‌باشند.

جدول ۱. آمار توصیفی متغیر و مولفه‌های به تفکیک

متغیر	مولفه‌ها	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	واریانس
انعطاف‌پذیری روان‌شناختی	-	۴۰۹	۷۷/۸۱	۱۶/۱۰	۲۵۹/۵۰
	-	۴۰۹	۷۵/۰۰	۱۴/۳۸	۲۰۶/۹۶
سازگاری اجتماعی	سازگاری در خانه	۴۰۹	۴/۰۳	۱/۲۳	۱/۵۱
	سازگاری شغلی	۴۰۹	۳/۹۲	۱/۴۹	۲/۲۳
	سازگاری تندرستی	۴۰۹	۴/۳۴	۱/۴۸	۲/۲۰۷
	سازگاری عاطفی	۴۰۹	۴/۹۷	۱/۵۵	۲/۴۰۶
	سازگاری اجتماعی	۴۰۹	۴/۷۳	۱/۴۲	۲/۰۳
	کل	۴۰۹	۲۲/۰۱	۴/۸۶	۲۳/۶۲
	همبستگی اجتماعی	۴۰۹	۲۴/۵۳	۵/۲۶	۲/۶۷
بهزیستی اجتماعی	انسجام اجتماعی	۴۰۹	۲۲/۰۸	۴/۸۱	۲۳/۲۰۸
	مشارکت اجتماعی	۴۰۹	۲۰/۸۳	۴/۹۵	۲۴/۵۴
	پذیرش اجتماعی	۴۰۹	۲۴/۷۴	۵/۵۶	۳۰/۹۵
	شکوفایی اجتماعی	۴۰۹	۲۵	۵/۶۰	۳۱/۴۱
	کل	۴۰۹	۱۱۷/۴۹	۲۳/۱۱	۵۳۴/۱۱

1. Bell  
2. Thompson and Walker

جدول شماره ۱ آمار توصیفی متغیرها و مولفه‌ها را به تفکیک نشان می‌دهد. بر اساس نتایج حاصل از جدول بهزیستی اجتماعی بیشترین میانگین را دارد سایر میانگین‌ها به تفکیک در جدول آمده است.

جدول ۲. آزمون کلموگروف-اسمیرنوف برای فرض نرمال بودن جامعه

میانگین پارامترها	انحراف استاندارد پارامترها	مثبت	منفی	Kolmogorov-Smirnov Z	سطح معنی‌داری
۷۷/۸۱	۱۶/۱۰	۰/۰۸۴	-/۱۶۱	۰/۱۶۱	۱/۲۸۵
۷۵/۰۰۷	۱۴/۳۸	۰/۰۳۸	-/۰۶۵	۰/۰۶۵	۰/۲۶۹
۲۲/۰۱	۴/۸۶	۰/۰۵۷	-/۰۵۵	۰/۰۵۷	۰/۲۸۱
۱۱۷/۴۹	۲۳/۱۱	۰/۰۷۶	-/۰۶۳	۰/۰۷۶	۰/۰۸۰

در آزمون نرمال بودن داده‌ها فرض صفر چنین است که توزیع داده‌ها از توزیع نرمال تبعیت می‌کند و فرض مقابل بر خلاف این امر دلالت دارد. همان‌طور که در جدول شماره فوق مشاهده می‌گردد. آماره Z کولموگروف-اسمیرنوف برای همگی در سطح  $(P \geq 0/05)$  معنی‌دار نمی‌باشند. از این رو می‌توان گفت که توزیع داده‌های به دست آمده از پرسش‌نامه در بین نمونه با توزیع آن در جامعه نرمال است.

جدول ۳. ماتریس همبستگی متغیرها

عامل	۱	۲	۳	۴
انعطاف‌پذیری روان‌شناختی	۱			
صمیمیت خانواده	**/۴۵۴	۱		
سازگاری اجتماعی	**/۴۴۳	**/۰۷۳	۱	
بهزیستی اجتماعی	**/۳۱۸	**/۱۴۹	**/۱۶۴	۱

(\*\* یعنی  $P \leq 0/01$ ) و (\* یعنی  $P \leq 0/05$ )

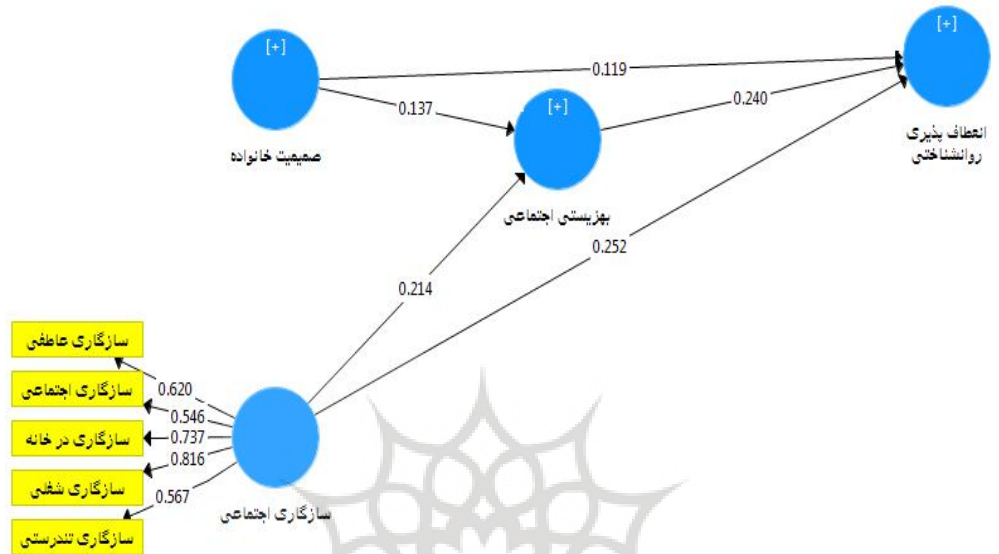
جدول شماره ۳ ماتریس همبستگی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی با صمیمیت خانواده و سازگاری اجتماعی و بهزیستی اجتماعی در زنان مطلقه را نشان می‌دهد. نتایج حاکی از آن دارد که بین متغیرهای رابطه مثبت و معناداری در سطح  $0/01$  وجود دارد.

جدول ۴. رگرسیون چندمتغیره پیش‌بینی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بر اساس صمیمیت خانواده، سازگاری اجتماعی و بهزیستی اجتماعی

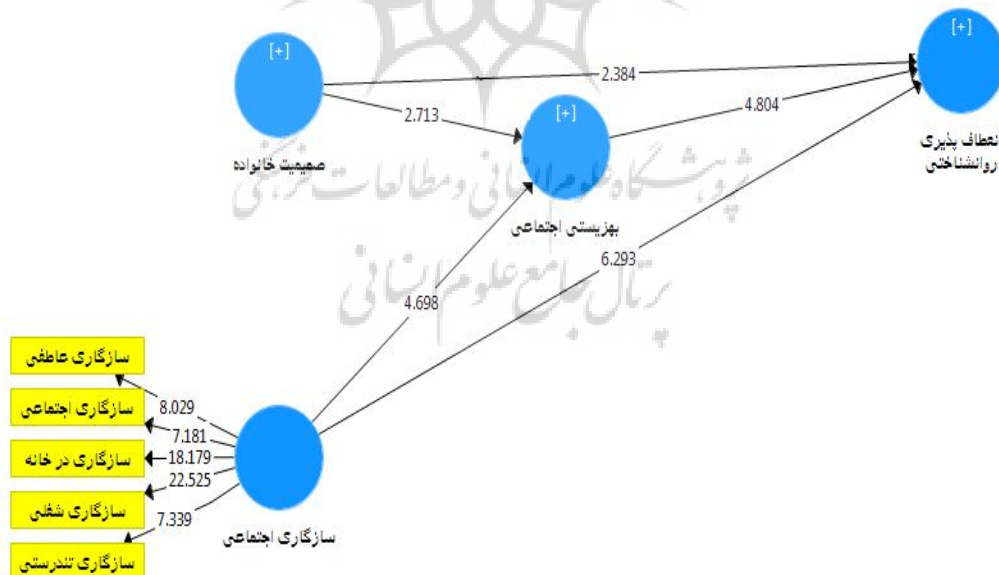
مدل	ضریب استاندارد نشده B	خطای استاندارد	ضریب استاندارد شده Beta	مقدار t	معناداری
مدل	۰/۲۰۰	۰/۹۶۶	-	۱۲/۶۸	۰/۰۰۰
صمیمیت خانواده	۰/۱۳۶	۰/۰۴۹	۰/۱۲۲	۲/۷۷۵	۰/۰۰۰
سازگاری اجتماعی	۰/۷۸۵	۰/۱۴۳	۰/۲۳۷	۵/۴۷۵	۰/۰۰۰
بهزیستی اجتماعی	۰/۱۷۷	۰/۰۳۰	۰/۲۵۳	۵/۸۸	۰/۰۰۰



جدول شماره ۴ رگرسیون چندمتغیره پیش‌بینی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بر اساس صمیمیت خانواده، سازگاری اجتماعی و بهزیستی اجتماعی را نشان می‌دهد. با توجه به نتایج همه متغیرها در سطح ۰/۰۱ معنادار می‌باشد. مقدار بتا حاکی از آن دارد که ویژگی شخصیتی با ضریب بتای ۰/۳۳۸ بیشترین و صمیمیت خانواده با بتا ۰/۱۲۲ کمترین میزان پیش‌بینی را نشان می‌دهند.



نمودار ۱. تحلیل عاملی بین متغیرها



نمودار ۲. نمرات استاندارد شده

جدول ۵. نتایج حاصل از مدل برازش شده

فرضیه	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم	اثر کل	VIF	آماره t	ضریب تعیین R <sup>2</sup>	sig	نتیجه
صمیمیت خانواده- انعطاف‌پذیری روان‌شناختی	۰/۱۱۹	۰/۰۳۲	۰/۱۵۱	۰/۵۱	۲/۳۸۴	۰/۴۶۵	۰/۰۰۰	تایید شد
سازگاری اجتماعی- انعطاف‌پذیری روان‌شناختی	۰/۲۵۲	۰/۰۵۱	۰/۳۰۳	۰/۶۷۴	۶/۲۹۳		۰/۰۰۰	تایید شد
بهبودی اجتماعی- انعطاف‌پذیری روان‌شناختی	۰/۲۴۰	-	۰/۲۴۰	-	۴/۸۰۴	۰/۳۸۹	۰/۰۰۰	تایید شد

مدل دارای برازش می‌باشد.

جدول ۵ نتایج حاصل از مدل برازش شده را نشان می‌دهد. با توجه به نتایج، مدل برازش دارد. اما با توجه به مقدار R<sup>2</sup> محاسبه شده میزان قدرت برازش در حد متوسط می‌باشد. این در حالی است که مقدار آماره t برای همه ارتباطها بیشتر از ۱/۹۶ است که این امر نیز نشان از تأیید روابط بین متغیرهای مدل را دارد. برای بررسی معناداری اثر غیرمستقیم از شاخص VIF استفاده شده است که نتایج نشان از آن است که بهبودی اجتماعی توانسته نقش میانجی‌گری در این ارتباط ایفاء نماید.

### ارزیابی مدل ساختاری

در بررسی مدل ساختاری، معیار ضریب تعیین R<sup>2</sup> و معیار Q<sup>2</sup> مدل ساختاری بررسی می‌شود. این دو معیار برای متغیرهای وابسته در نظر گرفته می‌شوند. اندازه R<sup>2</sup> و Q<sup>2</sup> برای تقسیم‌بندی آنها به صورت جدول شماره ۶ است.

جدول ۶. نتایج دو شاخص R<sup>2</sup> و معیار Q<sup>2</sup>

R <sup>2</sup>	متغیرها	مقیاس
قوی = ۰/۶۷ و بیشتر	انعطاف‌پذیری روان‌شناختی	۰/۳۳ تا ۰/۱۹
متوسط ۰/۶۶ تا ۰/۳۳	بهبودی اجتماعی	۰/۱۵ تا ۰/۰۲
ضعیف ۰/۳۵ و بالاتر قوی		

پس از تأیید مناسب بودن مدل اندازه‌گیری، باید به قابلیت اتکای مدل ساختاری اشاره کنیم که دو شاخص R<sup>2</sup> و معیار Q<sup>2</sup> برای دستیابی به این هدف است. با توجه به این توضیحات، میزان R<sup>2</sup> برای هر دو متغیر در حد متوسط قرار دارد. شاخص Q<sup>2</sup> نیز برای هر دو متغیر در حد متوسطی قرار دارد. لذا برازندگی ساختاری مدل متوسط است.

### بررسی مدل کلی پژوهش

بررسی مدل کلی پژوهش با استفاده از معیار GOF انجام می‌شود. این معیار عبارت است از میانگین R<sup>2</sup> ها و جمع Communitality (Q<sup>2</sup>) که محاسبه آن به صورت فرمول زیر می‌باشد:  $GOF = \sqrt{Communitality} \times R^2$

GOF: محاسبه شده برای پژوهش حاضر برابر است با  $\sqrt{0/588 \times 0/42} = 0/501$  که نشان دهنده برازش متوسط مدل است.

## بحث و نتیجه‌گیری

هدف از انجام این پژوهش تدوین مدل ساختاری انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بر اساس صمیمیت خانواده و سازگاری اجتماعی با میانجی‌گری بهزیستی اجتماعی در زنان مطلقه بود. بر این اساس نتایج ماتریس همبستگی نشان داد که رابطه مثبت و معناداری بین انعطاف‌پذیری روان‌شناختی با صمیمیت خانواده، سازگاری اجتماعی و بهزیستی اجتماعی در زنان مطلقه وجود دارد. همچنین نتایج رگرسیون چندمتغیره پیش‌بینی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بر اساس صمیمیت خانواده، سازگاری اجتماعی و بهزیستی اجتماعی نیز نشان داد که متغیرهای صمیمیت خانواده، سازگاری اجتماعی و بهزیستی اجتماعی توان پیش‌بینی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی را دارند و در نهایت نتایج نشان داد که مدل دارای برازندگی ساختاری می‌باشد. لذا نتایج در کل نشان داد که هرچه انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بیشتر و بالاتر، به همان نسبت صمیمیت خانواده، سازگاری اجتماعی و بهزیستی اجتماعی آنان نیز بالا خواهد رفت و برعکس کاهش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی زمینه‌ساز کاهش صمیمیت در خانواده، سازگاری اجتماعی و بهزیستی اجتماعی می‌شود.

بر این اساس نتایج حاصل از این پژوهش با نتایج تورج (۱۴۰۰)؛ برادران و همکاران (۱۳۹۶)؛ مردانی گرم دره و همکاران (۱۳۹۹)؛ چله‌مال دزفولی‌نژاد و همکاران (۱۴۰۰) اسحاقی و همکاران (۱۴۰۰)؛ غیاث‌آبادی فراهانی و جعفری‌هرندی (۱۳۹۹)؛ دیون و همکاران (۲۰۲۰)؛ وودراف و همکاران (۲۰۲۰)؛ بل و همکاران (۲۰۱۹)؛ مارشال و براکمن (۲۰۱۶)؛ برایان و همکاران (۲۰۱۵)؛ همسو می‌باشد. در این ارتباط غیاث‌آبادی فراهانی و جعفری‌هرندی (۱۳۹۹) نشان دادند که بین سازگاری اجتماعی و مسئولیت‌پذیری با انعطاف‌پذیری شناختی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. عدم انعطاف‌روان‌شناختی با اضطراب، افسردگی، عملکرد ضعیف کار، ناتوانی در یادگیری، سوء مصرف مواد، ترس، رفتار ضداجتماعی، با کیفیت پایین از زندگی، اضطراب اجتماعی، رفتار پرخطر جنسی، سرکوب، همراه با اختلالات‌های مختلف مرزی شخصیت همراه است (هیز و همکاران، ۲۰۱۶). همچنین به تازگی نیز برخی از پژوهش‌ها نشان دادند که انعطاف‌پذیری روان‌شناختی نه تنها در سطح فردی از اهمیت برخوردار است بلکه بر روابط میان اعضای خانواده نیز اثر می‌گذارد (بوورک و مور، ۲۰۲۱). افرادی که انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دارند از راهبردهای سازگار تنظیم هیجان استفاده می‌کنند، به مشکلات خودآگاهی دارند، تلاشی برای حذف آنها نمی‌کنند، پاسخ هیجانی مناسبی به خواسته‌ها و شرایط محیطی می‌دهند و در جهت ارزش‌های خود حرکت می‌کنند (محرابی و همکاران، ۱۴۰۱). انعطاف‌پذیری شناختی، توانایی برای ساختن یا بازسازی دانش شخصی به شیوه‌های مختلف به منظور پاسخ به نیازهای موقعیتی است و به توانایی انسان برای سازگاری با استراتژی‌های فرایند شناختی جهت مقابله با شرایط جدید و غیرمنتظره در محیط اشاره دارد (فاضلی و همکاران، ۱۳۹۳). در مورد انعطاف‌پذیری شناختی پژوهش‌های زیادی صورت گرفته است. به طور کلی، توانایی تغییر آمایه‌های شناختی به منظور سازگاری با محرک‌های در حال تغییر محیطی، عنصر اصلی در تعریف انعطاف‌پذیری شناختی است (دنيس<sup>۲</sup>، ۲۰۲۰). بعضی پژوهشگران انعطاف‌پذیری شناختی را میزان ارزیابی فرد در مورد قابل کنترل بودن شرایط می‌دانند (زانگ<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). افراد دارای انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بالا رفتارشان را در هر موقعیت، بیشتر بر اساس ارزش‌ها و اهداف‌شان و کمتر بر اساس رویدادهای درونی یا وابستگی‌های موقعیتی فعلی‌شان نشان می‌دهند (بوندا<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۲)؛ کاتز، زیج، و

1. Burke and Moore  
2. Dennis  
3. Zong  
4. Bond

اورسیلو، ۲۰۱۹). انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بالاتر به نیرومندی من بیشتری می‌انجامد. نیرومندی من نیز یک عنصر مهم در رشد و پختگی شخصیت برای برقراری روابط صمیمی شناخته می‌شود. در رابطه با نظریهٔ اریکسون، داشتن یک شخصیت رشدیافته برای برقراری روابط صمیمانه به حل بحران‌های مراحل گوناگون زندگی و اکتساب نیرومندی من وابسته است. بر اساس نظریهٔ رشد روانی اریکسون، موفقیت در هر مرحله از زندگی به موفقیت در حل بحران مراحل پیشین زندگی نیازمند است؛ آنهایی که نیرومندی من بیشتری دارند، توانایی بهتری برای مقابله با تعارض‌ها دارند و در نتیجه از رضایت زندگی بیشتری برخوردارند. افزون بر این افراد با استحکام من بالاتر روابط صمیمی بیشتری با افراد خانواده خود دارند، در رابطهٔ خود با خانواده شان متعهدترند و مسئولیت بیشتری در قبال خانواده احساس می‌کنند. آنها همچنین در به اشتراک گذاشتن عقایدشان با دیگران موفق‌ترند. فهم و درک طرف مقابل و ابراز عواطف از ویژگی‌های دیگر این افراد است (کچویی و همکاران، ۱۳۹۲).

از آنجایی که هر پژوهش محدودیت‌هایی دارد، پژوهش حاضر نیز از آن مستثناء نبوده است؛ در نتیجه در تعمیم نتایج پژوهش باید جانب احتیاط را رعایت کرد؛ چرا که نتایج تحقیق از جامعه‌ای به جامعه‌ای دیگر - با توجه به ویژگی‌های خاص هر جامعه - متفاوت می‌شود. از محدودیت‌های دیگر این طرح می‌توان به ویژگی‌های فردی، خصوصیات روحی و روانی، تفاوت‌های زندگی، فرهنگی و اجتماعی نمونه‌های مورد پژوهش که بر پاسخگویی به پرسشها بر نتایج پژوهش تأثیرگذار بود، اشاره کرد که کنترل این عوامل از عهدهٔ پژوهشگر خارج بود. از یافته‌های این پژوهش می‌توان در مشاوره‌های خانواده و مشاوره‌های فردی برای زنان مطلقه استفاده کرد. همچنین کارگاه‌های آموزشی در مراکز مشاوره به منظور بالا بردن انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و تقویت نیرومندی من برای زنان مطلقه برگزار نمود. پیشنهاد می‌شود این پژوهش با حجم نمونهٔ بزرگ‌تر و محدودهٔ جغرافیایی گسترده‌تر انجام گیرد تا ادبیات وسیع‌تر و منسجم‌تری در خصوص نحوهٔ به کارگیری متغیرهای ذکر شده فراهم آید.

## منابع

- اسحاقی‌جردوی، حمیدرضا؛ جاجرمی، محمود؛ اکبری، حمزه و اکبری، حمزه. (۱۴۰۰). تعیین اندازه اثر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و خودکنترلی در سازگاری زناشویی کارکنان متاهل بیمارستان ثامن الائمه مشهد. نشریه: مطالعات ناتوانی، ۱۱(۱): ۱۰-۱۰.
- برادران، مجید؛ رنجبرنوشی، فرزانه؛ خاصه، علی‌اکبر و رهنمای، مریم. (۱۳۹۶). همبسته‌های انعطاف‌پذیری روان‌شناختی: خود-دلسوزی، حل مساله و خود متمایزسازی. کنگره انجمن روان‌شناسی ایران.
- پاشاشریفی، حسن و دیگران. (۱۴۰۰). مقدمه‌ای بر روش‌های تحقیق در روان‌شناسی و مشاوره. تهران؛ نشر سخن.
- تقی‌زاده، محمداحسان و فرمانی، اعظم. (۱۳۹۳). بررسی نقش انعطاف‌پذیری شناختی در پیش‌بینی نومییدی و تاب‌آوری در دانشجویان. فصلنامه روان‌شناسی شناختی، ۱(۲): ۶۷-۷۶.
- تورج، سپهوند. (۱۴۰۰). نقش انعطاف‌پذیری شناختی در اضطراب فراگیر افراد دارای روان‌رنجوری. روان‌شناسی و روانپزشکی شناخت، ۱۸(۳): ۸۹-۱۰۰.
- توکل، محمد. (۱۳۹۳). سلامت اجتماعی: ابعاد، محورها و شاخص‌ها در مطالعات، فصلنامهٔ اخلاق زیستی، ۴(۱۴): ۲.
- ثنایی، باقر و همکاران. (۱۳۸۷). مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج. انتشارات بعثت.
- چله‌مال دزفولی‌نژاد، ابراهیم؛ مومنی، فرزانه؛ پدram، میرمحسن و مرادی، علیرضا. (۱۴۰۰). کاربرد مدل معادلات ساختاری در تبیین نقش انعطاف‌پذیری شناختی، خودنظم‌جویی هیجان، تفکر فعال روشنفکرانه و غیرنگرش افراد در شبکه‌های اجتماعی. ماهنامه علوم روان‌شناختی، ۲۰(۱۰۶): ۱۸۵۳.

- دهقانپور، نورا؛ مسیحی، فرحناز و ترانس، غزاله. (۱۳۹۷). پیش‌بینی میزان استفاده از شبکه‌های مجازی بر اساس سازگاری اجتماعی و کنترل عواطف در نوجوانان. *مطالعات رسانه‌ای*، ۱۳، ۱(۴۰)؛ ۳۹-۴۹.
- رضایی، امید و نوغانی دخت‌بهمنی، محسن. (۱۳۹۶). بهزیستی اجتماعی دانشجویان و عوامل مؤثر بر آن. *فصلنامه علوم اجتماعی دانشگاه فردوسی مشهد*، ۱۴، ۲(۳۰)؛ ۵۶-۳۱.
- زارعان، منصوره و سادات سدیدپور، سمانه. (۱۴۰۰). فراتحلیلی از تحقیقات مرتبط با طلاق: عوامل فردی در مقابل اجتماعی. *مجله مشکلات ایران*، ۷(۲)؛ ۱۹۱-۲۱۸.
- صفاری‌نیا، مجید و همکاران. (۱۴۰۰). آرایه مدل رابطه بین سرمایه‌های روان‌شناختی و بخشایش با تحمل پریشانی در زوجین دچار خیانت زناشویی، با نقش واسطه‌ای انعطاف‌پذیری شناختی و ادراک استرس. *دوفصلنامه علمی شناخت اجتماعی*، ۱۰، ۱(۱۹)؛ ۸۰-۹۸.
- غیاث‌آبادی فراهانی، الهام و جعفری‌هرندی، رضا. (۱۳۹۹). پیش‌بینی انعطاف‌پذیری شناختی بر اساس سازگاری اجتماعی و مسئولیت‌پذیری دانشجویان دختر. *فصلنامه پژوهش‌های روان‌شناختی*، ۱۰(۴۰)؛ ۱۳۵-۱۵۰.
- فاضلی، مژگان؛ احتشام‌زاده، پروین و هاشمی‌شیخ‌شبان، سیداسماعیل. (۱۳۹۳). بررسی اثربخشی شناختی-رفتاری بر انعطاف‌پذیری-شناختی افراد افسرده. *فصلنامه علمی-پژوهشی دانشگاه آزاد اهواز*، ۱۳(۸)؛ ۸-۷۶.
- کاظمی، نواب؛ نعمتی، لیدا؛ یادگاری، سیده لیبا و عبدوس، فرزانه. (۱۴۰۱). پیش‌بینی شناخت اجتماعی بر اساس تمایز یافتگی خود و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در دانشجویان. *فصلنامه پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی*، ۱۲(۴۸)؛ ۱۰۳-۱۱۶.
- کهندانی، مهدیه و ابوالمعانی الحسینی، خدیجه. (۱۳۹۶). ساختار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی پرسش‌نامه انعطاف‌پذیری شناختی. *روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*، ۸(۳)؛ ۵۳-۷۰.
- کچویی، محسن و فتحی‌آشتیانی، علی. (۱۳۹۲). نقش رضایت شغلی و نیرومندی‌های من. *مجله طب نظامی*، ۱۵(۱)؛ ۲۴-۱۷.
- گل‌محمدیان، محسن؛ نظری، حسنا و پروانه، آذر. (۱۳۹۵). اثربخشی معنادرمانی گروهی بر اضطراب مرگ و سازگاری اجتماعی سالمندان. *مجله روان‌شناسی پیری*، ۲(۲)؛ ۱۶۷-۱۷۵.
- محرابی، مینا؛ داودیان، ملیکا؛ پورولی ابرکوه، سمیه؛ و سلیمانی، هاجر. (۱۴۰۱). نقش ذهنی‌سازی، انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و دشواری در تنظیم هیجان در پیش‌بینی پریشانی روان‌شناختی و مشکلات خواب زنان باردار در طول اپیدمی بیماری کووید ۱۹. *فصلنامه مدیریت پرستاری*، ۱۱(۱)؛ ۴۶-۵۸.
- مردانی‌گرم‌دره، معصومه؛ غضنفری، احمد؛ احمدی، رضا و شریفی، طیبه. (۱۳۹۹). اثربخشی رفتاردرمانی دیالکتیک بر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و اجتناب‌شناختی دانش‌آموزان دختر دارای اضطراب امتحان. *نشریه توانمندسازی کودکان استثنایی*، ۱۱(۲)؛ ۶۳-۷۴.
- میکائیلی، فرزانه و مددی‌امام‌زاده، زهرا. (۱۳۸۷). رابطه هوش هیجانی اجتماعی و سازگاری اجتماعی در دانشجویان دارای حکم انطبالی و مقایسه آن با دانشجویان بدون حکم. *فصلنامه علمی پژوهشی روان‌شناسی تبریز*، ۳(۱۱)؛ ۲۱-۳۸.
- Bajema KL, Oster AM, McGovern OL, Lindstrom S, Stenger MR, Anderson TC, Biggs HM. (2023). Persons evaluated for 2019 novel coronavirus—United States. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 69(6); 166.
- Bell, T., Hill, N., & Stavrinos, D. (2019). *Personality determinants of subjective executive function in older adults*. *Aging & Mental health*, 1-10.
- Bond, F. W. & S. C. Hayes & R. A. Baer & K. M. Carpenter & N. Guenole & H. K. Orcutt & R. D. Zettle. (2022). Preliminary Psychometric Properties of the Acceptance and Action Questionnaire-II: A Revised Measure of Psychological Inflexibility and Experiential Avoidance"; *Behavior Therapy*, 42(4), 676-688.
- Bryan CJ, Ray -Sannerud B, Heron EA. (2015). Psychological flexibility as a dimension of resilience for posttraumatic stress, depression, and risk for suicidal ideation among air force personnel. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 4(4):263-68.
- Burke K, Moore S. (2023). Development of the parental psychological flexibility questionnaire. *Child Psychiatry & Human Development*, 46 (4):548-57.
- Dennis, J.P. and Etc. (2010). *The cognitive flexibility inventory: instrument development and estimates of reliability and validity*. cognitive therapy research.

- Dionne, F. Ngô, T. L. Blais, M, C. (2020). The psychological flexibility model: a new approach to mental health. *Sante Ment Que*, 38(2):111-30.
- Gaia, A. (2012). Understanding emotional intimacy: A review of conceptualization, assessment and the role of gender. *International Social Science Review*, 77(3), 151-170.
- Gentili C, Rickardsson J, Zetterqvist V, Simons LE, Lekander M and Wicksell RK. (2019). *Psychological Flexibility as a Resilience Factor in Individuals with Chronic Pain*. *Front. Psychol*.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2016). Acceptance and Commitment Therapy: Model, processes and outcome. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 1-25.
- Katz, A. M. & S. J. Czech & S. Orsillo. (2019). Putting Values into Words: An Examination of the Text Characteristics of Values Articulation"; *Journal of Contextual Behavioral Science*, 3 (1), 16-20.
- Mancini, A. D., & Bonanno, G. A. (2016). Marital closeness, functional disability, and adjustment in late life. *Psychology and Aging*, 21(3), 600-608.
- Marshall EJ, Brockman RN. (2016). The relationships between psychological flexibility, self -compassion, and emotional well -being. *Journal of Cognitive Psychotherapy*. 30(1):60 -72.
- Negrusa S, Negrusa B, Hosek J. (2019). Gone to war: have deployments increased divorces? *J Populat Econom*, 27(2):473-96.
- Padgett, E., Mahoney, A., Pargament, K. I., & DeMaris, A. (2019). Marital Sanctification and Spiritual Intimacy Predicting Married Couples' Observed Intimacy Skills across the Transition to Parenthood. *Religions*, 10(3), 177-189.
- Phillips, EL. (2018). *Resilience, mental flexibility and cortisol response to the Montreal Imaging Stress Task in unemployed men* (Dissertation). Michigan: The University of Michigan.
- Root, A.E., Wimsatt, M., Rubin, K.H., Bigler, E.D., Dennis, M., Gerhardt, C.A., Stancin, T., Taylor, H.G., Vannatta, K., Yeates, K.O. (2020). Children with traumatic brain injury: Associations between parenting and social adjustment. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 42, 1-7.
- Shapiro, A., & Keyes, C. L. M. (2020). Marital status and social well-being: Are the married always better off? *Social Indicators Research*, 88(2), 329- 346.
- Woodruff SC, Glass CR, Aarnkoff DB, Crowley KJ, Hindman RK, Hirschhorn EW. (2020). Comparing self - compassion, mindfulness, and psychological inflexibility as predictors of psychological health. *Mindfulness*, 5(4):410 -21.
- Zong JG, Cao XY, Cao Y, Shi YF, Wang YN, Yan C, et al. (2019). *Coping flexibility in college students with depressive symptoms*. *Health Qual Life Outcomes*; 8: 66.