

The Relationship Between Cognitive Flexibility and Distress Tolerance by the Mediating Role of Negative Problem Orientation in Orphans and Abandoned Adolescent

Yaser Rezapour Mirsaleh*: Assistant professor, department of counseling, faculty of education and psychology, Ardakan university, Ardakan, Iran. y.rezapour@ardakan.ac.ir

Monireh Esmaeelbeigi Mahani: MA in family consulting, faculty of education and psychology, Ardakan University, Ardakan, Iran. moniremahani@yahoo.com

Abstract

Introduction: Negative orientation to the problem leads to the ineffectiveness of individual efforts in dealing with stressful situations and does not allow him to strive to achieve his goals.

The purpose of present study was to investigate the relationship between cognitive flexibility and distress tolerance by the mediating role of negative problem orientation in orphans and abandoned adolescent.

Methods: This study was a correlational research that carried out using structural equation analysis. The population of the present study included all orphans and abandoned adolescent were covered by welfare office in Kerman city. 135 adolescents were selected by randomly cluster sampling. Data gathered by cognitive flexibility scale (CFI), Distress tolerance scale (DTS) and negative problem orientation scale (NPOQ) and analyzed by Pearson correlation and structural equation modeling.

Results: The results show that cognitive flexibility directly affect the distress tolerance of orphans and abandoned adolescents also, cognitive flexibility by affecting on the negative problem orientation, indirectly affect distress tolerance ($p < 0/01$). Nevertheless, the indirect effect of the negative direction was greater than direct effect. Finally, fitness indices showed that proposed model of the study have a good fitness was confirmed by removing one of the subscales of cognitive flexibility resiliences.

Conclusions: Regarding the important role of cognitive and emotional problems in psychological pathology, adaptability of orphans and abandoned adolescent to stressful situations can be improved by teaching of cognitive flexibility strategies by emphasizing on positive problem orientation.

Keywords

Cognitive Flexibility

Distress Tolerance

Negative Problem Orientation

Adolescent

Orphans and Abandoned

*Corresponding Author
Study Type: Original
Received: 28 Aug 2017
Accepted: 14 Feb 2018

Please cite this article as follows:

Rezapour Mirsaleh Y, Esmaeelbeigi Mahani M. The relationship between cognitive flexibility and distress tolerance by the mediating role of negative problem orientation in orphans and abandoned adolescent. Quarterly journal of social work. 2017; 6 (3); 22-31

رابطه بین انعطاف پذیری و تحمل پریشانی با میانجیگری جهت گیری منفی به مشکل نوجوانان بی سرپرست و بدسرپرست

یاسر رضاپور میر صالح*: استادیار، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اردکان، بلوار آیت الله خاتمی، یزد، ایران. y.rezapour@ardakan.ac.ir
منیره اسماعیل بیگی: دانشجو کارشناسی ارشد، دانشگاه اردکان، بلوار آیت الله خاتمی، یزد، ایران.

واژگان کلیدی

تحمل پریشانی

انعطاف پذیری

جهت گیری منفی

نوجوانان

بی سرپرست و
بدسرپرست

چکیده

مقدمه: جهت گیری منفی به مشکل باعث ناکارآمد شدن تلاش های فرد در مواجهه با شرایط تنش زا می شود و به او اجازه نمی دهند در مسیر تحقق اهدافش تلاش کند. پژوهش حاضر با در نظر گرفتن اهمیت موضوع به بررسی رابطه بین انعطاف پذیری و تحمل پریشانی با میانجیگری جهت گیری منفی به مشکل نوجوانان بی سرپرست و بدسرپرست می پردازد.

روش: مطالعه حاضر یک پژوهش همبستگی بود که با استفاده از تحلیل معادلات ساختاری صورت گرفت. جامعه پژوهش، شامل کلیه نوجوانان بی سرپرست و بدسرپرست شهر کرمان بود که در مراکز بهزیستی نگهداری می شدند. با روش نمونه گیری خوشه ای صد و سی و پنج نفر از این جامعه انتخاب شدند. برای گردآوری داده ها از مقیاس انعطاف پذیری شناختی، تحمل پریشانی و جهت گیری منفی به مشکل استفاده شد. در نهایت داده های جمع آوری شده با استفاده از تحلیل همبستگی پیرسون و تحلیل معادلات ساختاری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

نتایج: نتایج تحلیل داده ها نشان داد که متغیر انعطاف پذیری شناختی علاوه بر اینکه می تواند به طور مستقیم بر تحمل پریشانی نوجوانان بی سرپرست و بدسرپرست تأثیر بگذارد، می تواند با اثرگذاری بر جهت گیری منفی به مشکل، تحمل پریشانی نوجوان بی سرپرست و بدسرپرست را تحت تأثیر قرار دهد. ($P < 0/01$) با این وجود، تأثیر غیرمستقیم از طریق جهت گیری منفی، بیشتر از تأثیر مستقیم بود. در نهایت، شاخص های برازش نشان داد که مدل ارائه شده در پژوهش حاضر با حذف یکی از خرده مقیاس های انعطاف پذیری شناختی، مورد تأیید قرار گرفت.

بحث و نتیجه گیری: با توجه به نقش مهم آشفته گی های شناختی و هیجانی در آسیب های روانی، می توان با آموزش راهبردهای مبتنی بر انعطاف پذیری شناختی، با تأکید بر جهت گیری مثبت نسبت به مشکل، قدرت سازگاری نوجوانان بی سرپرست و بدسرپرست را در برخورد با شرایط تنش زا به حداکثر رساند.

* نویسنده مسئول

نوع مطالعه: پژوهشی

تاریخ دریافت: ۱۳۹۶/۰۶/۰۵

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۶/۱۱/۲۵

یاسر رضاپور میر صالح و منیره اسماعیل بیگی. رابطه بین انعطاف پذیری و تحمل پریشانی با میانجیگری جهت گیری منفی به مشکل نوجوانان بی سرپرست و بدسرپرست. فصلنامه مددکاری اجتماعی، ۶؛ ۱۳۹۶، ۲۲-۳۱ (۳)

نحوه استناد به مقاله:

مقدمه

نخستین محیطی که فرد در آن مورد مراقبت و سرپرستی قرار می‌گیرد کانون گرم خانواده است. نوع مراقبت و سرپرستی والدین در این محیط نقش مهمی در رشد و بالندگی کودک ایفا می‌کند. به‌طوری‌که محرومیت از آن می‌تواند، آثار مخربی بر رشد روانی و شکل‌گیری شخصیت فرد داشته باشد و او را مستعد مشکلات رفتاری و بیماری‌های روانی کند. (۱) یکی از چالش‌های مهم امروز جامعه ما، آمار بالای کودکان و نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست است. آمارها نشان می‌دهد، طی سی سال گذشته، تقریباً شصت هزار کودک و نوجوان به مراکز نگهداری بهزیستی سپرده شده‌اند. (۲) مرگ والدین، طلاق، متارکه، اعتیاد، فقر و گرسنگی، سیل، زلزله و موارد دیگر، از جمله عوامل مهمی، در رهسپار شدن این کودکان و نوجوانان به این مراکز بوده است. (۳) نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست که در موسسه‌های خیریه و شبانه‌روزی بهزیستی زندگی می‌کنند، بعضاً دچار محرومیت‌ها، آسیب‌ها و ضربه‌های روانی شده‌اند. (۴) این نوجوانان از طفولیت در خانواده‌هایی متلاشی، سرشار از تنش و اضطراب رشد و نمو یافته‌اند که تأثیرات نامطلوبی بر رشد شخصیت آن‌ها دارد و در بروز و ظهور مشکلاتی چون احساس بی‌ارزشی، عزت نفس پایین، آشفتگی فکر، ناامیدی و کاهش قدرت تصمیم‌گیری و غیره، نقش بسزایی ایفا می‌کند. (۵) با توجه به ساختار خانوادگی، کیفیت مراقبت و سرپرستی، تجارب اولیه این نوجوانان، یکی از عواملی که می‌تواند منجر به کاهش یا افزایش مشکلات رفتاری و ناسازگاری‌های اجتماعی متعدد در این افراد شود، میزان توانایی تحمل پریشانی آن‌ها در برخورد با شرایط تنش‌زا است. تحمل پریشانی، ظرفیت فرد در تحمل تجارب و حالت‌های ناخوشایند درونی مانند هیجان‌های منفی، ناامیدی و ناراحتی‌های جسمانی تعریف شده است. (۶) تحمل پریشانی به دو شکل بروز و ظهور می‌نماید یک شکل آن، به توانایی فرد در تحمل هیجان‌های منفی اشاره دارد و شکل دیگر، تظاهرات رفتاری تحمل حالت‌های درونی ناخوشایندی است که به‌وسیله موقعیت‌های مختلف تنش‌زا فراخوانده می‌شود. (۷) این نوجوانان، در فضایی ناایمن، فارغ از محبت و دلبستگی خانوادگی پرورش یافته‌اند که تأثیرات منفی زیادی بر آن‌ها می‌گذارد و آن‌ها را در معرض تجربه بحران‌های عاطفی و آشفتگی‌های هیجانی بیشتری قرار می‌دهد. (۸) بنابراین زمانی که با موقعیت‌های تنش‌زا مواجه می‌شوند، با شدت بیشتری به آن پاسخ می‌دهند و سعی می‌کنند جهت کاهش حالات منفی هیجان، با فاصله گرفتن، از تماس مستقیم با آن پرهیز کرده (۹) و از راهبردهای هیجان‌مدار برای رهایی از موقعیت تنش‌زا استفاده کنند. (۱۰) سطح پایین تحمل پریشانی نوعی بدتنظیمی هیجان در فرد ایجاد می‌کند که منجر به پاسخ‌های رفتاری ناسازگارانه به موقعیت و شرایط تنش‌زا می‌شود. (۱۱) بنابراین می‌توان از تحمل پریشانی به‌عنوان چارچوبی مهم در رشد عاطفی و شناختی و همچنین پیشگیری و درمان مشکلات رفتاری و اختلالات روانی اشاره کرد. (۷) به‌طوری‌که افرادی که تحمل پریشانی بالایی دارند، کمتر توسط فشارهای عاطفی ناشی از مشکلات برانگیخته شده، رویدادهای منفی را واقع‌بینانه‌تر و انعطاف‌پذیرتر در نظر می‌گیرند و شرایط تنش‌زا را اغلب گذرا می‌پندارند. (۱۲) مطالعات انجام شده نشان می‌دهد که انعطاف‌پذیری شناختی بر تحمل پریشانی تأثیری مستقیم دارد. (۱۳) انعطاف‌پذیری شناختی میزان توانایی فرد در سازش بین شناخت و رفتار نسبت به تغییرات محیطی است. (۱۴) به عبارتی دیگر فرد در مقابل تغییر باورهایش که ممکن است بعضاً نادرست باشد انعطاف‌پذیر است. (۱۵) می‌توان از آن به نوعی برخورد هیجانی و رفتاری مناسب در شرایط استرس‌زا نام برد. استفاده از راهکارهای ناکارآمد برای مقابله با استرس و سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار از جمله ویژگی افرادی است که انعطاف‌پذیری پایینی دارند. (۱۶) انعطاف‌پذیری شناختی با عوامل متعددی در ارتباط است از جمله مهمترین آن می‌توان به کیفیت سرپرستی و مراقبت والدین از فرزندان اشاره کرد. (۱۷) نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست به‌علت عدم دریافت مراقبت‌های لازم از سوی والد یا سرپرست، هنگام روبرو شدن با موقعیت‌های تنش‌زا به‌دلیل انعطاف‌پذیری پایین، کمتر بر مسئله تمرکز کرده و به بررسی راه حل‌ها و گزینه‌های مختلف می‌پردازند در نتیجه، فشار روانی در آن‌ها تشدید می‌شود. (۱۴) مطالعات نشان می‌دهد که انعطاف‌پذیری شناختی در طیف گسترده‌ای از ناراحتی‌ها مانند اضطراب، استرس و پریشانی نقش مهمی ایفا می‌کند. (۱۸) به‌طوری‌که افرادی که انعطاف‌پذیری بالایی دارند، رویدادهای منفی را واقع‌بینانه‌تر در نظر می‌گیرند و مشکلات را اغلب موقتی و محدود می‌دانند و برعکس. (۱۹)

یکی دیگر از عواملی که می‌تواند با تحمل پریشانی پایین در نوجوانان بی‌سرپرست ارتباط داشته باشد، جهت‌گیری منفی

بیرونی و ناپایدار نسبت می‌دهد و بر عکس رویدادهای ناگوار و نامطلوب را به عوامل درونی و پایدار نسبت می‌دهد و در نتیجه منجر به بروز افسردگی در فرد می‌شود (۲۵). با توجه به ارتباط نظری و پژوهشی بین متغیرها، الگوی پیش‌فرض ارتباط بین متغیرهای انعطاف‌پذیری شناختی، تحمل پریشانی و جهت‌گیری منفی به مشکل را می‌توان با استفاده از شکل شماره یک نمایش داد. با توجه به اینکه انعطاف‌پذیری شناختی عاملی مهم در حل ناکارآمدی در برابر مشکلات و بروز برخی اختلالات روانی شناسایی شده است (۲۶ و ۲۷) بنابراین شناخت بیشتر در این زمینه می‌تواند در پیشگیری و درمان آسیب‌های احتمالی که متوجه نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست است، موثر باشد. پژوهش حاضر با در نظر گرفتن اهمیت موضوع، به بررسی رابطه بین انعطاف‌پذیری شناختی و تحمل پریشانی با میانجیگری جهت‌گیری منفی به مشکل در نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست می‌پردازد.

نمودار (۱) مدل پیش‌فرض جهت‌گیری منفی به عنوان یک عامل میانجی در ارتباط بین انعطاف‌پذیری شناختی و تحمل پریشانی



آن‌ها نسبت به مشکل است. (۲۰) جهت‌گیری منفی به مشکل مجموعه عقاید منفی نسبتاً پایدار در مورد توانایی فرد در برخورد کارآمد با شرایط تنش‌زاست که دو بعد شناخت و هیجان را تحت تأثیر قرار می‌دهد و منجر به افزایش نگرانی، احساسات منفی، اجتناب و کاهش تلاش برای حل مسئله در فرد می‌شود. (۲۰) به عبارتی می‌توان از آن به عنوان نوعی درک ضعیف توانایی حل مسئله در شرایط تنش‌زا نام برد. (۲۱) نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست به دلیل جهت‌گیری منفی، مشکلات را تهدید کننده می‌دانند و به نتایج تلاش و کوشش خود نسبت به حل آن بدبین هستند که در نهایت منجر به افزایش سطح پریشانی در آن‌ها می‌گردد (۲۲). به نظر می‌رسد جهت‌گیری منفی نسبت به مشکل به صورت غیرمستقیم بر جهت رابطه یا میزان رابطه انعطاف‌پذیری شناختی و تحمل پریشانی می‌تواند موثر باشد. به عبارتی دیگر جهت‌گیری منفی نسبت به مشکل می‌تواند نقش میانجی در ارتباط بین انعطاف‌پذیری شناختی و تحمل پریشانی ایفا کند. به طوری که فرد به دلیل انعطاف‌پذیری پایین، شرایط تنش‌زا را به عنوان موقعیت غیر قابل کنترل در نظر می‌گیرد، کمتر به کاربرد گزینه‌ها و راه حل‌های مختلف می‌اندیشد، به نتایج تلاش و کوشش خود در حل چالش بدبین است (۲۳) که در نتیجه آن منجر به افزایش ناراحتی، ناامیدی، افسردگی، عصبانیت و تحمل پریشانی پایین در او می‌گردد. (۲۴) نظریه درماندگی آموخته شده سلیگمن به حالت ویژه‌ای اشاره دارد که فرد مطابق تجربه‌های گذشته از ناکامی‌های طولانی و مداوم انگیزه و توان لازم را در جهت تلاش برای رسیدن به اهداف خود را به کار نمی‌برد و اغلب تحت تأثیر این باور انعطاف‌ناپذیر که رویدادها در کنترل او نیستند قرار می‌گیرد. این باور موجب پیش‌داوری و قضاوت از موقعیت یک مسئله به موقعیت دیگر و شکل‌گیری سبک تبیینی بدبینانه در او می‌گردد. بر اساس آن وقایع مطلوب را به عوامل

روش

مطالعه حاضر یک پژوهش همبستگی بود که با استفاده از تحلیل معادلات ساختاری صورت گرفت. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست مستقر در مراکز شبانه روزی دولتی و خصوصی تحت پوشش بهزیستی از جمله موسسه مشیز، مهر آفرین، بیت الکوثر، صنعتی و... در شهر کرمان بود. تعداد کل جامعه بالغ بر دویست و چهل نفر بود. نمونه‌گیری با استفاده از شیوه نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای انجام شد. به این صورت از بین کلیه بیست و پنج مرکز نگهداری نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست، دوازده مرکز به تصادف انتخاب شد و سپس از بین نوجوانان هر مرکز دوازده نفر به تصادف، برای شرکت در پژوهش انتخاب شدند. حجم نمونه با توجه به حجم جامعه، بر اساس معیار جدول کرجسی و مورگان صد و چهل و چهار نفر انتخاب شد که به علت مخدوش بودن برخی پرسشنامه‌ها، به صد و سی و پنج نفر تقلیل یافت. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بود از عدم سابقه بزهکاری، نداشتن سابقه بیماری خاص روانی، گذشتن حداقل سه سال از مدت اقامت نوجوانان در این مراکز، دامنه سنی بین دوازده تا هجده سال و داشتن حداقل سواد خواندن و نوشتن. مخدوش بودن پرسشنامه‌ها ملاک خروج از پژوهش بود. پس از انتخاب شرکت‌کنندگان، جلب موافقت و توضیح اهداف پژوهش برای آن‌ها، پرسشنامه‌ها به صورت فردی بین آن‌ها توزیع شد.

عاملی تشکیل شده است. به‌طوری‌که ضریب آلفای کرونباخ $0/92$ و اعتبار بازآزمایی آن نیز به فاصله حدوداً یک ماه، $0/80$ گزارش شده است. (۲۰) در پژوهش علیلو و همکاران در سال 1389 ، نخستین بار از این پرسشنامه به‌عنوان ابزاری جهت مقایسه برخی مولفه‌های شناختی در بیماران مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر و افراد عادی استفاده شد. پژوهش حمیدپور و اندوز نشان داد که این مقیاس همسانی درونی نسبتاً خوبی برخوردار است. به‌طوری‌که ضریب آلفای کرونباخ $0/76$ و پایایی بازآزمایی آن نیز به فاصله دو ماه، $0/78$ گزارش کرده‌اند. (۲۸) همچنین در پژوهش اثنی عشری و همکاران که بر روی بیماران مبتلا به سرطان انجام شد، اعتبار همسانی درونی از طریق آلفای کرونباخ این پرسشنامه $0/97$ گزارش شده است. (۲۹)

۲- مقیاس تحمل‌پریشانی (DTS): این مقیاس، یک شاخص خودسنجی تحمل‌پریشانی هیجانی است که در سال 2005 توسط سیمونز و گاهر ساخته شده است و دارای پانزده ماده و چهار خرده مقیاس می‌باشد. (۶) عبارات این ابزار بر روی یک مقیاس پنج درجه‌ای نمره‌گذاری می‌گردد. حداقل و حداکثر نمره آزمودنی در این مقیاس، به ترتیب پانزده و هفتاد و پنج است. نمرات بالا در این مقیاس، بیانگر تحمل‌پریشانی بالا و نمره پایین در این مقیاس بیانگر تحمل‌پریشانی پایین است. ضریب پایایی به روش بازآزمایی $0/81$ برای کل مقیاس و برای خرده مقیاس‌های تحمل، جذب، ارزیابی و تنظیم به ترتیب $0/71$ ، $0/69$ ، $0/77$ و $0/73$ می‌باشد. همبستگی مقیاس تحمل‌پریشانی با سبک‌های مقابله‌ای مساله‌محور، هیجان‌محور، کمتر موثر و غیر موثر به ترتیب $0/213$ ، $0/278$ ، $-0/337$ و $-0/196$ است. این پرسشنامه برای نخستین بار در ایران در سال 1390 در پژوهش علوی و همکاران جهت سنجش نشانه‌های افسردگی در دانشجویان مورد استفاده قرار گرفت. نتایج این مطالعه پایایی همسانی درونی را برای کل مقیاس $0/71$ و پایایی متوسطی را برای خرده مقیاس‌ها نشان داد؛ خرده مقیاس تحمل $0/54$ ، خرده مقیاس جذب $0/42$ ، خرده مقیاس ارزیابی $0/56$ و خرده مقیاس تنظیم $0/58$. (۳۰) آلفای کرونباخ این پرسشنامه در پژوهش حاضر نیز برای نمره کل $0/72$ و برای خرده مقیاس‌های تحمل $0/56$ ، جذب $0/51$ ، $0/61$ و $0/49$ به دست آمد.

۳- پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی (CFI): این پرسشنامه توسط دنیس و وندروال در سال 2010 ساخته شده است. یک ابزار خودسنجی بیست سوالی برای سنجش نوعی از انعطاف‌پذیری شناختی که در موفقیت فرد برای چالش و جایگزین افکار ناکارآمد با افکار کارآمد لازم است، به کار می‌رود. به‌وسیله مقیاس هفت درجه‌ای طیف لیکرت نمره‌گذاری می‌شود و حداقل و حداکثر نمره آزمودنی در این مقیاس بیست و صد و چهل است. نمرات بالا در این مقیاس، بیانگر انعطاف‌پذیری شناختی بالا و نمره پایین در این مقیاس

زمان اجرای پرسشنامه در ساعت مورد توافق کلیه اعضای شرکت‌کننده انجام شد. اجرای پرسشنامه به‌صورت گروهی انجام شد. مکانی که برای پاسخدهی به پرسشنامه‌ها در نظر گرفته شده بود دارای فضای مناسبی بود تا اعضا به راحتی به سوالات پاسخ دهند. پرسشنامه شرکت‌کنندگانی که موفق به تکمیل کامل آن نمی‌شدند، کنار گذاشته می‌شد. پژوهش حاضر تحت نظارت سازمان بهزیستی استان کرمان و مراکز نگهداری نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست تحت پوشش این سازمان، در شهر کرمان انجام شد.

ملاحظات اخلاقی در این پژوهش شامل: توضیحات کامل درباره اهداف و روش کار، محترم شمردن حقوق شرکت‌کنندگان در رابطه با قطع یا ادامه همکاری، عدم ذکر نام آن‌ها در فرم‌های اطلاعاتی به جهت محرمانه بودن، ارائه نتایج پژوهش به شرکت‌کنندگانی که مایل به دریافت نتایج پژوهش بودند و ارائه نتایج به سازمان بهزیستی استان کرمان و مراکز نگهداری از نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست، جهت استفاده از آن در امور آموزشی و درمانی.

ابزار پژوهش

۱- پرسشنامه جهت‌گیری منفی به مشکل (NPOQ): این پرسشنامه در سال 2005 توسط رابی‌چاوود و داگاس در قالب دوازده سوال برای سنجش نگرش افراد نسبت به مشکل طراحی شده است. این مقیاس بر اساس طیف پنج درجه‌ای لیکرت از یک (هرگز) تا پنج (خیلی زیاد) نمره‌گذاری می‌شود. (۲۰) حداقل و حداکثر نمره آزمودنی در این مقیاس دوازده و شصت است. نمرات بالا در این مقیاس، بیانگر جهت‌گیری منفی به مشکل بالا و نمره پایین در این مقیاس بیانگر جهت‌گیری منفی به مشکل پایین است. محاسبه اولیه پرسشنامه مذکور نشان داد که آن از ساختار تک

افسردگی داشتند، را شامل می‌شد. (۳۲) ضریب اعتبار بازآزمایی کل مقیاس ۰/۷۱ و خرده مقیاس‌های کنترل‌پذیری ۰/۵۵، گزینه‌های مختلف ۰/۷۲، و توجیه رفتار ۰/۵۷ گزارش شده است. همچنین ضرایب آلفای کرونباخ کل مقیاس ۰/۹۰ و خرده مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۸۹ و ۰/۵۵ گزارش نمودند. همچنین روایی همگرایی این پرسشنامه در ایران با پرسشنامه تاب‌آوری برابر با ۰/۶۷ و روایی همزمان آن با پرسشنامه آن با مقیاس (BDI-II) برابر با ۰/۵۰ بود. (۳۳)

بیانگر انعطاف‌پذیری شناختی پایین است. جهت سنجش بخش‌های مختلف انعطاف‌پذیری از جمله "۱- ادراک موقعیت‌های تنش‌زا به عنوان موقعیت‌های قابل کنترل. ۲- توانایی ایجاد چندین گزینه جایگزین. ۳- توانایی ایجاد چندین راه حل مختلف." به کار می‌رود. روایی همزمان و همگرایی این پرسشنامه با پرسشنامه افسردگی بک انعطاف‌پذیری شناختی مارتین و رابین (BDI-II) به ترتیب ۰/۳۹- و ۰/۷۵ گزارش شده است. پایایی آن به روش آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۹۱، گزینه‌های مختلف ۰/۹۱ و کنترل‌پذیری ۰/۸۴، و با روش بازآزمایی به ترتیب ۰/۸۱، ۰/۹۱ و ۰/۷۷ گزارش شده است. (۳۱) این پرسشنامه برای نخستین بار در ایران در سال ۱۳۹۳ توسط فاضلی و همکاران جهت سنجش اثر بخشی درمان شناختی-رفتاری بر انعطاف‌پذیری شناختی افراد افسرده مورد استفاده قرار گرفت. جامعه آماری پژوهش، دانشجویان دانشگاه اهواز که علایم خفیف

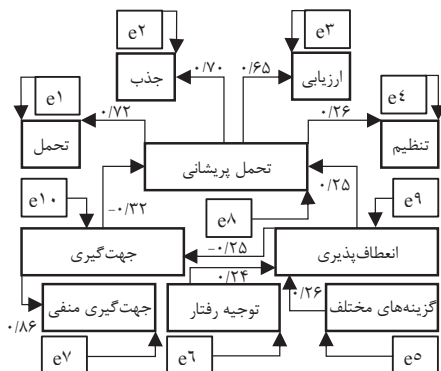
یافته ها

از بین کلیه شرکت‌کنندگان پژوهش، ۷۷ پسر (۵۷٪) و ۵۸ دختر (۴۳٪) بودند. مقطع تحصیلی ۲۵ نفر ششم و هفتم (۱۸/۰۵٪)، ۳۳ نفر هشتم و نهم (۲۴/۰۵٪)، ۲۴ نفر دهم و یازدهم (۱۷/۰۸٪)، و ۵۳ نفر پاسخ نداده (۳۹/۰۳٪) بود. میانگین سن شرکت‌کنندگان پژوهش $2/41 \pm 15/33$ و میانگین معدل $3/03 \pm 16/87$ بود. جدول شماره یک، میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی بین متغیرهای تحمل‌پریشانی، جهت‌گیری منفی و انعطاف‌پذیری شناختی را نشان می‌دهد. رابطه جهت‌گیری منفی به مشکل با تمام خرده مقیاس‌های تحمل‌پریشانی به جز تنظیم، و با تمام خرده مقیاس‌های انعطاف‌پذیری شناختی به جز کنترل، معنی‌دار بود. ($P < 0/01$) از بین خرده مقیاس‌های انعطاف‌پذیری شناختی و تحمل‌پریشانی نیز همبستگی خرده مقیاس‌های توجیه و گزینه‌ها با خرده مقیاس‌های تحمل، جذب و ارزیابی، همبستگی معنی‌دار مثبت داشت. ($P < 0/01$) به عبارتی دیگر، همبستگی خرده مقیاس تنظیم در مقیاس تحمل‌پریشانی و خرده مقیاس کنترل از مقیاس انعطاف‌پذیری شناختی با متغیرهای دیگر معنی‌دار نبود.

قبل از بررسی فرضیه اصلی پژوهش، یعنی نقش میانجی جهت‌گیری منفی به مشکل در ارتباط بین انعطاف‌پذیری شناختی و تحمل‌پریشانی، نقش جهت‌گیری منفی به مشکل و انعطاف‌پذیری شناختی در پیش‌بینی تحمل‌پریشانی در نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست با استفاده از تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه گام به گام مورد بررسی قرار گرفت. (جدول شماره دو) ضریب همبستگی چندگانه بین متغیرها در گام اول با ورود جهت‌گیری منفی به مشکل ۰/۳۴ به دست آمد ($P < 0/01$) که نشان می‌داد جهت‌گیری منفی به مشکل قادر به پیش‌بینی ۱۱/۶٪ از واریانس تحمل‌پریشانی نوجوانان

بی‌سرپرست و بدسرپرست است. با اضافه شدن زیر مقیاس توجیه رفتار از مقیاس انعطاف‌پذیری شناختی در گام دوم به معادله رگرسیون، ضریب همبستگی چندگانه تا ۰/۳۹ بالا رفت که نشان می‌داد توجیه رفتار به همراه جهت‌گیری منفی به مشکل، ۱۵/۶٪ از واریانس تحمل‌پریشانی در نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست پیش‌بینی می‌کند. ($P < 0/05$) به منظور بررسی رابطه بین انعطاف‌پذیری و تحمل‌پریشانی با میانجی‌گری جهت‌گیری منفی به مشکل از تحلیل معادلات ساختاری استفاده شد. بررسی اولیه مدل مفروض نشان داد که هر چند شاخص‌ها به نقطه برازش نزدیک هستند، اما مدل از برازش مطلوبی برخوردار نیست. بنابراین با بررسی شاخص‌های اصلاح مدل و حذف کنترل رفتار از مقیاس انعطاف‌پذیری شناختی، مدل اصلاح شده

نمودار (۲) مدل برازش شده ارتباط تحمل‌پریشانی، جهت‌گیری منفی و انعطاف‌پذیری شناختی در نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست (همه ضرایب مسیر در سطح $P < 0/05$ معنی‌دار هستند)



جدول (۱) میانگین (M)، انحراف معیار (SD) و ضریب‌های همبستگی بین متغیرهای مورد مطالعه									
متغیر	زیرمقیاس	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	M
جهت‌گیری منفی	-	۰/۳۰**	۰/۲۳**	۰/۳۱**	۰/۰۳	۰/۰۸	۰/۲۴**	۰/۳۹**	۳۲/۰۵
تحمل	۱		۰/۵۱**	۰/۴۷**	۰/۱۹*	۰/۰۳	۰/۲۸**	۰/۲۷**	۷/۹۶
۳ جذب	۱			۰/۴۴**	۰/۲۳**	۰/۱۴	۰/۱۹*	۰/۱۹*	۸/۲۰
۴ ارزشیابی				۱	۰/۱۷*	۰/۰۱	۰/۳۱**	۰/۲۴**	۱۶/۹۱
۵ تنظیم					۱	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۰۷	۷/۹۳
۶ کنترل						۱	۰/۳۱**	۰/۴۶**	۲۸/۰۸
۷ توجیه							۱	۰/۵۳**	۳۴/۸۶
۸ گزینش‌های								۱	۳۱/۶۹

*p<۰/۰۵

**p<۰/۰۱

جدول (۲) ضرایب رگرسیونی (بتا) معادله رگرسیون پیش‌بینی تحمل‌پریشانی براساس جهت‌گیری منفی به مشکل و انعطاف‌پذیری شناختی

متغیر	B	خطای استاندارد	β	T	P-value	R	R ²	R ² تعدیل شده
مقدار ثابت	۵۴/۹۵۳	۳/۴۰۵		۱۶/۱۴۱	۰/۰۰۰۱	۰/۳۴۱	۰/۱۱۶	۰/۱۱۰
جهت‌گیری منفی	-۰/۴۳۵	۰/۱۰۴	-۰/۳۴۱	-۴/۱۸۴	۰/۰۰۰۱			
مقدار ثابت	۴۴/۹۹۷	۵/۲۱۲		۸/۶۳۳	۰/۰۰۰۱	۰/۳۹۵	۰/۱۵۶	۰/۱۴۳
جهت‌گیری منفی	-۰/۳۷۰	۰/۱۰۵	-۰/۲۹۰	-۳/۵۱۸	۰/۰۰۰۱			
توجیه رفتار	۰/۲۶۶	۰/۰۹۱	۰/۲۰۵	۲/۴۸۸	۰/۰۰۰۴			

جدول (۳) شاخص‌های برازش مدل									
شاخص‌ها	χ^2	DF	sig	χ^2/DF	GFI	AGFI	NFI	RFI	CFI
مقدار	۱۲/۵۲۶	۱۲	۰/۴۰۴	۱/۰۴۴	۰/۹۷۴	۰/۹۴۰	۰/۹۳۸	۰/۸۹۲	۰/۹۷۷

تحمل‌پریشانی نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست تأثیر بگذارند، می‌تواند با اثرگذاری بر جهت‌گیری منفی به مشکل، تحمل‌پریشانی را تحت تأثیر قرار دهد. ضرایب مسیر در نمودار شماره دو نشان داده شده‌اند که همگی معنی‌دار هستند ($P < ۰/۰۵$) این ضرایب نشان می‌دهد تأثیر غیرمستقیم از طریق جهت‌گیری منفی، بیشتر از تأثیر مستقیم انعطاف‌پذیری شناختی بر تحمل‌پریشانی بود.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج تحلیل همبستگی نشان داد که همبستگی بین انعطاف‌پذیری شناختی و تحمل‌پریشانی مثبت و معنی‌دار است. (جدول شماره یک) به عبارت دیگر با افزایش انعطاف‌پذیری شناختی در نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست، تحمل‌پریشانی افزایش می‌یابد. این یافته‌ها به‌طور کلی با یافته‌های پژوهش کشدان و روتبرگ (۲۰۱۰) همسوست. این پژوهشگران در مطالعه خود به بررسی انعطاف‌پذیری شناختی به عنوان یک جنبه اساسی سلامت روان پرداختند و شواهدی مبنی بر بارز بودن انعطاف‌پذیری شناختی در درک صحیح فرد و حفظ تعادل در موقعیت‌های مختلف زندگی را ارائه دادند. نتایج مطالعه آن‌ها نشان داد که مداخلات مبتنی بر انعطاف‌پذیری می‌تواند به کارآمدی هر چه بیشتر افراد مبتلا به آسیب‌ها و بیماری‌های روانی کمک کند تا در نتیجه آن توانایی تحمل بیشتری در موقعیت‌های مختلف داشته باشند. (۱۳) همچنین مسودا، ماندویا و تالی (۲۰۱۴) در مطالعه خود به بررسی نقش انعطاف‌پذیری شناختی در بروز برخی بیماری‌های روانی از جمله اختلال جسمانی کردن، افسردگی و اضطراب پرداختند. نتایج مطالعه آن‌ها نشان داد انعطاف‌پذیری شناختی می‌تواند درک و شناخت ما را از طیف وسیعی از مشکلات روان‌شناختی گسترش دهد که در نتیجه این شناخت می‌توان مداخلات هدفمندی جهت درمان آسیب‌های روان‌شناختی را به کار گرفت. (۱۸) نظریه درماندگی آموخته شده به شرایطی اشاره دارد که در آن فرد بر طبق تجربیات گذشته (مانند ناکامی‌های مداوم و مستمر) به این باور می‌رسد که هر کاری انجام دهد به موفقیت دست نمی‌یابد در نتیجه از تلاش دست می‌کشد. (۲۵) مطابق با این نظریه سطح پایین انعطاف‌پذیری در عقاید و باورها باعث تعمیم باورهای غلط به موقعیت‌های مختلف زندگی می‌شود و فرد را مستعد ابتلا به برخی اختلالات روانی از جمله افسردگی می‌کند. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که انعطاف‌پذیری شناختی طیف وسیعی از توانایی‌های فردی را در بر می‌گیرد تا فرد بتواند موقعیت‌های مختلف را شناسایی کرده و خود را با آن سازگار کند. (۱۵) با توجه به اینکه شرایط تنش‌زا، ماهیتی هیجانی دارد، میزان انعطاف‌پذیری

فرد در نحوه روبرو شدن با آن، نقش مهم و اساسی ایفا می‌کند. به‌طوری‌که افرادی که انعطاف‌پذیری پایینی دارند، در مواجهه با تجارب ناخوشایند، به جای ادراک موقعیت تنش‌زا به‌عنوان موقعیت قابل کنترل، از یک الگوی انعطاف‌ناپذیر در سازش با موقعیت پیروی می‌کنند. (۱۶) زمانی که این الگوی انعطاف‌ناپذیر در عملکرد فرد تداوم یابد منجر به پایین آمدن ظرفیت فرد در تحمل تجارب و حالت‌های ناخوشایند درونی می‌گردد (۱۷) به‌طوری‌که فرد با فاصله گرفتن و بی‌توجهی، اقدام به فرار از موقعیت تنش‌زا نموده و خیلی زود احساس ناکامی، کم‌ارزشی و ناتوانی می‌کند. (۲۰) نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست به دلیل رشد در محیط‌های ناایمن مستعد انعطاف‌پذیری پایین هستند و همین باعث می‌شود که در مواجهه با موقعیت‌های تنش‌زا انعطاف‌پذیری کمتری داشته باشند. (۱۴) نتایج تحلیل همبستگی همچنین نشان داد که جهت‌گیری منفی به مشکل با تحمل پریشانی همبستگی منفی معنی‌داری دارد. (جدول شماره یک) به عبارت دیگر، با افزایش جهت‌گیری منفی به مشکل، تحمل پریشانی در نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست کاهش می‌یابد. این یافته‌ها با یافته‌های پژوهش کرتز و وودروف-بورتن (۲۰۱۳) همسو است. این پژوهشگران در مطالعه خود به بررسی نقش جهت‌گیری منفی به مشکل در اضطراب و نگرانی پرداختند. نتایج مطالعه آن‌ها نشان داد که اصلاح باورهای منفی و تمرکز بر باورهای مثبت در شرایط تنش‌زا در کاهش سطوح پریشانی مؤثر خواهد بود. (۲۰) همچنین داگاس، فریزتن و لدوسر (۱۹۹۷) در مطالعه خود به بررسی نقش عدم تحمل ابهام و پریشانی و نوع جهت‌گیری فرد به مسئله در شرایط تنش‌زا پرداختند. نتایج مطالعه آن‌ها نشان داد که نوع جهت‌گیری نسبت به مشکل به‌عنوان عاملی مهم در پیش‌بینی میزان اضطراب، نگرانی و پریشانی فرد به‌شمار می‌آید. (۲۲) مطابق نظریه درماندگی آموخته شده سلیگمن تجربه‌های گذشته فرد از ناکامی و عدم موفقیت منجر به تسری حکم و باور از موقعیت یک مسئله به موقعیت دیگر و قرار گرفتن او در مسیر نادرست می‌گردد. (۲۵) جهت‌گیری منفی به مشکل باعث می‌شود فرد نسبت به نتایج تلاش‌های خود در شرایط تنش‌زا بدبین باشد و زود تسلیم شرایط گردد. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست به دلیل رشد در محیط‌های ناایمن و نداشتن کانون گرم خانواده، در شناسایی صحیح حالات هیجانی با مشکل مواجه‌اند چرا که در این محیط‌ها تعامل‌های هیجانی منفی بیشتر تجربه می‌شود. (۸) این باعث می‌شود در مواجهه با مشکلات و پریشانی‌ها، عملکرد مناسبی نداشته باشد و میزان تحمل پریشانی در آن‌ها پایین بیاید که در دراز مدت به تکرار و تشدید پریشانی‌های هیجانی منجر شده و به عملکرد فرد آسیب می‌رساند. (۱۱) مطالعات صورت گرفته نشان می‌دهد که جهت‌گیری

منفی به مشکل به‌عنوان عاملی مهم در بروز چندین اختلال روان‌شناختی از جمله اختلال اضطراب فراگیر، (۳) افسردگی (۲۳) و اختلال استرس پس از سانحه (۴) به‌شمار می‌آید. که شناخت آن به‌طور فزاینده‌ای منجر به پیش‌بینی و ارائه راهکارهای اساسی در درک نقایص و ناتوانی‌های نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست در مواجهه با حل مسایل و مشکلات آن‌ها می‌گردد. نتایج تحلیل همبستگی نشان داد که انعطاف‌پذیری شناختی با جهت‌گیری منفی به مشکل همبستگی منفی معنی‌داری دارند. (جدول شماره یک) به عبارت دیگر، با افزایش انعطاف‌پذیری شناختی در نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست جهت‌گیری منفی به مشکل کاهش می‌یابد یافته‌ها به‌طور کلی با یافته‌های پژوهش مسودا و همکاران (۲۰۱۱) همسو است. این پژوهشگران در مطالعه خود به بررسی نقش انعطاف‌پذیری شناختی در کاهش پریشانی‌های هیجانی و ارائه شواهدی در این زمینه پرداختند. نتایج مطالعه آن‌ها نشان داد که انعطاف‌پذیری شناختی نقش مؤثری در باورهای شناختی فرد در مواجهه با شرایط استرس‌زا ایفا می‌کند به‌طوری‌که انعطاف‌پذیری بالا در فرد می‌تواند منجر به کاهش استرس‌های روحی روانی می‌شود. (۲۳) همچنین دلهانتی، موریس و فروست (۱۹۹۳) در مطالعه خود به بررسی نقش انعطاف‌پذیری در اسکیزوفرنی پرداختند. نتایج مطالعه آن‌ها نشان داد که افزایش انعطاف‌پذیری شناختی علاوه بهبود نگرش‌های شناختی فرد، می‌تواند نقش مؤثری در پیشگیری و درمان برخی بیماری‌های روانی از جمله اسکیزوفرنی ایفا کند. (۲۶) مطابق نظریه درماندگی آموخته شده نه تنها فقدان کنترل در شرایط درماندگی بر سلامتی ما تاثیر گذار است بلکه نحوه توجیه ما از شرایط هم مهم است. (۲۵) انعطاف‌پذیری بالا در فرد باعث

تلاش و کوشش خود در حل چالش‌ها و مشکلات خوشبین نباشند و در نتیجه افزایش ناراحتی و پریشانی حاصل شده از آن، نتوانند راه حل‌ها و تصمیمات مناسبی اتخاذ کنند. بنابراین می‌توان با آموزش انعطاف‌پذیری شناختی به آن‌ها، خصوصاً با تأکید بر جهت‌گیری مثبت نسبت به مشکل، به افزایش میزان تحمل‌پریشانی و موقعیت‌ها تنش‌زا به نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست کمک کرد.

از جمله محدودیت این مطالعه می‌توان عدم اطلاع محقق از زمان سپردن این نوجوانان به مراکز نگهداری، سابقه بزهکاری و ضربات عاطفی دوران کودکی اشاره کرد برای مقابله با این محدودیت از مسئولین و مددکاران اجتماعی مراکز خواسته شد، اطلاعات لازم را در این زمینه در اختیار محقق قرار دهند. محدودیت دیگر پژوهش تعداد زیاد پرسش‌های پرسشنامه‌ها بود و برخی سوالات احتیاج به دقت و سطح بالایی از شناخت داشت که ممکن بود شرکت‌کننده‌ای سوالی رو به درستی متوجه نشود و با بی‌دقتی به آن پاسخ دهد برای مقابله با این محدودیت پرسشنامه‌ها به صورت فردی پر شد تا در صورت لزوم به هر کدام از شرکت‌کنندگان توضیحات لازم داده شد.

به درمانگران پیشنهاد می‌شود که در درمان مشکلات نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست از راهبردهای ارتقاء انعطاف‌پذیری شناختی استفاده کنند و همچنین دوره‌ها و کارگاه‌هایی برای مربیان و سرپرستان این نوجوانان، جهت آموزش مهارت‌های انعطاف‌پذیری برگزار کنند. همچنین در پژوهش‌های آینده پیشنهاد می‌شود که در این زمینه مطالعه اثربخشی انجام شود تا این ادعا که آموزش انعطاف‌پذیری و جهت‌گیری مثبت به مشکل منجر به افزایش تحمل‌پریشانی می‌شود در عمل آزمایش شود.

در نهایت بدین وسیله، از شرکت‌کنندگان پژوهش و کلیه افرادی که برای انجام این پژوهش با محققان همکاری کردند، کمال تشکر و قدردانی می‌شود.

می‌شود که بیشتر از سبک تبیینی خوشبینانه و جهت‌گیری مثبت نسبت به مشکل استفاده کند و در نتیجه با موقعیت‌های مختلف بهتر سازگار شود. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که انعطاف‌پذیری شناختی پایین به عملکرد فردی آسیب می‌رساند به طوری که فرد آمادگی لازم برای پاسخ مناسب به شرایط تنش‌زا را ندارد و در تحلیل شناختی آن دچار مشکل می‌شود. (۱۵) به دلیل چارچوب فکری انعطاف‌ناپذیر، فرد افکار منفی را بر افکار مثبت ترجیح می‌دهد و این باعث می‌شود که، شرایط تنش‌زا را درست تحلیل نکند و مدام با شکست‌های شناختی مواجه شود. این راهکار اگر چه در کوتاه مدت شکلی از تنظیم هیجانی سازگارانه به‌شمار می‌آید ولی در دراز مدت منجر به حفظ و تداوم رفتارهای هیجانی منفی در فرد می‌گردد. (۲۶) به طور کلی، یافته‌های این پژوهش نشان داد که جهت‌گیری منفی به مشکل به عنوان یک عامل میانجی در ارتباط بین انعطاف‌پذیری شناختی و تحمل‌پریشانی در نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست عمل می‌کند. لذا با تکیه بر یافته‌های این پژوهش می‌توان گفت که انعطاف‌پذیری پایین در نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست منجر به این می‌شود که آن‌ها شرایط تنش‌زا را به عنوان موقعیت غیر قابل کنترل در نظر بگیرند و به



References:

1. Öztürk A, Mutlu T. The relationship between attachment style, subjective well-being, happiness and social anxiety among university students'. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2010;9:1772-6.
2. Soleymani Fard S. Comparing the social skills of adolescent's orphans living in centers with social skills of adolescents living in alternative family in Tehran [Tehran, Iran]: University of Social Welfare and Rehabilitation; 2010, pp: 6-7 [Persian].
3. Ginsburg GS, Affrunti NW. Generalized Anxiety Disorder in Children and Adolescents. *Pediatric Anxiety Disorders*: Springer; 2013. p. 71-90.
4. Bender K, Brown SM, Thompson SJ, Ferguson KM, Langenderfer L. Multiple victimizations before and after leaving home associated with PTSD, depression, and substance use disorder among homeless youth. *Child maltreatment*. 2015;20(2):115-24.
5. Kapanee AR, Rao K. Attachment style in relation to family functioning and distress in college students. *J Indian acad Appl psychol*. 2007;33:15-21.

6. Simons JS, Gaher RM. The Distress Tolerance Scale: Development and validation of a self-report measure. *Motivation and Emotion*. 2005;29(2):83-102.
7. O'Leirigh C, Ironson G, Smits JA. Does distress tolerance moderate the impact of major life events on psychosocial variables and behaviors important in the management of HIV? *Behavior therapy*. 2007;38(3):314-23.
8. Baker CN, Hoerger M. Parental child-rearing strategies influence self-regulation, socio-emotional adjustment, and psychopathology in early adulthood: Evidence from a retrospective cohort study. *Personality and individual differences*. 2012;52(7):800-5.
9. Rutherford HJ, Goldberg B, Luyten P, Bridgett DJ, Mayes LC. Parental reflective functioning is associated with tolerance of infant distress but not general distress: Evidence for a specific relationship using a simulated baby paradigm. *Infant Behavior and Development*. 2013;36(4):635-41.
10. Folkman S, Lazarus RS. The relationship between coping and emotion: Implications for theory and research. *Social science & medicine*. 1988;26(3):309-17.
11. Keough ME, Riccardi CJ, Timpano KR, Mitchell MA, Schmidt NB. Anxiety symptomatology: The association with distress tolerance and anxiety sensitivity. *Behavior Therapy*. 2010;41(4):567-74.
12. Haglund ME, Nestadt P, Cooper N, Southwick S, Charney D. Psychobiological mechanisms of resilience: Relevance to prevention and treatment of stress-related psychopathology. *Development and psychopathology*. 2007;19(3):889-920.
13. Kashdan TB, Rottenberg J. Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical psychology review*. 2010;30(7):865-78.
14. Dickstein DP, Nelson EE, McClure EB, Grimley ME, Knopf L, Brotman MA, et al. Cognitive flexibility in phenotypes of pediatric bipolar disorder. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*. 2007;46(3):341-55.
15. Klohn EC. Conceptual analysis and measurement of the construct of ego-resiliency. *Journal of personality and social psychology*. 1996;70(5):1067.
16. Loughheed JP, Hollenstein T. Socioemotional flexibility in mother-daughter dyads: Riding the emotional rollercoaster across positive and negative contexts. *Emotion*. 2016;16(5):620.
17. GÜNDÜZ B. Emotional intelligence, cognitive flexibility and psychological symptoms in pre-service teachers. *Educational research and reviews*. 2013;8(13):1048.
18. Masuda A, Mandavia A, Tully EC. The role of psychological inflexibility and mindfulness in somatization, depression, and anxiety among Asian Americans in the United States. *Asian American Journal of Psychology*. 2014;5(3):230.
19. Cheng C, Cheung MW. Cognitive processes underlying coping flexibility: Differentiation and integration. *Journal of personality*. 2005;73(4):859-86.
20. Kertz S, Woodruff-Borden J. The role of metacognition, intolerance of uncertainty, and negative problem orientation in children's worry. *Behavioural and cognitive psychotherapy*. 2013;41(2):243-8.
21. Temel S. The effects of problem-based learning on pre-service teachers' critical thinking dispositions and perceptions of problem-solving ability. *South African Journal of Education*. 2014;34(1):1-20.
22. Dugas MJ, Freeston MH, Ladouceur R. Intolerance of uncertainty and problem orientation in worry. *Cognitive therapy and research*. 1997;21(6):593-606.
23. Masuda A, Anderson PL, Wendell JW, Chou Y-Y, Price M, Feinstein AB. Psychological flexibility mediates the relations between self-concealment and negative psychological outcomes. *Personality and Individual Differences*. 2011;50(2):243-7.
24. Connor KM, Davidson JR. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*. 2003;18(2):76-82.
25. Nolen-Hoeksema S, Girgus JS, Seligman ME. Learned helplessness in children: A longitudinal study of depression, achievement, and explanatory style. *Journal of personality and social psychology*. 1986;51(2):435.
26. Delahunty A, Morice R, Frost B. Specific cognitive flexibility rehabilitation in schizophrenia. *Psychological Medicine*. 1993;23(1):221-7.
27. Masuda A, Anderson PL, Wendell JW, Chou Y-Y, Price M, Feinstein AB. Psychological flexibility mediates the relations between self-concealment and negative psychological outcomes. *Personality and Individual Differences*. 2011;50(2):243-7.
28. Allylu, M. ShahJouye, T. Hashemi, z. Comparison of uncertainty, anxiety, negative orientation to problem and Positive beliefs about anxiety among patients with anxiety disorder Pervasive and ordinary people. *Journal of Psychology Tabriz University*. 2010;5(20):167-85. [Persian].
29. Esnaashari, SM. Mohammadkhani. Sh, Hassanabadi, H. Cognitive model of anxiety in cancer patients: the role of cognitive and metacenter components. *The Journal of Health Psychology*. 2017;6(21):66-85. [Persian].
30. Alavi, Kh. ModarresGharavi, M. AminYazdi, SA. SalehiFardadi, J. Effectiveness of group dialectical behavior therapy (based on core mindfulness, distress tolerance and emotion regulation components) on depressive symptoms in university students. *Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2011;2:124-35. [Persian].
31. Dennis JP, Vander Wal JS. The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive therapy and research*. 2010;34(3):241-53.
32. Fazeli, ME. Ehteshamzadeh, P. Hashemi Sheikh Bahani, SE. . The effectiveness of cognitive behavior therapy on cognitive flexibility of depressed people. *Journal of Thought & Behavior in Clinical Psychology*. 2013;9(34):27-36. [Persian].
33. Soltani, E. Shareh, H. Barinian, SA. Farmani, A. The mediating role of cognitive flexibility in correlation of coping styles and resilience with depression. *Pejouhandeh*. 2013;18:88-96. [Persian].