

بررسی رابطه رضامندی زناشویی

(بر اساس معیارهای دینی) با ثبات هیجانی

جعفر جدیری* / کاظم رسولزاده طباطبایی**

چکیده

این مقاله با رویکرد تحلیلی به بررسی رابطه رضامندی زناشویی می‌پردازد. با ثبات هیجانی. با توجه به هدف پژوهش، ۱۱۰ نفر از دانش‌پژوهان مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی با روش تصادفی خوشه‌ای انتخاب و دو پرسش‌نامه رضامندی زناشویی اسلامی و پرسش‌نامه هیجانی عاملی شخصی NEO-FFI توسط آنان پاسخ داده شد. نتایج پژوهشی به کمک روش‌های آمار توصیفی و آمار استنباطی تجزیه و تحلیل گردید. نتایج نشان می‌دهد که بین رضامندی زناشویی و ثبات هیجانی رابطه معناداری وجود دارد. این بدان معنا است که هر قدر نمره رضامندی زناشویی افراد بالا باشد، نمره روان‌آورده‌خویی پایین بوده و افراد از ثبات هیجانی بالاتری برخوردار هستند. حاصل پژوهش اینکه بین رضامندی زناشویی و ثبات هیجانی رابطه وجود دارد. کلید واژه‌ها: رضامندی زناشویی، ثبات هیجانی، مقیاس رضامندی زناشویی

مقدمه

کسیکه ازدواج می‌کند انتظار دارد زندگی او با خوشبختی و رضایت همراه شده و از هر لحظه زندگی خود لذت ببرد. از این رو، آنچه از خود ازدواج مهم‌تر است، موفقیت در ازدواج یا رضامندی در بین زوجین است.^۱ رضامندی زناشویی وضعیتی است که در آن زن و شوهر از ازدواج با یکدیگر و با هم بودن احساس شادمانی و رضایت دارند.^۲ برخی دیگر از تعاریف برونداد ناشی از مجموعه‌ای از عوامل نظیر حل تعارض موفقیت‌آمیز، یا موفقیت در فعالیت‌های مرتبط با شادکامی در فرآیند ازدواج را به عنوان تعریف رضامندی زناشویی عنوان می‌کنند.^۳

رضایت زناشویی فرآیندی است که در طول زندگی زوجین به وجود می‌آید؛ زیرا لازمه آن، انطباق سلیقه‌ها، شناخت ویژگی‌های شخصیتی، ایجاد قواعد رفتاری و شکل‌گیری الگوهای مرادده‌ای است.^۴ به نظر می‌رسد، زوجین دارای رضامندی و سازگار در حیطه‌های مختلف زندگی، با همدیگر توافق دارند. این چنین زن و شوهرهایی از نوع و سطح روابط کلامی و غیرکلامی‌شان راضی‌اند، روابط جنسی‌شان را لذت‌بخش و ارضاکنده می‌دانند، پایبندی‌های مذهبی مشترکی دارند، مسائل مالی‌شان را به خوبی برنامه‌ریزی و مدیریت می‌کنند، در تعارض و اختلاف نظرها، مصلحت‌زندگی و خانواده را بر مصلحت خود ترجیح داده و از انعطاف‌پذیری بالایی برخوردارند، از نوع و کیفیت گذران اوقات فراغت و رفت و آمد با اقوام و دوستان رضایت دارند و نهایتاً، در تعداد و نوع تربیت فرزندان با هم اشتراک نظر دارند.

آمار روزافزون طلاق، خشونت خانوادگی و اختلافات خانوادگی نشانگر آن است که «رضایت زناشویی به آسانی قابل دستیابی نیست». با توجه به این مسئله که نارضامندی زناشویی و طلاق موجب بروز اختلال‌های جسمانی و روانی زوجین شده،^۵ می‌تواند موجبات بزه‌کاری فرزندان را فراهم آورد^۶ و در نهایت، از جانب خانواده‌های ناسالم، جامعه نیز آسیب خواهد دید، همه این امور محقق را وادار می‌کند، تا در پیکشف مؤلفه‌های رضامندی زناشویی بوده، تا بتواند عوامل آن را شناسایی کند.

کارشناسان امور خانواده عوامل مختلفی را برای پربارسازی رابطه زناشویی و رضایت از زندگی زناشویی مطرح می‌کنند. برای مثال، رایان (۱۹۸۱) و شلینگر (۱۹۸۲) مؤلفه‌هایی چون رضایت از میزان عشق و علاقه، دوستی‌ها، ارضای جنسی، زمان صرف شده در خانه با بچه‌ها،

کمک به همسر در خانه، دوستان همسر و رفتار خویشان و بستگان، احترام متقابل، اعتماد، عشق، توجه، وفاداری و ارتباط متقابل را به عنوان عوامل مهم رضامندی نام می‌برند.^۸ یانگ (۱۹۹۱) و نلس (۱۹۹۱) نیز مؤلفه‌هایی همچون تفاهم در اهداف زندگی و نگرش‌های اخلاقی زن و شوهر، ارتباط با خویشان سببی و دوستان، قدردانی و حمایت از همسر را از جمله عوامل رضامندی زناشوی تلقی می‌کنند؛ همچنین کاسلو و دیگران (۱۹۹۴) معتقدند: زن و شوهرهاییکه حس تعلق و وابستگی شدید به هم دارند، از میزان رضامندی زناشویی بالایی برخوردار می‌باشند.^۹ ایشان در تحقیقات دیگر خود به این نتیجه رسیدند که بالاترین رضایت زناشویی در بین زوجینی بود که در زمینه فلسفه زندگی، تصورات آنها از رضایت در روابط جنسی، میزان وقتیکه با هم می‌گذرانند و چگونگی گذراندن اوقات فراغت با هم همگن بودند.^{۱۰} موریس و کارتر (۲۰۰۰) عواملی چون ویژگی‌های شخصیتی، بازخوردها، انتظارات، رابطه جنسی و الگوهای ارتباطی را از جمله عوامل مؤثر بر رضامندی زناشویی می‌دانند.^{۱۱}

برخی پژوهش‌های ایرانی همچون آقامحمدیان شعرباف و همکاران^{۱۲} نشان داد که مؤلفه‌هایی همچون میزان همکاری، واکنش‌های هیجانی، رابطه خانوادگی با خویشان همسر و دوستان، رابطه فردی با خویشاوندان خود، وضعیت اقتصادی و مدیریت امور مالی، رابطه جنسی، چگونگی گذران اوقات فراغت و باورهای اخلاقی و مذهبی و عمل به آنها، آداب و سنن اجتماعی، ارضای عاطفی، تفاهم فکری و شناختی، میزان تحصیلات و زیبایی، از جمله عوامل مؤثر بر استحکام و رضایت از زندگی زناشویی محسوب می‌شود. با توجه به این عوامل، محققان ابعاد رضامندی و نارضامندی زناشویی را در حوزه‌های گوناگون شناسایی و طبقه‌بندی کرده‌اند. برای مثال، لاندیس ابعاد رضامندی و نارضامندی را در شش حوزه، سیسون در نه حوزه، مس در ده حوزه، توراج در پنج حوزه و کانوی در ده حوزه طبقه‌بندی کرده‌اند.^{۱۳} موضوعات اخیر عوامل مؤثر بر رضامندی را در چارچوب یافته‌های تجربی و عقلی نشان می‌دهد. با توجه به اینکه مذهب امروزه به عنوان یک مؤلفه اصلی در زندگی انسان مطرح است، به عنوان شواهد نقلی و وحیانی چه عواملی را می‌توان در این زمینه مؤثر می‌دانست؟

متون دینی مؤلفه‌های مؤثری را در این زمینه ارائه می‌دهند. برای مثال، یکی از مؤلفه‌های رضامندی زناشویی در متون دینی، نقش‌هایی است که هر یک از زوجین باید ایفا کنند.

قرآن کریم نقش اصلی مرد را قوام‌بخشی به زندگی می‌داند. «الرَّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ...» (نساء: ۳۴) این قوام‌بخشی بیشتر در دو حوزه تأمین معیشت زندگی (۳۴/نساء) و حسن معاشرت و ارضای نیازهای عاطفی همسر «عاشِرُوا هُنَّ بِالْمَعْرُوفِ» (نساء: ۱۹) نمود پیدا می‌کند. همچنین قرآن کریم و متون روایی نقش اصلی زن را در زندگی، مهرورزی به شوهر و خانواده می‌داند. «وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً» (روم: ۲۱). نقش مهرورزی در خانواده، چنان با اهمیت است که حضرات معصومان سفارش می‌کنند که زنانی را به همسری برگزینید که «ودود» باشند. «ودود» به کسی گفته می‌شود که محبتش را به شوهر علنیکرده، او را خیلی دوست می‌دارد.^{۱۵}

ارتباط کلامی و غیرکلامی زوجین، یکی دیگر از مؤلفه‌های تقویت و استحکام خانواده است. در زمینه رفتار کلامی می‌توان به مواردی از قبیل عدم پرخاشگری کلامی و نرمی بیان^{۱۶} و فراخوانیکدیگر به نام‌های خوب و القاب زیبا^{۱۷} اشاره کرد. ابراز احساسات،^{۱۸} مصافحه کردن،^{۱۹} هدیه دادن به همدیگر،^{۲۰} سلام کردن،^{۲۱} و مواردی از این قبیل می‌تواند به پرباری روابط زوجین کمک کند.

از متون دینی، مؤلفه‌های دیگری را از جمله پایبندی‌های مذهبی زوجین، حل اختلاف و تعارض، ارضای نیاز جنسی، مدیریت اقتصادی خانواده، صفات شخصیتی، تفریح و اوقات فراغت خانواده، رفت و آمدهای فامیلی و تولید فرزند و فرزندپروری را به عنوان مؤلفه‌های تقویت‌کننده روابط زناشویی و رضامندی زناشویاستخراج کرد.

نقش هیجان، به عنوان یکی از ابعاد زیستی روان‌شناختی انسان در زندگی زناشویی حایز اهمیت است. در این میان، ثبات یا بی‌ثباتی هیجانی به عنوان یک خصیصه در گستره شخصیت، می‌تواند حوزه مهمی از مسائل مربوط به روابط خانوادگی را در قالب روابط عاطفی بین‌فردی، روشن کند. موضوعیکه کمتر در پژوهش‌ها به آن پرداخته شده است. ثبات هیجانی عبارت است از: رشد یافتگی هیجانی، پایدار بودن از نظر هیجانی، آرام و واقع‌نگر بودن در زندگی، نبود خستگی عصبی و داشتن آرامش.^{۲۲}

تحقیقات نشان می‌دهد که رگه‌های هیجانی منفی نظیر تکانش‌گری، بی‌ثباتی هیجانی، ترسو بودن و افسردگی، پیش‌بینی‌کننده سازگاری زناشویی ضعیف می‌باشد. هرچه سازگاری

ضعیف‌تر باشد، رضامندی نیز پایین خواهد بود.^{۳۳} پژوهش‌های مختلفی تأثیر عامل شخصیت‌یروان‌آزرده‌خویی را در زندگی زناشویی مورد بررسی قرار داده‌اند. از جمله این پژوهش‌ها می‌توان به پژوهشی که کلی و کانلی (۱۹۸۷) انجام داده‌اند اشاره کرد. این پژوهش به صورت طولی و در خلال سال‌های ۱۹۳۰ تا ۱۹۸۰ در مورد ۳۰۰ زوج صورت گرفت. بر اساس تحلیل‌های آماری، قوی‌ترین عامل پیش‌بینی‌کننده موفقیت زندگی حتی پیش از ازدواج، عامل ثبات هیجانی یا به عبارت دیگر، سطح نوروگزایی در چارچوب مؤلفه‌های شخصیت بود که می‌تواند مهم‌ترین عامل پیش‌بینی‌کننده طلاق و یا شکست در زندگی باشد.^{۳۴}

نتایج تحقیق بوچارد، لوسیر و سابورین،^{۳۵} که بر روی ۴۴۶ زوجیکه پرسش‌نامه ۵ عاملی را پر کرده بودند انجام گرفت، نشان داد که روان‌آزرده‌خویی پیش‌بینی‌کننده قابل توجهی برای رضامندی زناشویی هم برای زنان و هم برای مردان است.

تحقیقات ترمن، کارنی و برادبری، کاگلین، هوستون و هوتسو روبینز، کاسپی و مافیتنشان داد که روان‌آزرده‌خویی با رضامندی زناشویی رابطه دارد.^{۳۶} همچنین تحقیقات دیگری نیز از جمله آدن ۱۹۴۷، زمین و ماریا،^{۳۷} الوجا، باریو و گارسیا،^{۳۸} دانیلان، کانگر و برنیت،^{۳۹} بتلر و نیوکمب، بوث، کرداک و جست و گیلبریت، لوسیر و سابورین^{۳۰} نشان دهنده تأثیر منفی روان‌آزرده‌خویی یا همان بی‌ثباتی هیجانی بر زندگی زناشویی و تأثیر مثبت پایداری هیجانی بر زندگی زناشویی می‌باشد. گزارش اخیر راگ نیز بر همین یافته‌ها تأکید دارد.

در ایران نیز نتایج پژوهش عبدالله‌زاده‌نشان داد که بین مؤلفه روان‌آزرده‌خویی شخصیت در آزمون NEO-FFI و رضایت زناشویی رابطه منفی وجود دارد.^{۳۱}

روان‌شناسان این عامل را در کنار عوامل دیگر شخصیتی در پرسش‌نامه‌های خود گنجانده‌اند. به برای مثال، کتل سومین عامل از عوامل شانزده‌گانه شخصیت را به این رگه اساسی - پایداری و ناپایداری هیجانی - اختصاص داده و آن را با عامل (C) مشخص کرده است. وی در بازنگری آزمون خود، معنای این عامل را در شکل منفی (نمره پایین) تحت عنوان شخصیت واکنشی و در حالت اشباع شده مثبت (نمره بالا) شخصیت با ثبات هیجانی معرفی کرده است و پایداری هیجانی را به «قدرت من» نسبت داده است.^{۳۲}

به عقیده کتل، فردیکه دارای این خصوصیت می‌باشد، پخته با واقعیت شکل یافته و آرام می‌باشد. در مقابل ثبات هیجانی پایین و تغییرپذیری است که فرد با این خصوصیت به آسانی برآشفته می‌شود.^{۳۳}

به اعتقاد آیزنک، که این عامل را در پرسش‌نامه خود با بعد روان‌آزرده‌خویی-ثبات‌هیجانی عنوان کرده، فردیکه دارای ویژگی نوززگرایی است به آسانی از اشیا و اشخاص کسل می‌شود، از موقعیت خود، خانواده خود، محدودیت‌های زندگی و سلامت خویش ناراضی است، افراد در مقابل این موقعیت‌ها، با تظاهرات نوززگرایی عمومی به شکل هراس، اختلالات روان‌تنی، اختلال خواب و توأم با رفتارهای هیستریکی و وسواس پاسخ می‌دهد.^{۳۴} افراد روان‌آزرده معمولاً مضطرب، افسرده با احساس‌های گناه، عزت‌نفس پایین، عصبی (تنیده) غیرمنطقی، خجالتی و کمرو، دمدمی و هیجانی‌اند و دردهای بدنی مانند سردرد، ناراحتی معده، سرگیجه و غیره حالت خلقی ناپایداری دارند.^{۳۵}

یکی از عوامل پنج‌گانه پرسش‌نامه NEO، عامل روان‌آزرده‌خویی است که مک‌کری و کوستا، آن را با عنوان عامل (N) معرفی می‌کنند. این افراد، دمدمی و بیش از حد حساس بوده و از بسیاری از جنبه‌های زندگی رضایتی ندارند. در این افراد، سطح بالایی از هیجان منفی و دوره‌هایی از پریشانی روان‌شناختی دیده می‌شود. این افراد معمولاً عزت‌نفس پایینی دارند و ممکن است عقاید و انتظارات غیرواقعی نیز داشته باشند. آنها همواره نگرانند و معمولاً درباره خود و برنامه آینده احساس عدم امنیت می‌کنند. دوستان و همسایگان این افراد، آنها را مضطرب، مسئولیت‌پذیر، با دلشوره زیاد و در مقایسه با افراد عادی، آسیب‌پذیر معرفی می‌کنند.

این افراد معمولاً مضطرب، بیمناک و مستعد همگرایی می‌باشند و معمولاً نسبت به دیگران عصبانی می‌شوند. ولی دوره‌های ناخشنودی آنها مانند دیگران است. شرم یا خجالت در مواجهه با غریبه‌ها، اغلب برای این افراد یک مسئله است. این افراد در کنترل سائق‌ها و امیال خود موفقند، ولی در مقابله با فشار روانی موفقیت چندانی ندارند.^{۳۶}

عامل روان‌آزرده‌خویی تحت تأثیر مداخله‌های درمانی قابل تغییر است. آیزنک و آیزنک^{۳۷} معتقدند برای حذف یا کاهش رفتارهای نوروپیک، شرطی‌سازی تقابلی از کارایی بالایی برخوردار است. با استفاده از این روش، که در آن فرد باید یک پاسخ جدید را که قبلاً از رفتار دیگری بیرون کشیده شده است، در مقابل محرک شرطی بیاموزد و فعالیت

سیستم عصبی سمپاتیک، که عامل واکنش‌های هیجانی است، با انجام فعالیتی لذت‌بخش که سیستم عصبی پاراسمپاتیک را درگیر می‌سازد، کند می‌شود. بدین ترتیب، پاسخ هیجانی در ارتباط با موقعیت‌های مورد نظر حذف می‌شود.

حساسیت‌زدایی منظم^{۳۸}، استفاده از روش رفتار درمانی عقلائی هیجانی الیس^{۳۹}، درمان آموزش تنش‌زدایی به همراه آرام‌سازی سبک زندگی^{۴۰} و آموزش تنش‌زدایی توحیدی باگرایش مذهبی^{۴۱} از جمله مداخله‌هایی است که می‌تواند عامل پایداری هیجانی را در افراد افزایش دهد.

با توجه به تحقیقات اندکی که در زمینه ثبات هیجانی انجام شده و این را به عنوان محور اصلی پژوهش قرار داده است، مسئله اصلی این پژوهش این است که آیا ثبات‌هیجانی به عنوان یک مؤلفه شخصیتی، که در چارچوب آزمونی مانند تست پنجم‌املی قابل سنجش است، می‌تواند با رضایت زناشویی، آنگونه که در دین اسلام مؤلفه‌های آن تعیین شده است، رابطه داشته باشد؟ به عبارت دیگر، اگر ثبات‌هیجانی عاملی است شخصیتی، که بسیاری از مؤلفه‌های نورزگرایی عمومی را تبیین می‌کند و اگر این عامل بر اساس پژوهش‌های انجام گرفته با رضایت زناشویی رابطه دارد، آیا عوامل مذهبی رضایت زناشویی می‌تواند با این عامل رابطه‌ای معنادار داشته باشد؟ بنابراین، مسئله اصلی این پژوهش، رابطه رضامندی زناشویی بر اساس مؤلفه‌های دینی، با ثبات‌هیجانی به عنوان یک عامل نگهدارنده زندگی زناشویی می‌باشد.

روش تحقیق

تحقیق حاضر، پژوهشی توصیفی از نوع همبستگی است. در این پژوهش، جامعه آماری مشتمل بر کلیه دانش‌پژوهان مرد متأهل دارای ۲۰ تا ۵۰ سال مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی در مقطع کارشناسی و کارشناسی ارشد ۸۷ - ۸۶ می‌باشد که حداقل یک سال از ازدواج آنها گذشته باشد.

با توجه به ماهیت پژوهش حاضر، که از نوع همبستگی می‌باشد، ۱۱۰ پرسش‌نامه مورد تجزیه و تحلیل نهایی قرار گرفت. این تعداد با عنایت به عدم عودت برخی از پرسش‌نامه‌ها و ناقص بودن تعدادی دیگر از بین ۲۰۰ پرسش‌نامه توزیع شده به دست آمده است.

روش نمونه‌گیری در این پژوهش، نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای بوده است. بدین منظور، ابتدا از بین ۱۲ رشته تحصیلی فعال، ۵ رشته تحصیلی اقتصاد، مدیریت، علوم تربیتی، کلام و دین‌شناسی و روان‌شناسی به صورت تصادفی انتخاب و سپس، از بین کلاس‌های موجود در این رشته‌ها، در دو سطح کارشناسی و کارشناسی ارشد، ۱۰ کلاس به صورت تصادفی انتخاب گردید. بدین ترتیب، کل افراد کلاس‌ها - که شامل ۲۰۰ نفر بوده - نمونه پژوهش حاضر را تشکیل دادند. آنگاه با مراجعه به کلاس‌ها و ارائه توضیح راجع به پرسش‌نامه و پژوهش برای رعایت حقوق ایشان در حفظ اسرار و جلب رضایت آنها، از ایشان خواسته می‌شود تا در انجام این پژوهش همکاری نمایند. از بین ایشان، پرسش‌نامه ۱۱۰ نفر مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. از مشخصات کسانی که پرسش‌نامه را عودت ندادند، اطلاعاتی در دست نیست.

ابزار

۱. پرسش‌نامه رضامندی زناشویی بر اساس معیارهای اسلامی: این پرسش‌نامه، دارای پنجاه بُعد و ده مؤلفه می‌باشد که میزان رضایت از زندگی زناشویی را می‌سنجد. مؤلفه‌های این پرسش‌نامه ارتباط کلامی و غیرکلامی،^{۴۲} پایبندی‌های مذهبی،^{۴۳} حل تعارض،^{۴۴} مدیریت مالی،^{۴۵} روابط جنسی،^{۴۶} فعالیت‌های اوقات فراغت،^{۴۷} مسائل شخصیتی،^{۴۸} فرزندان و فرزندپروری،^{۴۹} نقش زن و مرد،^{۵۰} صله ارحام می‌باشد. این مؤلفه‌ها از طریق تحلیل متون دینی در حوزه قرآن کریم و روایات ائمه معصومان به دست آمده است. اعتبار پرسش‌نامه رضامندی زناشویی، از طریق دو نیمه‌سازی، ۸۱/ و ثبات درونی (آلفای کرونباخ) ۸۷/ به دست آمده است. همچنین برای محاسبه روایی محتوایی، پرسش‌نامه رضامندی زناشویی اسلامی، به دو نفر از متخصصان خانواده‌درمانی ارائه شده و از ایشان خواسته شد نظر خود را درباره این سؤالات تا چه میزان می‌تواند رضامندی زناشویی را بسنجد، در قالب مقیاس لیکرت بیان کنند. روایی محتوایی آزمون با استفاده از روش همبستگی اسپیرمن در حدود ۹۰/ به دست آمده است. همچنین روایی وابسته به ملاک از نوع همزمان نیز با استفاده از تست معادل به دست آمد. برای بررسی این نوع روایی، ضریب همبستگی میان نمره کل آزمون مذکور، با نمره کل پرسش‌نامه رضامندی زناشویی انریچ محاسبه شد، و ضریب

همبستگی $0/726$ در سطح معناداری کمتر از $0/01$ به دست آمد. نتایج نشان‌دهنده این است که پرسش‌نامه رضامندی زناشویی اسلامی از اعتبار و روایی بالایی برخوردار است.^{۵۱}

۲. پرسش‌نامه neo-ffi کوستا و مک‌کری در سه مرحله ساخت و تجدید نظر آزمون، پرسش‌نامه‌ای را تنظیم کرده‌اند که به پرسش‌نامه تجدید نظر شده شخصیت (NEO-PI-R) شهرت دارد که پنج عامل اصلی در شخصیت را می‌سنجد. آنان ابتدا بر سه عامل شخصیت، یعنی روان‌آزرده‌خویی، برون‌گرایی و گشودگی به تجربه تأکید کرده و عنوان پرسش‌نامه شخصیت NEO را انتخاب کردند. در ادامه، توافق‌گرایی و باوجدان بودن را نیز به آن افزودند.^{۵۲} همچنین ضریب آلفای این پرسش‌نامه، در عوامل مختلف تست بین $0/86$ - $0/95$ می‌باشد.^{۵۳}

کوستا و مک‌کری، تلاش‌های دیگری نیز در راستای استفاده بیشتر و بهینه‌تر از تست انجام داده‌اند. یکی از این تلاش‌ها، تهیه تست خلاصه شده و اعتباریابی آن است. این تست برای آزمودنی‌هاییکه وقت زیادی ندارند، یا زمانیکه اطلاعات کلی نیازمندیم مفید است. این تست دارای 60 بُعد بوده و پنج صفت اصلی را مورد سنجش قرار می‌دهد و برای هر عامل 12 بُعد طراحی شده است. هر بُعد برحسب پاسخیکه دریافت می‌کند، از 0 تا 4 نمره‌گذاری شده است. لازم به یادآوری است برای اجرای این تست، باید افراد بالای هفده سال سن داشته باشند. در پژوهش امانی، خداپناهی و حیدری^{۵۴} با استفاده از روش همسانی درونی نتایج آلفایکرونباخ برای هر یک از ابعاد توافق‌پذیری، باوجدان بودن، برون‌گرایی و گشودگی به تجربه به ترتیب $0/55$ ، $0/79$ ، $0/66$ ، $0/84$ و $0/54$ به دست آمد. همچنین گروسی فرشی^{۵۵} با استفاده از روش همسانی درونی نتایج آلفایکرونباخ برای هر یک از ابعاد روان‌آزدگی، برون‌گرایی، گشودگی به تجربه، توافق‌پذیری، باوجدان بودن به ترتیب $0/86$ ، $0/73$ ، $0/56$ ، $0/68$ و $0/87$ به دست آورده است. روایی این آزمون از همبستگی بین دو شکل گزارش شخصی (s) و شکل ارزیابی مشاهده‌گر (f) استفاده شده است که حداکثر همبستگی به میزان $0/66$ در عامل برون‌گرایی و حداقل آن به میزان $0/45$ در عامل توافق‌پذیری بود.

نتایج و یافته‌های پژوهشی

به منظور بررسی رابطه رضامندی زناشویی، براساس معیارهای دینی، با ثبات هیجانی از روش همبستگی پیرسون استفاده شده است. در جدول (۱) ضرایب همبستگی هر یک از زیرمقیاس‌های پرسش‌نامه رضامندی زناشویی اسلامی و همچنین نمره کلی پرسش‌نامه مذکور با مؤلفه‌های آزمون شخصیت NEO-FFI به همراه سطوح معناداری ارائه شده است. همان‌گونه که در جدول زیر مشاهده می‌شود:

نمره کل رضامندی زناشویی اسلامی با مؤلفه روان‌آزرده‌خویی (بی‌ثباتی هیجانی) آزمون شخصیت NEO-FFI (-۰/۲۹۶) همبستگی معنادار و معکوس در سطح معناداری کمتر از ۰/۰۵ دارد. این بدان معناست که هرچه نمرات افراد در مقیاس رضامندی زناشویی بیشتر باشد، نمره روان‌آزرده‌خویی کمتر و افراد از ثبات هیجانی بیشتری برخوردارند.

همچنین نتایج تحقیق بیانگر این است که زیرمؤلفه روان‌آزرده‌خویی، بی‌ثباتی هیجانی، آزمون شخصیت NEO-FFI با هر یک از زیرمؤلفه‌های ارتباط کلامی (-۰/۲۵۳)، پایبندی مذهبی (-۰/۳۱۱)، روابط جنسی (-۰/۲۳۵)، نقش زن و مرد (-۰/۳۴۵) همبستگی معنادار و معکوس در سطح معناداری کمتر از ۰/۰۵ دارد.

جدول (۱) ضرایب همبستگی پیرسون متغیرهای پژوهش (n=۱۱۰)

گشودگی به تجربه	توافق‌پذیری	وجدان‌گرایی	برون‌گرایی	روان‌آزرده‌خویی	ارتباط کلامی
۰/۰۵۶	**۰/۲۵۹	۰/۱۷۲	**۰/۳۰۶	**۰/۲۵۳	ارتباط کلامی
-۰/۰۵	**۰/۳۷	**۰/۴۳۱	**۰/۳۹	**۰/۳۱۱	پایبندی مذهبی
۰/۰۲۳	۰/۱۶۱	۰/۱۰۸	۰/۱۸	-۰/۰۵۹	حلتعارض
-۰/۱۱۵	*۰/۱۸۹	**۰/۳۸۴	*۰/۲۲۲	-۰/۱۱۱	مسائل اقتصادی
۰/۱۲۹	*۰/۲۳۹	**۰/۳۲۸	۰/۱۵۲	*۰/۲۳۵	روابط جنسی
-۰/۱۵۴	**۰/۲۵۸	**۰/۲۹۳	*۰/۲۰۳	-۰/۱۷۴	اوقات فراغت
-۰/۱۰۴	*۰/۲۱۲	۰/۱۶۶	*۰/۱۹۶	-۰/۱۶۵	مسائل شخصی
-۰/۰۴۵	۰/۱۴۲	۰/۰۸۶	۰/۱	-۰/۱۱۴	فرزندپروری
۰/۰۶۴	**۰/۳۹۶	**۰/۳۶۶	**۰/۲۵۲	**۰/۳۴۵	نقش زن و مرد
۰/۱۶۹	*۰/۲۳۳	**۰/۲۸۶	*۰/۲۳۳	-۰/۰۸۱	صلهارحام
۰/۰۰۵	**۰/۳۹	**۰/۴۱۶	**۰/۳۵۳	**۰/۲۹۶	رضامندی زناشویی اسلامی

**ضرایب همبستگی در سطح ۰/۰۱ معنادار هستند (دو دامنه).

*ضرایب همبستگی در سطح ۰/۰۵ معنادار هستند (دو دامنه).

در جداول زیر رابطه مؤلفه روان‌آزرده‌خویی، با هر یک از زیرمؤلفه‌های رضامندی زناشویی اسلامی با استفاده از روش رگرسیون گام به گام مورد بررسی قرار گرفته است. در این روش، متغیرها یکی یکی بر اساس قدرت تعیین شده برای همبستگی آنها، با متغیر ملاک وارد مدل شده و اثر اضافه شدن هریک از آنها به مدل تعیین می‌شود. همچنین متغیرهایی که به طور معناداری توان موفقیت مدل را افزایش نمی‌دهند، حذف می‌شوند.

جدول (۲) رگرسیون گام به گام پیش‌بینی متغیر روان‌آزرده‌خویی با زیرمقیاس‌های رضامندی زناشویی اسلامی

الگو	مجموع مربعات	درجه آزادی	مربع میانگین	F	سطح معناداری
۱	رگرسیون	۱	۴۰۴/۹۸۳	۱۴/۵۹۰	(a) ۰/۰۰۰۱
	باقیمانده	۱۰۸	۲۷/۷۵۷	-	-
	کل	۱۰۹	-	-	-
۲	رگرسیون	۲	۵۳۰/۴۰۵	۹/۸۷۹	(b) ۰/۰۰۰۱
	باقیمانده	۱۰۷	۲۶/۸۴۴	-	-
	کل	۱۰۹	-	-	-
۳	رگرسیون	۳	۵۳۲/۰۵۸	۶/۵۴۹	(c) ۰/۰۰۰۱
	باقیمانده	۱۰۶	۲۷/۰۸۲	-	-
	کل	۱۰۹	-	-	-
۴	رگرسیون	۴	۵۳۵/۰۴۶	۴/۸۹۸	(d) ۰/۰۰۰۱
	باقیمانده	۱۰۵	۲۷/۳۱۲	-	-
	کل	۱۰۹	-	-	-

۱. متغیر پیش‌بین (ثابت): نقش زن و مرد؛

۲. متغیرهای پیش‌بین (ثابت): نقش زن و مرد، پایبندی مذهبی؛

۳. متغیرهای پیش‌بین (ثابت): نقش زن و مرد، پایبندی مذهبی، ارتباط کلامی؛

۴. متغیرهای پیش‌بین (ثابت): نقش زن و مرد، پایبندی مذهبی، ارتباط کلامی و ارتباط جنسی.

متغیر وابسته: روان‌آزرده‌خویی

جدول (۳) معناداری رگرسیون گام به گام برای پیش‌بینی متغیر روان‌آزرده‌خویی با زیرمقیاس‌های رضامندی زناشویی اسلامی

الگو	R	مربع R	مربع R تنظیم شده	خطای استاندارد برآورد	تغییرات آماری			
					تغییر مربع R	تغییر F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲
۱	(a) ۰/۳۴۵	۰/۱۱۹	۰/۱۱۱	۵/۲۶۹	۰/۱۱۹	۱۴/۵۹۰	۱	۱۰۸
۲	(b) ۰/۳۹۵	۰/۱۵۶	۰/۱۴	۵/۱۸۱	۰/۰۳۷	۴/۶۷۲	۱	۱۰۷
۳	(c) ۰/۴۹۵	۰/۱۵۶	۰/۱۳۲	۵/۲۰۴	۰/۰۰۰۱	۰/۰۶۱	۱	۱۰۶
۴	(d) ۰/۳۹۷	۰/۱۵۷	۰/۱۲۵	۵/۲۲۶	۰/۰۰۱	۰/۱۰۹	۱	۱۰۵

۱. متغیر پیش‌بین (ثابت): نقش زن و مرد؛
 ۲. متغیرهای پیش‌بین (ثابت): نقش زن و مرد، پایبندی مذهبی؛
 ۳. متغیرهای پیش‌بین (ثابت): نقش زن و مرد، پایبندی مذهبی، ارتباط کلامی؛
 ۴. متغیرهای پیش‌بین (ثابت): نقش زن و مرد، پایبندی مذهبی، ارتباط کلامی و ارتباط جنسی؛
- متغیر وابسته: روان‌آزرده‌خویی.
- همان‌گونه که جداول فوق نشان می‌دهد، متغیر نقش زن و مرد، به عنوان یکی از مؤلفه‌های مقیاس رضامندی زناشویی توانایی پیش‌بینی ۱۲٪ از تغییرات متغیر ملاک را دارد. با افزودن متغیر پایبندی‌های مذهبی، به عنوان یکی دیگر از مؤلفه‌های مقیاس رضامندی زناشویی به معادله ضریب تبیین، به حدود ۱۵/۶٪ افزایش می‌یابد. به عبارت دیگر، از بین مؤلفه‌های مختلف رضامندی زناشویی، فقط ۱۵/۶٪ تغییرات متغیر ملاکیعنی ثبات هیجانی ناشی از رضامندی زناشویی و به خصوص دو مؤلفه نقش زن و مرد و پایبندی‌های مذهبی است. دو متغیر دیگر، یعنی ارتباط کلامی و روابط جنسی، علی‌رغم همبستگی معنادار با متغیر ملاک نقش مهمی در پیش‌بینی متغیر ملاک ندارد.

در جدول (۴)، ضریب استاندارد β برای پیش‌بینی مؤلفه روان‌آزرده‌خویی از روی زیر مقیاس‌های نقش زن و مرد، پایبندی مذهبی، ارتباط کلامی و ارتباط جنسی ارائه شده‌اند.

جدول (۴) ارزیابی سهم متغیرهای پیش‌بین نقش زن و مرد، پایبندی مذهبی، ارتباط کلامی و ارتباط جنسی

الگو	ضرایب غیراستاندارد	ضرایب استاندارد		سطح معناداری
		B	β	
۱	ثابت	۳۰/۲۶	۲/۵۸۳	۰/۰۰۰۱
	نقش زن و مرد	-۰/۷۵۸	۰/۱۹۸	۰/۰۰۰۱
۲	ثابت	۳۵/۸۵	۳/۶۲۵	۰/۰۰۰۱
	نقش زن و مرد	-۰/۵۷۹	۰/۲۱۲	۰/۰۰۰۷
	پایبندی مذهبی	-۰/۵۰۹	۰/۲۳۵	۰/۰۳۳
۳	ثابت	۳۶/۰۴۲	۳/۷۲۲	۰/۰۰۰۱
	نقش زن و مرد	-۰/۵۵۵	۰/۲۳۵	۰/۰۲
	پایبندی مذهبی	-۰/۴۸۸	۰/۲۵۱	۰/۰۵۴
	ارتباط کلامی	-۰/۰۵۶	۰/۲۲۵	۰/۸۰۵
۴	ثابت	۳۶/۱۹۹	۳/۷۶۸	۰/۰۰۰۱
	نقش زن و مرد	-۰/۵۳۸	۰/۲۴۱	۰/۰۲۸
	پایبندی مذهبی	-۰/۴۶۵	۰/۲۶۱	۰/۰۷۸
	ارتباط کلامی	-۰/۰۴	۰/۲۳۱	۰/۸۶۳
	ارتباط جنسی	-۰/۰۶۷	۰/۲۰۲	۰/۷۴۱

* متغیر وابسته: روان‌آزرده‌خویی

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش، به بررسی رابطه رضامندی زناشویی، براساس معیارهای دینی، با ثبات هیجانی پرداخته است. بدین منظور، از روش همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج به دست آمده از این تحقیق نشان داد که بین رضامندی زناشویی و ثبات هیجانی دانش‌پژوهان رابطه مستقیم و معنادار وجود دارد. به عبارت دیگر، افرادی که در زندگی زناشویی خود رضامندی بیشتری دارند، از ثبات هیجانی بالاتری نیز برخوردارند.

رضامندی زناشویی وضعیتی است که در آن زن و شوهر از ازدواج با یکدیگر و باهم بودن احساس شادمانی و رضایت دارند.^{۵۶} این احساس زمانپدید می‌آید که زن و شوهر بتوانند به میزان قابل توجهی نیازها و انتظارات همسرشان را در رابطه زناشویی برآورده کنند.^{۵۷} از سوی دیگر، ثبات هیجانی عبارت است از: رشدیافتگی هیجانی، پایدار بودن از نظر هیجانی، آرام و واقع‌نگر بودن در زندگی، نبود خستگی عصبی و داشتن آرامش.^{۵۸}

فردیکه دارای ویژگی روان‌آزرده‌خویی است، به آسانی از اشیا و اشخاص کسل می‌شود، از موقعیت خود، خانواده خود، محدودیت‌های زندگی و سلامت خویش ناراضی است. چنین افرادی معمولاً مضطرب، افسرده با احساس‌های گناه، عزت نفس پایین، عصبی (تنیده)، غیرمنطقی، خجالتی و کمرو، دمدمی و هیجانی هستند. همچنین تمایل به حالت نگرانی، اضطراب و دردهای بدنی و حالت خلقی ناپایدار، از ویژگی‌هایی افراد روان‌آزرده‌خوی می‌باشد.

وجود رابطه بین رضامندی زناشویی و ثبات هیجانی در تحقیقات مختلف تأیید شده است. یافته‌های این پژوهش نیز با نتایج تحقیقات انجام شده در زمینه رضامندی زناشویی و ثبات هیجانی همخوانی دارد.

برخی از تحقیقات نشان می‌دهند که ناپایداری و پایداری هیجانی پیش از ازدواج، پیش‌بینیکننده رضامندی عدم رضامندی زناشویی است. آدامز (۱۹۴۶) براساس نتایج یکپرسش‌نامه شخصیتی، روی زوجها قبل از ازدواج‌شان و اجراپرسش‌نامه سازگاری زناشویی در دو یا سه سال بعد از ازدواج گزارش کرد که ناپایداری هیجانی پیش از ازدواج، پیش‌بینیکننده نمرات پایین‌تر است که در پرسش‌نامه سازگاری زناشویی کسب نموده‌اند.

همچنین نتایج پژوهش آون نشان داد که پایداری هیجانی دانش‌آموزان تیزهوش ۷ تا ۱۴ سال، شادمانی زناشویی آنها را در هیجده سال بعد پیش‌بینی می‌کند.^{۵۹} همچنین یافته پژوهش حاضر با نتایج پژوهشی، که توسط کلی و کانلی انجام گرفته همخوانی دارد. کلی و کانلی در پژوهشیکه به صورت طولی در خلال سال‌های ۱۹۲۰ تا ۱۹۸۰ در مورد ۳۰۰ زوج انجام دادند، نتیجه گرفتند که قوی‌ترین عامل پیش‌بینیکننده موفقیت زندگی حتی پیش از ازدواج عامل ثبات هیجانیا به عبارت دیگر، سطح نوروگرایی در چارچوب مؤلفه‌های شخصیت است.^{۶۰}

نتایج تحقیق بوچارد، لوسیر و سابورین،^{۶۱} که بر روی ۴۴۶ زوجیکه پرسش‌نامه ۵ عاملی را پر کرده بودند انجام گرفت، نشان دادکه روان‌آزرده‌خویی پیش‌بینیکننده قابل توجهی برای رضامندی زناشویی هم برای زنان و هم برای مردان است. در تحقیقات بوث، کراک (۱۹۹۷) و جست و گیلبریتنیز روان‌آزرده‌خویی با شاخص‌ها مختلف زناشویی همبستگی منفی نشان داد.^{۶۲} دانیلان، کانگر و برینت^{۶۳} با مشاهده ارتباطات ۴۰۰ زوج به این نتیجه رسیدند که روان‌آزرده‌خویی با تعاملات منفی برای ازدواج دارای همبستگی مثبت و با ارزیابی‌ها کلی ازدواج دارای همبستگی منفی می‌باشد.

یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج پژوهش اجرا شده در ایران نیز همخوانی دارد. نتایج پژوهش صادقی نشان می‌دهد که عامل پایداری هیجانی به همراه خودنظم‌دهی و جسارت رابطه مستقیم با رضایت زناشویی دارند. بر همین اساس، وی معتقد است که زوج‌های راضی نسبت به زوج‌های ناراضی از حیث موقعیت اضطراب واجد سازش‌یافتگی مطلوب‌تری هستند. نتایج پژوهش عبدالله‌زاده نیز که با عنوان بررسی رابطه صفات شخصیتی و رضایت زناشویی انجام گرفت، نشان داد که بین بعد روان‌آزرده‌خویی شخصیت در آزمون NEO-FFI و رضایت زناشویی رابطه منفی وجود دارد.

در مورد تبیین رابطه رضامندی زناشویی و ثبات هیجانی می‌توان گفت: شخصیت و صفات شخصیتی، در زیرساخت روانی روابط پایدار نقش دارند. بنابراین، پیش‌بینی‌کننده‌های مهمی برای موفقیت و یا نارساکنش‌وری رابطه خواهند بود.

در این میان، نقش ثبات یا بی‌ثباتی هیجانی به عنوان یکی از صفات شخصیتی در زندگی زناشویی مهم و تأثیرگذار می‌باشد. بی‌ثباتی هیجانی از زمینه‌های مختلفی بر

رضامندی زناشویی اثر منفی می‌گذارد. یکی از این زمینه‌ها، که کارنی و برادبری (۱۹۹۵) آن را بیان کرده‌اند، تأثیر بر چگونگی سازگاری زوجها با تجارب استرس‌زا است. ایشان معتقدند که: صفات شخصیتی همچون ثبات هیجانیا روان‌آزردگی، آسیب‌های پایداری به وجود می‌آورند که این آسیب‌ها، بر چگونگی سازگاری زوجها با تجارب استرس‌زا اثر گذاشته و در نتیجه، بر رضامندی زناشویکی تأثیر می‌گذارد.^{۶۴}

آرمانی دیدن ویژگی‌های همسر از مواردی است که می‌تواند موجب افزایش رضامندی زناشویی شود. ماری، هولز و گریفن نشان داده‌اند که مردان و زنانی در روابطشان خوشبخت‌ترند که ویژگی‌ها بین فردی همسرشان را آرمانی ببینند. از آنجا که افراد روان‌آزرده به صورت مزم در معرض هیجان‌های منفی هستند، احتمال کمتری دارد که همسرانشان را به صورت ایده‌آل ببینند. این به نوبه خود، سطح پایین‌تر رضامندی را پیش‌بینی می‌کند.^{۶۵}

همچنین این پژوهش نشان داد که بین مؤلفه‌های مختلف رضامندی زناشویی، فقط ۱۵/۶٪ تغییرات متغیر ملاکیعی ثبات هیجانی ناشی از رضامندی زناشویی و به خصوص دو مؤلفه نقش زن و مرد و پایبندی‌های مذهبی است. تبیین احتمالی این یافته چنین مطرح می‌شود: ایفای نقش زن و شوهری مستلزم این مسئله است که فرد از خود و جنس خود و محدودیت‌های زندگی رضایت داشته و نگرش مثبتی به نقش خود به عنوان زن یا شوهر داشته باشد. این ویژگی یعنی رضایت از خود، در افراد با ثبات‌هیجانی به خوبی قابل مشاهده است. همچنین با توجه به این مسئله، که سطح نگرانی و اضطراب در افراد مذهبی نسبت به دیگران پایین است،^{۶۶} این افراد نسبت به خود و آینده خوشبین‌ترند. اضطراب یکی از اصلی‌ترین ویژگی‌های افراد روان‌آزرده‌خوی است، پس افرادی که پایبندی‌های مذهبی دارند، به احتمال فراوان از ثبات هیجانی بیشتری برخوردار خواهند بود.

با توجه به یافته‌های پژوهش و اینکه عامل روان‌آزرده‌خویی تحت تأثیر مداخله‌های درمانی قابل تغییر است بنابراین می‌توان با مداخله‌های قبل از ازدواج یا حتی حین آن، این عامل را تغییر داده و به پایداری زندگی کمک کرد.

این پژوهش مانند همه پژوهش‌های دیگر در حوزه علوم انسانی، با محدودیت‌هایی مواجه بوده است. جامعه آماری پژوهش حاضر، دانش‌پژوهان مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی بودند که برخوردار از شاخصه‌های خاصی همچون مذهبی بودن و تحصیل در

رشته‌های علوم انسانی هستند. از این رو، تعمیم نتایج آن به دانش پژوهان سایر مراکز آموزشی و پژوهشی باید با احتیاط انجام گیرد. همچنین پرسش‌نامه رضامندی زناشویی اسلامی با اینکه از اعتبار و روایی بالایی برخوردار است، اما به خاطر عدم هنجاریابی می‌تواند به عنوان یکی از محدودیت‌های این پژوهش مطرح شود. بالاخره، این پژوهش فقط در مورد دانش پژوهان مرد انجام گرفته، لذا نتایج آن را نمی‌توان به زنان تعمیم داد. برای نتیجه‌گیری بهتر، می‌توان این پژوهش را در مورد زن و شوهر با همدیگر اجرا کرد. همچنین اجرای این پژوهش درباره افرادی که در آستانه جدایی قرار دارند و افزایش حجم نمونه می‌تواند اطمینان‌بخشی بیشتری را درباره نتایج به دست دهد.

پی‌نوشت‌ها

1. Bradbery, N. T. Fincham, D. F., & Beach, R. S., Research on the nature and; determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of marriage and family*. 62, 964-980
2. خدابخش احمدی و همکاران، «بررسی وضعیت ازدواج و سازگاری زناشویی در بین کارکنان سپاه»، *طب نظامی*، ش ۷، ص ۱۴۲.
3. Aluja, A., et al., Personality, social values, and marital satisfaction as predictors of clinical and health psychology. 7(3), 725-737.
4. خدابخش احمدی و همکاران، همان.
5. هاجرترکان، مهرداد کلاتری، حسین مولوی، «بررسی اثربخش گروه درمانی به شیوه تحلیل تبادل بر رضایت زناشویی»، *خانواده پژوهی*، ش ۸، ص ۳۸۳-۴۰۳.
6. اندرو ساپینگتون، *بهداشت روانی*، ترجمه حمیدرضا حسین شاهی پرواتی، ص ۳۰۱.
7. مجتبی‌حیدری، *بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی و رضایت از زندگی زناشویی*، ص ۸۰.
8. فریبا جلیلی، *بررسی و مقایسه عوامل مؤثر در رضامندی زنان شاغل و خانه‌دار از زندگی زناشویی*، ص ۳۸.
9. حمیدشهبانی حصار، *رابطه بین پایگاه اقتصادی-اجتماعی زوجین با میزان رضامندی زناشویی*، ص ۸۸.
10. خدابخش احمدی و همکاران، همان.
11. عبدالحکیم تیرگری، «هوش هیجانی و سلامت روان»، *رفاه اجتماعی*، ش ۱۴، ص ۸۵-۱۰۲.
12. حمیدرضا آقامحمدیان شعرباف و دیگران، *بررسی عوامل مؤثر در تحکیم خانواده و رضایت‌مندی زناشویی در چکیده مقالات همایش تقویت نظام خانواده و آسیب‌شناسی آن*، ص ۱۸.
13. خدابخش احمدی و همکاران، همان.
14. سیدمحمدحسین طباطبایی، *المیزان*، ترجمه همدانی، ج ۱۶، ص ۲۵۰.
15. همان.
16. لقمان: ۱۹؛ طه: ۴۶.
17. محمدبن یعقوب کلینی، *اصول کافی*، ج ۲، ص ۶۴۳.
18. محمد بن حسن حرعاملی، *وسائل الشیعه*، ج ۲، ص ۲۳.

۱۹. محمد بن یعقوب کلینی، همان، ص ۱۸۳.
۲۰. محمد محمدی ری‌شهری، میزان الحکمه، ج ۱۱، ص ۴۵۶۸.
۲۱. نور: ۲۷ و ۶۱.
۲۲. ژاک کراز، بیماری‌های روانی، ترجمه محمود منصور و پریخ دادستان، ص ۱۹۶.
23. Ciarrochi, Joseph et al., *Emotional intelligence in everyday life*.
24. Bee, H., *Life span development*.
25. Bouchard, Genevieve, et al., "Personality and Marital Adjustment: Utility of the Five-Factor Model of Personality", *Journal of Marriage and the family*, V61, N3, P. 651-660.
26. Donnellan, M. et al., "The Big Five and enduring marriages". *Journal of research in personality*, V38, p.481-504.
۲۷. جواد ملازاده، بررسی ویژگی‌های شخصیتی در رابطه با عوامل تنیدگی‌زای زناشویی در زوج‌های در حال طلاق و سازگار، ص ۹۴ و ۹۸.
28. Aluja. A. et al., Personality, social values, and marital satisfaction as predictors of clinical and health psychology, 7(3), P725.
29. Donnellan, M. et al., "The Big Five and enduring marriages", *Journal of research in personality*, V38, p.481.
30. C.f. Bouchard, et al., "Personality and Marital Adjustment: Utility of the Five-Factor Model of Personality", *Journal of Marriage and the family*, V61, N3.
۳۱. ک: حسن عبدالله‌زاده، بررسی رابطه صفات شخصیتی و رضامندی زناشویی در زوج‌های شهر دامغان.
32. Craig, R. J., *Interpreting personality tests*. Rows, Inc.
۳۳. دوان شولتز، و سیدنی شولتز، نظریه‌های شخصیت، ترجمه یحیی سیدمحمدی، ص ۳۰۶.
۳۴. ژاک کراز، همان.
۳۵. جان پروین، شخصیت نظریه و پژوهش، ترجمه جوادی و کدیور، ص ۲۳۳.
۳۶. همان.
۳۷. پروین احتشام‌زاده، بررسی مقایسه سطح ثبات هیجانی بین دانشجویان زن متأهل و مجرد، ص ۶۵.
۳۸. جerald دیویسون و ماروین گلدفرید، رفتار درمانی بالینی، ترجمه احمد احمدی علون‌آبادی، ص ۱۱۴.
۳۹. آلبرت الیس و رابرت هارپر، الیس، زندگی عاطفانه، ترجمه مهرداد فیروزبخت، ص ۵۸.
۴۰. مسعود جان‌بزرگی، «ایجاد پایداری هیجانی بر اساس تلفیق آموزش تنش‌زدایی تدریجی و مهارت‌های آرام‌سازی سبک زندگی»، *روانشناسان ایرانی*، ش ۲، ص ۱۴۴-۱۳۴.
41. Janbozorgi, M et al., Providing emotional stability through relaxation training. *Eastern Mediterranean Health Journal*, Vol.15, No3.
42. Verbal and nonverbal communication.
43. Religious commitment.
44. Conflict resolution.
45. Financial management.
46. Sexual relationship.
47. Leisure activities.
48. Personality issues.
49. Children and parenting.
50. Man and woman's role.
۵۱. جعفر جدیری و مسعود جان‌بزرگی، «ساخت و اعتباریابی مقیاس رضامندی زناشویی اسلامی»، *روانشناسی و دین*، ش ۸، ص ۵۸.

۵۲. جان پروین، همان.
۵۳. میرتقی گروسی فرشی، رویکردهای نوین در ارزیابی شخصیت، ص ۲۳۰ و ۲۳۵.
۵۴. فرزانه امانی و دیگران، «رابطه سبک اسناد با عوامل پنجگانه شخصیتی نشو در تعامل با جنس»، فصلنامه روانشناسی، ش ۴۰، ص ۳۹۰-۴۰۶.
۵۵. میرتقی گروسی فرشی، همان.
۵۶. خدابخش احمدی و همکاران، همان.
57. Benneer, D. G and Hill, P. C, baker encyclopedia of psychology and counseling. Michigan: baker books, pp.714.
۵۸. ژاک کراز، بیماری‌های روانی، همان.
۵۹. جواد ملازاده، همان.
60. C.f: Bee, H, Life span development.
61. Bouchard, et al., "Personality and Marital Adjustment: Utility of the Five-Factor Model of Personality", *Journal of Marriage and the family*, V61, N3, P651-660.
62. Ibd.
63. Donnellan, M. et al., "The Big Five and enduring marriages", *Journal of research in personlty*, V38, p.481-504.
64. Ibd.
65. Bouchard, et al., "Personality and Marital Adjustment: Utility of the Five-Factor Model of Personality", *Journal of Marriage and the family*, V61, N3, p.651-660.
۶۶. باقر غباری بناب، «باورهای مذهبی و اثرات آنها در بهداشت روان»، اندیشه و رفتار، ش ۴، ص ۳۸-۴۳.

منابع

- احتشام‌زاده، پروی، «بررسی مقایسه سطح ثبات هیجانی بین دانشجویان زن متأهل و مجرد»، *پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد روانشناسی*، دانشگاه فردوسی مشهد، ۱۳۷۶.
- احمدی، خدابخش و همکاران، «بررسی وضعیت ازدواج و سازگاری زناشویی در بین کارکنان سپاه»، *طب نظامی*، ش ۱۳۸۴، ۷.
- احمدی، خدابخش و همکاران، «بررسی رابطه بین تغییرات مذهبی و سازگاری زناشویی»، *نشریه خانواده پژوهی*، ش ۵، ۱۳۸۵.
- الیس، آلبرت و رابرت هارپر، *زندگی عادلانه*، ترجمه مهرداد فیروزبخت، تهران، رشد، ۱۳۸۰.
- امانی، فرزانه و همکاران، «رابطه سبک اسناد با عوامل پنجگانه شخصیتی نئو در تعامل با جنس»، *فصلنامه روانشناسی*، ش ۴۰، ۱۳۸۵.
- پروین، جان، *شخصیت (نظریه و پژوهش)*، ترجمه محمدجعفر جوادی و پروین کدیور، تهران، آیتش، ۱۳۸۱.
- ترکان، هاجر و همکاران، «بررسی اثربخش گروه درمانی به شیوه تحلیل تبادل بر رضایت زناشویی»، *خانواده پژوهی*، ش ۸، ۱۳۸۵.
- تیرگری، عبدالحکیم، «هوش‌هیجانی و سلامت روان»، *فصلنامه رفاه اجتماعی*، سال چهارم، ش ۱۴، ۱۳۸۳.
- جان‌بزرگی، مسعود، «ایجاد پایداری هیجانی بر اساس تلفیق آموزش تنش‌زدایی تدریجی و مهارت‌های آرام‌سازی سبک زندگی»، *روانشناسان ایرانی*، ش ۲، ۱۳۸۳.
- جدیری، جعفر و مسعود جان‌بزرگی، «ساخت و اعتباریابی مقیاس رضامندی زناشویی اسلامی»، *روانشناسی و دین*، ش ۸، ۱۳۸۸.
- جلیلی، فریبا، «بررسی و مقایسه عوامل مؤثر در رضامندی زنان شاغل و خانه‌دار از زندگی زناشویی»، *پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد روانشناسی*، تهران، دانشگاه علامه طباطبایی، ۱۳۷۵.
- حر عاملی، محمد بن حسن، *وسائل الشیعه*، قم، مؤسسه آل‌البیت، ۱۴۰۹ ق.
- حیدری، مجتبی، «بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی و رضایت از زندگی زناشویی»، *پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد روانشناسی*، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۲.
- دیوسون، جرالده و ماروین گلدفرید، *رفتار درمانی بالینی*، ترجمه احمد احمدی علون‌آبادی، تهران، مرکز نشر دانشگاهی، ۱۳۷۱.
- سایپینگتون، اندرو، *بهداشت روانی*، ترجمه حمیدرضا حسین‌شاهی‌برواتی، تهران، روان، ۱۳۷۹.
- سلیمانیان، علی‌اکبر، «بررسی تأثیرات تفکرات غیر منطقی بر نارضایتی زناشویی»، *پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد روانشناسی*، دانشگاه تربیت معلم، ۱۳۷۳.
- شارف، ریچارد، *نظریه‌های روان‌درمانی و مشاوره*، ترجمه مهرداد فیروزبخت، تهران، رسا، ۱۳۸۱.
- شبنانی‌حصار، حمید، «رابطه بین پایگاه اقتصادی - اجتماعی زوجین با میزان رضامندی زناشویی»، *پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد*، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه علامه طباطبایی، ۱۳۷۹.
- شعرباف، آقامحمدیان و همکاران، «بررسی عوامل مؤثر در تحکیم خانواده و رضایت‌مندی زناشویی»، *چکیده مقالات همایش تقویت نظام خانواده و آسیب‌شناسی آن*، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۲.
- شولتز، دوان و سیدنی شولتز، *نظریه‌های شخصیت*، ترجمه یحیی سیدمحمدی، تهران، ویرایش، ۱۳۸۵.
- طباطبایی، سیدمحمدحسین، *تفسیر المیزان*، ترجمه موسوی‌همدانی، قم، جامعه مدرسین، ۱۳۷۷.
- عبدالله‌زاده، حسن، «بررسی رابطه صفات شخصیتی و رضامندی زناشویی در زوج‌های شهر دامغان»، *پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد روانشناسی*، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه تبریز، ۱۳۸۲.

- غباری بناب، باقر، «باورهای مذهبی و اثرات آنها در بهداشت روان»، *اندیشه و رفتار*، سال اول، ش ۴، ۱۳۷۴.
- کراز، ژاک، *بیماری‌های روانی*، ترجمه محمود منصور و پریخ دادستان، تهران، رشد، ۱۳۸۱.
- کلینی، محمد بن یعقوب، *اصول کافی*، تهران، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۶۵.
- گروسی‌فرشی، میرتقی، *رویکردهای نوین در ارزیابی شخصیت*، تبریز، جامعه پژوه، ۱۳۸۰.
- لانیون، ریچارد و لئونارد گوداشتاين، *ارزیابی شخصیت*، ترجمه سیامک نقش‌بندی، علی‌قربانی، حمیدرضا حسین‌شاهی برواتی و الهام ارجمند، تهران، نشر روان، ۱۳۸۲.
- محمدی ری‌شهری، محمد، *میزان الحکمه*، بیروت، داراحیاء التراث العربیه، ۱۴۲۲ ق.
- ملازاده، جواد، «بررسی ویژگی‌های شخصیتی در رابطه با عوامل تنیدگی‌زای زناشویی در حال طلاق و سازگار»، *پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی*، دانشگاه تربیت مدرس، ۱۳۷۲.
- Aluja. A. Barrio,D,V. and Garcia,F. L., *Personality, social values, and marital saticfa as predictors of clinical and health psychology*, 2007.
- Bee, H, *Life span development*, Longman, 1998.
- Benneer,D. G and Hill,P. C, *baker encyclopedia of psychology and counseling*. Michigan:baker books, 1999.
- Bradbery,N. T. et al., "Research on the nature and determinants of marital satisfaction:A decade in review", *Journal of marriage andfamily*, 2000.
- Bouchard, et al., "Personality and Marital Adjustment:Utility of the Five-Factor Model of Personality", *Journal of Marriage and the family*,1999.
- Craig, R. J, *Interpreting personality tests*, Rows, Inc, 1999.
- Ciarrochi, Joseph, et al., *Emotional lintelligence in everyday life*, New york, Psychology press, 2001.
- Donnellan,M. et al., "The Big Five and enduring marriages", *Journal of research in personalty*.
- Weiten,W et al., *Psychology Applied To Modern Life*, Wadsworth cenge learning, 2009.
- Janbozorgi,M et al., *Providing emotional stability through relaxation training*. Eastern Mediterranean Health Journal, 2009.