

بررسی رابطه رضایت زناشویی، صمیمیت و کیفیت روابط زناشویی در متأهلین باگذشت

معصومه موحدی

دانشجوی دکتری روانشناسی سلامت، دانشگاه خوارزمی

یزدان موحدی

دانشجوی دکتری علوم اعصاب، دانشگاه تبریز

کلثوم کریمی نژاد

کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه علوم پزشکی لرستان

پذیرش: ۹۳/۱/۲۰

دریافت: ۹۲/۹/۲۹

چکیده

هدف: گذشت و عوامل تأثیرگذار بر آن همواره مورد توجه روانشناسان و خانواده درمانگران بوده است. هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه رضایت زناشویی، صمیمیت و کیفیت روابط زناشویی در متأهلین با گذشت اداره‌های دولتی شهر خرم آباد بود.

روش: این مطالعه توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه این پژوهش کارکنان متأهل اداره‌های دولتی شهر خرم آباد بودند که ۲۲۰ نفر به عنوان نمونه پژوهش، مورد مطالعه قرار گرفتند. برای سنجش متغیرهای مورد مطالعه در این پژوهش از مقیاس گذشت خانواده (Family Forgiveness Scale)، پرسشنامه رضایت زناشویی (Marital Satisfaction)، پرسشنامه صمیمیت (Intimacy) و پرسشنامه کیفیت روابط زناشویی (Marital Relationship Quality) استفاده شد. برای تحلیل داده‌ها از نرم افزار SPSS-16 و همچنین از روش آماری همبستگی استفاده شد.

یافته‌ها: آزمون فرضیه‌های پژوهش نشان داد که رضایت زناشویی در سطح ($f=789/547$)، صمیمیت در سطح ($f=12957/779$) و کیفیت روابط زناشویی در سطح ($f=579/050$) با گذشت همبستگی مثبت و معناداری دارند. **نتیجه‌گیری:** افرادی که به همسر خود گذشت بیشتری نشان می‌دهند، رضایت زناشویی بیشتری دارند و میزان صمیمیت و کیفیت روابط زناشویی بین آنها بالاتر است.

واژگان کلیدی: گذشت، رضایت زناشویی، صمیمیت، کیفیت روابط زناشویی.

مقدمه

گذشت (forgiveness)، صمیمیت (intimacy)، کیفیت زناشویی (marital quality) و رضایت زناشویی (marital satisfaction) از جمله متغیرهای مورد پژوهش در روانشناسی مثبت نگر بوده که نقش آنها در روابط بین فردی، به خصوص روابط زناشویی قابل توجه است (سلیگمن^۱، ۲۰۰۰).

گذشت به شکل‌های مختلفی تعریف شده است. در یکی از معتبرترین تعاریف گذشت به عنوان تغییر میان فردی و اجتماعی مثبت در مقابل خطایی که در حوزه‌های میان فردی قرار دارد تعریف می‌شود (آلمند، آمبرگ، زیمرپریچ و فینچام، ۲۰۰۷؛ فینچام، هال و بیچ، ۲۰۰۶؛ لیچ و لارک، ۲۰۰۴؛ ورثینگتون^۲، ۲۰۰۵) کل نکز^۳ (۲۰۰۸) نیز گذشت را عملی تقدیرآمیز و نامشروط معرفی می‌کند که یقیناً در توان فرد متالم می‌باشد. همچنین گلدمن^۴ (۲۰۱۰) معتقد است که باورها در مورد آنچه گذشت است، به طور قابل توجهی با ارزش‌های اساسی مردم و تحت تأثیر فرهنگ آنها قرار دارد.

الگوها و نظریه‌های مختلفی درباره گذشت مطرح شده است که آنها را می‌توان در چهار طبقه دسته بندی کرد: (۱) الگوهای مبتنی بر نظریه‌های روان شناختی مانند دیدگاه شناختی و روان تحلیلی. دیدگاه شناختی گذشت را یک نوع تغییر شناختی و ادراکی نسبت به خطا و خطاکار در نظر می‌گیرد (مالتبی^۵ و همکاران، ۲۰۰۷). از دیدگاه روان تحلیلی گذشت یک نوع توانایی ارتباطی و مربوط به خود است. در اثر گذشت تعارضات ناشی از دل‌بستگی و جداسازی حل می‌شود (هارویتز^۶، ۲۰۰۵). (۲) الگوهای مبتنی بر رشد که فرایند رشد و شکل‌گیری قابلیت گذشت را بررسی می‌کند. (۳) الگوهای مبتنی بر تیپ شناسی گذشت: این الگوها انواع گذشت

1. Seligman
2. Allemand, Amberg, Zimprich, Fincham, Hall & Beach, Leach&Lark, Worthington
3. Klevnick
4. Goldman
5. Maltby
6. Horwitz

را بررسی می‌کند. ۴) الگوهای فرایندی: در این بین الگوهای فرایندی بیشترین توجه پژوهشگران را به خود جلب کرده است (دنتون و مارتین^۱، ۱۹۹۸).

برای بررسی رضایت زناشویی، صمیمیت و کیفیت زناشویی تحقیقات زیادی انجام شده و تقریباً تمام این تحقیقات به اهمیت این متغیرها بر عملکرد خانواده، اشاره کرده‌اند. هنگامی که فرد قادر به گذشت باشد، رابطه میان هتک حرمت و کیفیت رابطه زناشویی و رضایت زناشویی ضعیف تعدیل می‌شود (عباسپور، ۱۳۸۷). هتک حرمت می‌تواند تأثیرات منفی بر روابط و رضایت زناشویی و همچنین بر خانواده داشته باشد. توانایی گذشت همسر می‌تواند بر عامل پابرجایی رابطه و افزایش رضایت زناشویی منجر گردد (باکوس^۲، ۲۰۰۹). افرادی که قادر به بخشیدن همسر خود هستند اعتقاد بر تقدس رابطه زناشویی خود دارند و این توانایی گذشت همسر به استحکام بیشتر رابطه زناشویی و افزایش رضایت زناشویی می‌انجامد (ماگیار^۳، ۲۰۰۱). در پژوهشی حمیدی‌پور و همکاران (۱۳۸۹) تأثیر زوج درمانی گروهی مبتنی بر گذشت بر رضایت زناشویی و مهارت‌های گذشت را مورد بررسی قرار دادند. نتایج نشان داد که بین گذشت و رضایت زناشویی رابطه وجود دارد.

فنل^۴ (۱۹۹۳) از زوج‌هایی که حداقل ۲۰ سال از ازدواجشان می‌گذشت و از رابطه زناشویی خود رضایت داشتند خواست که ویژگی‌هایی را که باعث رضایت آنها از زندگی می‌شود، معرفی کنند. آنها گذشت را یکی از ده اولویت اول برای رضایت زناشویی عنوان کردند.

آلمند، آمبرگ، زیمریچ و فینچام (۲۰۰۷) در پژوهش خود به بررسی تأثیر گذشت بر رضایت زناشویی پرداختند نتایج نشان داد که گذشت بر رضایت از رابطه و گذشت تأثیر دارد.

-
1. Denton & Martin
 2. Backus
 3. Magyar
 4. Fenell

همچنین بررسی‌ها نشان می‌دهد که بین گذشت و رضایت از زندگی رابطه وجود دارد (ترززا^۱ و همکاران، ۲۰۰۳).

تورسن^۲ و همکاران (۲۰۰۱) در مطالعه خود به این نتیجه رسیدند که گذشت خود و دیگران با رضایتمندی کلی از زندگی، تنها با تمایل به بخشیدن دیگران دارای رابطه‌ای مستقیم است.

یادگاری (۱۳۸۵) در پژوهشی مقدماتی بر روی ۲۰۰ زوج جوان تازه ازدواج کرده دانشگاه‌های تهران، نشان داد بین گذشت، رضایت زناشویی و خشنودی از زندگی، رابطه مثبت و معنادار وجود داشت.

براش^۳ و همکاران (۲۰۰۱) دریافتند که گذشت باید قسمتی از رابطه همسران باشد. مک نالتی^۴ (۲۰۰۸) در یک پژوهش تأثیرات تمایل زوجین به گذشت کردن را در ۷۲ زوج مورد بررسی قرار دادند. نتیجه این پژوهش نشان داد که در کوتاه مدت گذشت پیش بین پیامدهای زناشویی است. ولی در بلندمدت، تعامل متغیر گذشت و متغیر رفتارهای منفی زوجین پیش بین پیامدهای زناشویی زوجین است. وی در گزارش پژوهش خود بیان نمود که افرادی که همسران آنها رفتار منفی کمتری دارند، در صورتی که گذشت بالایی داشته باشند، رضایت زناشویی بیشتری دارند؛ اما افرادی که با همسرانی ازدواج کرده‌اند که رفتارهای منفی فراوانی دارند، هر چقدر با گذشت‌تر باشند، رضایت زناشویی کمتری دارند.

فینچام، بیچ و داویلا^۵ (۲۰۰۴) معتقدند کسانی را که ما به آنها عشق می‌ورزیم و دوستان داریم، احتمال بیشتری می‌رود که به آنها آسیب برسانیم. ممکن است یکی از زوج‌ها به طور عمدی یا سهوی به همسرش آسیب برساند، و او را مورد رنجش قرار دهد. گذشت در رابطه

-
1. Teresa
 2. Thorsen
 3. Brose
 4. Mc Nulty
 5. Davila

زناشویی به عنوان تسهیل کننده برجسته، می تواند این رابطه آسیب دیده را ترمیم کند و باعث شناخت و صمیمیت بیشتری در زندگی زناشویی شود.

از طرف دیگر، آنچه باعث استحکام رابطه زناشویی می شود، روابط عاطفی نزدیک و صمیمیت بین زوج هاست. روابط صمیمانه نیازهای عاطفی ما را ارضاء می کند و همچنین منبعی برای بیشتر آسیب های شدید ما می باشد. وقتی که یک آسیب رخ می دهد معمولاً عواطف منفی مانند عصبانیت و کینه رخ می دهد، که یک اختلاف بالقوه در روابط را باعث می شود. یکی از راه حل های این چالش گذشت است (ورثینگتون، ۱۹۹۸). مک کلوگ^۱ و همکاران (۱۹۹۸) نشان دادند که صمیمیت رابطه ای پیش از آسیب، از طریق ممکن ساختن عذرخواهی و سپس همدلی، گذشت را تسهیل می کند (ریپلی^۲ و ورثینگتون ۲۰۰۲). به دو گروه زوج ها گذشت مبتنی بر همدلی را آموزش دادند. نتایج این پژوهش نشان داد که گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل، در رفتارهای ارتباطی مثبت تفاوت معنی داری داشتند. گذشت در روابط زناشویی باعث دوام ازدواج و بهبود عملکرد ارتباطی زوجین می شود (فیل، ۱۹۹۳). گوردون و باکوم^۳ (۱۹۹۸) نشان دادند افرادی که همسر خاطی خود را می بخشند، تصورات زناشویی مثبت تر می شود، قدرت در رابطه زناشویی برابر و متعادل تر و رابطه صمیمانه تر و سازگارانه تری در زندگی زناشویی به وجود می آید. پارلیری، فینچام و رگالیا^۴ (۲۰۰۵) به این نتیجه رسیدند که متغیر گذشت ۳۹ درصد واریانس صمیمیت را به خود اختصاص می دهند. همچنین اگرچه برای رسیدن به صمیمیت به گذشت نیازی نیست، ولی گذشت می تواند تا حد زیادی ایجاد صمیمیت را تسهیل کند.

جکسون^۵ (۱۹۹۸) با بهره گیری از آزمون گذشت انرایت، تأثیر گذشت را بر صمیمیت و اعتماد در روابط زناشویی بررسی کرد. وی ۲۰۱ نفر آزمودنی ۲۱ تا ۸۰ ساله را که به مدت یک

1. Mac cullough
2. Ripley
3. Gordon & Baucom
4. Paleari , Fincham & Regalia
5. Jacson

سال و بیشتر از زمان زندگی زناشویی آنان می‌گذشت مورد بررسی قرار داد و دریافت که زوجینی که در زندگی خود اهل گذشت هستند رابطه معناداری در میزان اعتماد و صمیمیت در روابط میان فردی دارند. مالتبی، دی و باربر^۱ (۲۰۰۷) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که گذشت با عاطفه‌های مثبت و خشنودی از زندگی، رابطه‌ای مثبت دارد.

مارکس کیفیت روابط زناشویی را چنین تعریف می‌کند: کیفیت روابط زناشویی نتیجه شیوه‌هایی است که افراد متأهل به‌طور نظام‌مند خود را به این مثلث سازماندهی می‌کنند (تروکسل^۲، ۲۰۰۶). براساس نظریه فینچام و براد بوری^۳ (۱۹۸۷)؛ به نقل از ادیتال^۴، (۲۰۰۵)، کیفیت روابط زناشویی و میزان شادمانی تابع نحوه تعامل زن و شوهر و شیوه‌های مقابله‌ی آنها با موقعیت‌های تنش‌زای زندگی است (برادبوری و فینچام و بیچ، ۲۰۰۰؛ وایت وی^۵، ۲۰۰۲؛ کرولی^۶، ۲۰۰۶).

پژوهش‌های صورت گرفته رابطه‌ی بین کیفیت زناشویی با نحوه‌ی ارتباط (هازن و شیور^۷، ۱۹۸۷؛ کولینز^۸، ۱۹۹۶؛ فینی^۹، ۱۹۹۹؛ کرولی، ۲۰۰۶؛ دی وایت و هور^{۱۰}، ۲۰۰۸)، رضایتمندی زناشویی (حمیدی، ۱۳۸۶؛ سیمپسون^{۱۱}، ۱۹۹۰؛ کریسی^{۱۲}، ۲۰۰۲)، شیوه ابراز عواطف (دی وایت و هور، ۲۰۰۸)، با خشونت در روابط زناشویی (کیمبرلی و باکر^{۱۳}، ۲۰۰۸) و رضایتمندی زناشویی (دی وایت و هور، ۲۰۰۸؛ هسلی^{۱۴}، ۲۰۰۶) اشاره دارند.

-
1. Maltby , Day and Barber
 2. Troxel
 3. Bradbury
 4. Odital
 5. Whiteway
 6. Crowley
 7. Hazan & Shaver
 8. Coolins
 9. Feeney
 10. Dewite & Houwer
 11. Simpson
 12. Creasey
 13. Kimberly & Baker
 14. Haseley

فینچام و همکاران (۲۰۰۶) گذشت را در حوزه روابط زناشویی مورد بررسی قرار دادند. نمونه تحقیق آنها شامل ۱۵۴ زوج متأهل بود. این مطالعه حاکی از آن بود که ارتباط مثبتی بین گذشت و کیفیت رابطه زناشویی وجود دارد. به عبارتی دیگر مشخص شد که زوج‌ها در مراحل اولیه گذشت (مانند تجربه، سردرگمی، کناره‌گیری از همسر و تلافی‌جویی) سطح پایین‌تری از رضایت زناشویی را گزارش کردند، در حالی که زوج‌هایی که در مراحل نهایی گذشت قرار داشتند (مانند فرونشانی خشم، تجربه هیجان مثبت نسبت به همسر) سطوح بالاتری از رضایت زناشویی را نشان دادند. کیفیت روابط زناشویی نقش اساسی در ارزیابی کیفیت کلی ارتباطات خانوادگی دارد (برادبوری، فینچام و بیچ، ۲۰۰۰). کیفیت رابطه زناشویی مفهومی چند بعدی است و شامل ابعاد گوناگون ارتباط زوجین مانند سازگاری، رضایت، شادمانی، انسجام و تعهد می‌شود (تروکسل، ۲۰۰۶).

فینچام و بیچ (۲۰۰۷) در پژوهش خود رابطه بین گذشت و کیفیت زناشویی در زوجین (۹۱ زوج) را مورد بررسی قرار دادند. نتایج نشان داد که بین گذشت و کیفیت رابطه زناشویی دز زنان یک مسیر دو طرفه دارد، در حالی که جهت این رابطه برای مردان فقط از کیفیت رابطه زناشویی به گذشت بود.

هدف این پژوهش بررسی و مقایسه رضایت زناشویی، صمیمیت و کیفیت روابط زناشویی در متأهلین باگذشت است.

روش

به منظور تعیین و تشخیص گروه‌های متأهل باگذشت، ۳۰۰ نفر از کارکنان متأهل اداره‌های دولتی شهر خرم‌آباد که با روش نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله‌ای انتخاب شده بودند، اقدام به تکمیل پرسشنامه گذشت خانواده نمودند. کارکنان متأهل باگذشت به کارکنانی اطلاق می‌شود که نمره گذشت آنها در پرسشنامه گذشت خانواده بیشتر از ۱۲۷، رتبه درصدی ۹۰ است.

روش پژوهش از نوع توصیفی و همبستگی است.

ابزارهای پژوهش: پرسشنامه رضایت زناشویی اینریچ. این مقیاس در سال ۱۹۸۹ توسط اولسون^۱ ساخته شده است و شامل ۴۷ ماده خود گزارشی است. هر گزینه شامل یک مقیاس ۵ درجه‌ای که دامنه آن از ۱ تا ۵ مرتب شده است. هر چه نمره فرد بیشتر باشد، میزان رضایت زناشویی وی نیز بیشتر خواهد بود.

السون (۱۹۸۹) ضرایب آلفای کرونباخ را ۰/۹۲، به دست آوردند. سلیمانان (۱۳۷۳) پرسشنامه رضایت زناشویی را ترجمه و همبستگی درونی آزمون را ۰/۹۵ گزارش کرده است. همچنین ضریب پایایی آزمون نیز در پژوهش سلیمانان، به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۵ به دست آمد. حیدری از جلو (۱۳۸۷) نیز برای اعتباریابی پرسشنامه رضایت زناشویی، آن را با نمرات استرس همبسته کرد و یک رابطه منفی معنادار ($r = -0/30$) در سطح $P < 0/001$ به دست آورد که نشان دهنده ی اعتبار مطلوب این پرسشنامه است.

۲- پرسشنامه سنجش گذشت در خانواده. توسط پولارد، اندرسون، اندرسون و جینگز^۲ (۱۹۹۸)، ترجمه سیف و بهاری، (۱۳۸۲) تهیه شده است. این مقیاس، متشکل از ۴۰ ماده بوده و از دو بخش تشکیل شده است. ۲۰ ماده اول آن به روابط خانواده اصلی و ۲۰ ماده دیگر به روابط زناشویی فعلی مربوط است. نمره گذاری مقیاس مذکور بر روی یک مقیاس لیکرتی ۵ درجه‌ای، از ۱ (هرگز) تا ۵ (تقریباً همیشه) صورت می‌گیرد. کسب نمره بالا در این آزمون نشان دهنده میزان گذشت بالا است.

پلارد و همکاران (۱۹۹۸)، در تحقیقی بر روی ۲۲۹ زن و ۱۱۳ مرد، ضریب آلفای کرونباخ را ۰/۹۳ گزارش کردند. سیف و بهاری (۱۳۸۲) در مطالعه‌ای بر روی یک نمونه ۷۶۶ نفر از متأهلین شهر تهران، پایایی کل آزمون را به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آوردند. پلارد و همکاران (۱۹۹۸) برای بررسی اعتبار مقیاس گذشت خانواده، با استفاده از یک نمونه

1. Olson
2. Pollard, Anderson, Anderson, And Jennings

۳۴۲ نفری، این مقیاس را با مقیاس خودمختاری ورتینگتون^۱ و مقیاس اخلاق رابطه‌ای^۲ همسبته کردند. نتایج تحلیل نشان داد که خرده مقیاس‌های این مقیاس از اعتبار همگرایی مطلوبی برخوردار هستند. همچنین نتایج این پژوهش نشان داد که مقیاس گذشت خانواده دارای اعتبار سازه قابل قبولی است.

۳- مقیاس صمیمیت. این پرسشنامه توسط واکر و تامپسون (۱۹۸۳؛ به نقل از ثنایی، ۱۳۷۹) تهیه شده که دارای ۱۷ ماده است و برای سنجش مهر و صمیمیت تدوین شده است. نمره گذاری مقیاس مذکور بر روی یک مقیاس لیکرتی ۷ درجه‌ای، از ۱ (هرگز) تا ۷ (همیشه) صورت می‌گیرد. هر چه نمره فرد در این مقیاس بیشتر باشد، صمیمت بالاتری را تجربه می‌کند. این مقیاس توسط ثنایی (۱۳۷۹) ترجمه شده است و ضریب پایایی این پرسشنامه را براساس داده‌ها ۱۰۰ زوج در اصفهان، ۰/۹۶ به دست آورد. نعیم (۱۳۸۷) نیز، برای تعیین پایایی پرسشنامه صمیمیت از دو روش آلفای کرونباخ و تنصیف استفاده کرد که به ترتیب برابر ۰/۹۶ و ۰/۹۶ بیان‌گر پایایی مطلوب پرسشنامه یاد شده می‌باشد. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ و تنصیف پرسشنامه مذکور ۰/۹۷ و ۰/۹۶ به دست آمد که حاکی از آن است که مقیاس صمیمیت دارای پایایی بسیار خوبی است. همچنین اعتبار این مقیاس از طریق همبستگی آن با یک سوال کلی ۰/۸۸ به دست آمد $P < 0/001$ که بیانگر اعتبار بالای آزمون است.

۴- پرسشنامه کیفیت روابط زناشویی: از پرسشنامه استاندارد راست-گولومبوغ^۳ استفاده گردید. این پرسشنامه توسط راست، بنون، کراو و گولومبوغ در سال ۱۹۸۸ ساخته شد که برای بررسی روابط یک زوج به کار می‌رود و دارای ۲۸ ماده ۴ گزینه‌ای (مخالف، کاملاً مخالف، موافق و کاملاً موافق) می‌باشد، و بین ۱۰۰-۰ نمره گذاری شده است. از این رو نمره کل بین ۰-۸۴ در نوسان است. نمره بالا نشانه وخیم بودن کیفیت زناشویی است. این پرسشنامه ارزیابی کلی فرد از زندگی زناشویی خویش را نشان می‌دهد. از لحاظ روایی این پرسشنامه با

1. Worthington Autonomy Scale (WAS)
2. Relational Ethics Scale (RES)
3. Rust, & Golombog

نظریه فینچام و برادبوری در مورد کیفیت زناشویی همسوست (هولیت و میلر، ۲۰۰۵). روایی این پرسشنامه با ۲۴ زوج سنجیده شده است که همبستگی میان بهبودی زوجها و مقیاس درمانگر ۰/۹۱ بوده است (راست و همکاران (۱۹۹۸). پژوهش عیسی نژاد (۱۳۸۶) نتایج همبستگی این پرسشنامه را با پرسشنامه سازگاری زناشویی باسی، کران، لارسن و کریستنسن (۱۹۹۵) که به منظور ارزیابی کیفیت روابط زناشویی براساس نظریه لیوایز و اسپنسر (۱۹۷۹) در مورد کیفیت زناشویی ساخته شده است (ادیتال و لاو، ۲۰۰۵)، به میزان ۰/۶۷ نشان داده است. پرسشنامه همچنین به مداخلات غنی سازی حساس بوده است که نشان دهنده روایی سازهای و ملاکی پرسشنامه می باشد (عیسی نژاد، ۱۳۸۶). پژوهش عیسی نژاد، احمدی و اعتمادی (۱۳۸۷) پایایی این پرسشنامه را به شیوه آلفای کرونباخ ۰/۸۹ نشان داده است. بشارت نیز (۱۳۸۰) پایایی این پرسشنامه را به شیوه آلفای کرونباخ ۰/۹۳ و به شیوه بازآزمایی پس از دو هفته ۰/۹۴ برآورد کرده است. روایی این ابزار را با توجه به ویژگی آن بالا دانسته‌اند. همچنین روایی محتوایی این پرسشنامه با کمک ۵ نفر از مشاوران خانواده، نشان دهنده روایی محتوایی بالای پرسشنامه است. راست و همکارانش در زمینه پایایی این پرسشنامه، آلفای کرونباخ ۰/۸۹ را برای زنان و ۰/۸۵ را در مردان گزارش نمودند.

یافته‌ها

در این بخش یافته‌های پژوهش حاضر تحت دو عنوان یافته‌های توصیفی و یافته‌های مربوط به فرضیه‌های پژوهش ارائه می‌گردد.

یافته‌های توصیفی: در این بخش شاخص‌های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش یعنی میانگین و انحراف معیار ارائه می‌گردد.

در جدول ۱ یافته‌های توصیفی مربوط به صمیمیت، رضایت زناشویی و کیفیت زندگی زناشویی در گروه متأهلین باگذشت ارائه شده است.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار صمیمیت، رضایت زناشویی و کیفیت زندگی زناشویی در دو گروه باگذشت و بدون گذشت

متغیرها	شاخص‌های آماری	
	باگذشت	
صمیمیت	میانگین	انحراف معیار
	۷۸/۰۸	۷/۷۰
رضایت زناشویی	۱۶۵/۴۳	۲۱/۷۸
کیفیت زندگی زناشویی	۵۵/۸۵	۹/۳۳

جدول ۲. نتایج ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش

	کیفیت زندگی زناشویی	صمیمیت	رضایت زناشویی	گذشت
کیفیت زندگی زناشویی	۱			
صمیمیت	۰/۵۴۰**	۱		
رضایت زناشویی	۰/۷۸۳**	۰/۶۳۰**	۱	
گذشت	۰/۷۰۵**	۰/۵۳۹**	۰/۴۸۰**	۱

نتایج حاصل از رگرسیون چند متغیره نشان داد که کیفیت زندگی زناشویی، صمیمیت و رضایت زناشویی می‌تواند ۵۳ درصد واریانس گذشت را در افراد پیش بینی کنند. که در این میان کیفیت زندگی زناشویی و صمیمیت سهم معناداری داشتند. اما رضایت زناشویی سهم معناداری نداشت.

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون کیفیت زندگی زناشویی، صمیمیت و رضایت زناشویی با گذشت

متغیرهای پیش بین	B	SE	Beta	T	F	R	R ²
مدل کیفیت زندگی زناشویی	۰/۶۸۳	۰/۱۲۴	۰/۵۱۳	۵/۵۲	۴۹/۳۵۲	۰/۷۳۳	۵۳۰
صمیمیت	۰/۳۷۶	۰/۱۳۱	۰/۲۰۶	۲/۹۹			۰/۰۰۳
رضایت زناشویی	۰/۱۳۴	۰/۱۲۰	۰/۱۰۴	۱/۱۱			۰/۲۶۶

نتیجه گیری

نتایج ارزیابی مربوط به صمیمیت نشان داد که صمیمیت کارکنان متأهل با گذشت به طور معناداری بالا است. این یافته با پژوهش‌های فنل (۱۹۹۳)، گوردون و باکوم (۱۹۹۸)، ورثینگتون (۱۹۹۹)، مالتبی و باربر (۲۰۰۴)، فینچام، پیچ و داویلا (۲۰۰۴)، پارلیا، فینچام و رگالیا (۲۰۰۵) هماهنگ است. همچنین آلمیندا، آمبرگ، زیمپیریچ و فینچام (۲۰۰۷) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که گذشت با سطوح بالای رضایت از زندگی رابطه معنی دار دارد. مایو، توماس، فینچام و کارنلی (۲۰۰۸) در پژوهش خود به بررسی نقش گذشت در روابط خانوادگی پرداختند. نتایج نشان داد که گذشت بر بسیاری از روابط خانوادگی و زناشویی تاثیر مثبتی دارد.

اما چگونه ممکن است گذشت بر رضایت زناشویی تأثیر بگذارد پژوهشگران حوزه گذشت معتقدند که فرایند گذشت مشابه سایر فرایندهای انطباقی است. اگر روشهای انطباقی را به دو دسته مسأله مدار و هیجان مدار تقسیم کنیم، گذشت جزء روش‌های هیجان مدار است. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که شیوه‌های مسأله مدار در موقعیت‌های بالا با کنترل بالا مؤثرتر است.

زیرا فرد می‌تواند در محیط خود تغییراتی به عمل آورد، اما در موقعیت‌های با کنترل پایین روش‌های مسأله مدار ممکن است ایجاد ناکامی کند. در چنین موقعیت‌هایی روش‌های هیجان مدار مؤثرتر است. زیرا ضمن کمک به تخلیه و مدیریت و مدیریت هیجانات منفی ناشی از درماندگی و ناامیدی، به تقویت حمایت اجتماعی و سازگاری فرد کمک می‌کند در حالی که کنترل ناچیزی بر محیط دارد (مالتی و همکاران، ۲۰۰۷). به این ترتیب فردی که می‌بخشد، یک فرایند انطباقی هیجان مدار را طی می‌کند و تغییری در نگرش و کیفیت ارتباط او به وجود می‌آید.

در تبیین این یافته می‌توان گفت زوجینی که از خود گذشت نشان نمی‌دهند، به احتمال خیلی زیاد دارای صمیمیت کمتری هستند. از آن جایی که در روابط زناشویی به دلیل نزدیکی زوجین به همدیگر ممکن است زوجها به طور عمدی و یا سهوی به یکدیگر آسیب رسانده و یکدیگر را مورد رنجش قرار دهند و با توجه به این که صمیمیت باعث استحکام رابطه زناشویی می‌شود، در نتیجه وجود آن می‌تواند به عنوان پیش‌بینی کننده گذشت در روابط زناشویی محسوب شود. در نتیجه هر چه در یک رابطه گذشت بیشتری وجود داشته باشد، روابط صمیمانه و سازگارانه‌تری به وجود می‌آید.

نتایج ارزیابی مربوط به رضایت زناشویی نشان داد که رضایت زناشویی کارکنان متأهل باگذشت به‌طور معناداری بالاست. نتایج پژوهش حاضر با پژوهش‌های باکوس (۲۰۰۹)، ماگیار (۲۰۰۱)، فنل (۱۹۹۳)، آلمند، آمبرگ، زیمپریچ و فینچام (۲۰۰۷)، ترزا و همکاران (۲۰۰۳)، توسان و همکاران (۲۰۰۱)، مک نالتی (۲۰۰۸)، حمیدی پور و همکاران (۱۳۸۹)، یادگاری (۲۰۰۵) هماهنگ است. در گذشت انگیزه کمتری برای اجتناب یا انتقام جویی علیه آسیب رسان وجود دارد. گذشت معمولاً در روابطی رخ می‌دهد که در آن تعهد، رضایت و رابطه نزدیک وجود دارد. در روابط صمیمی، احتمال بیشتری وجود دارد که آسیب رسان به خاطر اشتباه خود عذرخواهی کند. به علاوه روابط صمیمانه رشد همدلی نسبت به آسیب رسان را باعث می‌شود (مک کلوگ و همکاران، ۱۹۹۸).

گذشت کردن در روابط ضروری است، زیرا آسیب‌ها و تخطی‌های اجتناب‌ناپذیر را نشان می‌دهد. این نقش گذشت در روابط مختلف متفاوت است و به روابطی بستگی دارد، که در موقعیت حاضر میان دو نفر جریان دارد (ورثینگتون، ۲۰۰۵). در روابط بی‌ثبات که میان افراد غریبه وجود دارد، احتمالاً آسی‌هایی که رخ می‌دهد زودگذر است، چرا که پیوندهای کمی وجود دارد که این افراد را با هم نگه می‌دارد و احتمالاً این آسیب‌ها در زندگی آنها تأثیرات مهمی ندارد (کوک، ۲۰۰۶). در روابط باثبات مانند روابط میان زوجین صمیمی، اعضاء خانواده یا دوستان، احتمال دارد که آسیب‌های جزئی بیشتری رخ دهد، چرا که ویژگی این روابط، طولانی بودن آنهاست. وقوع این آسیب‌های جزئی فراوان می‌تواند فرسایش در روابط باثبات را موجب شود (ورثینگتون، ۱۹۹۸). روابط صمیمانه نیازهای عاطفی عمیق ما را ارضا می‌کند و همچنین منبعی برای بیشتر آسیب‌های شدید ما می‌باشد. وقتی که یک آسیب رخ می‌دهد، عواطف منفی مانند عصبانیت و کینه که معمول است، یک اختلاف بالقوه در روابط را باعث می‌شود، یکی از راه‌های این چالش گذشت است (ورثینگتون و وات، ۱۹۹۸).

در تبیین این یافته می‌توان گفت زوجینی که از خود گذشت نشان نمی‌دهند، به احتمال خیلی زیاد دارای رضایت زناشویی کمتری هستند. از آنجایی که در روابط زناشویی رنج اجتناب‌ناپذیر است، توانایی بخشیدن طرف مقابل می‌تواند باعث افزایش رضایت زناشویی شود.

نتایج مربوط به کیفیت روابط زناشویی نشان داد که کیفیت روابط زناشویی کارکنان متأهل باگذشت به طور معناداری بالاست. این یافته با پژوهش‌های فینچام (۱۹۸۷)، هازن و شیور (۱۹۸۷)، و فینچام و پیچ (۲۰۰۰)، وایت وی (۲۰۰۲)، ادینال (۲۰۰۵)، کروی (۲۰۰۶)، شیوه ابراز عواطف (دی وایت هور، ۲۰۰۸)، خسونت در روابط زناشویی (کیمبرلی و باکر، ۲۰۰۸)، فینچام و همکاران (۲۰۰۶)، فینچام و پیچ (۲۰۰۷) هماهنگ است. فینچام و همکاران (۲۰۰۲) نقش کیفیت رابطه زناشویی را در گذشت بررسی کردند. در پژوهش آنها ۱۲۸ زوج

ایتالیایی شرکت کردند، که رابطه زناشویی آنها مدت زیادی دوام یافته بود. آنها نشان دادند که گذشت کیفیت رابطه زناشویی را پیش بینی می‌کند.

پالیری و همکاران (۲۰۰۵) در پژوهش خود نشان دادند که گذشت می‌تواند کیفیت رابطه زناشویی را پیش بینی کند و همچنین بین گذشت و کیفیت روابط زناشویی در طی زمان، یک رابطه متقابل وجود دارد.

در پژوهشی باکوس (۲۰۰۹) به بررسی رابطه میان بی‌حرمتی، گذشت و کیفیت رابطه زناشویی در دوران بارداری پرداخت. نمونه شامل ۱۷۸ زوج متأهل در شرق میانه بود. تحلیل‌ها نشان داد که بی‌حرمتی با گزارش سطوح پایین‌تری از رضایت زناشویی در زنان همراه بود. کیفیت رابطه زناشویی با گذشت همسر هم در زنان و هم در مردان مرتبط بود.

در تبیین این یافته می‌توان گفت که زوجینی که از خود گذشت نشان نمی‌دهند، به احتمال خیلی زیاد کیفیت روابط زناشویی پایینی دارند. افرادی که همسر خود را می‌بخشند و اهل گذشت در زندگی زناشویی هستند، خودکنترلی و خودانگیزی بالایی دارند. از آن جایی که کیفیت روابط زناشویی شامل نحوه تعامل زن و شوهر و شیوه‌های مقابله آنها با موقعیت‌های تنش‌زای زندگی است. زوجینی که نسبت به یکدیگر عفو و گذشت را پیش می‌گیرند از کیفیت روابط زناشویی بالایی برخوردار هستند.

محدودیت عمده این پژوهش این است که نمونه پژوهش حاضر از میان جمعیت کارکنان متأهل اداره‌های دولتی شهر خرم‌آباد انتخاب شده است و تعمیم نتایج این پژوهش به جمعیت‌های دیگر باید با احتیاط صورت گیرد. دوم اینکه داده‌ها مربوط به یکی از زوجین است. و این از محدودیت‌های این پژوهش است.

همچنین با توجه به اهمیت نقش گذشت در روابط بین فردی، از جمله (زوجین) ساخت و ارائه یک مدل آموزشی غنی و پربار (گذشت) از طرف خانواده درمانگران پیشنهاد می‌گردد.

سپاس و قدردانی

از تمامی کارکنان دانشگاه علوم پزشکی لرستان، کارکنان دانشگاه لرستان، کارکنان مخابرات و برق تشکر می‌کنم.

منابع فارسی

- ثنایی، باقر (۱۳۷۹). ازدواج؛ انگیزه‌ها، پرتگاه‌ها و سلامت آن. *مجله پژوهش‌های تربیتی دانشگاه تربیت معلم*؛ (۴۳)؛ ۱۹-۴۳.
- حمیدی‌پور، رحیم، (۱۳۸۹). بررسی تأثیر زوج درمانی مبتنی بر گذشت بر رضایت زناشویی. *مطالعات اجتماعی روانشناختی زنان*. (۴-۸)؛ ۴۹-۷۲.
- سلیمانیان، علی‌اکبر (۱۳۷۳). بررسی تفکرات غیرمنطقی براساس رویکرد شناختی بر رضایت زناشویی. پایان نامه کارشناس ارشد مشاوره، دانشکده علوم تربیتی تربیت معلم تهران.
- سیف، سوسن و بهاری، فرشاد (۱۳۸۲). رابطه بخشودگی، معرفی یک مدل درمانی در مشاوره خانواده و ازدواج. *تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره*. ۲، ۷ و ۸.
- یادگاری، هاجر (۱۳۸۵). گذشت و ارتباط آن با رضایت از زندگی در بین زوجین. *کنگره زنان*، ۱۹-۲۴.
- عیسی نژاد، امید (۱۳۸۶). تأثیر غنی‌سازی روابط بر کیفیت روابط زناشویی زوج‌های شهر اصفهان. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشکده روانشناسی دانشگاه اصفهان.
- بشارت، محمدعلی (۱۳۸۰). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی با رضایت زناشویی. *فصلنامه خانواده‌پژوهی*، ۴۴۴-۴۵۳.

- Allemand, M., Amberg, zimprich, M and Fincham, F. D. (2007). The role of trait forgiveness and relationship satisfaction in episodic forgiveness *Journal of Social and Clinical psychology*; 26(2):199-217.
- Adital, B. & Lavee, Y. (2005). Dyadic characteristics of individual attributes: attachment, neuroticism, and their relations to marital quality and closeness. *American Journal of Orthopsychiatry*, 4, 621-632.
- Backus, L.N. (2009). *Establishing links between desecration, forgiveness and marital quality during pregnancy*. Master of Art Dissertation, Graduate College of Bowling Green State University.
- Bradbury, T., Fincham, F., & Beach, S. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 62, 964-980.
- Dyadic Adjustment Scale for use with distressed and nondistressed couples: Construct Hierarchy and multidimensional scale. *Journal of Marital and family therapy*, 21, 289-308.
- Coolins, N. L. & Read, S. J. (1990). Adult attachment working models and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663.
- Creasey, G. (2002). Associations between working models of attachment and conflict styles to marital romantic couples. *Journal of Counseling Psychology*, 49: 365-375.
- Crowley, A. K. (2006). *The relationship of adult attachment style and interactive conflict style to marital satisfaction*. Doctoral Thesis. Texas A & M University.
- Denton, R & Martin, M, (1998). Defining forgiveness: an empirical exploration of process and role, *The American Journal of Family Therapy*, 26: 281-292.
- Dewitte, A., Houwer, J. D. (2008). Adult attachment and attention to positive and negative emotional face expressions. *Journal of Research in personality*, 42: 498-505.
- Feeney, J. (1999). *Adult romantic attachment and couple relationship*. In J. Cassidy P. Shaver (Eds.), *Handbook of Attachment and couple Relationships* (pp.355-377). New York: Guilford Press.
- Fenell, D. (1993). Characteristics of long-term first marriages. *Journal of Mental Health Counseling*, 15: 450-460.
- Fincham, F. D., Hall, J., & BeAch, S. R. (2006). Forgiveness in marriage: current status and future directions. *Family Relations Journal*;55: 415-527.
- Fincham, F.D & Beach, S.R.H, (2007). Forgiveness and marital quality: Precursor or consequence in well established relationship? *The Journal of Positive Psychology*, 92, 260-268.
- Fincham, F.D & Beach, S.R.H, & Davila, J. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology*. 18(1): 72-81.
- Gilbert, P. B. (2004). Analysis of the function of system variable within forgiving and unforgiving families. *Journal of Family Therapy*, 22: 144-167.

- Goldman B. (2010). *Gender role orientation and the role of empathy in interventions promoting the development of interpersonal forgiveness*. Dissertation. Iowa State University Ames, Iowa; p. 1-5.
- Haseley, J. L. (2006). *Marital Satisfaction among Newly Married Couples: Association with Religiosity and Romantic Attachment Style*. Doctoral Thesis. University of North Texas.
- Hazan, C. & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social psychology*, 52: 511-524.
- Horwitz, L, (2005). The capacity to forgive: intra psychic and developmental perspectives, *Journal of American Psychoanalytic Association*, 53: 458-511.
- Hollist. C. S. & Miller, R. B. (2005). *Perceptions of attachment style and marital quality in midlife marriage*. *Family Relations*, 54, 46-58
- Jackson, S.M. (1998). *The influences of Forgiveness on intimacy and trust in marital and committed relationships*. Dissertation Abstracts International: Section B: the Sciences & Engineering; 2(3): 58-69.
- Klevnick L. (2008). *An exploration of the relationship between mindfulness and forgiveness*. Dissertation. Canada: university of Toronto; 45-49.
- Magyar, G. M. (2001). *Violating the sacred: An initial study of desecration in romantic relationship among college students and its implications for mental and physical health*. M.A. dissertation, Bowling Green State University.
- Maltby, J; Macaskill, A & Gillet, R, (2007). The cognitive nature of forgiveness: using cognitive strategies of primary appraisal and coping to describe the process of forgiving, *Journal of Clinical Psychology*, 63, 555-565.
- McCullough, M.E, Exline, J.H & Baumeister, R.F, (1998). *An annotated bibliography of research on forgiveness and related concepts*. *Psychological research and theological speculation*, Philadelphia: The Templeton Foundation Press.
- McNulty, J. K. (2008). Forgiveness in marriage: Putting the benefits into context. *Journal of Family Psychology*, 22(1): 171-175.
- Pollard, M. Anderson, R. Anderson, W., & Jennings, G. (1998). The development of family forgiveness scale. *Journal of family Thrapy*, 20: 95-109.
- Paleari, F. G, Regalia, C & Fincham, F. D. (2005). Marital quality, Forgiveness, empathy, and rumination: a longitudinal analysis, *Journal of Social Behaviors and personality*; 14(3): 368- 378.
- Rust. J. R., Bennun, I., Crowe, M. & Golombog, S. (1998). *The Golombog – Rust Inventory of Marital State*. Windsor, UK, USA: NFER-Nelson Publishing Co., Ltd.
- Seligman MA, Csikszent MH. (2000). Positive psychology. *J American Psychologist*; 55: 5-14.
- Simpson. J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of personality and Social psychology*, 59, 971-980.
- Teresa, Maria, Vinsonneau, Genevieve, Neto, feliz, Girad, Michelle, Etienne, (2003). Forgiveness and satisfaction with life, *Journal of Happiness Studies*, 4, 323-335.
- Thoresen, C. E., Harris. A. H., & Oman, D. (2001). *Spirituality, Religion and Health: Evidence, Issues, and Concerns*: New York and London: The Guilford Press.

- Troxel, W. M. (2006). *Marital quality, communal strengths, and physical health*. Doctoral Thesis. University of Pittsburgh.
- Whiteway, M. (2002). *Adult attachment styles and their relationship to marital satisfaction in couples*. Doctoral Thesis. Seton Hall University, College of Education and Human Services.
- Worthington, E. L. (2005). *Initial questions about the art and science of forgiving*. In E. L. Worthington(Ed). *Handbook of forgiveness*. New York, Rutledge.
- Worthington, E. L. (1998). *Dimensions of forgiveness*. Radnor: Templeton Foundation Press.