

رابطه بین سبک‌های دلبستگی و بخشش با رضایت زناشویی زوجها

حسین زارع

دانشیار روانشناسی، دانشگاه پیام نور

باقر غباری بناب

دانشیار روانشناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشگاه تهران

علیرضا شمس نطنزی^۱

کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه پیام نور

اسدالله صادق خانی

کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه پیام نور

دریافت مقاله: ۹۱/۵/۱۶ پذیرش مقاله: ۹۱/۱۲/۲۵

چکیده

هدف: یکی از اهداف اصلی تحقیقات درباره روابط بین زوجها پیش‌بینی رضایت زناشویی با مشخص کردن عواملی است که بر کیفیت تعامل بین زوجها تأثیر می‌گذارد. پژوهش حاضر باهدف تعیین رابطه سبک‌های دلبستگی و بخشش با رضایت زناشویی در زوجها انجام شده است.

روش: روش پژوهش از نوع همبستگی استفاده شده است. به این منظور از بین زوجها شهرستان ماسال، ۷۵ زوج ($n=150$) به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای جمع‌آوری اطلاعات سه پرسشنامه سبک‌های دلبستگی بزرگسالان کالینز و رید، بخشش انزایت و مقیاس رضایت زناشویی اینریچ بود که روایی و اعتبار هر سه مورد تأیید قرار گرفته است. داده‌های به‌دست آمده با استفاده از روش‌های آماری ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون گام‌به‌گام و با بهره‌گیری از نرم‌افزار SPSS ۱۶ تحلیل شدند.

یافته‌ها: تحلیل داده‌ها نشان داد که بین سبک‌های دلبستگی اجتنابی و اضطرابی و رضایت زناشویی رابطه منفی، بین سبک دلبستگی ایمن و رضایت زناشویی رابطه مثبت و همچنین بین بخشش و رضایت زناشویی رابطه مثبت معناداری وجود دارد ($P \leq 0/01$). علاوه بر این پژوهش نشان داد که سبک‌های دلبستگی و بخشش به میزان ۲۸ درصد، واریانس رضایت زناشویی را پیش‌بینی می‌کند. تحلیل رگرسیون

چندگانه همچنین نشان داد که تنها بعد رفتاری بخشش ۱۰ درصد واریانس رضایت زناشویی را در زوجها تبیین می‌کند و این مقدار تبیین واریانس، معنادار است ($P \leq 0/01$).

نتیجه‌گیری: یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهند که بین سبک‌های دلبستگی و بخشش با رضایت زناشویی رابطه معناداری وجود دارد. هر یک از زوجها تصویر دلبستگی را که در دوران نوزادی شکل داده‌اند، در مقابل همدیگر بکار می‌بندند. همچنین با توجه به نقش بخشش در کاستن از احساسات منفی و افزایش احساسات مثبت، می‌توان دریافت که بخشش با کیفیت بالای رضایت زناشویی همراه است. در پژوهش‌های آینده لازم است روشن شود که آیا مداخلاتی در سبک‌های دلبستگی، تغییری در میزان بخشش افراد و رضایت زناشویی‌شان ایجاد می‌کند.

واژگان کلیدی: سبک‌های دلبستگی، بخشش، رضایت زناشویی، زوج‌ها

مقدمه

رضایت زناشویی به‌عنوان میزان ادراک زوج از اینکه شریکشان نیازها و تمایلات آن‌ها را برآورده می‌کند تعریف می‌شود (بارپی و لانگر^۱، ۲۰۰۵، پلگ^۲، ۲۰۰۸). این گونه به نظر می‌رسد که رضایت زناشویی به‌صورت مستقیم و غیرمستقیم با پایدار بودن واحد خانواده و کیفیت بهتر زندگی رابطه داشته باشد، درحالی‌که مشخص شده است نارضایتی از ازدواج منجر به تنش، اضطراب و حتی انحلال واحد خانواده می‌گردد (شاکلفرد، بسر، گوتز^۳، ۲۰۰۸).

وینچ^۴ (۲۰۰۲) معتقد است که رضایت زناشویی، انطباق بین وضعیت موجود با وضعیت مورد انتظار است. بر اساس این تعریف، رضایت زناشویی وقتی وجود دارد که وضعیت موجود در روابط زناشویی با وضعیت مورد انتظار منطبق باشد (اسچوماچر و لئونارد^۵، ۲۰۰۵؛ به نقل از کاوه فارسانی، احمدی و فاتحی زاده، ۱۳۹۱). رضایت زناشویی وضعیتی است که در آن زن و شوهر در بیشتر مواقع احساس خوشبختی و رضایت از همدیگر دارند (میرگاین و کوردوا^۶، ۲۰۰۷).

1. Burpee, L. C., & Langer, E. J.

2. Peleg, O.

3. Shackelford, T. K., Besser, A., & Goetz, A. T.

4. Winch, M.

5. Schumacher, J. A., Leonard, K. E.

6. Mirgain, S. A., & Cordova, J. V.

یکی از اهداف اصلی تحقیقات درباره روابط بین زوجین پیش‌بینی رضایت زناشویی با مشخص کردن عواملی است که بر کیفیت تعامل بین زوجین تأثیر می‌گذارد (چرانیا و آیکس^۱، ۲۰۰۷). مشخص شده است که عوامل شخصیتی گشوده بودن و وجدانی بودن (شاکلفرد و همکاران، ۲۰۰۸)، ارتباط و صمیمیت جنسی (عارفی و محسن زاده، ۱۳۹۱)، هویت ریش یافته (پارسونز، نالبون، کیلمر و وچلر^۲، ۲۰۰۷)، باورهای ارتباطی غیرمنطقی (استکرت و بورسیک^۳، ۲۰۰۳)، انصاف (سهرابی و امانی، ۱۳۹۱)، وجود رگه خصومت در یکی از زوجین (بارون و همکاران^۴، ۲۰۰۶)، متغیرهای جمعیت شناختی از قبیل سن و میزان تحصیلات (جوز و آلفونز^۵، ۲۰۰۷)، میزان درآمد (داکین و واملر^۶، ۲۰۰۸)، سبک دلبستگی (مایرز و لاندسبرگر^۷، ۲۰۰۲؛ بانز^۸، ۲۰۰۴؛ عارفی و محسن زاده، ۱۳۹۱) و بخشش (فینچام، بیچ و داویلا^۹، ۲۰۰۴؛ حمیدی پور، ثنایی ذاکر، نظری، فراهانی، ۱۳۸۹) با رضایت زناشویی رابطه دارند. یکی از عوامل بسیار مهم در رضایتمندی زناشویی، سبک‌های دلبستگی زوجین در بزرگسالی است (بانز^{۱۰}، ۲۰۰۴). دلبستگی عبارت است از برقراری پیوند عاطفی عمیق با افرادی خاص در زندگی به نحوی که تعامل با آن‌ها باعث احساس نشاط و شغف شود و وجود آن‌ها به هنگام تنش مایه آرامش باشد (برک^{۱۱}، ۱۳۸۵).

طبق الگوی سبک دلبستگی بزرگسالان در واقع دو سطح از تصویر «خود» (مثبت یا منفی) و دو سطح از تصویر «دیگران» (مثبت یا منفی) همراه با دو درجه اضطراب و اجتناب در افراد وجود دارد که یک سبک دلبستگی ایمن و سه سبک غیر ایمن به وجود می‌آورد (بارتولومئو و هورویتز^{۱۱}، ۱۹۹۱). هر یک از زوج‌های که دارای این سه سبک غیر ایمن هستند، نسبت به همسرشان بی‌اعتمادند و سطوح پایینی از همبستگی و اتکای متقابل را نشان می‌دهند، در تعهد مشکل دارند و سطوح پایینی از رضایتمندی روابط را گزارش می‌کنند (استیوبر^{۱۲}، ۲۰۰۵). به نظر بالبی رابطه نایمن موجب بی‌اعتمادی،

1. Charnia, M. R., & Ickes, W.

2. Parsons, C. L., Nalbone, D. P., Kilmer, J. M. & Wetchler, J. L.

3. Stackert, R. A., & Bursik, K.

4. Baron, K. L., & et al.

5. Jose, O., & Alfons, V.

6. Dakin, J., & Wampler, R.

7. Meyers, S. A., & Landsberger, S. A.

8. Banse, R.

9. Fincham, F. D., Beach, S. R., H. & Davila, J.

10. Berc, L.

11. Bartholomew, K., & Horowitz, L. M.

12. Steuber, K. R.

مشکل در هماهنگی و حساس بودن و نارضایتی هیجانی در روابط عاشقانه می‌شود. اهمیت سبک‌های دلبستگی و تأثیر آن در دوران بزرگسالی در تعاملات بین فردی امروز به‌عنوان یکی از اصلی‌ترین، گسترده‌ترین موضوعات پژوهش تبدیل گشته است، به شکلی که مطالعات دلبستگی یکی از وسیع‌ترین و خلاقانه‌ترین خطوط پژوهشی در روانشناسی قرن بیستم تلقی می‌شوند (سریواستاوا و بیر، ۲۰۰۵؛ به نقل از امانی، ذاکر، نظری و پژمان، ۱۳۹۰). به طور کلی دلبستگی ایمن با رضایتمندی بیشتر و دلبستگی غیر ایمن با رضایتمندی زناشویی کمتر، رابطه دارد (بانز، ۲۰۰۴).

بخشش یکی دیگر از متغیرهایی است که امروزه در حوزه رضایت زناشویی زوج‌ها توجه محققان را به خود جلب کرده است. در تعریف و مفهوم‌سازی بخشش اختلاف نظر وجود دارد و تعاریف متفاوتی از آن ارائه شده است. فرایند کاهش خشم، کاهش نارضایتی یا تفرق دیگران، آزادی از قضاوت‌ها و ادراکات گذشته، آزادی از پاسخ‌های آموخته و عادی نسبت به موقعیت‌ها و تلاش برای التیام زخم‌های گذشته از جمله تعاریف ارائه شده‌اند (بروش، مک گی، کاوانگ و ودوارد، ۲۰۰۱). اغلب پژوهشگران بخشش را نوعی رفتار انطباقی در نظر می‌گیرند که نبود بخشش به فشار روانی و آسیب و وجود بخشش به سلامت مربوط می‌شود (تامپسون و همکاران، ۲۰۰۵؛ سیف و بهاری، ۱۳۸۳). بخشش را با مسالحه، عفو قانونی، چشم‌پوشی و فراموشی نباید یکسان دانست. بخشش فرایندی درون فردی است که طی آن جنبه‌های شناختی، هیجانی و رفتاری فرد در برابر خطا و خطاکار تغییر می‌کند. تعریفی که میزان توافق بیشتری پیرامون آن وجود دارد عبارت است از: «انگیزشی که سبب کاهش کناره‌گیری، خشم و انتقام نسبت به فرد خطاکار می‌گردد و احساسات مثبت را افزایش داده و جایگزین احساسات منفی می‌نماید» (مک آسکیل، ۲۰۰۵). کاهش احساسات منفی و افزایش احساسات مثبت مهم‌ترین جنبه‌های بخشش است که پیرامون آن بیشتر توافق شده است (رای و همکاران، ۲۰۰۱).

تحقیقات متعددی در خصوص رابطه بین سبک‌های دلبستگی و بخشش با رضایت زناشویی صورت گرفته است. کندرا، جونز، ویلتون و اولیور^۶ (۲۰۱۱) در پژوهش خود بر روی ۱۰۴ زوج در فاصله سنی ۱۹ الی ۶۶ به این نتیجه رسیدند که بین سبک‌های دلبستگی زوج‌ها با رضایت زناشویی آن‌ها

1. Srivastava, S., & Beer, J. S.

2. Brush, B. L., Mc Gee, E., Cavanagh, B., & Woodward, M.

3. Thompson, L. Y., & et al.

4. Macaskill, A.

5. Rye, M. S., & et al.

6. Kendra, C., Jones, S. R., Welton, T. C., Oliver, W.

ارتباط معناداری وجود دارد. افراد با سبک‌های دلبستگی اضطرابی و اجتنابی از رضایت زناشویی پایین‌تری برخوردار بودند. میرزاده و فلاح چایی (۲۰۱۲) در پژوهش خود بر روی ۲۰۰ زوج ایرانی در بندرعباس به این نتیجه رسیدند که ارتباط معناداری بین سبک دلبستگی ایمن و رضایت زناشویی در زوجها وجود دارد. اوزمن و اتیک^۱ (۲۰۱۰)، در پژوهشی، دریافتند که سبک‌های اضطرابی و اجتنابی دلبستگی پیش‌بینی‌کننده‌های معناداری در تعیین میزان سازگاری زناشویی هستند. در تحقیقی دیگر، استکرت و بورسیک (۲۰۰۳) نشان دادند که عامل سبک دلبستگی ناایمن و باورهای غیرمنطقی با کاهش رضایت در روابط، ارتباط داشتند. یافته‌های تحقیق رجایی، نیریف و صداقتی (۱۳۸۶) نشان داد که بین رضایت زناشویی با سبک دلبستگی ایمن رابطه مثبت معنادار و با سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسواگرا رابطه منفی معنادار وجود دارد. همچنین سبک‌های دلبستگی می‌تواند واریانس زناشویی را به طور معناداری تبیین کند. دیباجی فروشانی، امامی پور و محمودی (۱۳۸۸) نشان دادند که سبک دلبستگی ایمن با رضایتمندی زناشویی، رابطه مثبت و سبک اضطرابی/ دوسواگرا با رضایتمندی زناشویی، رابطه منفی دارد. مردانی حموله و حیدری (۱۳۸۹) نیز در پژوهشی دریافتند که بین خوش‌بینی و سبک دلبستگی ایمن با رضایت زناشویی همبستگی مثبت و بین سبک دلبستگی ناایمن و رضایت زناشویی همبستگی منفی وجود دارد. در تحقیق دیگری، خسروی، بلیاد، ناهید پور و آزادی (۱۳۹۰) نشان دادند که میزان تعارضات زناشویی در زوج‌هایی که سبک دلبستگی هر دوی آنها ایمن است کمتر و میزان بخشش در آنها بیشتر از زوج‌هایی است که سبک‌های دلبستگی هر دوی آنها ناایمن و یا سبک دلبستگی یکی از آنها ایمن و دیگری ناایمن است. گوردون، هاگز، تومیک، دیکسون و لیتزینگر^۲ (۲۰۰۹) نیز در پژوهشی نشان دادند که بخشش زوجها به صورت معناداری با رضایت زناشویی و عملکرد زوجها در زندگی رابطه دارد.

هیل^۳ (۲۰۰۱) بر این عقیده است که بخشش در زندگی مشترک علاوه بر افزایش سطح سازگاری زناشویی حل تعارضات زناشویی را نیز موجب خواهد شد. نتایج تحقیق باکوس^۴ (۲۰۰۹) نشان داد که کیفیت رابطه زناشویی با بخشش همسر، هم در زنان و هم در مردان مرتبط است. نتایج تحلیل احتشام زاده، مکوندی و باقری (۱۳۸۸) نشان داد که بین بخشش و رضایت زناشویی رابطه مثبت معنی‌دار

1. Özmen. O., Atik. G.

2. Gordon, K. C., Hughes, F. M., Tomcik, N. D., Dixon, L. J., Litzinger, S. C.

3. Hill, E.

4. Backus, L. N.

وجود دارد، همچنین بخشش بهترین پیش‌بینی کننده میزان رضایت زناشویی زوجین گزارش شد. ناطقیان، ملازاده، گودرزی و رحیمی (۱۳۸۷) در تحقیقی که به بررسی بخشش و رضایت زناشویی در مردان مبتلا به اختلال استرس پس از ضربه ناشی از جنگ و همسران آنان پرداختند به این نتیجه دست یافتند که میزان بخشش و شدت نشانه‌های PTSD می‌تواند رضایت زناشویی بهتری را در مردان مبتلا به PTSD و همسران آنان پیش‌بینی نماید.

با توجه به مطالب فوق و این که پژوهشی در زمینه ارتباط سبک‌های دلبستگی، بخشش و رضایت زناشویی در زوجها انجام نشده است، هدف پژوهش حاضر، تعیین رابطه‌ی سبک‌های دلبستگی، بخشش و مؤلفه‌های آن با رضایتمندی زناشویی در زنان است.

روش

مطالعه حاضر از نوع توصیفی- همبستگی می‌باشد. جامعه پژوهش حاضر را زوج‌ها شهرستان ماسال تشکیل می‌دادند و نمونه‌ای به حجم ۷۵ زوج به شیوه نمونه‌گیری در دسترس، انتخاب شدند. به‌منظور تعیین نمونه‌ای مناسب برای جمع‌آوری اطلاعات از فرمول کوکران استفاده شد. با استفاده از روش مذکور برای تعیین حجم نمونه، ۱۵۰ نفر برای این پژوهش تعیین شد (۷۵ مرد و ۷۵ زن)، سپس طی فراخوانی از کارکنان ادارات شهرستان ماسال (به همراه همسرانشان) برای شرکت در طرح پژوهش دعوت به عمل آمد. ۷۵ زوج از داوطلبان واجد شرایط با توجه به ملاک‌های شمول و حذف، فرم مشخصات دموگرافیک (جنس، سن، وضعیت تأهل، تحصیلات)، پرسشنامه‌های رضایت زناشویی، سبک‌های دلبستگی و بخشش را تکمیل نمودند. ملاک‌های شمول افراد برای شرکت در پژوهش، متأهل بودن، سن بین ۲۰ تا ۵۵ سال، نداشتن سابقه قبلی ازدواج و دارا بودن تحصیلات حداقل دیپلم بود. ملاک‌های خروج، ابتلا به بیماری حاد یا مزمن جسمانی و روانی بودند. برای بررسی ارتباط بین متغیرهای سبک‌های دلبستگی و بخشش با رضایت زناشویی از ضریب همبستگی پیرسون و برای پیش‌بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی و بخشش از رگرسیون گام‌به‌گام استفاده شد.

ابزارهای پژوهش: پرسشنامه رضایت زناشویی اینریچ^۱ این پرسشنامه توسط فورز و السون (۱۹۸۹) ساخته شد. این پرسشنامه ۳۵ گزاره دارد و دارای ۴ زیر مقیاس (رضایت، ارتباطات، تحریف آرمانی و حل تعارض) است. ارزیابی این زمینه‌ها در درون یک رابطه زناشویی، می‌تواند مشکلات بالقوه زوج‌ها را توصیف کند، یا می‌تواند زمینه‌های نیرومندی و تقویت آن‌ها را مشخص نماید. پرسشنامه به‌صورت پنج گزینه‌ای (که در اصل یک نگرش سنج از نوع لیکرت است) می‌باشد. این پرسشنامه برای هر یک از گزاره‌ها پنج گزینه، «کاملاً موافقم»، «موافقم»، «نه موافق و نه مخالف»، «مخالفم»، «کاملاً مخالفم» دارد که برای آن‌ها نمره‌ای از ۱ تا ۵ تعلق می‌گیرد. پرسشنامه رضایت زناشویی اینریچ توسط دیوید السون و امی السون در سال ۲۰۰۰ روی ۲۵۵۰۱ زوج متأهل اجرا شد. ضریب آلفای پرسشنامه برای خرده مقیاس‌های رضایت زناشویی، ارتباط، حل تعارض و تحریف آرمانی به ترتیب از این قرار است ۰/۸۶، ۰/۸۰، ۰/۸۴، ۰/۸۳ بوده است و ضریب آلفای پرسشنامه در پژوهش آسوده (۱۳۸۹) با تعداد ۳۶۵ زوج «نفر ۷۳۰» به ترتیب برابر با ۰/۶۸ (با حذف سؤال ۲۴ آلفا ۰/۷۸ می‌شود)، ۰/۷۸، ۰/۶۲ و ۰/۷۷ به‌دست آمد.

1. Marital satisfaction Enrich

پرسشنامه سبک‌های دلبستگی بزرگسالان (RAAS): مقیاس دلبستگی بزرگسالان

ابتدا در سال ۱۹۹۰ به وسیله کالینز و رید^۲ تهیه شد و در سال ۱۹۹۶ مورد بازنگری قرار گرفت. مبنای نظری آن، نظریه دلبستگی است. مقیاس دلبستگی بزرگسالان که چگونگی ارزیابی فرد از مهارت‌های ارتباطی و سبک رابطه صمیمانه وی را مورد بررسی قرار می‌دهد. سه سبک دلبستگی ایمن و نایمن اجتنابی و دوسوگرا را بر حسب ۱۸ ماده است در مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای می‌سنجد. این پرسشنامه دارای سه زیر مقیاس است که شامل وابستگی^۳ که میزان اطمینان و تکیه کردن آزمودنی به دیگران را نشان می‌دهد، زیر مقیاس نزدیکی^۴ که میزان صمیمیت و نزدیکی عاطفی آزمودنی با دیگران را می‌سنجد و زیر مقیاس اضطراب^۵ که میزان نگرانی فرد از طرد شدن را مورد ارزیابی قرار می‌دهد، می‌باشد. به هر یک از زیر مقیاس‌ها ۶ عبارت اختصاص یافته است. نمره‌گذاری پرسشنامه بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از کاملاً موافق، موافق، تقریباً مخالف، مخالف و کاملاً مخالف بر اساس (۰، ۱، ۲، ۳، ۴) امتیازبندی می‌شوند. ضریب پایایی این آزمون برای هر یک از سه زیر مقیاس نزدیکی، وابستگی و اضطراب به ترتیب ۰/۶۸، ۰/۷۱ و ۰/۵۲ گزارش شده است. کالینز و رید (۱۹۹۰) نشان دادند که زیر مقیاس‌های نزدیک بودن (C)، وابستگی (D) و اضطراب (A) در فاصله زمانی ۲ ماه و حتی ۸ ماه پایدار ماندند. با توجه به اینکه مقادیر آلفای کرونباخ در تمامی موارد مساوی یا بیش از ۰/۸۰ است، میزان قابلیت اعتماد به دست آمده، بالا است. در ایران میزان قابلیت اعتماد با استفاده از روش باز آزمایی به صورت همبستگی بین دو اجرا بر روی نمونه‌ای با حجم ۱۰۰ نفر آزمودنی، نتایج حاصل از دو بار اجرای این پرسشنامه با فاصله زمانی یک ماه از یکدیگر بیانگر آن بود که تفاوت بین دو اجرای مقیاس‌ها A، D، C در RAAS معنادار نبوده است و این آزمون در سطح ۹۵٪ قابل اعتماد است.

پرسشنامه بخشش انرایت^۶: به منظور سنجش میزان بخشش از پرسشنامه بخشش انرایت و

گروه مطالعات تکامل انسانی (۱۹۹۷) بهره گرفته شده است. شکل اولیه این پرسشنامه، ۱۵۸ سؤال بود که از سه بعد شناختی، رفتاری و عاطفی تشکیل می‌شد. به علت طولانی بودن آن، این پرسشنامه توسط انرایت و همکارانش خلاصه گردید و سؤالات آن به ۶۶ سؤال کاهش یافت. نتایج نشان داد که پرسشنامه

1. Relationships Adult Attachment Scale

2. Collins, N. L., & Red, S. J.

3. Dependence

4. Close

5. Anxiety

6. Enright forgiveness inventory

۶۶ سؤالی از همسانی درونی بالا (۰/۹۸) و روایی مناسب (همبستگی با سؤال ملاک در حدود ۰/۶۲) برخوردار بوده است. تعداد سؤالات این پرسشنامه، پس از ترجمه و انطباق آن با فرهنگ ایرانی، به دلیل تکراری بودن و همبستگی پایین برخی از سؤالات با کل پرسشنامه، به ۶۰ تا سؤال کاهش یافت. نمره‌گذاری پرسشنامه بر اساس مقیاس ۶ درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالفم، مخالفم، تا حدی مخالفم، تا حدی موافقم، موافقم، کاملاً موافقم و بر اساس (۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶) امتیازبندی می‌شوند. پرسشنامه ۶۰ سؤالی انطباق یافته نیز پس از حذف سؤالات، از روایی (روایی ملاک آن در حدود ۰/۶۲ برآورد شده است) و همسانی درونی مناسبی (در حدود ۰/۹۶) برخوردار بوده است (غباری بناب، خدایاری فرد، شکوهی یکتا و نصفت، ۱۳۸۰).

یافته‌ها

در پژوهش حاضر دامنه سنی زنان بین ۲۰ تا ۵۳ سال و دامنه سنی مردان ۲۲ تا ۵۵ سال بود. اکثریت افراد نمونه دارای سطح تحصیلی لیسانس بودند، از نظر وضعیت اقتصادی نیز ۹۰ درصد نمونه دارای وضعیت اقتصادی متوسط تا خوب بودند. ۶۶/۷ درصد از کل افراد نمونه نیز کارمند بودند.



جدول ۱. میانگین و انحراف معیار مربوط به نمرات رضایت زناشویی، سبک‌های
دل بستگی و بخشش

متغیرها	میانگین	انحراف معیار
رضایت زناشویی	۱۳۳/۸۴	۱۹/۶۲
سبک اضطرابی	۲/۸۵	۰/۴۳
سبک اجتنابی	۲/۲۶	۰/۶۶
سبک ایمن	۳/۱۲	۰/۴۱
بخشایش‌گری	۲۴۳/۹۶	۵۱/۰۸
	۲۴۴/۸۶	۴۸/۶۵

(n=۱۵۰)

همچنان که نتایج جدول (۱) نشان می‌دهد، در بین متغیرهای تحت بررسی، میانگین نمره رضایت زناشویی مردان بیشتر از زنان است.

جدول ۲. ماتریس همبستگی سبک‌های دلبستگی، بخشش و مؤلفه‌های آن با رضایت زناشویی

رضایت زناشویی	بخشش شناختی	بخشش رفتاری	بخشش هیجانی	بخشش کلی	سبک ایمن	سبک اجتنابی	سبک اضطرابی
							سبک ۱
							اضطرابی
						۱	سبک ۰/۳۷**
							اجتنابی
					۱	۰/۳۶**	سبک ۰/۲۴**
							ایمن
				۱	۰/۳۵**	۰/۵۶**	بخشش کلی ۰/۳۰**
							بخشش کلی
			۱	۰/۹۲**	۰/۲۹**	۰/۴۵**	بخشش هیجانی ۰/۲۵**
							بخشش هیجانی
		۱	۰/۸۵**	۰/۹۵**	۰/۲۸**	۰/۵۳**	بخشش رفتاری ۰/۲۷**
							بخشش رفتاری
	۱	۰/۷۵**	۰/۶۵**	۰/۸۶**	۰/۴۰**	۰/۵۷**	بخشش شناختی ۰/۳۱**
							بخشش شناختی
۱	۰/۲۹**	۰/۳۱**	۰/۲۶**	۰/۳۰**	۰/۳۳**	۰/۴۷**	رضایت زناشویی ۰/۳۵**

** ۰/۰۱ ≤ p

همچنان که نتایج جدول (۲) نشان می‌دهد، سبک دلبستگی اضطرابی با رضایت زناشویی همبستگی منفی دارد (۰/۳۵=-۰/۱۲، $p \leq 0/01$). سبک دلبستگی اجتنابی نیز با رضایت زناشویی همبستگی منفی دارد (۰/۴۷=-۰/۱۲، $p \leq 0/01$). سبک دلبستگی ایمن با رضایت زناشویی همبستگی مثبت دارد

همچنین بخشش با رضایت زناشویی همبستگی مثبت معناداری دارد ($r=0/30, p \leq 0/01$). رابطه بین مؤلفه‌های بخشش نیز با رضایت زناشویی زوج‌ها معنادار است. همان‌طور که مشاهده می‌شود، همبستگی مؤلفه‌های بخشش (هیجانی، رفتاری و شناختی) با رضایت زناشویی به ترتیب (۰/۲۶، ۰/۳۱، ۰/۲۹) است. در بین این سه مؤلفه، مؤلفه رفتاری بیش‌ترین همبستگی را با رضایت زناشویی داشته است.

جهت بررسی معناداری پیش‌بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی، بخشش و مؤلفه‌های آن از تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ و ۴ ارائه گردیده است.

جدول ۳. نتایج رگرسیون گام‌به‌گام نمره رضایت زناشویی زوج‌ها بر اساس سبک‌های

دلبستگی، بخشش و مؤلفه‌های آن

شاخص‌ها							متغیر	
R ²	R	P	F	Ms	df	SS	پیش‌بین	مدل
۰/۲۲	۰/۴۷۳	۰/۰۰۰۱	۴۲/۷۷	۱۵۲۶۰/۸۶	۱	۱۵۲۶۰/۸۶	رگرسیون	گام
				۳۵۶/۸۱	۱۴۸	۵۲۸۰۸/۱۷	باقیمانده	۱
۲۶	۰/۵۰۸	۰/۰۰۰۱	۲۵/۵۴	۸۷۷۷/۰۱	۲	۱۷۵۵۴/۰۱	رگرسیون	گام
۰/				۳۴۳/۶۴	۱۴۷	۵۰۵۱۵/۰۲	باقیمانده	۲
۰/۲۸	۰/۵۲۹	۰/۰۰۰۱	۱۸/۸۶	۶۳۳۸/۷۷	۳	۱۹۰۱۶/۳۲	رگرسیون	گام
				۳۳۵/۹۷	۱۴۶	۴۹۰۵۲/۷۱	باقیمانده	۳

ایمن

جدول ۴. ضرایب رگرسیون گام‌به‌گام میزان رضایت زناشویی زوج‌ها بر اساس سبک‌های

دلبستگی، بخشش و مؤلفه‌های آن

متغیر	ضریب B	خطای معیار	ضریب بتا	t	سطح معناداری
مقدار ثابت	۱۵۵/۹	۱۸/۱۹		۸/۵۶	۰/۰۰۰۱
اجتنابی	-۱۰/۶۲	۲/۴	-۰/۳۵	-۴/۴۲	۰/۰۰۰۱
اضطرابی	-۸/۹۷	۳/۸۲	-۰/۱۸	-۲/۳۵	۰/۰۲
ایمن	۷/۸۸	۳/۷۸	۰/۱۶	۲/۰۸	۰/۰۳

همچنان که نتایج جدول (۳) نشان می‌دهد، پیش‌بینی رضایت زناشویی زوجها بر اساس سبک‌های دلبستگی همراه با بخشش و مؤلفه‌های آن، فقط در مورد سبک‌های دلبستگی معنادار است ($F=18/86, p \leq 0/05$). این متغیرها در مجموع ۲۸ درصد از میزان رضایت زناشویی زوجها را پیش‌بینی می‌کنند ($R^2=0/28$). ضریب تأثیر سبک‌های دلبستگی اجتنابی، اضطرابی و ایمن به ترتیب ($B=-10/62, B=7/88, B=-8/97$) است؛ بنابراین با توجه به این یافته‌ها سبک دلبستگی زوجها رضایت زناشویی آنها را پیش‌بینی می‌کند. در پاسخ به این پرسش که چرا بخشش و مؤلفه‌های آن در معادله رگرسیون حذف شدند، می‌توان به این نکته اشاره کرد که همبستگی بالای بخشش و مؤلفه‌های آن با سبک‌های دلبستگی به‌ویژه سبک اجتنابی و ایمن باعث شده که این متغیرها در جریان تحلیل رگرسیون گام به گام حذف شوند. از بین سبک‌های دلبستگی، سبک دلبستگی اجتنابی بیش‌ترین توان را در پیش‌بینی واریانسهای رضایت زناشویی دارد ($R^2=0/22$).

جهت بررسی معناداری پیش‌بینی رضایت زناشویی بر اساس بخشش و مؤلفه‌های آن از تحلیل رگرسیون گام به گام استفاده شد که نتایج آن در جدول ۵ و ۶ ارائه گردیده است.

جدول ۵. نتایج رگرسیون گام به گام میزان رضایت زناشویی زوجها بر اساس بخشش و

مؤلفه‌های آن

شاخص‌ها							متغیر پیش‌بین	مدل
R^2	R	p	F	Ms	df	SS		
۰/۱۰	۰/۳۱	۰/۰۰۰۱	۱۵/۷۳	۶۵۴۰/۰۶	۱	۶۵۴۰/۰۶	رگرسیون	گام
				۴۱۵/۷۳	۱۴۸	۶۱۵۲۸/۹۷	باقیمانده	۱

جدول ۶. ضرایب رگرسیون گام به گام میزان رضایت زناشویی زوجها بر اساس بخشش و

مؤلفه‌های آن

متغیر	ضریب B	خطای معیار	ضریب بتا	T	سطح معناداری
مقدار ثابت	۹۸/۵۳	۸/۰۸		۱۲/۱۸	۰/۰۰۰۱
بخشش رفتاری	۰/۳۸	۰/۰۹۷	۰/۳۱	۳/۹۶	۰/۰۰۰۱

همچنان که نتایج جدول (۵) نشان می‌دهد، پیش‌بینی رضایت زناشویی زوجها بر اساس بخشش و مؤلفه‌های آن (رفتاری، هیجانی، شناختی) فقط در مؤلفه رفتاری، معنادار است ($F=15/73, p \leq 0/01$). این متغیر ۱۰ درصد از میزان رضایت زناشویی زوجها را پیش‌بینی می‌کند ($R=0/10$). ضریب تأثیر بخشش رفتاری ($B=0/38$) است.

نتیجه‌گیری

نتایج تحقیق حاضر نشان می‌دهد که رابطه بین سبک‌های دلبستگی، بخشش و مؤلفه‌های آن با رضایت زناشویی زوجها در سطح $P \leq 0/01$ معنادار است. نتایج حاکی از این بود که بین سبک‌های دلبستگی اجتنابی و اضطرابی زوجها با میزان رضایت زناشویی آنها همبستگی منفی معناداری وجود دارد، یعنی با افزایش میزان اجتنابی بودن و یا اضطرابی بودن سبک دلبستگی زوجها میزان رضایت زناشویی آنها کاهش می‌یابد و همچنین بین سبک دلبستگی ایمن و میزان رضایت زناشویی زوجها همبستگی مثبت معناداری وجود دارد، یعنی با افزایش میزان ایمن بودن سبک دلبستگی زوجها، میزان رضایت زناشویی آنها نیز افزایش می‌یابد.

در ارتباط با بررسی پیش‌بینی رضایت زناشویی زوجها بر اساس سبک‌های دلبستگی، بخشش و مؤلفه‌های آن، تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام نشان داد، سبک‌های دلبستگی زوجها، به طور معناداری قادر به پیش‌بینی میزان رضایت زناشویی آنها است. در بررسی جداگانه‌ای که بر روی میزان پیش‌بینی هر کدام از سبک‌های دلبستگی اجتنابی، اضطرابی و ایمن انجام شد، این نتیجه به دست آمد که توان سبک دلبستگی اجتنابی در پیش‌بینی میزان رضایت زناشویی زوجها بیشتر است. به این معنی که افزایش میزان سبک دلبستگی اجتنابی، کاهش رضایت زناشویی زوجها را پیش‌بینی می‌کند.

یافته‌های پژوهش حاضر در خصوص رابطه سبک‌های دلبستگی و رضایت زناشویی با نتایج پژوهش‌های قبلی از جمله، استکرت و بورسیک (۲۰۰۳)، بانز (۲۰۰۴)، اوزمن و اتیک (۲۰۱۰)، رجایی و همکاران (۱۳۸۶)، دیباجی فروشانی و همکاران (۱۳۸۸)، خسروی و همکاران (۱۳۹۰)، مردانی حموله و حیدری (۱۳۸۹)، همسو است. به‌عنوان مثال اوزمن و اتیک (۲۰۱۰) در مطالعه‌ای که بر روی دلبستگی بزرگسالان و سازگاری زناشویی داشتند، دریافتند که سبک‌های دلبستگی نقش تعیین‌کننده‌ای در رضایت زناشویی زوجها دارند. سبک‌های اضطرابی و اجتنابی دلبستگی پیش‌بینی‌کننده‌های معناداری در تعیین میزان سازگاری زناشویی بودند. همچنین یافته‌های تحقیق رجایی و همکاران (۱۳۸۶) نیز نشان داد که بین رضایت زناشویی و سبک دلبستگی ایمن رابطه مثبت معنادار و با سبک‌های دلبستگی اجتنابی و

اضطرابی/ دوسواگرا رابطه منفی معنادار وجود دارد و سبک‌های دلبستگی می‌تواند واریانس زناشویی را به طور معناداری تبیین کند.

در تبیین یافته‌های به‌دست آمده در خصوص رابطه سبک‌های دلبستگی و رضایت زناشویی، می‌توان به مطالعه بالبی اشاره کرد، مطالعه بالبی (۱۹۸۲) نشان می‌دهد که نوزادان درباره میزان قابلیت دسترسی و پاسخگو بودن مادر به هنگامی که به وی نیاز دارند، انتظاراتی را شکل می‌دهند. این بازنمایی‌های ذهنی بر انتظارات و رفتارهای فرد در روابط صمیمانه بزرگسالی تأثیر می‌گذارد. پیوند دلبستگی که در روابط صمیمانه پایدار میان بزرگسالان شکل می‌گیرد، مشابه پیوندی است که در رابطه بین نوزاد و والدین وی دیده می‌شود و هر یک از زوج‌ها تصویر دلبستگی را که در دوران نوزادی شکل داده‌اند، در مقابل همدیگر بکار می‌بندند. سبک دلبستگی بزرگسالان از دو دیدگاه تعریف می‌شود. دلبستگی مضطرب که ترس از طرد، رهاشدگی و جدایی از همسر را منعکس می‌سازد و افراد مضطرب همواره به دیگران وابسته هستند. دلبستگی اجتنابی که مشکلات همسران در اعتماد به همدیگر و یا دیگران و همچنین اجتناب از صمیمیت و وابستگی به همسر را نشان می‌دهد. این افراد به‌جای اعتماد به دیگران و طلب کمک از آن‌ها سعی می‌کنند که متکی به‌خود باشند (گوئین، گلاسر، لاوینگ، ملارکی، استول^۱، ۲۰۰۹).

در خلال مواجهه با رویدادهای تنیدگی‌زا، سبک دلبستگی بر ادراک و تفسیر اطلاعات اجتماعی تأثیر گذاشته و پاسخ‌های شناختی، عاطفی و رفتاری فرد به رویدادهای تنیدگی‌زا را شکل می‌دهد (کالینز و رید، ۱۹۹۰). در حقیقت زوج‌های با سبک دلبستگی متفاوت، در خلال تعاملات زناشویی، پاسخ‌های رفتاری متفاوتی خواهند داشت. به طور مثال همسرانی که سبک دلبستگی ایمن دارند در مواجهه با موقعیت‌های تنیدگی‌زا، در جستجوی کمک و حمایت برمی‌آیند و به هنگام بروز اختلاف‌نظر در تعاملات زناشویی، کمتر همدیگر را طرد می‌کنند (میکولینسر، گیلث، شاور^۲، ۲۰۰۲). درحالی‌که افرادی که سبک دلبستگی اجتنابی یا مضطرب دارند در هنگام بروز تعارض‌های زناشویی، رفتارهای منفی بیشتری نشان می‌دهند (کریسی^۳، ۲۰۰۲).

از سوی دیگر بین بخشش و رضایت زناشویی زوج‌ها، همبستگی مثبت معناداری وجود داشت، یعنی با افزایش میزان بخشش، میزان رضایت زناشویی آن‌ها افزایش یافت. یافته‌های حاصل از بررسی

1. Gouin, J.P., Glaser, R., Loving, T. J., Malarkey, W. B., Stowell, J

2. Mikulincer, M., Gillath, O., Shaver, P.R.

3. Creasey, G.

رابطه مؤلفه‌های بخشش (هیجانی، رفتاری و شناختی) با رضایت زناشویی نیز حاکی از آن بود که رابطه معناداری بین ابعاد هیجانی، رفتاری و شناختی بخشش با رضایت زناشویی وجود دارد. به این صورت که بین میزان مؤلفه‌های هیجانی، رفتاری و شناختی بخشش با رضایت زناشویی زوجها رابطه مثبت معناداری وجود دارد. در ارتباط با بررسی پیش‌بینی رضایت زناشویی زوجها بر اساس بخشش و مؤلفه‌های آن نیز، تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام نشان داد، بخشش رفتاری زوجها، به طور معناداری قادر به پیش‌بینی میزان رضایت زناشویی آنها است. به این معنی که افزایش میزان بخشش رفتاری زوجها، افزایش رضایت زناشویی آنها را پیش‌بینی می‌کند.

یافته‌های پژوهش حاضر در خصوص رابطه بخشش و رضایت زناشویی با نتایج پژوهش‌هایی از جمله، هیل (۲۰۰۱)، فینچام و همکاران (۲۰۰۴)، باکوس (۲۰۰۹)، گوردون و همکاران (۲۰۰۹)، احتشام زاده و همکاران (۱۳۸۸)، ناطقیان و همکاران (۱۳۸۷)، همخوانی دارد. باکوس (۲۰۰۹) در مطالعه‌ای به بررسی رابطه میان بی‌حرمتی، بخشش و کیفیت رضایت زناشویی در دوران بارداری پرداخت. نتایج تحقیق وی نشان داد کیفیت رابطه زناشویی که شامل رضایت زناشویی و عشق می‌شود با بخشش همسر، هم در زنان و هم در مردان مرتبط است. فینچام و همکاران (۲۰۰۴) نیز در پژوهش خود دریافتند که انگیزه تلافی‌جویانه شوهران پیش‌بینی کننده مهمی در حل تعارض ضعیف‌تر گزارش شده توسط همسران بود، درحالی‌که انگیزه خیرخواهی همسران پیش‌بینی کننده حل تعارض بهتر گزارش شده توسط شوهران بود.

در تبیین این نتایج، می‌توان گفت که بخشش به‌عنوان «تغییر میان فردی و اجتماعی مثبت در مقابل خطایی که در حوزه میان فردی قرار دارد» (آلمند، امبرگ، زیمبریچ و فینچام، ۲۰۰۷) تعریف می‌شود. با توجه به این تعریف، بخشش تغییراتی را دربر می‌گیرد که می‌تواند با کاهش در احساسات منفی و یا کاهش احساسات منفی همراه با افزایش احساسات مثبت همراه باشد. با توجه به نقش بخشش در کاستن از احساسات منفی و افزایش احساسات مثبت، می‌توان دریافت که بخشش با کیفیت بالای رضایت زناشویی همراه است (باکوس، ۲۰۰۹). افرادی که قادر به بخشش همسر خود هستند اعتقاد بر تقدس رابطه زناشویی خود دارند و این توانایی بخشش همسر، به استحکام بیشتر رابطه زناشویی و افزایش رضایت زناشویی می‌انجامد (ماگیار، ۲۰۰۱).

1. Allemand, M., Amberg, I., Zimprich, D., & Fincham, F. D.

2. Magyar, G. M.

یکی از محدودیت‌های پژوهش حاضر این است که جامعه آماری شامل زوج‌های شهرستان ماسال بوده و نمی‌توان آن را به کل زوج‌های ایرانی تعمیم داد. لذا پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های بعدی با جامعه وسیع‌تر انجام گردد. یکی دیگر از محدودیت‌های این تحقیق مربوط است به اجرای پژوهش، یکی از موانع اجرایی در پژوهش حاضر، نگرانی زوج‌ها در خصوص ارائه شدن اطلاعات شخصی مربوط به آن‌ها بود، به گونه‌ای که هویت آن‌ها شناسانده شود که پژوهشگران با دادن اطمینان خاطر به زوج‌ها، در خصوص اینکه به ذکر نام و نام خانوادگی نیازی نمی‌باشد، اعتماد شرکت‌کنندگان را جلب کردند. محدودیت دیگر تحقیق حاضر، روش سنجش و تحلیل داده‌های به‌دست آمده بود. از آنجا که روش سنجش و تجزیه و تحلیل اطلاعات زوجی نبوده و فردی بوده است، بنابراین پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده، روش سنجش زوجی را در پژوهش‌های خود بکار ببرند.

با توجه به نتایج پژوهش حاضر و روشن شدن روابط و نقش پیش‌بین متغیرهای سبک‌های دلبستگی و بخشش در پیش‌بینی رضایت زناشویی زوج‌ها، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده الگوی تبیین‌کننده این ارتباط مشخص شود و همچنین روشن شود که آیا مداخلاتی در سبک‌های دلبستگی تغییری در میزان بخشش افراد و رضایت زناشویی‌شان ایجاد می‌کند.

سپاس و قدردانی

نویسندگان بر خود لازم می‌دانند از فرمانداری ماسال که نهایت همکاری را در اجرای این تحقیق داشته‌اند و همچنین تمامی زوج‌هایی که در این تحقیق شرکت کرده‌اند تقدیر و تشکر نمایند.

منابع

- آسوده، محمدحسن. (۱۳۸۹). فاکتورهای ازدواج موفق از دیدگاه زوج‌های خوشبخت. پایان‌نامه کارشناسی ارشد چاپ‌نشده مشاوره خانواده دانشگاه تهران.
- احتشام زاده، پروین، مکوندی، بهنام، باقری، اشرف. (۱۳۸۸). رابطه بخشودگی، کمال‌گرایی و صمیمیت با رضایت زناشویی در جانبازان و همسران آن‌ها. یافته‌های نو در روان‌شناسی، ۴(۱۲)، ۱۲۳-۱۳۶.
- امانی، احمد، ثنایی ذاکر، باقر، نظری، علی‌محمد، نامداری پژمان، مهدی. (۱۳۹۰). اثربخشی دو رویکرد طرح‌واره درمانی و دلبستگی درمانی بر سبک‌های دلبستگی در دانشجویان مرحله عقد. فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۱(۲)، ۱۹۱-۱۷۱.
- برک، لورا ای. (۲۰۰۱). روانشناسی رشد. از لقاح تا کودکی، ترجمه یحیی سید محمدی (۱۳۸۵)، تهران: ارسباران.
- حمیدی پور، رحیم، ثنایی ذاکر، باقر، نظری، علی‌محمد، فراهانی، محمد نقی. (۱۳۸۹). بررسی تأثیر زوج‌درمانی گروهی مبتنی بر بخشش بر رضایت زناشویی. مطالعات اجتماعی- روان‌شناختی زنان، ۸(۴)، ۴۹-۷۲.
- خسروی، زهره، بلیاد، محمدرضا، ناهید پور، فرزانه، آزادی، شه دخت. (۱۳۹۰). بررسی رابطه‌ی سبک‌های دلبستگی، بخشش و تعارضات زناشویی در زوج‌های مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر کرج. فصلنامه علمی- پژوهشی جامعه‌شناسی زنان، ۲(۳)، ۶۱-۸۰.
- دیباچی فروشانی، فاطمه سادات، امامی پور، سوزان، محمودی، غلامرضا. (۱۳۸۸). رابطه سبک‌های دلبستگی و راهبردهای حل تعارض بر رضایت‌مندی زناشویی زنان. اندیشه و رفتار (روانشناسی کاربردی)، ۳(۱۱)، ۸۷-۱۰۱.
- رجایی، علیرضا، نیریف، مهدی، صداقتی، شیرین. (۱۳۸۶). رابطه‌ی بین سبک‌های مختلف دلبستگی با رضایت‌مندی زناشویی. روانشناسی تحولی، ۳(۱۲)، ۳۴۷-۳۵۶.
- سهرابی، احمد، امانی، احمد. (۱۳۹۱). رضایت زناشویی و انصاف: واکنش به بی‌انصافی در بازی اولتیماتوم. فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۱، ۶۳-۵۳.

سیف، سوسن، بهاری، فرشاد. (۱۳۸۳). رابطه‌ی بین بخشودگی و سلامت روانی زوج‌ها. *فصلنامه مطالعات روان‌شناختی*، ۱(۱)، ۹-۱۸.

عارفی، مختار، محسن زاده، فرشاد. (۱۳۹۱). سبک‌های دلبستگی، فرایندهای تعامل زناشویی و رضایت زناشویی: مدل معادلات ساختاری (برازش مدل خانواده درمانی). *فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۲(۳)، ۲۸۸-۳۰۶.

عارفی، مختار، محسن زاده، فرشاد. (۱۳۹۱). پیش‌بینی رضایت زناشویی بر اساس ارتباط و صمیمت جنسی. *فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۱، ۴۳-۵۲.

غباری بناب، باقر، خدایاری فرد، محمد، شکوهی یکتا، محسن، نصفت، مرتضی. (۱۳۸۰). بررسی ویژگی‌های بهداشت روانی در بین جوانان ایرانی و رابطه‌ی آن با میزان عفو و گذشت در جوانان. تهران: دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران (گزارش نهایی طرح تحقیقاتی).
کاوه فارسانی، ذبیح‌الله، احمدی، سید احمد، فاتحی زاده، مریم السادات. (۱۳۹۱). تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر رضایت و سازگاری زناشویی زنان متأهل، روستاهای شهرستان فارس. *فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۲(۳)، ۳۷۳-۳۸۷.

مردانی حموله، مرجان، حیدری، هایده. (۱۳۸۹). ارتباط خوش‌بینی و سبک‌های دلبستگی با رضایت زناشویی در کارکنان بیمارستان. *فصلنامه دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه*، ۱(۱)، ۴۶-۵۲.
ناطقیان، سمانه، ملا زاده، جواد، گودرزی، محمدعلی، رحیمی، چنگیز. (۱۳۸۷). بخشایش و رضایت زناشویی در مردان مبتلا به اختلال استرس پس از ضربه ناشی از جنگ و همسران آنان. *اصول بهداشت روانی*، ۳۷، ۳۳-۴۶.

Allemand, M., Amberg, I., Zimprich, D., 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.

Backus, L. N. (2009). *Establishing links between desecration, forgiveness and marital quality during pregnancy. Master of Arts Dissertation*, Graduate College of Bowling Green State University.

Banase, R. (2004). Adult attachment and marital satisfaction: Evidence for dyadic configuration effects. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21, 273-282.

Baron, K. L., Smith, T. W., Butner, J., Nealey-Moore, J., Howkins, M. W., & Uchino, B. N. (2006). Hostility, Anger, and Marital Adjustment: Concurrent and Prospective

- Associations with Psychosocial Vulnerability. *Journal of Behavioral Medicine*, 1, 1-10.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adult.: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Brush, B. L., Mc Gee, E., Cavanagh, B., & Woodward, M. (2001). Forgiveness: A concept analysis, *Journal of Holistic Nurses Association*, 19, 27-24.
- Burpee, L. C., & Langer, E. J. (2005). Mindfulness and marital satisfaction. *Journal of Adult Development*, 12, 43-51.
- Charnia. M. R., & Ickes.W. (2007). Predicting marital satisfaction: Social absorption and individuation versus attachment anxiety and avoidance. *Personal Relationships*, 14, 187-208.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, wrking 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 Management behavior in romantic couples. *Journal of Counsel Psychology*, 49, 365-375.
- Dakin, J., &Wampler, R. (2008). Money Doesn't Buy Happiness, but It Helps: Marital Satisfaction, Psychological Distress,and Demographic Differences Between Low-and Middle-Income Clinic Couples. *The American Journal of Family Therapy*, 36, 300-311.
- Enright, R. D. (1991). The moral development of forgiveness. In W. Kurtines & J. Gewirtz (Eds.), *Handbook of moral behavior and development*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Fincham, F. D., Beach. S. R. H., Davila. J. (2004). Forgiveness and Conflict Resolution in Marriage. *Journal of Family Psychology*, 18 (1), 72-81.
- Gordon, K. C., Hughes, F. M., Tomcik, N. D., Dixon, L. J., Litzinger, S. C. (2009). Widening Sphers of impact: The role of Forgiveness in Martial and Family Functining, *Journal of Family Psychology*, 23 (1), 1-13.
- Gouin, J. P., Glaser, R., Loving, T. J., Malarkey, W. B., Stowell, J. (2009). Attachment avoidance predicts inflammatory responses to marital conflict. *Brain, Behavior, and Immunity*, 23, 898-904.
- Hill, E. (2001). Understanding forgiveness as discovery: Implications for marital and family therapy. *Journal of Contemporary Family Therapy*, 23, 4-14.

- Jose, O., & Alfons. V. (2007). Do demographics affect marital satisfaction? *Journal of Sex & Marital Therapy*, 33, 73–85.
- Kendra, C., Jones, S. R., Welton, T. C., Oliver, W. (2011). Mindfulness, spousal attachment, and marital satisfaction: A Mediated Model. *The Family Journal*, 19(4), 357-361.
- Macaskill, A. (2005). Defining forgiveness: Christian clergy and general population perspectives, *Journal of Personality*, 5, 1237-1269.
- 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*. Master dissertation, Bowling Green State University.
- Meyers, S. A., & Landsberger, S. A. (2002). Direct and indirect pathways between adult attachment style and marital satisfaction. *Personal Relationships*, 9, 159–172.
- Mikulincer, M., Gillath, O., Shaver, P. R. (2002). Activation of the attachment system in adulthood: threat-related primes increase the accessibility of mental representations of attachment figures. *Journal of Personal Social Psychology*, 83, 881–895.
- Mirgain, S. A., & Cordova, J. V. (2007). Emotion skills and marital Health: The association between observed and self-reported emotion skills, Intimacy, and Marital Satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26, 983–1009.
- Mirzadeh, M., Fallahchai, R. (2012). The relationship between forgiveness and marital satisfaction. *Journal of Life Science and Biomedicine*, 2(6), 278-282.
- Özmen, O., Atik, G. (2010). Attachment styles and marital adjustment of Turkish married individuals. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 367–371.
- Parsons, R. N., Nalbone, D. P., Kilmer, J. M., & Wetchler, J. L. (2007). Identity development, Differentiation, personal authority, and degree of religiosity as predictors of interfaith marital satisfaction. *The American Journal of Family Therapy*, 35, 343–361.
- Peleg, O. (2008). The relation between differentiation of Self and marital satisfaction: What Can Be Learned From Married People Over the Course of Life? *The American Journal of Family Therapy*, 36, 388–401.
- Rye, M. S., Loiacono, D. M., Folk, C. D., Olszewski, B. T., Heim, T. A., & Madia, B. P. (2001). Evaluation of the psychometric properties of two forgiveness scales. *Current Psychology: Development. Learning. Personality*, 20, 260- 277.
- Shackelford, T.K. Besser, A. Goetz, A. T. (2008). Personality, marital satisfaction, and probability of marital infidelity. *Individual Differences Research*, 6, 13-25.

- Stackert, R. A., & Bursik, K. (2003). Why am I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 34, 1419–1429.
- Steuber, K. R. (2005). Adult attachment, conflict style and relationship satisfaction: Comprehensive model. *Unpublished Master Thesis, Del Aware University*.
- Thompson, L. y., Snyder, c. r., Hoffman, l., Michael, S. T., Rasmussen, H. B., Laurels, H. L., Neufeld, J. E., et al. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations, *Journal of Personality*, 2, 313 – 359.