

Research Article

Prediction of Marital Relationship Quality based on Personality Factors, Glasser's basic Needs and Self- Acceptance

A. Moblian¹, M. Dayarian^{2*} & Z. Yousefi³

1. Ph. D Student Counseling, Department of Educational Sciences and Psychology, Islamic Azad University, Isfahan (Khorasgan) Branch, Isfahan, Iran.

2. Assistant Professor of Counseling, Department of Human Sciences, Islamic Azad University, Khomeinshahr Branch, Isfahan, Iran Email: mood.dayarian@gmail.com

3. Assistant Professor of Psychology, Department of Educational Sciences and Psychology, Islamic Azad University, Isfahan (Khorasgan) Branch, Isfahan, Iran.

Abstract

Aim: The purpose of this study was to predict the marital relation quality based on personality factors, Glasser's basic needs and self-acceptance among couples in Isfahan. **Method:** This research was a descriptive and correlational study. The statistical population included the available couples from 20 to 50 years old in Isfahan who were married at least more than two years in 1396. The sample consisted of 615 available couples who were selected in different urban areas. In this research the NEO-Five Factor Inventory (NEO-FFI), Glasser's Basic Needs Questionnaire, Self Acceptance Questionnaire and the Perceived Relationship Quality Components (PRQC) were used for collecting data. The collected data were analyzed using Pearson correlation and step-wise regression. Collected data were analyzed by Pearson Corolation and step-wise regression. **Results:** The results showed neurotism, openness to experience, need to freedom, need to power have negative and significant corolation. With marital relation quality and extra version, agreeableness, Conscientiousness, self-acceptance, love and belongness, survival and leisure have positive and significant corolation with marital relation quality. The step-wise results showed the all of predicting variables can predict marital relations quality. As regard to results it can be said the changes in predicting variables are associated marital relations quality. **Conclusion:** Findings of this study showed that personality factors, Glasser's basic needs and self-acceptance can predict the quality of marital relationship.

Key words: *Personality Factors, Glasser's Basic Needs, Self-Acceptance, Quality of Marital Relationship*

Citation: Moblian, A., Dayarian, M., & Yousefi, Z. (2021). Prediction of Marital Relationship Quality based on Personality Factors, Glasser's basic Needs and Self- Acceptance. *Quarterly of Applied Psychology*, 15(4):207-232.

پیش‌بینی کیفیت رابطه زناشویی بر اساس ویژگی‌های شخصیتی، نیازهای گلاسر و پذیرش خویشتن

عاطفه ملیان^۱، محمدمسعود دیاریان^{۲*} و زهرا یوسفی^۳

۱. دانشجوی دکتری مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان(خوراسگان)، اصفهان، ایران.
۲. استادیار گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خمینی‌شهر، اصفهان، ایران. ایمیل: masood.dayarian@gmail.com
۳. استادیار گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران.

چکیده

هدف: هدف از پژوهش حاضر پیش‌بینی کیفیت رابطه زناشویی بر اساس ویژگی‌های شخصیتی، نیازهای گلاسر و پذیرش خویشتن در بین زوجین شهر اصفهان بود. **روش:** این پژوهش از نوع پژوهش‌های توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری زوج‌های ۲۰ تا ۵۰ ساله شهر اصفهان در سال ۱۳۹۶ بودند که حداقل دو سال از ازدواج آن‌ها گذشته بود. نمونه آماری شامل ۶۱۵ زوج بود که به شکل در دسترس از مناطق مختلف شهری انتخاب شدند. ابزارهای این پژوهش عبارت بودند از پرسشنامه پنج عامل شخصیت نئو (کاستا و مک‌کری، ۱۹۹۲)، پرسشنامه کیفیت ابعاد رابطه (فلیچر، سیمپسون و توماس، ۲۰۰۰)، پرسشنامه نیازهای اساسی (صاحبی، ۱۳۸۰) و پرسشنامه پذیرش خویشتن (چمبرلین و هاگا، ۲۰۰۱). داده‌های گردآوری شده به کمک آزمون‌های همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام مورد بررسی قرار گرفت. **یافته‌ها:** تحلیل داده‌ها نشان داد که متغیرهای روان‌رنجوری، تجربه‌گرایی، نیاز به آزادی و نیاز به قدرت با کیفیت رابطه زناشویی رابطه منفی و معنادار دارند. متغیرهای برون‌گرایی، توافق‌پذیری، وجدان‌گرایی، پذیرش خویشتن، عشق و تعلق خاطر، بقا و تفریح با کیفیت رابطه زناشویی رابطه مثبت و معنادار دارند. نتایج رگرسیون گام به گام نیز نشان داد که کلیه متغیرها قدرت پیش‌بینی کیفیت رابطه زناشویی را دارند. **نتیجه‌گیری:** با توجه به این نتایج می‌توان گفت تغییرات متغیرهای پیش‌بین در این پژوهش با تغییرات متغیر کیفیت رابطه زناشویی همراه است. یافته‌های این پژوهش نشان داد که ویژگی‌های شخصیتی، نیازهای گلاسر و پذیرش خویشتن می‌تواند پیش‌بینی‌کننده کیفیت رابطه زناشویی باشد.

کلید واژه‌ها: ویژگی‌های شخصیتی، نیازهای گلاسر، پذیرش خویشتن، کیفیت رابطه زناشویی

استناد به این مقاله: ملیان، عاطفه، دیاریان، محمدمسعود، و یوسفی، زهرا. (۱۴۰۰). پیش‌بینی کیفیت رابطه زناشویی بر اساس ویژگی‌های شخصیتی، نیازهای گلاسر و پذیرش خویشتن. فصلنامه علمی- پژوهشی روان‌شناسی کاربردی، ۱۵ (۴ پیاپی): ۲۰۷-۲۳۲.

مقدمه

خانواده مهم‌ترین واحد جامعه است و ازدواج، هسته اولیه ایجاد رابطه خانوادگی و گسترش آن است. کیفیت رابطه زناشویی از عوامل مهمی است که به طور کلی خانواده را تحت تأثیر قرار می‌دهد (ایدلخانی، حیدری، داوودی و زارع بهرام آبادی، ۱۳۹۷؛ به نقل از عمادی، میرهاشمی و پاشاشریفی، ۱۳۹۹). در واقع ازدواج به منزله مهم‌ترین و عالی‌ترین رسم اجتماعی، برای دستیابی به نیازهای عاطفی افراد همواره مورد تأکید بوده است. دلایل اصلی ازدواج، عشق و محبت داشتن به شریک و همراه در زندگی، ارضای نیازهای عاطفی-روانی و افزایش کیفیت رابطه زناشویی است (کار، ۲۰۱۹). ازدواج‌های موفق به سلامت روانی، جسمانی و خانوادگی منجر می‌شود، حال آن که ازدواج‌های ناشاد و ناپایدار هم بر بهزیستی افراد تأثیر سوء دارند و هم هزینه‌های مالی برای جامعه در بر دارد (هولمن و همکاران، ۲۰۰۱).

در این میان به نظر می‌رسد کیفیت رابطه زناشویی از جمله عوامل مؤثر بر حفظ ازدواج شاد و موفق است (کارول، نپ و هولمن، ۲۰۰۵). کیفیت رابطه زناشویی عبارت است از نگرش ذهنی فرد به رابطه زناشویی و برآورد همسران از شادمانی آن‌ها در ازدواج (کاستر و برادبری، ۲۰۰۹). کیفیت رابطه زناشویی از عوامل مهمی است که به طور کلی خانواده را تحت تأثیر قرار می‌دهد (ایدلخانی، حیدری، داوودی و زارع بهرام آبادی، ۱۳۹۷؛ به نقل از عمادی، میرهاشمی و پاشاشریفی، ۱۳۹۹). این مقوله به صورت‌های متفاوتی به عنوان شادی از زندگی زناشویی^۱، موفقیت زناشویی^۲، ثبات زناشویی، سازگاری زناشویی^۳ و بیش از هر چیز رضایت زناشویی به کار رفته است. به این ترتیب می‌توان نتیجه گرفت برای حفظ و ثبات خانواده و برخورداری از خانواده موفق لزوم توجه به کیفیت رابطه زناشویی ضروری است.

سه دسته از عوامل، یعنی عوامل زمینه‌ای و بافتی، شخصیتی و سلامت روان و فرایندهای تعاملی زوجین را می‌توان به عنوان عوامل پیش‌بینی‌کننده کیفیت و ثبات زندگی زناشویی در نظر گرفت. عوامل زمینه‌ای و بافتی کمترین و فرایندهای تعاملی زوجین، بیشترین سهم را در پیش‌بینی کیفیت و ثبات رابطه زناشویی دارند. در واقع لازمه تقویت رابطه زناشویی، ثبات و دوام آن و نوع نگرش و طرز تعامل زوج‌ها با یکدیگر است (آنسا، نجما و نورین، ۲۰۱۳) و مطالعه روابط زوج‌ها به روشن شدن چهارچوب‌های ساختاری که رابطه زوج‌ها در آن شکل می‌گیرد کمک می‌کند. در بیشتر جوامع، بررسی کیفیت روابط زناشویی نقش اساسی در کیفیت کلی ارتباط‌های خانوادگی دارد (ناگاراجا، راجاموردی، ۲۰۱۲).

1. Marital Happiness

2. Marital Success

3. Marital Adjustment

نظریه‌های مختلف زوج‌درمانی و خانواده‌درمانی سعی در تبیین روابط همسران و عوامل پیش‌بینند کیفیت و ثبات زندگی زناشویی دارند و تلاش می‌کنند تا بر اساس مبانی نظری خود، مداخله‌ها و راهکارهایی را برای کاهش مشکلات و در نتیجه افزایش کیفیت رابطه همسران و خانواده پیشنهاد کنند (برادبری و کارنی، ۲۰۰۴). در همین راستا معرفی و طرح یک مدل مربوط به عوامل مؤثر بر کیفیت رابطه زناشویی، جنبه‌های مختلفی نظیر ویژگی‌های شخصیتی زوجین می‌تواند تعیین‌کننده باشد (گلدنبرگ و گلدنبرگ، ۲۰۰۸).

ویژگی‌های شخصیتی از متغیرهایی است که به عنوان پیش‌بینی‌کننده موفقیت زندگی زناشویی مورد بررسی قرار گرفته است (فیگرودو، سیفک و جونز، ۲۰۰۶). پژوهش‌ها نشان داده است که چگونه شخصیت در کل با رضایت زناشویی مرتبط است، اما مطالعات باید بیشتر به سمت تأثیر ویژگی‌های شخصیتی خاص بر رضایت زناشویی برود. در مقایسه با سایر مدل‌های شخصیت، مدل پنج‌عاملی دربرگیرنده اصلی‌ترین ابعاد شخصیت است (کاستا و مک‌کری، ۱۹۹۲). این پنج عامل (روان‌رنجوری^۱، برون‌گرایی^۲، تجربه‌گرایی^۳، توافق‌پذیری^۴ و وجدان‌گرایی^۵) چارچوبی را برای تبیین تفاوت‌های فردی از نظر شخصیت فراهم می‌آورد. روان‌رنجوری را داشتن احساسات منفی مانند ترس، غم، خشم و برانگیختگی تشکیل می‌دهد. برون‌گرایی به اجتماعی بودن افراد و این که تمایل به شرکت در اجتماعات و میهمانی‌ها دارند، ارتباط دارد. تجربه‌گرایی به جنبه‌ها یا محدوده‌های تجربی که فرد در برابر آن‌ها باز و گشوده است، اختصاص دارد. توافق‌پذیری نیز همانند برون‌گرایی به گرایش‌های فردی تأکید دارد. وجدان‌گرایی نیز به کنترل تکانه‌ها به عنوان یکی از موضوعات مهم و اساسی در شخصیت افراد می‌پردازد.

گرچه پنج عامل شخصیت می‌تواند با کیفیت رابطه زناشویی ارتباط داشته باشد، اما نیازها و هماهنگی بین آن‌ها نیز به عنوان یک مؤلفه مهم شخصیتی زوجین می‌تواند کیفیت رابطه آن‌ها را تحت تأثیر قرار دهد. سال‌هاست در متون و پژوهش‌های مرتبط با شخصیت، نیازها مورد توجه بوده است. از جمله گلاسر (۲۰۰۰). واقعیت‌درمانی تأکید می‌کند که ارتباط‌های پر تعارض زوجی نتیجه رفتار نامطلوب زوج‌ها و عدم ارضای نیازها است. به عبارتی تعارض زناشویی را ناشی از ناهماهنگی زوجین در نوع نیازها و روش ارضای آن، خودمحور بودن، اختلاف در خواسته‌ها و رفتار غیرمسئولانه نسبت به روابط زناشویی تعریف می‌کند که جنبه صمیمیت عشق را مورد هدف قرار می‌دهد. زن و مرد در کنار هم قرار می‌گیرند تا به نحو شایسته‌ای نیازهای یکدیگر را

1. Neurotism

2. Extraversion

3. Openness Experience

4. Agreeableness

5. Conscientiousness

به شکلی متقابل ارضا کنند. انواع مختلف ارتباط بین زوجین می‌تواند به ارضای نیازها بینجامد (برادلی، ۲۰۱۴). به اعتقاد گلاسر این نیازها شامل نیاز به بقا، عشق و تعلق خاطر، قدرت، آزادی و تفریح است. نیاز به بقا بین همه موجودات زنده، مشترک است و به طور کلی به تمایل یک جاندار برای زنده ماندن و داشتن پایگاهی امن در این جهان اشاره دارد. نیاز به قدرت، به تمایل برای کنترل کردن افراد یا امور اشاره دارد. نیاز به آزادی به گرایش انسان به تعمیم و انتخاب و فعالیت کردن اشاره دارد. نیاز به تفریح به احساس شادی و لذتی اشاره دارد که در جریان تجربیات و فعالیت‌های لذت‌بخش و مورد علاقه در شخص ایجاد می‌شود. نیاز به عشق و تعلق مهم‌ترین نیاز انسان است که چهار نیاز دیگر نیز به نوعی در سایه تحقق این نیاز ممکن خواهد بود. زیرا تحقق تمام نیازهای اساسی تنها در یک بافت اجتماعی و در رابطه با دیگران امکان‌پذیر خواهد بود (گارنر، ۲۰۰۶).

رضایت افراد از ارضای نیازها می‌تواند متأثر از پذیرش خویشتن هر یک از زوجین باشد. پذیرش خویشتن، هنر پذیرفتن خود است. خود همان طور که هست و با همه نقاط قوت و ضعفی که وجود دارد (درآیدن؛ ترجمه اخباری آزاد، ۱۳۸۸). پذیرش خویشتن نیز می‌تواند کیفیت رابطه زناشویی را تحت تأثیر قرار دهد. زیرا پذیرش خود عبارت است قبول خود به عنوان فردی که در کنار توانمندی‌ها و نقاط قوتش از نقاط ضعف و معایبی نیز رنج می‌برد؛ چرا که اگر افراد یا یکی از زوجین خود و ویژگی‌هایش را قبول نداشته باشد، بی‌شک همیشه نیازمند است و احساس ناامنی می‌کند و در رفتارهای حسادت‌آمیز روابط متعدد قرار می‌گیرند یا روی به گیر دادن چسبندگی و یا کنترل‌گری و دغل‌کاری می‌آورند، در حالی که اگر زوجین به خود بپردازند و تمرکزشان را بر روی عشق ورزیدن خالصانه قرار دهند، دیگر به احساس تهدید شدن از طرف یکدیگر و یا حسادت‌ورزی نسبت به هم دچار نمی‌شوند و نیازی به کنترل یکدیگر ندارند (گریگر، ۲۰۰۵).

به هر حال یکی از دغدغه‌های به روز متولیان اجتماعی و مشاوران خانواده حفظ خانواده و موفقیت آن است. از این رو تاکنون پژوهش‌های گوناگونی به روابط خانوادگی، کیفیت آن و یا سازه‌های مشابه به آن پرداخته‌اند. از جمله امیری و همکاران (۲۰۱۱) نشان دادند که روان‌رنجوری با عدم رضایت از رابطه زناشویی در ابعاد مختلف همراه است. شاهمرادی و همکاران (۲۰۱۵) نشان دادند ابعاد توافقی‌پذیری و وجدان‌گرایی با رضایت زناشویی دارای همبستگی مثبت است و با بعد روان‌رنجوری دارای همبستگی منفی است. ساجینو و همکاران (۲۰۱۶) نشان دادند وجدان‌گرایی، تجربه‌گرایی و توافقی‌پذیری در سازگاری زوجین دارای رابطه مثبت معنادار است. در تحقیق دیگری فتح‌الله زاده و همکاران (۲۰۱۷) نتیجه گرفتند که مداخله غنی‌سازی زندگی زناشویی بر اساس نظریه انتخاب با اصلاح و افزایش تعامل‌های بین زوج‌ها سبب افزایش صمیمیت

و بهبود کیفیت روابط زناشویی آن‌ها می‌شود. کنیس و همکاران (۲۰۱۳) نشان داده‌اند ذهن‌آگاهی و پذیرش خود در سازگاری و انطباق زوجی مؤثر است.

همان‌گونه که در پژوهش‌های مورد اشاره دیده می‌شود، گرچه پژوهش‌ها و پژوهشگران به سازه‌های پیش‌گیرنده از طلاق و بهبودجو خانواده توجه کرده‌اند، اما تاکنون پژوهشی به روابط علی بین ویژگی‌های شخصیتی، نیازهای اساسی گلاسر^۲ و پذیرش خویشتن با کیفیت روابط زناشویی نپرداخته است. از سوی دیگر به نظر می‌رسد بررسی روابط شخصیت زوجین، نیازهای آنان و پذیرش خویشتن می‌تواند همبسته‌های کیفیت روابط زناشویی را مشخص کرده و به تدوین بسته‌های آموزشی و درمانی کیفیت روابط زناشویی کمک نماید. از این رو این پژوهش بر آن بود که به این سؤال پاسخ دهد آیا پنج عامل بزرگ شخصیتی، نیازهای گلاسر و پذیرش خویشتن با کیفیت روابط زناشویی رابطه معنادار و چندگانه دارد؟

روش

با توجه به هدف، پژوهش حاضر از نوع پژوهش‌های توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش زوج‌های ۲۰ تا ۵۰ ساله شهر اصفهان در سال ۱۳۹۶ بودند که حداقل دو سال از ازدواج آن‌ها گذشته و در آستانه طلاق (تقاضای طلاق توسط یکی از زوجین) نبودند. ملاک انتخاب این جامعه از آن جهت بود که «اثر ماه عسل»^۳ بر کیفیت رابطه زناشویی کنترل شود.

در این پژوهش نمونه‌گیری به صورت تصادفی خوشه‌ای انجام گرفت. به این ترتیب که از هر منطقه بر اساس مناطق یک تا شش شهر اصفهان به صورت نمونه‌گیری خوشه‌ای چهار منطقه یک، سه، چهار و شش به صورت تصادفی انتخاب شدند و همه افراد متاهل برخوردار از معیارهای ورود، وارد پژوهش شدند. با توجه به این که پژوهش از نوع همبستگی بود، بنابراین طبق نظر تاباچنیک و فیدل (۲۰۰۷) مبنی بر این که در پژوهش‌های همبستگی به ازای هر متغیر ۵ نفر وارد پژوهش شد. با توجه به این که تعداد سؤالات ۱۲۳ بود، بنابراین حجم نمونه ۶۱۵ زوج در نظر گرفته شد. ملاک‌های ورود عبارت بودند از: دارا بودن سابقه ازدواج حداقل دو سال از ازدواج، حداقل و حداکثر سن برای شرکت کنندگان ۲۰ تا ۵۰ سال، حداقل تحصیلات، سیکل، عدم ابتلا به سوءمصرف مواد و الکل و عدم دریافت داروهای روانپزشکی که به صورت سؤالات کوتاه در ابتدای پرسشنامه‌ها اضافه شده بود و چنانچه فردی دچار چنین مشکلاتی بود قبل از ورود داده‌ها از لیست شرکت‌کنندگان حذف می‌شد، تمایل به شرکت در پژوهش. همچنین ملاک‌های خروج

1. Personality Factors

2. Glasser Basic Needs

3. Honeymoon Effect

عبارت بود از تقاضای طلاق و یا زندگی در حالت متارکه، عدم تمایل به ادامه جلسات از سوی هر کدام از زوجین لازم به ذکر است به منظور رعایت اخلاق پژوهش در آغاز پرسشنامه‌ها متنی اضافه شده بود که برای آزمودنی‌ها روشن می‌شد که این داده‌ها صرفاً به منظور پژوهش استفاده می‌شود و نتایج آن به شکل گروهی گزارش می‌شود. همچنین به منظور حفظ رازداری، نام و نام خانوادگی افراد به عنوان الزام پژوهش نبود.

ابزارهای پژوهش

پرسشنامه پنج عامل شخصیت نئو^۱

کاستا و مک‌کری پرسشنامه پنج عامل شخصیت، نسخه کوتاه ۶۰ سؤالی را در سال ۱۹۸۵ تهیه کرده‌اند که روی یک طیف پنج درجه‌ای از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم نمره‌گذاری می‌شوند. در خصوص روایی این پرسشنامه، کاستا و مک‌کری (۱۹۹۲) اظهار می‌دارند که ابزار کوتاه شده این پرسشنامه با نسخه کامل آن مطابقت دارد، به گونه‌ای که مقیاس نسخه کوتاه همبستگی بالاتر از ۰/۶۸ را با مقیاس‌های پرسشنامه کامل دارد. شاخص‌های مورد بررسی ۵ عامل است که با استفاده از این پرسشنامه که هر کدام از طریق ۱۲ گویه اندازه‌گیری می‌شوند، اندازه‌گیری شدند. در ایران این مقیاس توسط حق‌شناس (۱۳۸۵) تأیید شده است. بر اساس نتایج پژوهش‌های کاستا و مک‌کری (۱۹۹۲) در هر کدام از شاخص‌های پنج‌گانه مورد بررسی، هر چند نمره پاسخگو بیشتر باشد، شدت شاخص مورد نظر بیشتر خواهد بود.

پرسشنامه کیفیت ابعاد رابطه (PRQC)^۲

این پرسشنامه که در ترجمه به اختصار کیفیت ابعاد رابطه نام گرفت، توسط فلیچر، سیمپسون و توماس (۲۰۰۰) تدوین شده است. این پرسشنامه کوتاه و معتبر شامل ۱۸ سؤال در ابعاد رضایت، تعهد، صمیمیت، اعتماد، شور و هیجان جنسی و عشق است. آزمودنی پاسخ خود را در مقیاس لیکرت هفت درجه‌ای از ۱= اصلاً تا ۷= کاملاً مشخص می‌کند. فلیچر، سیمپسون و توماس (۲۰۰۰) در ساخت این ابزار تلاش کردند که روایی صوری و همسانی درونی هر یک از ابعاد را بالا برده و در عین حال از همپوشی سؤالات اجتناب کنند. بدین منظور آنان سؤالاتی را برای هر

^۱. NEO. Five Factor Inventory

^۲. Perceived Relationship Quality Components

بعد انتخاب کردند که از نظر صوری و معنایی شبیه باشند. روایی و محتوایی این پرسشنامه به استناد پژوهش نیلفروشان (۱۳۸۹) مورد تأیید قرار گرفته است.

فلیچر، سمپسون و توماس (۲۰۰۰) در پژوهشی بر روی افرادی که روابط با ثبات و طولانی‌مدت داشتند، پایایی مطلوبی را برای هر یک از ابعاد رابطه نشان دادند به طوری که ضریب آلفای کرونباخ برای ابعاد رضایت، تعهد، صمیمیت، اعتماد، شور و هیجان جنسی و عشق به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۹۶، ۰/۸۶، ۰/۷۸، ۰/۸۶ و ۰/۸۹ و برای کل پرسشنامه ۰/۸۵ گزارش شده است. همبستگی بین ابعاد شش‌گانه نیز بالا، مثبت و معنادار گزارش شده است. دامنه این ضرایب همبستگی از ۰/۱۳ تا ۰/۷۹، با میانگین ۰/۵۰ بوده است. در پژوهش حاضر همسانی درونی مجدد محاسبه شد ($X=0/78$).

پرسشنامه نیازهای اساسی گلاسر

این پرسشنامه که توسط صاحبی (۱۳۸۰) شامل ۲۵ سؤال است که در مقیاس ۵ این پرسشنامه شامل ۲۵ سؤال است که در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت پاسخ داده می‌شود. نمره یک بیانگر پایین بودن شدت نیاز (بسیار کم) و نمره ۵ بالاترین سطح نیاز است. این پرسشنامه ۵ خرده مقیاس دارد که نیازهای گلاسر شامل: عشق و تعلق خاطر، قدرت، آزادی، بقا و تفریح را مورد بررسی قرار می‌دهد. همسانی درونی این پرسشنامه ۰/۷۸ و به تفکیک برای هر خرده‌مقیاس: عشق و تعلق خاطر ۰/۷۱، آزادی ۰/۷۱، بقا ۰/۳۶، قدرت ۰/۶۲ و تفریح ۰/۷۲ است. این پرسشنامه روی ۶۰ زوج (۱۲۰ نفر) از مراجعه‌کنندگان به مرکز مشاوره شهر مشهد نرم شده است (سالاری، ۱۳۸۵؛ به نقل از اولادی، ۱۳۹۰).

پرسشنامه پذیرش خویشتن

این پرسشنامه که توسط چمبرلین و هاگا (۲۰۰۱) تدوین شد. این پرسشنامه شامل ۲۰ عبارت و دارای دو زیر مقیاس پذیرش بی‌قید و شرط خود و پذیرش مشروط خود است و برای گروه سنی ۱۴ سال و بالاتر قابل اجرا است. نحوه پاسخ‌دهی به این پرسشنامه به صورت مقیاس لیکرت از کاملاً نادرست=۱ تا همیشه درست=۷ است.

چمبرلین و هاگا (۲۰۰۱) همسانی درونی پرسشنامه را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۲ گزارش کردند که در سطح قابل قبولی است. همسانی پرسشنامه در ایران با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۶۸ به دست آمد. همچنین پایایی آن از طریق دو نیمه کردن آزمون و با استفاده از روش تصنیف اسپیرمن- برون ۰/۶۳ به دست آمد (کلانتری، ۱۳۹۲). روایی همگرایی این

پرسشنامه از طریق همبستگی نمرات آن با نمرات پرسشنامه عزت نفس روزنبرگ بررسی شد که ضریب همبستگی $0/37$ ($<0/008$) به دست آمد. در پژوهش حاضر همسانی درونی برای کل مقیاس ($X=0/73$) محاسبه شد.

نتایج

جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها و پاسخ‌گویی به سؤال پژوهش علاوه بر استفاده از آمار توصیفی، از آزمون همبستگی و رگرسیون گام به گام استفاده شد. نتایج به دست آمده در جداول زیر مشاهده می‌شود. به منظور بررسی فرضیه پژوهش از آمار توصیفی، تحلیل همبستگی و تحلیل رگرسیون گام به گام استفاده شد. جدول (۱) میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش ($N=615$)

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد
کیفیت زندگی زناشویی	۷۶/۹۶	۵/۶۳
روان‌رنجوری	۳۶/۲۶	۵/۲۹
برون‌گرایی	۴۱/۵۰	۵/۵۶
تجربه‌گرایی	۴۰/۲۶	۵/۳۱
توافق‌پذیری	۴۱/۲۹	۴/۶۲
وجدان‌گرایی	۴۵/۵۴	۵/۳۵
عشق و تعلق خاطر	۱۵/۷۲	۲/۷۸
قدرت	۱۵/۵۱	۲/۹۷
آزادی	۱۶/۳۷	۳/۰۰
بقا	۱۵/۳۵	۲/۷۹
تفریح	۱۶/۲۹	۲/۷۴
پذیرش خود	۸۴/۲۱	۲۳/۳۲

جدول (۲) نتایج تحلیل همبستگی پیرسون بین ویژگی‌های شخصیتی، نیازهای گلاسر و پذیرش خود با کیفیت رابطه زناشویی را نشان می‌دهد.

جدول ۲. نتایج تحلیل همبستگی پیرسون بین ویژگی‌های شخصیتی، نیازهای گلاسر و پذیرش خود با کیفیت رابطه زناشویی

متغیرها	کیفیت رابطه زناشویی	روان رنجوری	برون گرایی	تخریب گرایی	توافق پذیری	وظیفه‌شناسی	پذیرش خود	عشق و تعلق	قدرت	آزادی	بقاء
کیفیت زندگی روان رنجوری	۰/۲۳۳*	۰/۳۰۵*	۰/۱۰۱*	۰/۰۰۷*	۰/۲۷۸*	۰/۰۵۴*	۰/۰۸۳*	۰/۱۵۱*	۰/۱۴۹*	۰/۱۱۳*	۰/۱۹۷*
برون گرایی	۰/۲۶۹*	۰/۳۰۵*	۰/۱۰۱*	۰/۰۰۷*	۰/۲۷۸*	۰/۰۵۴*	۰/۰۸۳*	۰/۱۵۱*	۰/۱۴۹*	۰/۱۱۳*	۰/۱۹۷*
تخریب گرایی	۰/۲۹۸*	۰/۱۰۵*	۰/۱۰۱*	۰/۰۰۷*	۰/۲۷۸*	۰/۰۵۴*	۰/۰۸۳*	۰/۱۵۱*	۰/۱۴۹*	۰/۱۱۳*	۰/۱۹۷*
توافق پذیری	۰/۲۸۱*	۰/۱۷۷*	۰/۲۲۶*	۰/۰۰۷*	۰/۲۷۸*	۰/۰۵۴*	۰/۰۸۳*	۰/۱۵۱*	۰/۱۴۹*	۰/۱۱۳*	۰/۱۹۷*
وجدان گرایی	۰/۱۸۰*	۰/۱۹۶*	۰/۰۹۳*	۰/۰۷۸*	۰/۲۷۸*	۰/۰۵۴*	۰/۰۸۳*	۰/۱۵۱*	۰/۱۴۹*	۰/۱۱۳*	۰/۱۹۷*
پذیرش خود	۰/۴۵۵*	۰/۰۷۲*	۰/۰۰۷*	۰/۰۱۲*	۰/۱۶۹*	۰/۰۵۴*	۰/۰۸۳*	۰/۱۵۱*	۰/۱۴۹*	۰/۱۱۳*	۰/۱۹۷*
عشق و تعلق	۰/۷۵۹*	۰/۱۴۵*	۰/۰۰۳*	۰/۰۲۸*	۰/۱۹۴*	۰/۰۱۲*	۰/۰۱۶*	۰/۱۵۶*	۰/۱۵۶*	۰/۲۲۳*	۰/۱۹۷*
قدرت	۰/۳۴۶*	۰/۱۲۲*	۰/۱۳۳*	۰/۰۱۴۶*	۰/۱۷۷*	۰/۰۴۶*	۰/۰۸۰*	۰/۱۵۶*	۰/۱۵۶*	۰/۲۲۳*	۰/۱۹۷*
آزادی	۰/۱۳۵*	۰/۰۲۵*	۰/۰۱۶*	۰/۰۰۹*	۰/۰۸۹*	۰/۰۵۶*	۰/۰۸۳*	۰/۱۵۱*	۰/۱۴۹*	۰/۱۱۳*	۰/۱۹۷*
بقاء	۰/۲۶۶*	۰/۰۰۰*	۰/۱۳۴*	۰/۰۱۸۴*	۰/۱۷۱*	۰/۰۳۳*	۰/۰۸۳*	۰/۱۵۱*	۰/۱۴۹*	۰/۱۱۳*	۰/۱۹۷*
تفریح	۰/۲۳۰*	۰/۱۷۴*	۰/۱۳۸*	۰/۰۱۸۱*	۰/۱۸۲*	۰/۰۸۵*	۰/۰۶۲*	۰/۱۵۱*	۰/۱۴۹*	۰/۱۱۳*	۰/۱۹۷*

* ۰/۰۵

* ۰/۰۱

جدول ۳. خلاصه تحلیل رگرسیون گام به گام

خطای انحراف از برآورد	ضریب تعدیل	ضریب تعیین	ضریب همبستگی	
۱۳/۹۸	۰/۲۰۳	۰/۲۰۳	۰/۴۵۳	پذیرش خود
۱۳/۴۳	۰/۲۶۵	۰/۲۶۸	۰/۵۱۸	تجربه‌گرایی
۱۳/۰۳	۰/۳۰۸	۰/۳۱۲	۰/۵۵۹	توافق‌پذیری
۱۲/۸۱	۰/۳۳۱	۰/۳۳۷	۰/۵۹۰	برونگرایی
۱۲/۶۳	۰/۳۴۹	۰/۳۵۶	۰/۵۹۷	عشق و تعلق
۱۲/۵۱	۰/۳۶۲	۰/۳۷۰	۰/۶۰۸	قدرت
۱۲/۴۰	۰/۳۷۴	۰/۳۸۳	۰/۶۱۹	وجدان‌گرایی
۱۲/۳۵	۰/۳۷۸	۰/۳۸۸	۰/۶۲۳	تفریح

بر اساس یافته‌های جدول (۳) ۲۰ درصد واریانس پذیرش با کیفیت زندگی مشترک است با وارد شدن تجربه‌گرایی این میزان به ۲۶ درصد، توافق‌پذیری به ۳۰ درصد، برون‌گرایی به ۳۳ درصد، عشق و تعلق خاطر به ۳۴ درصد، قدرت به ۳۶ درصد، وظیفه‌شناسی به ۳۷ درصد و تفریح به ۳۷ درصد افزایش می‌یابد.

جدول ۴. آزمون تحلیل واریانس برای معنی‌داری رگرسیون

منبع تغییرات	مجموع مجدورات	درجه آزادی	میانگین مجدورات	F	سطح معنی‌داری
رگرسیون	۲۴۹۲۲/۱۶۰	۱	۲۴۹۲۲/۱۶۰	۱۲۷/۴۳	۰/۰۰۱
باقی‌مانده	۹۶۶۰۹/۳۳۸	۴۹۴	۱۹۵/۵۶۵		
رگرسیون	۳۲۵۵۸/۱۴۷	۱	۱۶۲۷۹/۰۷۴	۹۰/۲۰۲	۰/۰۰۱
باقی‌مانده	۸۸۹۷۳/۳۵۱	۴۹۵	۱۸۰/۴۷۳		
رگرسیون	۳۷۹۴۴/۵۲۳	۱	۱۲۶۴۸/۱۷۴	۷۴/۴۴	۰/۰۰۱
باقی‌مانده	۸۳۵۸۶/۹۷۵	۴۹۵	۱۶۸/۸۹۲		
رگرسیون	۴۰۹۳۸/۶۵۸	۱	۱۰۲۳۵/۶۶۴	۶۲/۳۵	۰/۰۰۱
باقی‌مانده	۸۰۵۹۲/۸۴۰	۴۹۵	۱۶۵۰/۲۹۹		
رگرسیون	۴۳۲۵۱/۴۹۵	۱	۸۶۵۰/۲۹۹	۵۴/۱۴	۰/۰۰۱
باقی‌مانده	۷۸۲۸۰/۰۰۳	۴۹۵	۱۵۹/۷۹۵		
رگرسیون	۴۴۹۵۹/۸۸۵	۱	۷۴۹۳/۳۱۴	۴۷/۸۵۴	۰/۰۰۱
باقی‌مانده	۷۸۲۸۰/۰۰۳	۴۹۵	۷۹۶/۵۸۸		
رگرسیون	۴۶۴۹۵/۹۲۴	۱	۶۶۴۲/۲۷۶	۴۳/۱۹۹	۰/۰۰۱
باقی‌مانده	۷۶۰۳۶/۶۷۴	۴۹۵	۱۶۳/۷۶۱		
رگرسیون	۴۷۱۶۷/۲۸۰	۱	۵۹۹۵/۹۱۰	۳۸/۶۱	۰/۰۰۱
باقی‌مانده	۱۲۱۵۳/۱۵	۴۹۵	۱۵۲/۶۹۹		

بر اساس نتایج جدول (۴) مشاهده شده در سطح $P \leq 0/05$ معنی‌دار بوده است. بنابراین بین متغیرهای مورد مطالعه در رگرسیون روابط خطی وجود دارد.

جدول ۵. پیش‌بینی ویژگی‌های شخصیتی، نیازهای گلاسر و پذیرش خود بر اساس کیفیت رابطه زناشویی

گام	مقدار ثابت و متغیر پیش-بین	ضریب غیر استاندارد	خطای معیار	ضریب استاندارد	T	سطح معنی داری	ضریب همبستگی چندگانه	ضریب تعیین	F
اول	ضریب ثابت	۵۱/۳۱۶	۲/۳۹	۰/۴۵۳	۲۱/۸۴	۰/۰۰۱	۰/۴۵۳	۰/۲۰۵	۱۲۷/۴۳
	پذیرش خود	۰/۳۰۴	۰/۰۲۷		۱۱/۲۸	۰/۰۰۱			
	ضریب ثابت	۶۲/۸۸	۵/۳۵		۱۵/۴۸	۰/۰۰۱			
دوم	پذیرش خود	۰/۲۸۵	۱/۰۲۶	۰/۴۲۵	۱۰/۹۵	۰/۰۰۱	۰/۵۱۸	۰/۲۶۸	۹۰/۲۰
	تجربه‌گرایی	-۷/۴۵	۱/۱۱۴	-۰/۲۵۲	-۵/۵۰	۰/۰۰۱			
	ضریب ثابت	۵۵/۳۷	۷/۱۳		۷/۷۶	۰/۰۰۱			
سوم	پذیرش خود	۰/۲۶۱	۰/۰۲۶	۰/۳۸۶	۱۰/۱۱۷	۰/۰۰۱	۰/۵۵۹	۰/۳۱۲	۷۴/۴۴
	تجربه‌گرایی	-۰/۱۷۵۲	۰/۱۱۱	-۰/۲۵۵	-۶/۷۷	۰/۰۰۱			
	توافق‌پذیری	۰/۷۲۴	۰/۱۲۹	۰/۲۱۴	۵/۶۳	۰/۰۰۱			
چهارم	ضریب ثابت	۳۹/۹۰	۷/۸۸		۵/۰۵	۰/۰۰۱			۶۲/۳۵
	پذیرش خود	۰/۲۵۵	۰/۰۲۵	۰/۳۸۰	۱۰/۱۱	۰/۰۰۱	۰/۵۸۰	۰/۳۳۷	
	تجربه‌گرایی	-۰/۱۷۰۶	۰/۱۱۰	-۰/۲۳۹	-۶/۴۲	۰/۰۰۱			
پنجم	توافق‌پذیری	۰/۶۰۵	۰/۱۲۹	۰/۱۷۹	۴/۶۷	۰/۰۰۱			۵۴/۱۴
	برون‌گرایی	۰/۴۵۷	۰/۱۰۷	۰/۱۶۲	۴/۲۷	۰/۰۰۱			
	ضریب ثابت	۳۰/۲۳	۸/۱۸		۳/۶۹	۰/۰۰۱			
ششم	پذیرش خود	۰/۲۴۹	۰/۰۲۵	۰/۳۷۰	۹/۹۶	۰/۰۰۱	۰/۵۹۷	۰/۳۵۶	۴۷/۸۵
	تجربه‌گرایی	-۰/۱۶۶۰	۰/۱۰۹	-۰/۲۲۳	-۶/۰۵	۰/۰۰۱			
	توافق‌پذیری	۰/۵۲۲	۰/۱۲۹	۰/۱۵۴	۴/۰۳	۰/۰۰۱			
ششم	برون‌گرایی	۰/۴۳۶	۰/۱۰۶	۰/۱۵۶	۴/۱۴	۰/۰۰۱			۴۷/۸۵
	عشق و تعلق خاطر	۰/۷۹۹	۰/۲۱۰	۰/۱۴۲	۳/۸۰	۰/۰۰۱			
	ضریب ثابت	۴۳/۲۷	۹/۰۱		۴/۸۰	۰/۰۰۱			
ششم	پذیرش خود	۰/۲۴۶	۰/۰۲۵	۰/۳۶۷	۹/۹۶	۰/۰۰۱	۰/۶۰۸	۰/۳۷۰	۴۷/۸۵
	تجربه‌گرایی	-۰/۱۶۱۵	۰/۱۰۹	-۰/۲۰۸	-۵/۶۶	۰/۰۰۱			
	توافق‌پذیری	۰/۴۶۷	۰/۱۲۹	۰/۱۳۸	۳/۶۱	۰/۰۰۱			
ششم	برون‌گرایی	۰/۴۱۱	۰/۱۰۵	۰/۱۴۶	۳/۹۰	۰/۰۰۱			۴۷/۸۵
	عشق و تعلق	۰/۷۲۵	۰/۲۰۹	۰/۱۲۹	۳/۴۶	۰/۰۰۱			
	قدرت	-۰/۱۶۴۷	۰/۱۹۶	-۰/۱۲۳	-۳/۳۰	۰/۰۰۱			

گام	مقدار ثابت و متغیر پیش-بین	ضریب غیر استاندارد	خطای معیار	ضریب استاندارد	T	سطح معنی داری	ضریب همبستگی چندگانه	ضریب تعیین	F
هفتم	ضریب ثابت	۳۴/۴۲	۹/۳۶		۲/۶۷	۰/۰۰۱	۰/۶۱۹	۰/۳۸۳	۴۳/۱۹
	پذیرش	۰/۲۴۵	۰/۰۲۴	۰/۳۶۶	۱۰/۰۲	۰/۰۰۱			
	تجربه‌گرایی	-۰/۶۴۸	۰/۱۰۸	-۰/۲۲۰	-۵/۹۹	۰/۰۰۱			
	توافق‌پذیری	۰/۳۶۵	۰/۱۳۲	۰/۱۰۸	۲/۷۶	۰/۰۰۱			
	برون‌گرایی	۰/۳۹۹	۰/۱۰۴	۰/۱۴۲	۳/۸۳	۰/۰۰۱			
	عشق و تعلق	۰/۶۷۸	۰/۲۰۸	۰/۱۲۱	۳/۲۵	۰/۰۰۱			
	خاطر	-۰/۶۴۹	۰/۱۹۴	-۰/۱۲۳	-۳/۵۴	۰/۰۰۱			
	قدرت	۰/۳۴۵	۰/۱۰۹	۰/۱۱۸	۳/۱۶	۰/۰۰۱			
	وجدان‌گرایی	۲۸/۹۰	۹/۶۹		۲/۹۸	۰/۰۰۳			
	ضریب ثابت	۲۸/۹۰	۹/۶۹		۲/۹۸	۰/۰۰۳			
هشتم	ضریب ثابت	۲۸/۹۰	۹/۶۹		۲/۹۸	۰/۰۰۳	۰/۶۲۳	۰/۳۸۸	۳۸/۶۱
	پذیرش خود	۰/۲۴۶	۰/۰۲۴	۰/۳۶۶	۱۰/۰۶	۰/۰۰۱			
	تجربه‌گرایی	-۰/۶۱۱	۰/۱۰۹	-۰/۲۰۷	-۵/۵۸	۰/۰۰۱			
	توافق‌پذیری	۰/۳۴۱	۰/۱۳۲	۰/۱۰۱	۲/۵۷	۰/۰۱۰			
	برون‌گرایی	۰/۳۸۴	۰/۱۰۴	۰/۱۳۶	۳/۶۸	۰/۰۰۱			
	عشق و تعلق	۰/۶۴۵	۰/۲۰۸	۰/۱۱۵	۳/۱۰	۰/۰۰۲			
	قدرت	-۰/۶۱۵	۰/۱۹۴	-۰/۱۱۷	-۳/۱۶	۰/۰۰۲			
	وجدان‌گرایی	۰/۳۰۹	۰/۱۱۰	۰/۱۰۵	۲/۸۰	۰/۰۰۵			
	تفریح	۰/۴۴۸	۰/۲۱۳	۰/۰۷۹	۲/۰۹	۰/۰۳۷			

چنان‌که در جدول (۵) مشاهده می‌شود، از میان متغیرهای پیش‌بینی‌کننده در گام اول پذیرش ($\beta=0/453, p<0/01$) توانسته کیفیت زندگی زناشویی را پیش‌بینی و ۲۰ درصد از واریانس این متغیر را تبیین نماید. در گام دوم تجربه‌گرایی ($\beta=-0/252, p<0/01$) در پذیرش ($p<0/01$)، $\beta=4250$ افزوده شده و هر دو توانسته‌اند پیش‌بینی‌کننده کیفیت زندگی زناشویی باشند و ۲۶ درصد از واریانس این متغیر را تبیین نمایند. در گام سوم توافق‌پذیری ($\beta=0/214, p<0/01$) در کنار تجربه‌گرایی ($\beta=-0/255, p<0/01$) پذیرش ($\beta=0/388, p<0/01$) افزوده شده و هر سه توانسته‌اند پیش‌بینی‌کننده کیفیت زندگی زناشویی باشند و ۳۱ درصد از واریانس این متغیر را تبیین نمایند. در گام چهارم برون‌گرایی ($\beta=0/162, p<0/01$) در کنار توافق‌پذیری ($p<0/01$)، $\beta=0/179$ تجربه‌گرایی ($\beta=0/239, p<0/01$) پذیرش ($\beta=0/380, p<0/01$) افزوده شده و هر ۴ عامل توانسته‌اند پیش‌بینی‌کننده کیفیت زندگی زناشویی باشند و ۳۳ درصد از واریانس این متغیر را تبیین نمایند. در گام پنجم عشق و تعلق خاطر ($\beta=0/142, p<0/01$) در کنار برون‌گرایی ($\beta=0/156, p<0/01$) توافق‌پذیری ($\beta=0/154, p<0/01$) تجربه‌گرایی ($\beta=-0/223, p<0/01$) پذیرش ($\beta=0/370, p<0/01$) افزوده شده و هر پنج عامل توانسته‌اند پیش‌بینی‌کننده کیفیت زندگی زناشویی باشند و ۳۵ درصد از واریانس این متغیر را تبیین نمایند. در گام ششم قدرت

$(\beta = -0/123, p < 0/01)$ در کنار عشق و تعلق خاطر $(\beta = 0/129, p < 0/01)$ برون‌گرایی $(p < 0/01)$ پذیرش $(\beta = 0/146, p < 0/01)$ توافق‌پذیری $(\beta = 0/138, p < 0/01)$ تجربه‌گرایی $(\beta = -0/208, p < 0/01)$ پذیرش $(\beta = 0/367, p < 0/01)$ افزوده شده و هر شش توانسته‌اند پیش‌بینی‌کننده کیفیت زندگی زناشویی باشند و ۳۷ درصد از واریانس این متغیر را تبیین نمایند. در گام هفتم وظیفه شناس $(p < 0/01)$ در کنار قدرت $(\beta = 0/118, p < 0/01)$ عشق و تعلق خاطر $(\beta = -0/123, p < 0/01)$ در کنار برون‌گرایی $(\beta = 0/142, p < 0/01)$ توافق‌پذیری $(\beta = 0/108, p < 0/01)$ تجربه‌گرایی $(\beta = 0/118, p < 0/01)$ پذیرش $(\beta = -0/220, p < 0/01)$ افزوده شده و توانسته‌اند پیش‌بینی‌کننده کیفیت زندگی زناشویی باشند و ۳۸ درصد از واریانس این متغیر را تبیین نمایند. در گام هشتم تفریح $(\beta = 0/37, p < 0/01)$ در کنار وظیفه‌شناس $(\beta = 0/105, p < 0/01)$ در کنار قدرت $(p < 0/01)$ عشق و تعلق خاطر $(\beta = 0/115, p < 0/01)$ برون‌گرایی $(\beta = 0/136, p < 0/01)$ توافق‌پذیری $(\beta = 0/101, p < 0/01)$ تجربه‌گرایی $(\beta = -0/207, p < 0/01)$ پذیرش $(p < 0/01)$ افزوده شده و هر هفت توانسته‌اند پیش‌بینی‌کننده کیفیت زندگی زناشویی باشند و ۳۸ درصد از واریانس این متغیر را تبیین نمایند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی کیفیت رابطه زناشویی بر اساس ویژگی‌های شخصیتی، نیازهای گلاسر و پذیرش خویشتن بر زوج‌های شهر اصفهان انجام شد. طبق نتایج به دست آمده در پژوهش حاضر، روان‌رنجوری عامل کاهش دهنده کیفیت رابطه زناشویی بود. این اثر تا حدودی به این مورد برمی‌گردد که روان‌رنجوری تا حدود زیادی بیانگر اضطراب، افسردگی، عدم ثبات عاطفی و ابرازگری عواطف منفی مانند خشم است که عملکرد فرد در رابطه را مانند سازگاری و کفایت‌مندی هیجانی در برقراری ارتباط عاطفی مناسب با همسر را کاهش می‌دهد. پختگی هیجانی و توانایی در برقراری ارتباط عاطفی مناسب با همسر و تبادل عاطفی مثبت بخش اساسی از رابطه رضایت‌بخش و صمیمی در زوجین محسوب می‌شود (دوار، ۲۰۱۹). این برقراری تماس عاطفی و تجربه هیجانی مثبت در بخش‌های مختلف رابطه زناشویی اهمیت دو چندان دارد. به ویژه این که برقراری تماس عاطفی و ابراز هیجانان و احساسات مثبت و متقابل دریافت پاسخ مناسب از جانب همسر در مواردی همچون فعالیت‌های مشترک، رابطه جنسی و تعاملات روزمره می‌تواند ارتقا دهنده رابطه و غنی‌کننده رابطه زناشویی باشد. بنابراین می‌توان گفت بی‌ثباتی هیجانی در روان‌رنجوری از یک سو و ابراز طیف وسیعی از احساسات منفی از جمله اضطراب، غمگینی، بدخلفی، تحریک‌پذیری، عدم اطمینان، بی‌کفایتی و پرخاشگری مانعی اساسی برای

شکل‌گیری رابطه رضایت‌بخش همراه با هیجانات مثبت و رابطه‌ای عاشقانه می‌شود. در همین رابطه نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد که وقتی نرخ احساسات مثبت در مقایسه با احساسات منفی افزایش می‌یابد، میزان صمیمت، رابطه جنسی رضایت‌بخش، میزان رابطه و تعامل زوجین کاهش می‌یابد (واتکینز و همکاران، ۲۰۱۵). علاوه بر این باید به نقش مواردی همچون تحریک‌پذیری، پرخاشگری و عدم اطمینان در شکل‌گیری تعارضات و شکل‌گیری چرخ‌های معیوب تعاملی مانند تعقیب و گریز و تسلط و تسلیم می‌توان در تبیین یافته بدست آمده توجه کرد. به ویژه این که تحریک‌پذیری و پرخاشگری عموماً در رابطه زناشویی و در تولید رفتارهای تسلط‌گرایانه در رابطه نقش دارند که پیامد آن پاسخ‌های منفی مانند گریز و تسلیم شدن از طرف همسر در رابطه می‌شود (گلدمن و گرینبرگ، ۲۰۱۳). نتیجه این فرآیند کاهش شدید کیفیت رابطه و میزان تعامل‌های رضایت‌بخش در تعامل روزانه زوجین می‌شود.

ویژگی شخصیتی تجربه‌گرایی طبق نتایج به دست آمده اثر مثبتی بر کیفیت رابطه زناشویی داشت. این ویژگی شخصیتی تا حدود زیادی بیانگر مواردی همچون علائق متنوع، ابتکار، نگرش‌های روشنفکرانه و پذیرا بودن فرد در روبرو شدن با تجارب جدید است. این ویژگی‌ها برای رابطه زوجین می‌تواند کارآمد باشد، چرا که رابطه زناشویی یک رابطه پرچالش است که به صورت مسایل و تعارض‌های جدیدی مانند تعارض کار خانواده و چالش‌های فرزندپروری در رابطه خود را نشان می‌دهند (مینوتو و بوستر، ۲۰۱۵؛ توسلی و همکاران، ۲۰۱۶). در این شرایط داشتن ویژگی‌هایی مانند پذیرا بودن و نوآوری نسبت به چالش‌های جدید می‌تواند راه‌گشا باشد. در همین راستا نتایج پژوهش‌های مختلف نشان می‌دهد که عدم استفاده از راه‌حل‌های متنوع و عدم داشتن نگاه مبتنی بر پذیرش یا به عبارتی رویکرد اجتنابی در تغییر و بهبود نگرش‌ها و ارزش‌هنگام مواجهه با تعارضات پیش‌آمده باعث تداوم تعارض‌ها و کاهش کیفیت زندگی می‌شود. در مقابل، داشتن نگرش مثبت به وقایع پیش‌آمده و سعی در برنامه‌ریزی مجدد می‌تواند با ارتقاء سبک سلامت محور در زندگی فرد منجر به بهبود رضایت و کیفیت زناشویی زوجین شود (رضوان حسن آباد، ۱۳۹۸). بنابراین می‌توان گفت ویژگی شخصیتی تجربه‌گرایی فرصت روبرو شدن و حل تعارضات در رابطه زناشویی را برای زوجین فراهم می‌آورد و داشتن نگرش خوش‌بینانه همراه با ابتکار و خلاقیت می‌تواند منجر به ایجاد راه‌حل‌های متنوع و جدیدی برای مسائل پیش‌آمده باشد. علاوه بر این، نتایج دیگر پژوهش‌ها نشان داده است که داشتن حس تنوع، نوآوری و خلاقیت و پذیرا بودن نسبت به تجربه‌های جدید می‌تواند بر کیفیت رابطه زوجین بیفزاید (میرمعزی، ۱۳۹۵؛ سارنوف و سارنوف، ۲۰۰۵). به عبارتی این گشودگی و خلاقیت می‌تواند گزین‌ها و موردهای جدیدی (مانند تنوع در حالت‌های رابطه جنسی و برنامه‌ریزی و تنوع به خرج دادن

برای برنامه‌ها و تفریحات مشترک) را که می‌تواند به کیفیت رابطه کمک کند در دسترس قرار دهد.

ویژگی شخصیتی توافق‌پذیری مورد دیگری بود که بر کیفیت رابطه زناشویی اثر مثبتی داشت. به عبارتی طبق نتایج پژوهش حاضر با افزایش توافق‌پذیری، کیفیت رابطه زناشویی نیز افزایش می‌یابد. توافق‌پذیری شامل مواردی همچون اعتماد، همدلی، و همکاری، خوش‌خلقی، قابلیت اعتماد، حس همکاری و گذشت است. این ویژگی شخصیتی موردی است که صداقت، همکاری، اعتماد به همسر و همدردی را در زوجین افزایش می‌دهد و منجر به رشد تعاون، اعتماد و بخشندگی در میان زوجین می‌شود (شیخ و همکاران، ۲۰۱۸؛ عباسی، ۲۰۱۷). در همین راستا نشان داده شده که مواردی همچون صداقت، همدلی و همدردی برای زوجین به منزله مهارت‌های ارتباطی در کنار اعتماد و اطمینان به عنوان مؤلفه‌های تعهد و همچنین بخشش اجزاء اساسی کیفیت زناشویی در زوجین، مورد تأکید است (رجبی و همکاران، ۱۳۹۷). بنابراین می‌توان گفت که ویژگی‌های توافق‌پذیری آن چیزی است که جزء اساسی برای کیفیت و کمیت رابطه زناشویی محسوب می‌شود، چرا که همدلی و صداقت به منزله دارا بودن از حداقل مهارت‌های ارتباطی برای تعامل روزمره زوجین است. بخشش می‌تواند راه حل بسیاری از مشکلات ریز و درشت باشد؛ به ویژه این که در زوج درمانی متدوال امروزی، بخشش به عنوان یک راهبرد درمانی در زوجین مورد توجه است (آقاگدی و همکاران، ۲۰۱۸؛ زوکارینی و همکاران، ۲۰۱۳). اعتماد و اطمینان به عنوان ساختار اساسی تعهد زناشویی محسوب می‌شوند که کیفیت و پایداری یک رابطه زناشویی را ارتقاء می‌بخشد و از متزلزل شدن رابطه زوجی جلوگیری می‌کند. در نتیجه می‌توان گفت که ویژگی شخصیتی توافق‌پذیری ارتقاء دهنده مهارت در برقراری ارتباط، تسهیل‌کننده بخشش و رشد دهنده ساختار تعهد در رابطه زناشویی محسوب می‌شود که می‌تواند کیفیت رابطه زناشویی را دوچندان کند.

طبق نتایج پژوهش حاضر وجدان‌گرایی ویژگی شخصیتی دیگری بود که اثر مثبت و معناداری بر کیفیت رابطه زناشویی داشت. وجدان‌گرایی آن جزء از ساختار شخصیت است که بیانگر کیفیت‌هایی مانند رفتار وظیفه‌مدار و هدف‌مدار، برنامه‌ریزی، نظم، قابلیت اعتماد، سخت‌کوشی، خود تنظیمی، وقت شناسی، و استقامت است. آن چه مسلم به نظر می‌رسد این است که رابطه زوجین فراز و نشیب و تعارض را به صورت مکرر و مداوم به خود می‌بینند و طبق گفته‌های زوجین داشتن ویژگی‌های مانند انصاف، هدف‌گرا بودن و سخت‌کوشی است که می‌تواند در این مواقع کیفیت رابطه زناشویی را از خطر تنزل یافتن حفظ کند (رجبی و همکاران، ۱۳۹۷). برپایه این ویژگی شخصیتی زوجین تمایل دارند که همکاری و تعامل رضایت بخش دوطرفه‌ای را برقرار

کنند که منجر به انجام نقش‌ها و حل و فصل ناشی از تعارضاتی مانند تعارضات کار - خانواده و تعارضات فرزندپروری می‌شود (وایردا بور و همکاران، ۲۰۰۹). به عبارتی دیگر وظیفه‌شناسی برنامه‌ریزی همراه با نظم است که می‌تواند مسایل، نیازها و اهداف یک رابطه زناشویی را پیش ببرد و منجر به بازدهی مناسب نقش‌ها گردد (بهبودی و همکاران، ۱۳۸۸). بنابراین می‌توان گفت در مجموع وجدانی بودن می‌تواند یک نیرو محرکه در ساختار شخصیتی زوجین باشد که به عنوان تضمین یا حداقل وجود نیرو برای انجام نقش‌ها، وظایف و مسئولیت‌ها تلقی شده، بازدهی کیفیت رابطه زناشویی را حفظ کند و رشد دهنده باشد.

یافته دیگر پژوهش حاضر این بود که ویژگی شخصیتی برون‌گرایی فاقد اثر معناداری بر کیفیت رابطه زناشویی است. در این رابطه یافته‌های پژوهش‌های قبلی تا حدودی متضاد و ضد و نقیض است به گونه‌ای که برخی از این پژوهش‌ها بیانگر ارتباط منفی این دو (برای مثال لاندبرگ، ۲۰۱۲)، و برخی دیگر بیانگر عدم رابطه این دو است (برای مثال بروک و همکاران، ۲۰۱۶). در همین راستا برخی از پژوهشگران معتقدند که برون‌گرایی اهمیت چندانی در شکل دهی کیفیت روابط نزدیک، از جمله روابط جنسی زوجین ندارد و این عامل شخصیتی به طور عمده با تأثیرگذاری اجتماعی ارتباط دارد (توبین و همکاران، ۲۰۰۰). به عبارتی می‌توان گفت که برون‌گرایی ویژگی شخصیتی است که بیشتر با متغیرهای اجتماعی مرتبط بوده و اثرگذاری آن بر رابطه زناشویی تا حدودی نیازمند درک و بررسی متغیرهای اجتماعی میانجی آن است که هدف پژوهش حاضر نبوده است.

همچنین به منظور تبیین پژوهش مبتنی بر تأثیر نیازهای گلاسر بر کیفیت رابطه زناشویی می‌توان گفت با توجه به نتایج تحقیق، نیاز به عشق و تعلق خاطر، نیاز به قدرت و نیاز به تفریح حاصل اثرات معناداری بر کیفیت رابطه زناشویی دارند. جهت این اثرات برای نیاز به عشق و تعلق خاطر مثبت و برای نیاز به قدرت و نیاز به تفریح منفی است. همسو با این یافته پژوهش، وزیری (۱۳۹۴) در پژوهش خود به این یافته رسید که نیاز به عشق و تعلق خاطر و نیاز به تفریح پیش‌بینی‌کننده‌های معنادار رضایت زناشویی می‌باشند. همچنین سلطانی فر و همکاران (۲۰۱۸) در پژوهش خود به این یافته رسیدند که رضایت از برآورده شدن نیازهای اساسی با رضایت زناشویی و سازگاری زناشویی رابطه معنادار دارد. علاوه بر این تحقیقات همبستگی پژوهش دیگری که به منظور بررسی اثربخشی واقعیت‌درمانی که مدل درمانی گلاسر با بهره‌گیری از نقش نیازهای اساسی در زوج درمانی است، بیانگر اثربخشی این زوج درمانی در بهبود مواردی همچون صمیمیت زناشویی، رضایت زناشویی و سازگاری زناشویی است. از جمله این پژوهش شامل مواردی همچون مهدیان فر و همکاران (۲۰۱۶) و یحیایی و همکاران (۲۰۱۵) است.

اثر به دست آمده برای نیاز به عشق و تعلق خاطر مثبت بود. به عبارتی افزایش نیاز به عشق و تعلق خاطر منجر به افزایش کیفیت رابطه زناشویی می‌شود. نیاز به عشق و تعلق خاطر، بیانگر تمایل و علاقه مندی به دیگران به ویژه افراد نزدیک و مهم زندگی است. این نیاز بیانگر تمایل به دریافت و برقراری رابطه صمیمانه و نزدیک همراه با ابراز محبت تعامل است (وولودینگ، ۲۰۱۵). در تبیین تأثیر مثبت این نیاز بر کیفیت رابطه زناشویی می‌توان گفت که رابطه زناشویی مهم ترین پایگاه و بستر برای برقراری یک رابطه عاشقانه همراه با تعلق خاطر است. به عبارتی ماهیت و سنگ بنای رابطه زناشویی همین نیاز است و افزایش این نیاز همراه با افزایش احساسات نزدیکی طلبی و صمیمیت است. نیاز به عشق و علاقه نیروی اولیه را برای ماندن زوجین کنار همدیگر ایجاد می‌کند. بدون وجود علاقه زوجین انگیزه‌ای برای باهم بودن، پیدا کردن پتانسیل‌های یکدیگر و ابراز عشق و کنجکاوای در مورد یکدیگر را ندارند. این عشق و تعلق خاطر باعث می‌شود که زوجین به همسر خود اعتبار دهند و بودن در کنار آن‌ها را بپذیرند. چرا که ارضای این نیاز مستلزم وجود شخص دیگری است. به عبارتی چون ارضای این نیاز به صورت انفرادی امکان‌پذیر نیست، بنابراین زوجین به وجود و ارزش دیگری اعتبار می‌دهند و دیدگاهی مبتنی بر پذیرش اتخاذ می‌کنند، تا مکان رسیدن به این نیاز روان شناختی را فراهم کنند. در این فرآیند اعتباربخشی و پذیرش می‌تواند عاملی تعیین‌کننده برای میزان کیفیت رابطه زناشویی باشد، چرا که نتایج تحقیقات مختلف بیانگر این است که اعتبار بخشیدن به همسر و پذیرش او از عامل‌های اساسی رشد هویت زوجین و بالابردن کیفیت رابطه و تجربه رضایت‌مندی است (ترنر، ۲۰۰۷؛ هاوریلنکو و همکاران، ۲۰۱۶؛ زیاپور و همکاران، ۲۰۱۷). همچنین عشق احساس و هیجانی است که باعث ارتباط افراد با هم می‌شود و پاسخی است به آن چه برای افراد بسیار ارزشمند است. در مقیاس بزرگتر، عشق از تجربه برانگیختگی لذت‌بخش در ارتباط متقابل و درگیری بین دو نفر به وجود می‌آید. درگیری در عشق باعث توسعه فردی می‌شود. در یک ارتباط دو طرفه، افراد نه تنها یکی شده و در هم ادغام می‌شوند، بلکه فردیت خود و توسعه طرف مقابل را نیز دنبال می‌کنند. همچنین نیاز به تعلق خاطر و عشق می‌تواند باعث بروز همدلی، مراقبت، کمک یا شفقت در ارتباط شود (گرینبرگ و گلدمن، ۲۰۰۸). همدلی، شفقت و مراقبت کیفیت‌های اصلی یک رابطه زناشویی حمایت‌کننده و محافظت‌کننده است که می‌تواند منجر به تولید احساساتی مانند اطمینان خاطر، آرامش و لذت شود (اولا و همکاران، ۲۰۱۷؛ گائور و بهاردوج، ۲۰۱۵؛ مائرویت، ۲۰۱۷).

یافته دیگر پژوهش حاضر این بود که نیاز به قدرت و تفریح اثر منفی بر کیفیت رابطه زناشویی دارد. نیاز به قدرت شامل تمایل برای کنترل کردن افراد یا امور اشاره شده است. این نیاز همچنین

تمایل به تسلط و پیشرفت و احساس شایستگی را نیز در بر می‌گیرد. اگر چه به طور کلی نیاز به قدرت می‌تواند منبع و محرک خوبی برای پیشرفت فرد در شئون مختلف زندگی فردی و اجتماعی باشد، اما اگر به شکل تمایل شدید به اعمال نفوذ و تسلط بر دیگران، بروز یابد، در واقع جنبه بیمارگونه و مخرب این نیاز، آشکار شده و می‌تواند بسیاری از جنبه‌های زندگی اجتماعی و روابط بین فردی سالم و سازنده را تخریب کند، همچنین ممکن است به شکل انواع خصومت‌ها و تعارضات بین فردی، بروز یابد. در بررسی‌ها و نظریه پردازی‌های جدیدتر قدرت و کنترل‌گری در روابط به عنوان ساختار اصلی آسیب‌های هویتی شناخته می‌شود که با اعمالی مانند خشونت، کنترل‌گری، اعمال محرومیت و قدرت‌نمایی در روابط زناشویی به عنوان تلاشی در پوشش این آسیب‌ها شناخته می‌شود (گرینبرگ و گلدمن، ۲۰۱۱). آن چه که وضعیت را برای تأثیر منفی نیاز به قدرت بارزتر می‌کند، نقش این موضع قدرت‌خواهی و کنترل‌گری در شکل‌گیری چرخه معیوب تسلط تسلیم در روابط زناشویی است. آن چه که در قالب این چرخه عملاً رخ می‌دهد رفتارهای خودکامه یکی از زوجین و عدم ابرازگری دیگری است، که باعث کاهش صمیمیت دونفره و تعاملات سازنده در رابطه زناشویی می‌شود (گرینبرگ و گلدمن، ۲۰۰۸). عموماً در رابطه زوجین برای کنترل دیگری، از قدرت استفاده شده (کارتر، ۲۰۱۳)؛ یا به عبارتی اعمال کنترل برای وادار کردن دیگری به انجام کاری است (استیتس و سرپ، ۲۰۱۳). به این ترتیب، کنترل، بعد رفتاری نفوذ است، در حالی که قدرت بعد ساختاری است. با توجه به اینکه این قدرت و رفتارهای کنترل‌گرانه به صورت یک طرفه صورت می‌گیرد و همراه با تحمیل رفتار ظالمانه یا محدود کردن فعالیت دیگری است می‌تواند سطح خشونت، تعارض و کاهش صمیمیت را به همراه داشته باشد (استیتس و بارک، ۲۰۰۵). بنابراین می‌توان گفت که وقتی انگیزه‌های مرتبط با نیاز به قدرت شامل تسلط‌گری، اعمال کنترل و خودکامگی باشد، می‌تواند با شکل دادن چرخه‌های تعاملی معیوب، رفتارهای آسیب‌زننده و مخرب منجر به تخریب ساختار صمیمیت و تعامل سازنده زوجین شود و زمینه بروز تعارض و افزایش خشونت و پرخاشگری را فراهم آورد.

همچنین نتایج به دست آمده نشان داد که نیاز به تفریح اثر منفی بر کیفیت رابطه زناشویی زوجین دارد. اگر چه طبق نتایج بدست در جامعه زوجین ایرانی، نیاز به تفریح و سرگرمی یکی از مؤلفه‌های اساسی کیفیت رابطه زناشویی شناخته می‌شود، اما آنچه اهمیت دارد این است که این نیاز در قالب برنامه‌ها و فعالیت‌های دونفره یا مشترک به صورت منظم و همراه با لذت صورت بگیرد (رجبی و همکاران، ۱۳۹۷). در تبیین اثر منفی به دست آمده می‌توان به چند مورد توجه کرد. اول این که نیاز به تفریح معادل با ارضای بیشتر این نیاز و کسب لذت و خوشی ناشی از آن است. این نتایج نشان داده که کسب رضایتمندی از ارضای نیاز است که می‌تواند رابطه مثبتی با

رضایت زناشویی و کیفیت زندگی داشته باشد (سلطانی فر و همکاران، ۲۰۱۸). بنابراین عدم کسب رضایت از ارضای این نیاز در رابطه زناشویی می‌تواند عامل تخریب‌کننده کیفیت رابطه زناشویی باشد. مورد دیگر به این بر می‌گردد که نیاز به تفریح در برنامه‌های زوجین ایرانی تا حدودی در قالب برنامه‌های دوستانه و مجردی مورد توجه و اهمیت است. به عبارتی زوجین سعی در ارضای این نیاز در خارج از رابطه زناشویی هم دارند. این رویه عموماً با کاهش وقت‌های مفرح و لذت بخش زوجین با یکدیگر و شکل‌گیری تعارض و بحث و جدل‌های پیرامون این برنامه‌های فردی می‌شود. نتایج مطالعات به دست آمده نشان می‌دهد که عدم داشتن مهارت‌های کافی برای برنامه‌ریزی جهت فعالیت‌ها و برنامه‌های مشترک یکی از کمبودهای اساسی زوجین ایرانی است (حسن آباد، ۱۳۹۸). بنابراین این نقص می‌تواند توانایی زوجین را در تهیه و اجرای برنامه‌هایی که منجر به رفع نیازهایی مانند تفریح می‌شود را محدود و نارضایتی و حس عدم کفایت‌مندی را در زوجین توسعه دهد.

موازین اخلاقی

در این پژوهش پیش از اجرای آزمون، توضیحات لازم پیرامون هدف تحقیق و کاربردهای آن، برای کلیه شرکت‌کنندگان ارائه شد و موازین اخلاقی شامل اخذ و رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی و رازداری رعایت شده و به شرکت‌کنندگان اطمینان داده شد که اطلاعات محرمانه می‌ماند و این امر نیز کاملاً رعایت شد.

محدودیت‌ها

این پژوهش همچون سایر پژوهش‌ها محدودیت‌هایی داشت، از جمله با توجه به ماهیت پژوهش نمی‌توان استنباط علی کرد، جامعه محدود به زوجین شهر اصفهان بود. به محققان علاقه‌مند به این حیطه پیشنهاد می‌شود اثربخشی بسته‌های درمانی مبتنی بر اصلاح متغیرهای پیش‌بین را بر کیفیت رابطه زناشویی بررسی کنند.

تشکر و قدردانی

گروه پژوهشی بر خود لازم می‌داند که از تمامی کسانی که با همکاری و راهنمایی بی‌دریغشان ما را در اجرای مراحل انجام این پژوهش حمایت نمودند، تشکر و قدردانی نماید.

مشارکت نویسندگان

مقاله حاضر برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول است و نویسندگان این مقاله نقش یکسانی در طراحی، روش شناسی، تحلیل یافته‌ها، نتیجه‌گیری و ویراستاری این مقاله داشته‌اند.

تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

منابع

- درآیدن، ویندی. (۱۳۸۸). *چگونه به خودباوری برسیم*. ترجمه اخباری آزاد، مینا. تهران: انتشارات پیدایش. (تاریخ اثر به زبان اصلی، ۱۹۹۴، چاپ اول). [پیوند]
- صادقی، منصوره‌السادات؛ موسوی، جمال؛ موتابی، فرشته؛ و دهقانی، محسن. (۱۳۹۴). رابطه تشابه ویژگی‌های شخصیتی زوجین و رضایت زناشویی. *مجله روان‌شناسی معاصر*، ۱۰ (۲): ۶۷-۸۲. [پیوند]
- کلانتری، ف. (۱۳۹۲). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه پذیرش بی‌قیدوشرط خود. در دست چاپ. [پیوند]
- وزیری، مزده. (۱۳۹۴). پیش‌بینی رضایت زناشویی زوج‌ها بر اساس نیازهای اساسی آنها. *رویش روان‌شناسی*، ۴، ۱۲. [پیوند]
- بهبودی مرضیه، هاشمیان کیانوش، پاشاشریفی حسن، و نوایی نژاد شکوه. (۱۳۸۸). پیش‌بینی کارکرد خانواده براساس ویژگی‌های شخصیتی زوجین. *مجله اندیشه و رفتار*، ۱۱ (۳): ۵۵-۶۶. [پیوند]
- رجبی، کاوه. (۱۳۹۷). شناسایی مؤلفه‌های کیفیت زناشویی زوج‌ها: یک پژوهش کیفی. *مجله تحقیقات کیفی در علوم سلامت*، ۷ (۲): ۱۷۲-۱۸۷. [پیوند]
- رستمی شادی. (۱۳۹۶). نقش میانجی خودکارآمدی در رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و درگیری تحصیلی. *مجله مطالعات روان‌شناسی تربیتی*، ۱۴ (۲۶): ۱۰۳-۱۲۲. [پیوند]
- رضوان حسن آباد مسعود. (۱۳۹۸). نقش میانجی سبک زندگی در رابطه سیستم‌های مغزی- رفتاری و تنظیم شناختی هیجان با رضایت زناشویی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، رشته مشاوره خانواده، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید بهشتی تهران. [پیوند]
- Abbasi, S. (2017). Personality and marital relationships: Developing a satisfactory relationship with an imperfect partner. *Contemporary Family Therapy*, 39(3), 184-194. [Link]
- Aghagedi P, Golparvar M, Aghaei A, Khayatan F. (2018). The Effects of Forgiveness-Based Mindfulness Therapy and Emotionally Focused Therapy on Depression and Resiliency in Women Affected by Their Husbands' Infidelity. *Community Health Journal*, 12(1), 1-11. [Link]

- Akhlaq, A., Malik, N. I., & Khan, N. A. (2013). Family communication and family system as the predictors of family satisfaction in adolescents. *Science Journal of Psychology*, 10(6): 258-264. [Link]
- Amiri, M., Farhoodi, F., Abdolvand, N., & Bidakhvidi, A. R. (2011). A study of the relationship between big- five personality traits and communication styles with marital satisfaction of married students majoring in public universities of Tehran. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 685-689. [Link]
- Bagarozzi, D. A. (2013). *Enhancing intimacy in marriage: A clinician's guide*. routledge. [Link]
- Bradbury, T. N., & Karney, B. R. (2004). Understanding and altering the longitudinal course of marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66, 862-879. [Link]
- c *Journal of Educationl and Management Studies*, 4(4), 787-790. [Link]
- Carr A. Family therapy and systematic interventions for child-focused problems: the current evidence base. *Journal of Family Therapy*. 2019 Apr; 41 (2):153-213. [Link]
- Chamberlain, J. M., & Haaga, D. A. F. (2001). Unconditional self-acceptance and psychological health. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive Behavior Therapy*, 19, 163-176. [Link]
- Costa, P. T., & Mc Cara, R. R. (1992). Influence of extraversion and neuroticism on subjective wellbeing: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678. [Link]
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: happy and unhappy people. *Journal of personality and social psychology*, 38(4), 668. [Link]
- Custer, L. (2009). "Marital satisfaction and quality". *Encyclopedia of human relationships*, 1030-1034. [Link]
- Custer, L. (2009). *Marital Satisfaction and Quality*. In: *Encyclopedia of Human relationships*. E Publications SAG. <http://www.sage-reference.com>. [Link]
- Custer, L., & Bradbury, T. N. (2009). Longitudinal studies of marital satisfaction and dissolution. *Encyclopedia of human relationships*. Available from: URL. [Link]
- Dawar, N., & Kumari, S. (2019). *Perceived Marital Satisfaction In Relation To Emotional Maturity, Personality Traits, Emotional Intelligence and Commitment Towards Marriage* (Doctoral dissertation). [Link]
- Fathhollahzadeh N, Mirsaififard LS, Kazemi M, Saadati N, NavabiNejad S. Effectiveness of marital life enrichment based on Choice Theory on quality of marital relationship and couples intimacy. *Journal of Applied Psychology*. 2017;11(3):43 [Link]

- Glasser, W. (2001). *Counseling with choice theory: The new reality therapy*. Harper Collins. [\[Link\]](#)
- Goldenberg, H., & Goldenberg, I. (2008). *Family Therapy: An Overview*. (7th ed.). Los Angeles: Thomas Brooks/ Cole. [\[Link\]](#)
- Goldman R N, Greenberg L. (2013). Working with identity and self - soothing in emotion - focused therapy for couples. *Family Process*, 52(1), 62-82. [\[Link\]](#)
- Greeger, R. (2015). *The couples Therapy Companion: Companion: A cognitive Behavior Workbook*. [\[Link\]](#)
- Greenberg, L. S., & Goldman, R. N. (2008). *Emotion-focused couples therapy: The dynamics of emotion, love, and power*. American Psychological Association. [\[Link\]](#)
- Grieger, R. (2015). *The couples therapy companion: a cognitive behavior workbook*. Routledge. [\[Link\]](#)
- Hawrilenko M, Gray T D, Córdova J V. (2016). The heart of change: Acceptance and intimacy mediate treatment response in a brief couples intervention. *Journal of Family Psychology*, 30(1), 93. [\[Link\]](#)
- Holman, T. B., & Birch, P. J., Carroll, J. S., Doxey, C., Larson, J. H., & Linford, S. T. (2001). *Premarital predictions of marital quality or Breackup: research, Theory, and practice (pp. 191-223)*. New York: Kluwer Academic Publishers. [\[Link\]](#)
- Larson, J. H., & Holman, T, B. (1994). Premarital predictions of marital quality and stability. *Family Relation*, 43, 2, 228-237. [\[Link\]](#)
- Lundberg S. (2016). Personality and marital surplus. *IZA Journal of Labor Economics*, 1(1), 3. [\[Link\]](#)
- Mahdianfar F, Kimiaei S A, Abadi G H, Ghanbari Hashem Abadi B. (2016). Examining the effectiveness of psycho-social empowerment based on choice theory on reducing depression and aggression in women with husbands in prison in (2014). *Iranian Journal of Forensic Medicine*, 21(3), 167-177. [\[Link\]](#)
- Marriott H. (2017). Cultivating Wisdom and Compassion in Relationships: Implications for Couples Therapy. *Journal of the International Association of Buddhist Universities (JIABU)*, 7(2). [\[Link\]](#)
- Minnotte K L, Minnotte M C, Bonstrom J. (2015). Work-family conflicts and marital satisfaction among US workers: Does stress amplification matter?. *Journal of Family and Economic Issues*, 36(1), 21-33. [\[Link\]](#)
- Nagaraja, A., Rajamma, N. M., & Reddy, S. V. (2012). Effect of parents' marital satisfaction, marital life period and type of family on their children mental health status. *Journal of Psychology*, 3(2), 65-70. [\[Link\]](#)
- Saggino, A., Martino, M., Balsamo, M., Carlucci, L., Ebisch, S., Innamorati, M., Picconi, L., Romanelli, R., Rita Sergi, M., & Tommasi, M. (2016).

- Compatibility quotient, and its relationship with marital satisfaction and personality traits in Italian married couples. *Sexual and Relationship Therapy*, 31 (1): 83-94. [\[Link\]](#)
- Sarnoff D P, Sarnoff P. (2005). Assessing interactive creativity in couples. *The Family Journal*, 13(1), 83-86. [\[Link\]](#)
- Shahmoradi, G., Maleki, E., Maleki, T., Shahmoradi, Z., & Entesar, G. H. (2014). Relationship between marital satisfaction and personality characteristics on the basis of myers- briggs inventory and big five questionnaire. *Journal of Educational and Management Studies*, 4 (4): 787-790. [\[Link\]](#)
- Sheikh Z H, Farrokhi N A, Abbaspoor A Z. (2018). Mediating role of psychological capital in the relationship between personality features with marital adjustment in students. *Journal of Applied Psychology*, 12(47), 439-462. [\[Link\]](#)
- Soltanifar A, Adinehpour M, Borhani M, Ziaee M. (2018). The relationship between satisfying the needs (based on the choice theory), quality of life and marital satisfaction among addict individuals who undergone treatment. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 20(4), 271-277. [\[Link\]](#)
- Stets J E, Burke P J. (2005). Identity verification, control, and aggression in marriage. *Social Psychology Quarterly*, 68(2), 160-178. [\[Link\]](#)
- Stets, J. E., & Serpe, R. T. (2013). Identity theory. In *Handbook of social psychology* (pp. 31-60). Springer, Dordrecht. [\[Link\]](#)
- Tackett, S. L., Nelson, L. J., & Busby, D. M. (2013). Shyness and relationship satisfaction: Evaluating the associations between shyness, self- esteem, and relationship satisfaction in couples. *The American Journal of Family Therapy*, 41 (1): 34-45. [\[Link\]](#)
- Tavassolie T, Dudding S, Madigan A L, Thorvardarson E, Winsler A. (2016). Differences in perceived parenting style between mothers and fathers: Implications for child outcomes and marital conflict. *Journal of Child and Family Studies*, 25(6), 2055-2068. [\[Link\]](#)
- Tobin, R.M., Graziano, W.G., Vanman, E.J., PTassinary, L.G. (2000). Personality, emotionalexperience, and effects to Control emotions. *Journal of Personality and social Psychology*, 79, 656-669. [\[Link\]](#)
- Turner, J. H. (2007). *Human emotions: A sociological theory*. Routledge. [\[Link\]](#)
- Ulloa E C, Hammett J F, Meda N A, Rubalcaba S J. (2017). Empathy and Romantic Relationship Quality Among Cohabiting Couples: An Actor–Partner Interdependence Model. *The Family Journal*, 25(3), 208-214. [\[Link\]](#)
- Watkins L E, DiLillo D, Hoffman L, Templin J. (2015). Do self-control depletion and negative emotion contribute to intimate partner aggression? A lab-based study. *Psychology of Violence*, 5(1), 35. [\[Link\]](#)

- Wierda-Boer H H, Gerris J R, Vermulst A A. (2009). Managing multiple roles: Personality, stress, and work-family interference in dual-earner couples. *Journal of Individual Differences*, 30(1), 6-19. [Link]
- Wubbolding, R.E. (2015). "Reality therapy for the 21st century". New York, NY: Routledge. [Link]
- Yahyaee G A, Nooranipoor R, Shafiabadi A, Farzad V. (2015). The effectiveness of Reality Therapy on the improvement of couples' family functioning. *Archives of Hygiene Sciences* Volume, 4(3). [Link]
- Ziapour A, Mahmoodi F, Dehghan F, Hoseini Mehdi Abadi S M, Azami E, Rezaei M. (2017). Effectiveness of Group Counseling With Acceptance and Commitment Therapy Approach on Couples' Marital Adjustment. *World Family Medicine*, 15(8), 230-5. [Link]
- Zuccarini D, Johnson S M, Dalgleish T L, Makinen J A. (2013). Forgiveness and reconciliation in emotionally focused therapy for couples: The client change process and therapist interventions. *Journal of Marital and Family Therapy*, 39(2), 148-162. [Link]
- Drayden, V. (2009). *How to get self-concept*. Translate by Akhbari Azad, M. Tehran: Paydayesh Publishing. (Date of work in original language, 1994). Edition 1. [Link]
- Kalantari, F. (2013). *The study of psychometric features of unconditional self admission questionnaire*. Press. [Link]
- Sadeghi, M., Mosavi, J., Mootabi, F., & Dehghani, M. (2015). Relationship of similarity between personality characteristics of couples and marital satisfaction. *Contemporary Psychology Journal*, 10 (2): 67-82. [Link]
- Vaziri, M. (2015). Prediction of marital satisfaction of couples based on their basic needs. *Rooyesh-e- Ravanshenasi Journal*, 4, 12. [Link]

پرسشنامه کیفیت ابعاد رابطه

۷ کاملاً	۶	۵	۴	۳	۲	۱ اصلاً	رضایت از رابطه
							۱- چقدر از رابطه خود رضایت دارید؟
							۲- چقدر از رابطه خود خشنود هستید؟
							۳- چقدر از رابطه خود احساس شادمانی می‌کنید؟
							تعهد
							۴- چقدر به رابطه خود متعهد هستید؟
							۵- چقدر خود را وقف رابطه زناشویی خود کرده اید؟
							۶- چقدر به رابطه خود پایبند هستید؟

								۷- چقدر به رابطه خود رضایت دارید؟
								۸- چقدر از رابطه خود خشنود هستید؟
								۹- چقدر از رابطه خود احساس شادمانی می‌کنید؟
								صمیمت
								۱۰- چقدر رابطه شما صمیمی است؟
								۱۱- چقدر رابطه شما نزدیک است؟
								۱۲- چقدر با همسرتان ارتباط دارید؟
								اعتماد
								۱۳- چقدر به همسرتان اعتماد دارید؟
								۱۴- چقدر می‌توانید روی همسرتان حساب کنید؟
								۱۵- همسرتان چقدر قابل اطمینان است؟
								شور و هیجان جنسی
								۱۶- رابطه شما چقدر پر شور و هیجان است؟
								۱۷- در رابطه شما چقدر میل جنسی وجود دارد؟
								۱۸- در رابطه جنسی شما چقدر شور و هیجان وجود دارد؟
								عشق
								۱۹- چقدر همسر خود را دوست دارید؟
								۲۰- چقدر به همسر خود علاقه دارید؟
								۲۱- چقدر همسرتان برایتان عزیز است؟
