

## Research Article

# The structural relationships between marital satisfaction and conflict resolution based on the mediatory role of couples' psychological capital

L. Tehrani Azad<sup>1</sup> & M. Mojtabaei<sup>\*</sup>

1. Department of Psychology, Faculty of Psychology and Social Sciences, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

### Abstract

**Aim:** The purpose of this study was to determine the relationship between marital satisfaction and conflict resolution in couples based on the mediatory role of their psychological capital. **Method:** The research method was correlation. Statistical population of the study included 167832 students of all branches of Islamic Azad Universities of Tehran Province in 2018. Sample consisted of 135 couples (270 subject) who were selected through clustered random sampling method. In the first stage, two branches of "Science and Research", and "Central Tehran", and in the second stage faculties of Law, Divinity and Political Sciences and Technology and Engineering in "Science and Research" branch and Economics and Accounting and Foreign Languages in "Central Tehran" were randomly selected. **Instruments:** instruments were Couple Satisfaction Scale by Afrooz, 2008; Psychological Capital Questionnaire by Luthans, Avolio, Avey & Norman (2007) and Conflict Resolution Questionnaire by McClellan, 1997. Data were analyzed after removing 8 incomplete questionnaires and 2 outliers using structural equation modeling. **Results:** The results showed that the direct path coefficient between psychological capital and conflict resolution was positive ( $\beta = 0.552, P = 0.001$ ), also the total path coefficient that is total of direct and indirect path coefficients between marital satisfaction and conflict resolution ( $\beta = 0.423, P = 0.001$ ) was positive and the indirect path coefficient between marital satisfaction and conflict resolution ( $\beta = 0.225, P = 0.001$ ) was positive. **Conclusion:** Family therapists are suggested to training conflict resolution manner and resolving common life problems that probably are the source of repeated conflicts among them to provide marital satisfaction and help them to establish relationships that are full of psychological capital from which both marital satisfaction is influenced and influencing it, and be capable of resolving positive conflict.

**Key words:** conflict resolution, couples, marital satisfaction, psychological capital

**Citation:** Tehrani Azad, L., & Mojtabaei, M. (2019). The structural relationships between marital satisfaction and conflict resolution based on the mediatory role of couples' psychological capital. *Quarterly of Applied Psychology*, 13(3): 475-496.

Received: 24 February 2019  
Accepted: 24 August 2019  
Available Online: 25 August 2019  
Corresponding Author: mojtabaei@riau.ac.ir

## روابط ساختاری بین رضایت زناشویی و حل تعارض بر اساس نقش میانجیگر سرمایه‌های روان‌شناختی زوجها

لیلا طهرانی آزاد<sup>۱</sup> و مینا مجتبابی<sup>۱\*</sup>

۱. گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم اجتماعی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

### چکیده

**هدف:** هدف پژوهش تعیین رابطه رضایت زناشویی و حل تعارض زوجها بر اساس نقش میانجیگر سرمایه‌های روان‌شناختی آن‌ها بود. **روش:** روش پژوهش همبستگی و جامعه آماری تمام دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحدهای استان تهران در سال ۱۳۹۷ به تعداد ۱۶۷۸۳۲ نفر بود. به روش نمونه‌گیری تصادفی دو مرحله‌ای ۱۳۵ زوج (۲۷۰ نفر) به ترتیب زیر به صورت تصادفی انتخاب شدند. در مرحله اول واحد علوم تحقیقات و واحد تهران مرکز و در مرحله دوم دانشکده‌های حقوق، الهیات و علوم سیاسی و فنی و مهندسی از دانشگاه علوم تحقیقات و دانشکده‌های اقتصاد و حسابداری و زبان‌های خارجی از واحد تهران مرکز انتخاب شدند. ابزار پژوهش مقیاس رضایت زوجها‌های افروز ۱۳۸۷، پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی لوتانز، آولیبو، آوی و نورمان (۲۰۰۷) و پرسشنامه حل تعارض مک کلان ۱۹۹۷ بود. پس از حذف ۸ پرسشنامه مخدوش و ۲ شرکت‌کننده پرت داده‌ها با استفاده از روش الگویی معادله‌های ساختاری تحلیل شد **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که ضریب مسیر مستقیم بین سرمایه روان‌شناختی و حل تعارض ( $\beta = ۰/۵۵۲$ ،  $P = ۰/۰۰۱$ )، ضریب مسیر کل یعنی مجموع ضرایب مسیر مستقیم و غیرمستقیم بین رضایت زناشویی و حل تعارض ( $\beta = ۰/۴۲۳$ ،  $P = ۰/۰۰۱$ ) و ضریب مسیر غیرمستقیم بین رضایت زناشویی و حل تعارض ( $\beta = ۰/۲۲۵$ ،  $P = ۰/۰۰۱$ ) همگی مثبت است. **نتیجه‌گیری:** به درمانگرهای حوزه خانواده پیشنهاد می‌شود که با آموزش نحوه حل تعارض و حل مسائل زندگی مشترک که ممکن است منبع تعارض‌های تکراری بین زوجها باشد؛ رضایت زناشویی را بین آن‌ها فراهم آوردند و به زوجها کمک کنند که روابطی مملو از سرمایه روان‌شناختی را که رضایت زناشویی هم از آن تأثیر می‌پذیرد و هم بر آن تأثیرگذار است؛ پایه‌گذاری کنند و قادر شوند که به حل تعارض مثبت بپردازند.

انتشار: ۹۸/۰۵/۲۰

دریافت مقاله: ۹۷/۱۲/۰۵  
پذیرش مقاله: ۹۸/۰۶/۰۲

نویسنده مسئول:  
mojtabae@riau.ac.ir

**کلیدواژه‌ها:** حل تعارض، رضایت زناشویی، زوجها، سرمایه روان‌شناختی

استناد به این مقاله: طهرانی آزاد، لیلا، و مجتبابی، مینا. (۱۳۹۸). روابط ساختاری بین رضایت زناشویی و حل تعارض بر اساس نقش میانجیگر سرمایه‌های روان‌شناختی زوجها. فصلنامه روان‌شناسی کاربردی، ۱۳(۳) پیاپی ۵۱: ۴۹۶-۴۷۵.

## مقدمه

کنش و واکنش دو فرد که قادر نیستند منظور خود را تفهیم نمایند؛ تعارض نامیده می‌شود (کرمی بلداجی، فلاح چای، اقبال زارعی و ثابت زاده، ۱۳۹۴). تعارض در روابط صمیمی، طبیعی است و ازدواج از این قاعده مستثنی نیست؛ زیرا تعاملات مکرر و مختلف زوجها، زمینه‌های بی‌شمار تعارض را فراهم می‌کند. تعارضات زناشویی به مثابه حاصلی از احساسات و تعاملات رفتاری منفی در همسران، بسته به موضوع تعارض‌ها، شدت، استمرار و شیوه‌های حل آن‌ها می‌تواند در صورت پایداری حاوی پیامدهای جدی جسمانی و روان‌شناختی باشد (موسوی، ۱۳۹۵). اگر تعارض به‌طور ضعیفی اداره شود؛ موجب تخریب زندگی زناشویی، حس تهدید و عدم قطعیت می‌شود. رابطه زناشویی صمیمی مستلزم این است که زوجها یاد بگیرند چگونه باهم مرتبط و چگونه باهم متفاوت باشند. آنچه اهمیت دارد؛ سبک مقابله با تعارض است. اگر تعارض به‌طور کارآمد مدیریت شود؛ از سکون و رکود ارتباط جلوگیری و در زوجها مهارت‌های مثبت و کارآمد را منطبق با رویدادهای فشارزا ایجاد می‌کند؛ حتی یادگیری این رویکرد انطباقی می‌تواند فرد را در مقابل دیگر رویدادهای فشارزای زندگی هم مقاوم‌تر کند (مامی، صفری، منصوریان، قربانی و کیخاونی، ۱۳۹۵؛ ماخانووا، مک‌نالتی، ایکل، نیکونوا و مانر، ۲۰۱۸).

زوج‌های رضامند آن دسته از زوج‌هایی هستند که به روش مؤثری برای حل تعارض دست یافته‌اند (فتحی، اسمعیلی، فرحبخش و دانشپور، ۱۳۹۴). ازدواج، رابطه‌ای مبتنی بر شکیبایی بین یک زن و مرد بالغ به‌عنوان دو فرد منحصر به فرد است؛ لذا روابط بین این دو، نقشی کلیدی در ابعاد مختلف زندگی آن‌ها دارد و بر شیوه زندگی آن‌ها تأثیرگذار است و مبنای رضایت زناشویی زوجها قرار می‌گیرد (موسوی و دهشیری، ۱۳۹۴). در این راستا، پاپ، کوروس و کامینگز (۲۰۰۹) نشان دادند که سطوح پایین‌تر راهبردهای حل تعارض در طول تعاملات زناشویی و متعاقباً هیجان‌های منفی تبیین‌کننده رضایت زناشویی و اسپرین، ویرا، گولارت و واگنر (۲۰۱۴) نیز نشان دادند که سبک حل تعارض میانجیگر رابطه دلبستگی با کیفیت زناشویی است.

افراد بر اساس منابعی که در اختیار دارند؛ وارد مناسک کنشی می‌شوند و پویایی کنشی متقابلی را به وجود می‌آورند (مختاری، احمدی و حجتی نیا، ۱۳۹۵). هر قدر رابطه زناشویی، حمایت و پشتیبانی زوجها از یکدیگر استوارتر، پایدارتر و بیشتر باشد؛ زوجها آرامش روانی، درک، همدلی و اعتماد به نفس بیشتری دارند و به سبب برخورداری از روابط اجتماعی گسترده‌تر، از سرمایه‌های روان‌شناختی بیشتری نیز برخوردارند و با تنیدگی‌ها کمتر مواجه می‌شوند (آزادیان و فتحی، ۱۳۹۵؛ نیومن، نیلسن، اسمیت و هیرست، ۲۰۱۸). سرمایه روان‌شناختی به‌عنوان ارزیابی خود در رابطه با شرایط و احتمال درک موفقیت تعریف شده است (هووارد، ۲۰۱۷). تاکنون چهار مؤلفه اصلی آن

شامل خودکارآمدی<sup>۱</sup> با تأکید بر تعهد و تلاش برای موفقیت در کارها و وظایف چالش برانگیز، خوش بینی<sup>۲</sup> یا مثبت نگری مبتنی بر اسناد مثبت درباره موفقیت‌های حال و آینده، امیدواری یعنی نشان دادن مقاومت در راه رسیدن اهداف و تغییر مسیر دستیابی به اهداف و تاب آوری<sup>۳</sup> یعنی انعطاف پذیری و پایداری در زمان مواجهه با سختی‌ها و مشکلات، معرفی شده است (حمید، ۱۳۸۹).

در این راستا، زمانی زاد، باباپور و صبوری (۱۳۹۷) پیشنهاد کردند که ساختار مرکزی سرمایه روان‌شناختی که نشانگر مجموعه‌ای از منابع و سازوکارهای مناسب است؛ می‌تواند سلامت را ارتقاء دهد. این سلامت ارتقاء یافته می‌تواند در موقعیت‌های تعارضی به‌عنوان منبع و مجموعه‌ای از توانایی‌های حل مساله و حل تعارض عمل کند و به فرد در غلبه بر موقعیت‌های تعارضی و استفاده درست از توانایی‌های شناختی و اجتماعی کمک کند. گلپور (۱۳۹۳) چنین نتیجه‌گیری کرده است که بخشی از اثرات امیدواری و جهت‌گیری در زندگی بر رضایت زناشویی از طریق رضایت از زندگی انجام می‌شود. شیخ زین الدین، فرخی و عباسپور آذر (۱۳۹۷) در پژوهش خود چنین نتیجه گرفتند که سبک‌های مقابله‌ای ناکارآمد باعث می‌شود که افراد برای حل اختلافات خود در تعامل‌های زناشویی‌شان راهبرد مناسبی به کار نگیرند و با فرار و اجتناب از مشکلات به سستی روابط خود دامن بزنند و باعث کاهش اعتماد همسر، کیفیت پایین زندگی زناشویی، ناامیدی نسبت به آینده و بدبینی، ناکارآمدی و عدم تاب آوری در یکی یا هر دو زوج شوند.

برقراری و حفظ پیوند و روابط نزدیک با دیگران به‌عنوان نیاز اساسی و بنیادین انسان است و نظام خانواده از مهم‌ترین نظام‌های اجتماعی است که بر اساس ازدواج شکل می‌گیرد و می‌تواند جایگاه مناسبی برای شکل‌گیری و انسجام نزدیک‌ترین و صمیمانه‌ترین روابط باشد (گودرزی، شیری و محمودی، ۱۳۹۷). درحالی‌که ازدواج رابطه‌ای بسیار مطلوب به نظر می‌رسد؛ اما آمارها نشان می‌دهند که رضایت زناشویی که از عوامل مهمی است که به‌طور کلی بر خانواده تأثیر گذار است؛ امری نیست که به‌راحتی قابل دستیابی باشد (جوانمرد و محمدی قره قزلو، ۲۰۱۳؛ اوزگوک و تانریوردی، ۲۰۱۸). بنابراین انجام پژوهش‌هایی در مورد نحوه ارتقاء میزان رضایت زناشویی از اهمیت و ضرورت خاصی برخوردار است. با این حال، اغلب پژوهش‌ها در این حوزه به نقش متغیرهای روان‌شناختی در رضایت زناشویی پرداخته‌اند و کمتر به نقش پیش‌بینی‌کننده رضایت در دیگر سازه‌های زناشویی توجه کرده‌اند؛ بنابراین با توجه به ضرورت پژوهش در مورد متغیرهای

- 
1. self-efficacy
  2. optimism
  3. resilience

یاد شده پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه رضایت زناشویی و حل تعارض زوجها بر اساس نقش میانجیگر سرمایه‌های روان‌شناختی آن‌ها انجام شد تا به سؤال‌های زیر پاسخ دهد.

۱. آیا رضایت زناشویی بر حل تعارض زوجها اثر مستقیم دارد؟
۲. آیا سرمایه‌های روان‌شناختی بر حل تعارض زوجها اثر مستقیم دارد؟
۳. آیا روابط ساختاری مفروض بین رضایت زناشویی و حل تعارض در زوجها بر اساس نقش میانجیگر سرمایه‌های روان‌شناختی با داده‌های گردآوری شده برازش دارد؟

## روش

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی و جامعه آماری تمام دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحدهای استان تهران، شامل واحد تهران شمال به تعداد ۱۶۷۸۳۲ نفر، تهران جنوب به تعداد ۴۰۰۰۰ نفر، تهران مرکز به تعداد ۶۰۰۰۰ نفر، تهران غرب به تعداد ۱۶۰۰۰ نفر، تهران شرق به تعداد ۱۱۸۳۲ نفر و علوم تحقیقات به تعداد ۴۰۰۰۰ نفر در مجموع ۱۶۷۸۳۲ نفر در سال ۱۳۹۷ بود که با مراجعه به سایت دانشگاه‌ها استخراج شد. برای تعیین حجم نمونه در الگویابی معادله‌های ساختاری روش مطلق وجود ندارد؛ برخی از پژوهشگران حداقل حجم نمونه را ۱۰۰ در نظر می‌گیرند و حجم نمونه ۲۰۰ یا بالاتر را مطلوب توصیف می‌کنند. در سال‌های اخیر، پژوهشگران در رویکرد الگویابی از روش نسبت آزمودنی به پارامترهای برآورد شده به‌طور گسترده‌ای استفاده کرده‌اند. بر اساس این روش نسبت ۱ به ۵ آزمودنی با توجه به پارامترهای برآورد شده، حجم نمونه کوچک، نسبت ۱ به ۱۰ حجم نمونه مناسب و نسبت ۱ به ۲۰ حجم نمونه مطلوب را محسوب می‌شود. برخی از پژوهشگران نسبت ۱۵ آزمودنی به ازای هر متغیر مشاهده شده را و برخی دیگر نسبت ۱۰ تا ۲۰ آزمودنی به ازای هر متغیر مشاهده شده را پیشنهاد می‌کنند (شوماخر و لوماکس، ۲۰۱۶؛ مایرز، گامست و گوارینو، ۲۰۱۶). در پژوهش حاضر با در نظر گرفتن احتمال ریزش نمونه، گروه نمونه ۱۳۵ زوج (۲۷۰ نفر) تعیین و به روش نمونه‌گیری تصادفی دو مرحله‌ای انتخاب به شرح زیر شد. در مرحله اول از بین ۶ واحد دانشگاهی ۲ واحد علوم تحقیقات و تهران مرکز، در مرحله دوم از هر واحد دانشکده حقوق، الهیات و علوم سیاسی و دانشکده فنی و مهندسی از دانشگاه علوم تحقیقات و اقتصاد و حسابداری و زبان‌های خارجی از واحد تهران مرکز و در نهایت با انتخاب تصادفی کلاس‌ها با همکاری آموزش دانشکده و اساتید و مراجعه به کلاس از هر دانشکده ۴ کلاس به صورت در دسترس انتخاب شد. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل تأهل و ۲ سال حداقل طول مدت ازدواج و ملاک‌های خروج از پژوهش جدا زندگی کردن زن و شوهر، معلولیت‌ها و بیماری‌های جسمانی مزمن، بیماری‌های شدید روانی و دریافت روان‌درمانی یا دارو در طول سال گذشته بود.

## ابزار پژوهش

۱. مقیاس رضایت زوج‌ها<sup>۱</sup>. این مقیاس ۱۱۰ گویه‌ای توسط افروز ۱۳۸۷ با ۱۰ خرده مقیاس ساخته شد. خرده مقیاس مطلوب اندیشی همسران با ۱۴ سؤال ۱، ۲، ۷، ۲۵، ۳۵، ۸۵، ۸۹، ۹۹، ۱۰۰، ۱۰۱، ۱۰۲، ۱۰۳، ۱۰۴ و ۱۰۵، رضایت زناشویی با ۱۱ سؤال ۳، ۸، ۹، ۱۱، ۱۲، ۲۳، ۲۶، ۶۴، ۸۱، ۹۰ و ۹۹، رفتارهای شخصی با ۲۱ سؤال ۲، ۵، ۶، ۱۰، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۱، ۲۵، ۲۹، ۳۳، ۳۴، ۳۷، ۳۸، ۴۱، ۴۶، ۵۹، ۶۰، ۶۳، ۶۵ و ۷۶، رفتارهای ارتباطی و اجتماعی با ۱۲ سؤال ۱۶، ۳۱، ۴۵، ۴۹، ۵۰، ۵۱، ۵۲، ۵۳، ۹۵، ۹۷، ۹۸ و ۱۰۷، روش حل مسأله با ۸ سؤال ۱۵، ۲۴، ۲۸، ۴۲، ۷۸، ۱۰۸، ۱۰۹ و ۱۱۰، مسائل اقتصادی با ۹ سؤال ۳۹، ۴۰، ۴۷، ۶۹، ۷۱، ۷۲، ۷۳، ۷۴ و ۸۸، احساسات و رفتار مذهبی با ۸ سؤال ۳۰، ۴۴، ۵۶، ۶۶، ۶۷، ۶۸، ۷۰ و ۸۰، روش فرزند پروری با ۹ سؤال ۴۳، ۸۲، ۸۳، ۸۴، ۸۶، ۹۱، ۹۲، ۹۶ و ۹۷، وقت‌های فراغت با ۱۰ سؤال ۴، ۲۰، ۲۷، ۳۲، ۳۶، ۴۸، ۵۴، ۶۲، ۷۵ و ۹۴، نحوه تعامل شامل تعامل کلامی، بصری، حرکتی، رفتاری با ۱۴ سؤال ۱۳، ۱۴، ۲۲، ۵۵، ۵۷، ۵۸، ۶۱، ۶۲، ۷۷، ۷۸، ۷۹، ۸۷، ۹۳ و ۱۰۶ در طیف لیکرتی ۴ درجه‌ای از کاملاً موافقم = ۳، موافقم = ۲، مخالفم = ۱ تا کاملاً مخالفم = ۰ اندازه‌گیری می‌شود (محبی، قاسم زاده، فرزند و افروز، ۱۳۹۵). محبی و همکاران (۱۳۹۵) ضریب آلفای کرونباخ این ابزار را برابر با ۰/۹۸ و همبستگی آن را با پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ السون، مک کوبین، موکسن، لارسن و ویلسون<sup>۲</sup> ۱۹۸۹، برابر با ۰/۴۳ گزارش کرده‌اند. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های مطلوب اندیشی همسران، رضایت زناشویی، رفتارهای شخصی، رفتارهای ارتباطی و اجتماعی، روش حل مسأله، مسائل اقتصادی، احساسات و رفتار مذهبی، روش فرزند پروری، وقت‌های فراغت و نحوه تعامل به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۷۶، ۰/۸۵، ۰/۸۲، ۰/۶۳، ۰/۷۳، ۰/۶۹، ۰/۷۹، ۰/۷۵ و ۰/۸۱ به دست آمد.

۲. پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی<sup>۳</sup>. این پرسشنامه ۲۴ گویه‌ای توسط لوتانز، آوولیو، آوی و نورمان (۲۰۰۷) ساخته شد و ۴ خرده مقیاس دارد. خرده مقیاس خودکارآمدی با سؤال‌های ۱ تا ۶، امیدواری با سؤال‌های ۷ تا ۱۲، تاب آوری با سؤال‌های ۱۳ تا ۱۸ و خوش بینی با سؤال‌های ۱۹ تا ۲۴ در طیف لیکرت ۶ درجه‌ای کاملاً مخالفم = ۱، مخالفم = ۲ تا حدودی مخالفم = ۳ تا حدودی موافقم = ۴، موافقم = ۵ تا کاملاً موافقم = ۶ ارزیابی می‌شود. لوتانز و همکاران (۲۰۰۷) ضرایب آلفای کرونباخ این ابزار را در دامنه‌ای از ۰/۸۹ تا ۰/۶۶ و رابطه خرده مقیاس‌های این ابزار را با پرسشنامه مرتبط با میزان و کارایی عملکرد لوتانز و همکاران (۲۰۰۷) = ۰/۳۳ گزارش کردند.

1. Couple Satisfaction Scale (CSS)
2. Olson, McCubbin, Muxen, Larsen & Wilson
3. Psychological Capital Questionnaire (PCQ)

پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی ۰/۷۸، ۰/۷۴، ۰/۷۲ و ۰/۷۵ به دست آمد.

۳. پرسشنامه حل تعارض<sup>۱</sup>: این پرسشنامه ۴۰ گویه‌ای توسط مک‌کلان<sup>۲</sup> در سال ۱۹۹۷ ساخته شد و ۱۰ خرده مقیاس دارد. خرده مقیاس تعارض امر طبیعی با سؤال‌های ۱ تا ۴، فضا و موقعیت با سؤال‌های ۵ تا ۸، شفافیت با سؤال‌های ۹ تا ۱۲، توجه به نیازها با سؤال‌های ۱۳ تا ۱۶، ایجاد رابطه مثبت با سؤال‌های ۱۷ تا ۲۰، تمرکز بر آینده با سؤال‌های ۲۱ تا ۲۴، سود متقابل با سؤال‌های ۲۵ تا ۲۸، هدف‌گذاری با سؤال‌های ۲۹ تا ۳۲، ایجاد توافق با سؤال‌های ۳۳ تا ۳۶ و ملاحظه‌کاری با سؤال‌های ۳۷ تا ۴۰ در طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از تقریباً هرگز = ۱ تا تقریباً همیشه = ۵، ارزیابی می‌شود (هنینگ، ۲۰۰۳). هنینگ (۲۰۰۴) ضریب آلفای کرونباخ این ابزار را = ۰/۷۷ و همبستگی آن را با سبک‌های مخرب حل تعارض پرسشنامه سبک‌های حل تعارض رحیم نسخه ب<sup>۳</sup> ۱۹۸۳ در دامنه‌ای بین ۰/۱۳ تا -۰/۲۳- و با سبک‌های سازنده این ابزارها در دامنه‌ای بین ۰/۱۱ تا ۰/۲۵ گزارش کرد. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های تعارض امر طبیعی، فضا و موقعیت، شفافیت، توجه به نیازها، ایجاد رابطه مثبت، تمرکز بر آینده، سود متقابل، هدف‌گذاری، ایجاد توافق و ملاحظه‌کاری به ترتیب برابر با ۰/۶۴، ۰/۶۲، ۰/۶۶، ۰/۶۲، ۰/۵۹، ۰/۵۷، ۰/۶۳، ۰/۵۵، ۰/۶۱ و ۰/۶۴ به دست آمد.

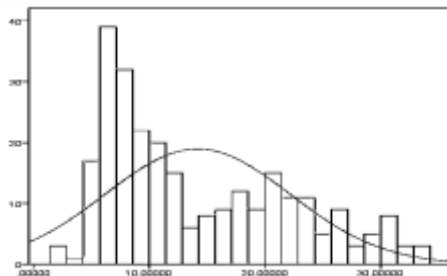
شیوه اجرا. پس از هماهنگی با مسئولان واحدهای دانشگاه‌های آزاد اسلامی و دانشکده‌های آن، کلاس‌ها انتخاب و پس از هماهنگی با اساتید کلاس‌ها در زمان‌هایی غیر از ساعت‌های درسی در هر کلاس توضیحات مختصری درباره اهداف پژوهش و نحوه تکمیل پرسشنامه‌ها به دانشجویان ارائه و آن‌ها به صورت گروهی در داخل کلاس پس از درج ویژگی‌های جمعیت شناختی خود، پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند. سپس از آن‌ها خواسته شد که یک نسخه از پرسشنامه را به منزل ببرند و از همسرشان بخواهند که به آن پاسخ دهد و پس از یک هفته پرسشنامه‌ها از آن‌ها پس گرفته شد. دانشجویانی که تمایل به همکاری نداشتند؛ می‌توانستند که کلاس را ترک کنند. پس از حذف ۸ پرسشنامه مخدوش و ۲ شرکت‌کننده پرت داده‌های ۲۷۰ نفر با استفاده از روش الگویابی معادله‌های ساختاری تحلیل شد. در الگوی اندازه‌گیری پژوهش حاضر چنین فرض شده بود که متغیر مکنون رضایت زناشویی، به وسیله نشانگرهای مطلوب اندیشی همسر، رضایت زناشویی، رفتارهای شخصی، رفتارهای اجتماعی، حل مساله، مسائل اقتصادی، احساسات، مذهب، فرزندپروری، وقت‌های فراغت و نحوه تعامل، همچنین متغیر مکنون سرمایه روان‌شناختی، به وسیله

1. Conflict Resolution Questionnaire (CRQ)
2. McClellan
3. Rahim Organizational Conflict Inventory

نشانه‌های خودکارامدی، امیدواری، تاب آوری و خوش بینی و متغیر مکنون حل تعارض، به وسیله نشانه‌های تعارض امر طبیعی، فضا و موقعیت، شفافیت، فضا و موقعیت توجه به نیازها، ایجاد رابطه مثبت، تمرکز بر آینده، سود متقابل، هدف گذاری، ایجاد توافق، ملاحظه کاری سنجیده می‌شود. پس از اطمینان از برازش قابل قبول الگوی اندازه‌گیری با داده‌های گردآوری شده، الگوی ساختاری با استفاده از روش الگویابی معادله‌های ساختاری آزمون شد. در این الگو چنان فرض شده بود که متغیر رضایت زناشویی هم مستقیم و هم با میانجیگری متغیر سرمایه روان‌شناختی می‌تواند حل تعارض در همسران را پیش بینی کند. چگونگی برازش الگوی اندازه‌گیری با داده‌های گردآوری شده به وسیله تحلیل عاملی تأییدی با نرم افزار ایموس و برآورد بیشینه احتمال بررسی شد.

### یافته‌ها

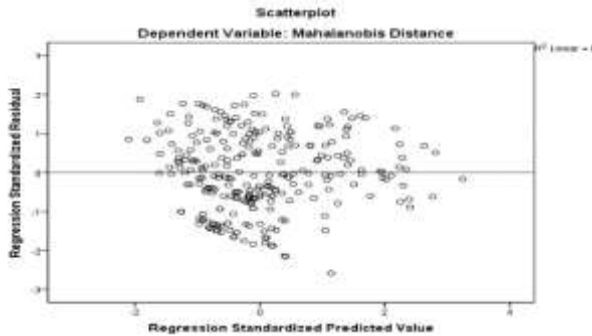
در این پژوهش ۱۳۵ زن و ۱۳۵ نفر شوهر حضور داشتند که ۱۹ نفر (۷ درصد) از آن‌ها کمتر از ۲۵ سال، ۸۵ نفر (۳۱/۵ درصد) ۲۶ تا ۳۰ سال، ۵۹ نفر (۲۱/۹ درصد) ۳۱ تا ۳۵ سال، ۵۰ نفر (۱۸/۵ درصد) ۳۶ تا ۴۰ سال و ۵۷ نفر (۲۱/۱ درصد) بالاتر از ۴۶ سال داشتند. میزان تحصیلات ۱۹ نفر (۷ درصد) از شرکت کننده‌ها فوق دیپلم، ۲۰۹ نفر (۷۷/۴ درصد) لیسانس، ۳۷ نفر (۱۳/۷ درصد) فوق لیسانس و ۵ نفر (۱/۹ درصد) دکتری بود و ۸۶ نفر (۳۱/۹ درصد) از آن‌ها کمتر از ۵ سال و ۱۸۴ نفر (۶۸/۱ درصد) دیگر بیشتر از ۶ سال سابقه زندگی مشترک با همسر خود داشتند. شغل ۱۶۵ نفر (۶۱/۱۱ درصد) دولتی، ۷۶ نفر (۲۸/۱۴ درصد) آزاد و ۲۷ نفر (۱۰ درصد) بیکار بود و ۲ نفر (۰/۷۴ درصد) وضعیت شغلی و ۱۷ نفر (۶/۲۹ درصد) نیز درآمد ماهانه خود را گزارش نکرده بودند. از نظر وضعیت اجتماعی-اقتصادی ۱۷۶ نفر (۶۵/۱۸ درصد) درآمد ماهانه خود را پایین‌تر از ۴ میلیون و ۷۷ نفر (۲۸/۵۱ درصد) بالاتر از ۴ میلیون گزارش کرده بودند.



شکل ۱. نمودار هیستوگرام مربوط به توزیع داده‌های فصله مه‌نوبایس

در شکل ۱ فصله مه‌نوبایس با مقادیر کشیدگی و چولگی به ترتیب برابر با ۱/۴۶۱ و ۱/۴۷۷ نشان داد که توزیع داده‌های چندمتغیری طبیعی است.





شکل ۲. نمودار پراکندگی واریانس‌های استاندارد شده خطا

در شکل ۲ بررسی مفروضه همگنی واریانس‌ها به کمک نمودار پراکندگی واریانس‌های استاندارد شده خطاها نشان داد که مفروضه مزبور در بین داده‌های پژوهش حاضر برقرار است.

جدول ۱. میانگین، انحراف معیار، ضریب تحمل و تورم واریانس

تورم واریانس	ضریب تحمل	انحراف معیار	میانگین	متغیر
۳/۵۸۶	۰/۳۷۹	۴/۶۹	۲۷/۴۲	رضایت-مطلوب اندیشی همسر
۳/۸۷۹	۰/۲۵۸	۳/۸۶	۲۱/۰۱	رضایت-رضایت زناشویی
۲/۲۵۰	۰/۴۴۴	۶/۱۳	۴۱/۳۲	رضایت-رفتارهای شخصی
۴/۶۳۵	۰/۲۱۶	۴/۲۸	۲۵/۰۹	رضایت-رفتارهای اجتماعی
۱/۸۶۲	۰/۵۳۷	۲/۹۴	۱۴/۳۰	رضایت-حل مساله
۲/۶۰۷	۰/۳۸۴	۳/۵۴	۱۶/۵۲	رضایت-مسائل اقتصادی
۲/۷۲۴	۰/۳۶۷	۲/۹۳	۱۴/۴۷	رضایت-احساسات و مذهب
۳/۴۹۳	۰/۲۸۶	۲/۶۶	۱۵/۶۱	رضایت-فرزند پروری
۳/۶۳۹	۰/۲۷۵	۳/۶۰	۱۸/۸۱	رضایت-وقت‌های فراغت
۴/۶۱۳	۰/۲۱۷	۴/۱۰	۲۵/۲۴	رضایت-نحوه تعامل
۱/۷۸۰	۰/۵۶۲	۳/۹۳	۲۶/۹۲	سرمایه روان‌شناختی-خودکارآمدی
۲/۱۰۰	۰/۴۷۶	۴/۰۰	۲۵/۰۲	سرمایه روان‌شناختی-امیدواری
۲/۰۰۷	۰/۴۹۸	۳/۷۶	۲۴/۶۲	سرمایه روان‌شناختی-تاب آوری
۲/۰۷۰	۰/۴۸۳	۴/۱۲	۲۳/۱۹	سرمایه روان‌شناختی-خوش بینی
متغیر ملاک	متغیر ملاک	۲/۴۳	۱۲/۶۴	حل تعارض-تعارض امر طبیعی
متغیر ملاک	متغیر ملاک	۲/۵۵	۱۴/۱۱	حل تعارض-فضا و موقعیت
متغیر ملاک	متغیر ملاک	۲/۵۹	۱۴/۰۲	حل تعارض-شفافیت
متغیر ملاک	متغیر ملاک	۲/۱۳	۱۳/۱۵	حل تعارض-توجه به نیازها
متغیر ملاک	متغیر ملاک	۲/۲۹	۱۲/۴۸	حل تعارض-ایجاد رابطه مثبت
متغیر ملاک	متغیر ملاک	۲/۴۱	۱۲/۰۰	حل تعارض-تمرکز بر آینده
متغیر ملاک	متغیر ملاک	۲/۱۷	۱۱/۹۷	حل تعارض-سود متقابل
متغیر ملاک	متغیر ملاک	۲/۴۴	۱۲/۲۲	حل تعارض-هدف گذاری
متغیر ملاک	متغیر ملاک	۲/۵۳	۱۱/۹۰	حل تعارض-ایجاد توافق
متغیر ملاک	متغیر ملاک	۲/۶۴	۱۲/۷۰	حل تعارض-ملاحظه کاری

همانند شکل ۱ و طبق گفته مایرز و همکاران (۲۰۱۶) جدول ۱ نیز نشان می‌دهد که کجی و کشیدگی بین  $\pm 2$  قرار دارند و بنابراین توزیع داده‌های متغیرهای پژوهش طبیعی است. مقادیر ضریب تحمل و تورم واریانس نیز نشان از نبود همپوشی بین متغیرهای پیش بین دارد.

جدول ۲. شاخص‌های برازندگی الگوی اندازه‌گیری و ساختاری اولیه و اصلاح شده

شاخص‌های برازندگی	مقدور کای	مقدور کای	مقدور کای	مقدور کای	مقدور کای	مقدور کای
کجی	۵۹۹/۴۴	۲/۴۱	۰/۹۱۲	۰/۸۷۳	۰/۸۴۲	۰/۰۷۱
کشیدگی	۵۵۳/۲۳	۲/۲۳	۰/۹۲۵	۰/۸۹۰	۰/۸۵۸	۰/۰۶۳
تورم واریانس	۵۱۶/۰۹	۲/۰۸	۰/۹۳۹	۰/۹۰۳	۰/۸۶۷	۰/۰۵۸
تحمل	> ۰/۰۵	۵ <	> ۰/۹۰	> ۰/۹۰	> ۰/۸۵	< ۰/۰۸

جدول ۲ نشان می‌دهد که بعد از دو مرحله اصلاح الگوی اندازه‌گیری و ساختاری، در نهایت شاخص‌هایی به دست آمده است که بیانگر آن است که الگوی اندازه‌گیری و ساختاری با داده‌های گردآوری شده برازش قابل قبول دارد.

جدول ۳. بارهای عاملی استاندارد هر یک از نشانگرها در الگوی اندازه‌گیری پژوهش

متغیر مکنون - نشان‌گر	$\beta$	متغیر مکنون - نشان‌گر	$\beta$
رضایت زناشویی - مطلوب اندیشی همسر	۰/۸۳۵	سرمایه روان‌شناختی - تاب آوری	۰/۷۰۹
رضایت زناشویی - رضایت زناشویی	۰/۸۵۹	سرمایه روان‌شناختی - خوش بینی	۰/۷۶۲
رضایت زناشویی - رفتارهای شخصی	۰/۶۹۷	حل تعارض - تعارض امر طبیعی	۰/۵۵۷
رضایت زناشویی - رفتارهای اجتماعی	۰/۸۹۴	حل تعارض - فضا و موقعیت	۰/۳۸۶
رضایت زناشویی - حل مسئله	۰/۶۲۸	حل تعارض - شفافیت	۰/۵۲۳
رضایت زناشویی - مسائل اقتصادی	۰/۷۵۵	حل تعارض - توجه به نیازها	۰/۴۶۱
رضایت زناشویی - احساسات و مذهب	۰/۷۹۷	حل تعارض - ایجاد رابطه مثبت	۰/۴۹۵
رضایت زناشویی - فرزند پروری	۰/۸۳۲	حل تعارض - تمرکز بر آینده	۰/۵۸۳
رضایت زناشویی - وقت‌های فراغت	۰/۸۵۴	حل تعارض - سود متقابل	۰/۴۵۳
رضایت زناشویی - نحوه تعامل	۰/۸۸۵	حل تعارض - هدف‌گذاری	۰/۷۱۶
سرمایه روان‌شناختی - خودکارآمدی	۰/۶۲۲	حل تعارض - ایجاد توافق	۰/۶۲۰
سرمایه روان‌شناختی - امیدواری	۰/۷۹۷	حل تعارض - ملاحظه‌کاری	۰/۷۷۱

1. Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)
2. Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI)
3. Goodness of Fit Index (GFI)
4. Goodness of Fit Index (GFI)

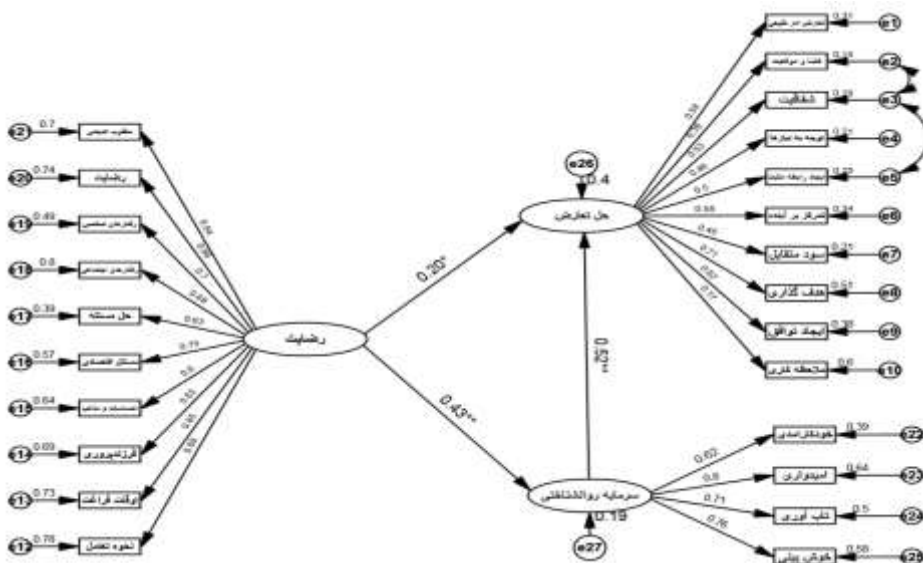
جدول ۳ نشان می‌دهد که بالاترین بار عاملی متعلق به نشانگر رفتارهای اجتماعی رضایت زناشویی و پایین‌ترین بار عاملی متعلق به نشانگر فضا و موقعیت حل تعارض است؛ بنابراین همه نشانگرها از توان لازم برای سنجش متغیر مکنون متناظر خود برخوردارند.

جدول ۴. ضرایب مسیر بین رضایت زناشویی، سرمایه روان‌شناختی و حل تعارض در زوج‌ها

t	$\beta$	خطای معیار	b	متغیرهای پیش‌بین
۳/۶۰**	۰/۵۲۲	۰/۰۸۱	۰/۲۹۲	سرمایه روان‌شناختی $\leftarrow$ حل تعارض
۳/۰۳**	۰/۴۳۰	۰/۰۹۵	۰/۲۸۸	ضریب مسیر رضایت زناشویی $\leftarrow$ سرمایه روان‌شناختی
۲/۰۵*	۰/۱۹۹	۰/۰۳۶	۰/۰۷۴	ضریب مسیر مستقیم رضایت زناشویی $\leftarrow$ حل تعارض
۲/۹۰**	۰/۲۲۵	۰/۰۲۹	۰/۰۸۴	ضریب مسیر غیرمستقیم رضایت زناشویی $\leftarrow$ حل تعارض
۳/۸۵**	۰/۴۲۳	۰/۰۴۱	۰/۱۵۸	ضریب مسیر کل رضایت زناشویی $\leftarrow$ حل تعارض

\* $P < 0.05$  \*\* $P < 0.01$

جدول ۴ نشان می‌دهد که ضریب مسیر بین سرمایه روان‌شناختی و حل تعارض مثبت، ضریب مسیر کل (مجموع ضرایب مسیر مستقیم و غیرمستقیم) بین رضایت زناشویی و حل تعارض مثبت و ضریب مسیر غیرمستقیم بین رضایت زناشویی و حل تعارض مثبت است ( $P = 0.001$ ).



شکل ۳. الگوی ساختاری رضایت زناشویی، سرمایه روان‌شناختی و حل تعارض

شکل ۳ نشان می‌دهد که ۰/۱۹ از تغییرات سرمایه روان‌شناختی به واسطه رضایت زناشویی و ۰/۴۰ از تغییرات حل تعارض به واسطه رضایت زناشویی و سرمایه روان‌شناختی تبیین می‌شود.

## بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که سرمایه روان‌شناختی به صورت مثبت رابطه بین رضایت زناشویی و حل تعارض را در زوجها میانجی‌گری می‌کند. یافته‌های حاصل از پژوهش حاضر هم‌راستا با پژوهش‌های زمانی زاد و همکاران (۱۳۹۷)، گل پرور (۱۳۹۳)، شیخ زین الدین و همکاران (۱۳۹۷)، پاپ و همکاران (۲۰۰۹) و اسچرین و همکاران (۲۰۱۴) است که در پژوهش‌های خود حل تعارض مثبت و سازنده و سرمایه‌های روان‌شناختی را در کیفیت زناشویی زوجها مؤثر عنوان کرده‌اند. در تبیین یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان گفت که رضایت زناشویی که از مهم‌ترین و اساسی‌ترین عامل پایداری و دوام زندگی مشترک است؛ عبارت از وجود رابطه‌ای دوستانه همراه با حسن تفاهم و درک یکدیگر و وجود تعادلی منطقی بین نیازهای مادی و معنوی زوجها است (قلی‌زاده و اسماعیلیان اردستانی، ۱۳۹۳). زوجها راضی، زن و شوهرهایی هستند که سازگاری زیادی با یکدیگر دارند؛ از روابط خود و از نوع کیفیت گذراندن وقت‌های فراغت خود با یکدیگر رضایت دارند و در مدیریت وقت و مسائل مالی هماهنگی لازم را دارند (سوروکووسکی، راندال، گرویکا، فراکوویاک، کانتارو و همکاران، ۲۰۱۷). روابط زناشویی با درک و پذیرش همسر مرتبط است و هر قدر روابط بین زوجها مطلوب‌تر باشد؛ درک و پذیرش همسر نیز بیشتر و تعارض‌های بین آنها کمتر و قابل حل‌تر می‌شود (خادمی، ولی پور، مراد زاده خراسانی و نیشابوری، ۱۳۹۳).

زوج‌های دارای رضایت زناشویی از میزان بالایی از سرمایه اجتماعی برخوردارند که دارای مجموعه‌ای از منابع و ذخایر ارزشمندی است که به‌طور ذاتی و نهفته در ذات روابط اجتماعی گروه‌های نخستین، ثانوی و در سازمان اجتماعی جامعه وجود دارد. سرمایه اجتماعی زوجها نیز با فراهم آوردن احساس امنیت و نظام اخلاقی، ارزشی و هنجاری مشترک منجر به افزایش تعاون و همکاری و ارتقای همگرایی ذهنی و همبستگی و رضایت زناشویی در بین آنها می‌شود و احتمال موفقیت آنها را افزایش می‌دهد و در نهایت باعث ارتقای توانمندی‌ها و سرمایه روان‌شناختی زوجها می‌شود (قلی‌زاده و اسماعیلیان اردستانی، ۱۳۹۳).

مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی در صورتی که بتوانند به اندازه کافی موجب غلبه بر عوامل تنش‌زا شوند؛ به‌عنوان منبع روانی ارزشمندی که نیرو و توان روانی افراد را به مسیری مثبت و سازنده سوق می‌دهند؛ می‌توانند موجب شوند تا افراد به‌صورت اصولی با نشانه‌های تعارض مقابله کنند؛ همچنان که هریک از مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی با طیف متنوعی از متغیرهای رفتاری، عملکردی، هیجانی و شناختی که برای رشد و تعالی انسان ضروری هستند؛ دارای اثر مثبت هستند (گل‌پرور و جعفرپور، ۱۳۹۴). زوجها با سرمایه روان‌شناختی بالا برای رسیدن به اهداف مشترکشان که از همسانی ویژگی‌های شخصیتی و ارزشی آنها نشأت می‌گیرد؛ تلاش فراوانی می‌کنند که در رویارویی با موانعی بر سر اهداف آنها قرار می‌گیرند؛ خوش بینانه و تاب آورانه ثابت قدم بمانند.

سرمایه روان‌شناختی مجموعه‌ای از توانایی‌های حل مساله و حل تعارض را برای افراد فراهم می‌آورد و به آن‌ها در غلبه بر موقعیت‌های تعارضی و استفاده درست از توانایی‌های شناختی و اجتماعی کمک می‌کند. افرادی که از سرمایه روان‌شناختی پایینی برخوردارند؛ به هنگام برخورد با مشکل و تعارض‌های روزمره زندگی، به علت عدم برخورداری از امیدواری و انعطاف‌پذیری، به راهبردهای سفت و سخت خود در تعارض‌ها می‌چسبند (زمانی زاد و همکاران، ۱۳۹۷).

امید، نیرویی هیجانی است که تخیل را به سوی موارد مثبت هدایت می‌کند. امید به انسان‌ها انرژی می‌دهد و مجهزشان می‌کند که کار و فعالیت‌های روزمره به آسانی انجام دهند؛ زوج‌های امیدوار به دیگران به‌عنوان منابع حمایتی و پایگاه‌هایی که می‌توانند به آن‌ها تکیه کنند؛ می‌نگرند و به راحتی با چالش‌هایی که ممکن است که در زندگی‌شان با آن‌ها رو به رو شوند؛ سازگار می‌شوند و با دیدی خوش بینانه به موانع می‌نگرند (آلتمایر، ۲۰۱۹؛ فلمن و باچ، ۲۰۱۶؛ کلبرر، کراینس و ولز، ۲۰۱۸). خوش بینی نیز به جهت‌گزینی فرد اشاره دارد که در آن معمولاً پیامدهای مثبت مورد انتظارند. اگر ادراکات عادی انسان با مفهومی مثبت از خود و از مهار شخصی و دیدگاهی خوش بینانه و امیدوارانه، حتی کاذب در مورد آینده همراه شود؛ نه تنها در اداره جزر و مد زندگی روزانه بلکه در کنار آمدن و مقابله مؤثر با رویدادهای بسیار تنش‌زا و تهدیدزای زندگی به افراد کمک می‌کند (بایلیس و چیپرفیلد، ۲۰۱۲؛ کارور، ۲۰۱۵؛ میلستین، چانگ، هوپنر، بوئهم، لگلو و همکاران، ۲۰۱۹).

از سوی دیگر احساس خودکارآمدی، متغیر مهمی در شکل‌گیری احساس شایستگی و موفقیت در انسان‌ها است. عملکرد مؤثر نه تنها نیازمند دارا بودن مهارت‌ها است؛ بلکه فرد باید باور داشته باشد که توانایی انجام آن مهارت‌ها را دارد؛ بنابراین احساس خودکارآمدی، به افراد کمک می‌کند تا با به‌کارگیری مهارت‌های خود در برابر مشکلات و مسائل پیرامون به صورت مطلوبی عمل کنند و احساس موفقیت فردی در آن‌ها ایجاد شود یا افزایش یابد. به عبارت دیگر احساس خودکارآمدی لزوماً به معنای داشتن مهارت‌های شخصی نیست؛ بلکه به این معنی است که فرد باور داشته باشد که توانایی انجام آن وظایف را به نحو مطلوب و در شرایط مختلف دارد (آشر و آردان، ۲۰۱۶). سازه تاب‌آوری نیز بر اساس رویکرد مبتنی بر نقاط قوت بنا نهاده شده و حاکی از قابلیت افراد در کنار آمدن با مشکلات و خطرات است. یعنی اینکه افراد چگونه می‌توانند مشکلات زندگی خود را در عین داشتن تنش و فشار با موفقیت سپری کنند. به همین جهت تاب‌آوری را فرایند، توانایی یا پیامد سازگاری موفقیت‌آمیز با شرایط نامطلوب، تنش‌زا و چالش‌انگیز می‌دانند (ریورس، زاترا و دیویس، ۲۰۱۶).

با جمع‌بندی یافته‌های این پژوهش می‌توان چنین نتیجه گرفت که ازدواج نقطه آغاز رابطه فکری، ذهنی، روانی و جسمی است و طلاق در اثر بحران‌هایی که عمدتاً نشأت گرفته از مسائل

ناچیز آغاز می‌شود و در این روابط نفوذ می‌کند و به وقوع می‌پیوندد. احساس ناکارآمدی در مسائل موجب بدبینی و ناامیدی نسبت به آینده رابطه زناشویی می‌شود و تاب و توان مقابله را در زوجها تحلیل می‌برد. رضایت زناشویی عاملی انگیزشی محسوب می‌شود که زوجها را مملو از سرمایه‌های روان‌شناختی مورد نیاز برای مواجهه با بحران‌ها می‌سازد. از این‌رو، می‌توان گفت که طلاق به دلیل نبود راهبردهای ضروری حل تعارض میان زن و مرد برای حل مشکلات و سرمایه‌های روان‌شناختی بروز می‌کند. در این میان رضایت، سازگاری، تخیل مثبت، مهار خود در رویدادهای تنش‌زا، به‌کارگیری مهارت‌ها، شایستگی و تفکر حل مساله احتمالاً نه تنها منجر به حل مشکلات در زندگی خانوادگی و زناشویی زوجها بلکه افزایش شیوه‌های مثبت حل تعارض در آن‌ها می‌شود. از آنجا که حل تعارض چیزی است که زوجها می‌توانند و لازم است که آن را بیاموزند و در این میان رضایت زناشویی و سرمایه‌های روان‌شناختی تسهیل‌کننده آن هستند؛ بنابراین بر اساس یافته‌های حاصل از پژوهش حاضر پیشنهاد می‌شود که کارگاه‌هایی با هدف ارتقاء رضایت زناشویی و سرمایه روان‌شناختی برای دانشجویان متأهل، دخترها و پسرهای در شرف ازدواج و سایر اقشار برگزار شود. برخی از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌تواند تعمیم‌پذیری نتایج را با محدودیت مواجهه می‌کند. در پژوهش حاضر متغیرهای اثرگذار احتمالی مانند وضعیت اجتماعی-اقتصادی کنترل نشد و افزون بر این، پژوهش در نمونه‌ای غیربالینی و در مورد دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحدهای استان تهران انجام و از طریق پرسشنامه‌های خودگزارشی داده‌ها گردآوری شد؛ از این‌رو پیشنهاد می‌شود که در پژوهش‌های آتی وضعیت اجتماعی-اقتصادی افراد شرکت‌کننده کنترل یا به‌عنوان متغیر اثرگذار در پژوهش وارد و نیز پژوهش‌هایی در مورد نمونه‌های بالینی و سایر متغیرهای اثرگذار بر رضایت زناشویی انجام و علاوه بر پرسشنامه‌ها از سایر روش‌های گردآوری داده‌ها نظیر مصاحبه‌های بالینی سازمان‌یافته یا نیمه سازمان‌یافته استفاده شود.

## موازن اخلاقی

### پیروی از اصول اخلاق پژوهش

در پژوهش حاضر اصول اخلاقی پژوهش از جمله اخذ رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش، رازداری، محرمانه ماندن اطلاعات با استفاده از عدد به‌جای نام، نام خانوادگی و اطلاعاتی مانند آن، مختار بودن آزمودنی‌ها به خروج از پژوهش در هر زمان در صورت تمایل نداشتن به ادامه همکاری، حفظ شأن و منزلت انسانی و حریم خصوصی آزمودنی‌ها، عدم تحمیل هرگونه هزینه مالی به افراد شرکت‌کننده، تقدیر و تشکر از آزمودنی‌ها به خاطر همکاری آن‌ها در پژوهش و نیز نشر یافته‌های پژوهش در نشریات داخلی و بین‌المللی معتبر با هدف سهیم کردن پژوهشگران علاقه‌مند به این قلمرو رعایت شد.

## سیاسگزاری

از تمامی مسئولان، رؤسای دانشکده‌ها، اساتید کلاس‌ها و دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحدهای استان تهران که در این پژوهش شرکت داشتند و با همکاری صمیمانه خود انجام چنین پژوهشی را میسر ساختند؛ تشکر و قدردانی می‌شود.

## مشارکت نویسندگان

این مقاله برگرفته از رساله دکتری تخصصی در رشته روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن با کد ۱۴۶۷۳۴۳۲۶۸۹۱۲۳ است و همه نویسندگان مقاله نقش یکسانی در طراحی، مدیریت طرح، مفهوم‌سازی، اجرا، تحلیل و تفسیر داده‌ها، تهیه پیش‌نویس، بازبینی و اصلاح، ویراستاری و نهایی سازی مقاله داشته‌اند.

## تعارض منافع

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

## منابع

- آزادیان، عذرا. و فتحی، سروش. (۱۳۹۵). بررسی همسان همسری در بین زوج‌ها تهرانی و تأثیر آن بر رضایت‌مندی از زندگی زناشویی. *زن و جامعه*، ۷: ۱۰۴-۸۵. [پیوند]
- بهادری خسروشاهی، جعفر، هاشمی نصرت آباد، تورج، و باباپور خیرالدین، جلیل. (۱۳۹۱). رابطه سرمایه روان‌شناختی با سرمایه اجتماعی دانشجویان دانشگاه تبریز. *پژوهش و سلامت*، ۲(۱): ۷۱-۶۳. [پیوند]
- خادمی، علی، ولی پور، مریم، مراد زاده خراسانی، لاله، و نیشابوری، سیمین. (۱۳۹۳). رابطه ویژگی‌های شخصیت با رضایت زناشویی و مؤلفه‌های آن در زوج‌ها. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، ۸(۴) پیاپی ۳۲: ۱۰۹-۹۵. [پیوند]
- زمانی زاد، نسرين، بابا پور، جلیل، و صبوری، حسن. (۱۳۹۷). روابط ساختاری بین ابعاد راهبردهای حل تعارض و سلامت اجتماعی دانشجویان با میانجیگری سرمایه روان‌شناختی. *مجله مطالعات روان‌شناسی تربیتی*، ۱۵(۲): ۱۶۶-۱۳۵. [پیوند]
- شیخ زین الدین، حمیده، فرخی، نورعلی، و عباسپور آذر، زهرا. (۱۳۹۷). نقش میانجیگر سرمایه روان‌شناختی در رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی با سازگاری زناشویی دانشجویان. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، ۱۲(۳): ۴۶۲-۴۳۹. [پیوند]

فتحی، الهام، اسمعیلی، معصومه، فرحبخش، کیومرث، و دانشپور، منیژه. (۱۳۹۴). حیطه‌های تعارض و استراتژی‌های حل آن در زوجها رضایتمند. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۶(۲۴): ۵۴-۲۹. [پیوند]

قلی زاده، آذر، و اسماعیلیان اردستانی، زهره. (۱۳۹۳). نقش مؤلفه‌های سرمایه اجتماعی بر رضایت زناشویی دانشجویان متأهل. *فصلنامه دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۵(۲) پیاپی ۵۶: ۳۷-۴۶. [پیوند]

کرمی بلداجی، روح الله، فلاح چای، سید رضا، زارعی، اقبال، و ثابت زاده، ماجده. (۱۳۹۴). ابعاد دلبستگی بزرگسالان به‌عنوان پیش‌بینی‌کننده سبک‌های حل تعارض زناشویی. *پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری*، ۵(۹): ۷۲-۵۷. [پیوند]

گل پرور، محسن. (۱۳۹۳). الگوی نقش مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی در رضایت از زندگی و رضایت زناشویی در همسران اینتارگران شهر کرد. *مطالعات اجتماعی روان‌شناختی زنان*، ۱۲(۱): ۱۴۰-۱۱۹. [پیوند]

گودرزی، محمود، شیر، فاطمه، و محمودی، بختیار. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش مؤلفه‌های خانواده‌درمانی شناختی رفتاری بر تعارض والد فرزندی و تعارض زناشویی. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، ۱۲(۴): ۵۵۱-۵۳۱. [پیوند]

مامی، شهرام، صفری، عبدالمحمد، منصوریان، مرتضی، قربانی، مصطفی، و کیخاونی، ستار. (۱۳۹۵). کاهش تعارضات زناشویی با آموزش مهارت حل مساله در مراجعین به مرکز مشاوره کمیته امداد امام (ره) شهر ایلام. *ره آورد سلامت*، ۲(۱): ۳۸-۲۹. [پیوند]

محبی، معصومه، قاسم‌زاده، سوگند، فرزاد، ولی اله، و افروز، غلامعلی. (۱۳۹۵). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس رضایت مندی زوجیت در گروه معلمان متأهل زن شهر تهران. *فصلنامه پژوهش‌های کاربردی روان‌شناختی*، ۴(۷): ۱۷۹-۱۶۳. [پیوند]

مختاری، مریم، احمدی، سیروس، و حجتی نیا، محبوبه. (۱۳۹۵). بررسی رضایت زناشویی زنان و ارتباط آن با سرمایه فرهنگی زوجها (مورد مطالعه: زنان متأهل ۵۴-۱۵ سال شهر یاسوج). *فصلنامه خانواده پژوهی*، ۱۲(۴): ۵۷۴-۵۵۵. [پیوند]

موسوی، سیده فاطمه. (۱۳۹۵). بررسی تعاملات سبک‌های حل تعارض و کیفیت زناشویی، تحلیل روند مبتنی بر سن و طول مدت ازدواج. *فصلنامه فرهنگی-تربیتی زنان و خانواده*، ۱۰(۴): ۵۰-۲۵. [پیوند]

موسوی، سیده فاطمه، و دهشیری، غلامرضا. (۱۳۹۴). نقش فاصله بین انتظارات و واقعیت رابطه زناشویی در رضایت زناشویی زنان و مردان شهر تهران. *فصلنامه مطالعات اجتماعی و روان‌شناختی زنان*، ۱۳(۲): ۹۳-۱۱۰. [پیوند]



## Reference

- Altmaier, E. M. (2019). Hope. In E. M. Altmaier (Ed.), *Promoting positive processes after trauma* (PP. 31-41): Academic Press. [Link]
- Bailis, D. S., & Chipperfield, J. G. (2012). Hope and optimism. In V. S. Ramachandran (Ed.), *Encyclopedia of Human Behavior (Second Edition)* (PP. 342-349). San Diego: Academic Press. [Link]
- Carver, C. S. (2015). Optimism and pessimism. In J. D. Wright (Ed.), *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences (Second Edition)* (PP. 263-267). Oxford: Elsevier. [Link]
- Feldman, D. B., & Bach, J. (2016). Hope. In H. S. Friedman (Ed.), *Encyclopedia of Mental Health (Second Edition)* (PP. 332-336). Oxford: Academic Press. [Link]
- Henning, M. (2003). *Evaluation of the Conflict Resolution Questionnaire*. A thesis submitted in partial fulfilment of the degree of Master of Business. [Link]
- Henning, M. (2004). Reliability of the Conflict Resolution Questionnaire: Considerations for using and developing Internet-based questionnaires. *Internet and Higher Education*, 7(3): 247-258. [Link]
- Howard, M. C. (2017). The empirical distinction of core self-evaluations and psychological capital and the identification of negative core self-evaluations and negative psychological capital. *Personality and Individual Differences*, 114(Supplement C): 108-118. [Link]
- Javanmard, G. H., & Mohammadi Garegozlob, R. (2013). The study of relationship between marital satisfaction and personality characteristics in Iranian families. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84: 396-399. [Link]
- Kelberer, L. J. A., Kraines, M. A., & Wells, T. T. (2018). Optimism, hope, and attention for emotional stimuli. *Personality and Individual Differences*, 124: 84-90. [Link]
- Luthans, F., Avolio, B. J., Avey, J. B., & Norman, S. M. (2007). Positive psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. *Personnel Psychology*, 60(3): 541-572. [Link]
- Makhanova, A., McNulty, J. K., Eckel, L. A., Nikonova, L., & Maner, J. K. (2018). Sex differences in testosterone reactivity during marital conflict. *Hormones and Behavior*, 105: 22-27. [Link]
- Meyers, L. S., Gamst, G., & Guarino, A. J. (2016). *Applied multivariate research: design and interpretation* (3<sup>rd</sup> Ed.). Sage publication. [Link]
- Millstein, R. A., Chung, W.-J., Hoepfner, B. B., Boehm, J. K., Legler, S. R., Mastromauro, C. A., & Huffman, J. C. (2019). Development of the State Optimism Measure. *General Hospital Psychiatry*, 58: 83-93. [Link]
- Newman, A., Nielsen, I., Smyth, R., & Hirst, G. (2018). Mediating role of psychological capital in the relationship between social support and wellbeing of refugees. *International Migration*, 56(2): 117-132. [Link]
- Özgüç, S., & Tanrıverdi, D. (2018). Relations between depression level and conflict resolution styles, marital adjustments of patients with major depression and their spouses. *Archives of Psychiatric Nursing*, 32(3): 337-342. [Link]

- Papp, L. M., Kouros, C. D., & Cummings, E. M. (2009). Demand-withdraw patterns in marital conflict in the home. *Personal Relationships*, 16(2): 285–300. [Link]
- Rivers, C. T., Zautra, A. J., & Davis, M. C. (2016). Resilience. In H. S. Friedman (Ed.), *Encyclopedia of Mental Health (Second Edition)* (PP. 28-34). Oxford: Academic Press. [Link]
- Scheeren, P., Vieira, R. V. d. A., Goulart, V. R., & Wagner, A. (2014). Marital quality and attachment: The mediator role of conflict resolution styles. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 24: 177-186. [Link]
- Schumacker, R. E., Lomax, R. G. (2016). *A beginner's guide to structural equation modeling* (4<sup>th</sup> Ed.). New York & Oxon: Routledge. [Link]
- Sorokowski, P., Randall, A. K., Groyecka, A., Frackowiak, T., Cantarero, K., Hilpert, P., Sorokowska, A. (2017). Marital satisfaction, sex, age, marriage duration, religion, number of children, economic status, education, and collectivistic values: Data from 33 countries. *Frontiers in Psychology*, 8: 1199. [Link]
- Usher, E. L., & Urdan, T. (2016). Self-efficacy. In H. S. Friedman (Ed.), *Encyclopedia of Mental Health (Second Edition)* (PP. 75-79). Oxford: Academic Press. [Link]

\*\*\*

### مقیاس رضایت زوج‌های افروز

کاملاً موافقم	موافقم	مخالفم	کاملاً مخالفم	عبارت‌ها
۴	۳	۲	۱	۱. من و همسرم همدیگر را در شرایط و موقعیت‌های مختلف زندگی درک می‌کنیم.
۴	۳	۲	۱	۲. همسرم با خلق و خوی من آشناست و برای او قابل قبول یا قابل تحمل است.
۴	۳	۲	۱	۳. تاکنون همواره رابطه بسیار خوبی با همسرم داشته‌ام.
۴	۳	۲	۱	۴. همسرم به وقت‌های فراغت من بسیار اهمیت می‌دهد.
۴	۳	۲	۱	۵. همسرم ویژگی‌های شخصیتی مرا به خوبی می‌شناسد و آن‌ها را قبول دارد.
۴	۳	۲	۱	۶. من و همسرم با شناخت متقابل از هم ازدواج نمودیم.
۴	۳	۲	۱	۷. من و همسرم همیشه تلاش کرده‌ایم لباس روانی و نفسانی هم باشیم.
۴	۳	۲	۱	۸. همیشه رابطه خوب و خوشایندی با همسرم دارم.
۴	۳	۲	۱	۹. از ازدواج با همسرم و رابطه‌ای که با او دارم قلباً رضایت دارم.
۴	۳	۲	۱	۱۰. از صفت‌های شخصیتی و عادت‌های شخصی همسرم راضی هستم.
۴	۳	۲	۱	۱۱. هیچ‌گاه پس از ازدواج با همسرم احساس تنهایی و غربت نکرده‌ام.
۴	۳	۲	۱	۱۲. خوشایندترین لحظه‌های زندگی‌ام وقت‌های هستند که در کنار همسرم باشم.
۴	۳	۲	۱	۱۳. از شیوه ارتباط کلامی همسرم یا من راضی هستم.
۴	۳	۲	۱	۱۴. از ارتباط چشمی و نگاه‌های پر مهر و جاذبه همسرم راضی هستم.
۴	۳	۲	۱	۱۵. من و همسرم در مورد مسائل مهم زندگی مشترکمان با هم تصمیم می‌گیریم.
۴	۳	۲	۱	۱۶. همسرم همواره سعی می‌کند مایه آرامش من باشد.
۴	۳	۲	۱	۱۷. همسرم باور دارد که هدف ما از ازدواج رسیدن به آرامش است.
۴	۳	۲	۱	۱۸. من و همسرم همواره رازدار هم هستیم.
۴	۳	۲	۱	۱۹. رابطه همسرم با من بر پایه صداقت است.
۴	۳	۲	۱	۲۰. در سفرهای دسته جمعی تعهدات اخلاقی همسفران برای من و همسرم بسیار مهم است.

۲۱. از نظر من همسرم فرد بدبینی نیست.
۲۲. همسرم از نیازهای عاطفی و روانی من آگاهی خوبی دارد.
۲۳. از ارتباط متقابل جنسی با همسرم راضی هستم.
۲۴. وقتی که با حضور مهمانان ناخوانده در منزل مواجه می‌شویم؛ سعی می‌کنیم با احساس آرامش و گشاده‌رویی و به دور از تکلف با امکانات موجود پذیرایی نماییم.
۲۵. همسرم همواره نسبت به آینده بهتر امیدوار است.
۲۶. رابطه همسرم با من مانند رابطه لباس با بدن، گرمابخش، راحت و دل آرام است.
۲۷. همسرم باور دارد که باید در کنار فعالیت‌های موظف روزانه لحظات فراغتی هم داشته باشیم.
۲۸. همسرم همواره بر این باور است که باید برای صلح و آشتی و تألیف قلوب بین نزدیکان تلاش نمائی‌ام.
۲۹. همسرم را انسان متعهد و باوفایی می‌دانم.
۳۰. در انجام فرایض دینی و مقید بودن به ارزش‌های الهی من و همسرم همدلی داریم.
۳۱. همسرم در چگونگی معاشرت با اقوام و نزدیکان با من همفکری و همراهی می‌نماید.
۳۲. همسرم عموماً در نحوه گذراندن وقت‌های فراغت با من مشورت می‌کند.
۳۳. همسرم همواره در خانه گشاده رو و شوخ طبع است و لبخند بر لب دارد.
۳۴. همسرم فردی پرتلاش است؛ به تلاش بقیه اهمیت می‌دهد و نتیجه را به خدا وامی‌گذارد.
۳۵. همسرم فردی مطلوب اندیش است وضعیت موجود را درک کرده و به وضع مطلوب می‌اندیشد.
۳۶. بسیاری از مواقع در وقت‌های فراغت، همسرم با بازگویی خاطرات خوش و لطیفه‌های دل‌نشین محیط زندگی را با نشاط می‌نماید.
۳۷. همسرم همواره به ادامه تحصیل و اشتغال مطلوب من علاقه‌مند بوده است.
۳۸. همسرم همواره تلاش می‌کند به‌جای نصیحت کردن، خود مطابق اندیشه مطلوبش عمل کند.
۳۹. همسرم همیشه در انتخاب محل زندگی به نظر من اهمیت بسیار می‌دهد.
۴۰. همسرم در خرید و تهیه امکانات زندگی به توان مالی مان می‌اندیشد نه به وام‌های احتمالی.
۴۱. از نحوه پوشش و آراستگی همسرم در خانه راضی هستم.
۴۲. به هنگام اختلاف نظر یا تفاوت سلیقه، همسرم صبورانه مایل به حل موضوع است.
۴۳. همسرم می‌تواند الگوی مطلوبی برای رشد شخصیت فرزندانمان باشد.
۴۴. از اینکه همسرم مقید به انجام فرایض دینی است خوشحالم.
۴۵. همسرم همواره فردی مثبت‌اندیش، امیدوار و امیدبخش است.
۴۶. همسرم بسیار کم در خانه عصبانی می‌شود.
۴۷. همسرم سعی می‌کند برای هزینه‌های آنی و پیش‌بینی نشده خانواده پس‌انداز معقولی داشته باشیم.
۴۸. همواره برای رفتن به سفرهای تفریحی، همسرم با من همفکری می‌کند.
۴۹. همسرم همواره با نزدیکان و بستگان من با احترام و مهربانی رفتار می‌کند.
۵۰. به‌ندرت همسرم را غمگین و گوشه‌گیر می‌بینم.
۵۱. همسرم خانواده را کانون آرامش و مایه آرامش می‌داند.
۵۲. همسرم همواره چه در خلوت و چه در حضور دیگران، با من به احترام برخورد می‌کند.
۵۳. همسرم همیشه مرا با احترام و محبت صدا می‌زند (آقا/ خانم/ جان).
۵۴. همسرم بدون دلیل عقلانی و قابل قبول وقت‌هایش را در بیرون از خانه سپری نمی‌کند.
۵۵. همسرم همواره دوستی و محبت خود را نسبت به من با زبان، قلم و رفتار ابراز می‌کند.
۵۶. در هنگامه‌های سختی و شرایط دشوار همسرم صبور است و به خدا توکل می‌کند.
۵۷. همسرم هیچ‌گاه با من به لحن تهدید، سرزنش و تحقیر صحبت نمی‌کند.
۵۸. من همواره صحبت‌ها و خواسته‌هایم را به‌راحتی با همسرم در میان می‌گذارم.
۵۹. همسرم اهل کینه، کینه‌توزی و انتقام‌جویی نیست.
۶۰. همسرم باوجود تلاش‌ها و زحمات زیاد در زندگی هرگز بر من منت نمی‌گذارد.
۶۱. همسرم همیشه آمادگی شنیدن صحبت‌هایم را دارد.
۶۲. برای همسرم پیمودن مسیر سفر با آرامش و نشاط به‌اندازه رسیدن به مقصد اهمیت دارد.
۶۳. همسرم همواره علاقه‌مند است؛ در کارهایی که از او برمی‌آید به من کمک کند.
۶۴. همسرم همواره سعی می‌کند؛ شب‌ها تا هنگامی که بیدارم، بیدار بماند تا به‌اتفاق هم بخوابیم.
۶۵. به هنگام سفر، همسرم سعی می‌کند تا حد امکان به من خوش بگذرد.
۶۶. همسرم در خانه ما اجازه غیبت دیگران را نمی‌دهد.

۶۷. همسر هرگز فرد فروزن خواهی نیست؛ همیشه قانع، راحت و دل آرام است.
۶۸. در همسر حسادت و چشم و هم چشمی نمی بینم.
۶۹. همسر در هزینه های زندگی دقت می کند؛ اما هرگز فرد خسیسی نیست.
۷۰. همسر کمتر اهل اعتراض و گله گذاری است.
۷۱. همسر مرا در جریان همه درآمدها و حساب های بانکی خود قرار می دهد.
۷۲. همسر در زندگی خانوادگی راحت و بی تکلف است و اهل تجملات و تشریفات نیست.
۷۳. در انجام هزینه های روزمره، همسر از من حساب کشی نمی کند.
۷۴. همیشه همسر در امور مالی و هزینه های کلان زندگی با من مشورت می کند.
۷۵. همسر دیدار از نزدیکانمان را در وقت های فراغت خیلی ارزشمند می داند.
۷۶. همسر سعی می کند؛ همیشه در خانواده آراستگی خود را حفظ کند.
۷۷. همسر به مناسبت های گوناگون به من هدیه می دهد.
۷۸. در مواجهه با حوادث ناگوار همسر صبورانه به راه حل مطلوب اندیشیده و عمل می نماید.
۷۹. هر وقت همسر وارد خانه می شود؛ قبل از هر چیز به من ابراز محبت می کند.
۸۰. همسر همیشه در ارتباط با نامحرم ها رعایت حریم های ارزشی را می نماید.
۸۱. جاذبه های ظاهری، فکری، کلامی و رفتاری همسر برایم خوشایند هستند.
۸۲. همسر بر این باور است که زن و شوهر اول باید همدیگر با کاملاً دوست داشته باشند و بعد در اندیشه فرزند آوری باشند.
۸۳. همسر در فرزند آوری و فرزند پروری با من همدلی دارد.
۸۴. همسر اعتقاد دارد خانواده همانند باغ است؛ مادر باغبان و پدر سنگریان آن.
۸۵. همسر باور دارد که خوشبختی یعنی آرامش و فرد خوشبخت وجودش پر از آرامش است.
۸۶. همسر باور دارد که بهترین شیوه فرزند پروری، همسر پروری است.
۸۷. همسر همواره قبل از اینکه خواسته ام را به زبان بیاورم، سعی می کند؛ آن را انجام دهد.
۸۸. همسر در خرید وسایل و لوازم منزل به کیفیت کالا و مصلحت زندگی مان فکر می کند.
۸۹. همسر نسبت به من احساس برتری ندارد.
۹۰. همسر باور دارد که بعد از خدای مهربان نزدیک ترین کس برای او من هستم.
۹۱. همسر بر این باور است که همسر نمونه بودن مهم تر از پدر و مادر نمونه بودن است.
۹۲. همسر اعتقاد راسخ دارد که زن و شوهر از کان اصلی خانواده بوده و فرزند هدیه امانتی خدا است.
۹۳. همسر همواره سعی می کند با من به لطافت و صمیمیت رفتار نماید.
۹۴. همسر به فعالیت های حرکتی و نرمشی در وقت های فراغت بها می دهد.
۹۵. همسر در صله ارحام و دیدار از نزدیکان با من همدلی دارد.
۹۶. همسر بر این باور است که خانواده بهترین آموزشگاه همسر پروری است.
۹۷. همسر بر این عقیده است که همواره باید با فرزندان روابط عاطفی و عقلانی داشته باشیم.
۹۸. همسر کاستی های زندگی مان را جز در مواقع ضرورت به دیگران نمی گوید.
۹۹. همسر معتقد است؛ طولانی ترین حیات مشترک انسان با همسرش است.
۱۰۰. همسر باور دارد که همسران سرنوشت همدیگر را رقم می زنند.
۱۰۱. همسر باور دارد که همسران می توانند؛ مسیر آرامش و سعادت را برای هم هموار نمایند.
۱۰۲. همسر همواره نسبت به اموری که من علاقه دارم احساس مثبتی نشان می دهد.
۱۰۳. همسر در تلاش های خیرخواهانه من، مرا همراهی می کند.
۱۰۴. همسر همیشه آرزوی پیشرفت فردی و اجتماعی مرا دارد.
۱۰۵. همسر همیشه مرا مورد لطف و دعای خیر خود قرار می دهد.
۱۰۶. خیلی وقت ها دلم برای همسر تنگ می شود.
۱۰۷. همسر همواره نزد نزدیکان خود (والدین/ خواهر/ برادر) از من به نیکی یاد می کند.
۱۰۸. همسر همواره سعی می کند؛ در جلسه های همفکری همسایگی، محلی و یا انجمن اولیا و مربیان مشارکت کند.
۱۰۹. هنگامی که هم زمان به دو مراسم یا مهمانی نزدیکان و دوستان دعوت می شویم همسر سعی می کند با همفکری من دلایل خوبی را برای پیشگیری از گله های بعدی مطرح نماید.
۱۱۰. اگر مزاحمتی برای ما از طرف برخی همسایه ها یا هم محلی ها و یا اشخاص دیگر فراهم شود؛ همسر سعی می کند؛ قبل از شکایت و پیگیری قانونی با صحبت و مذاکره موضوع را حل و فصل نماید.

## پرسشنامه حل تعارض

## عبارت‌ها

تقریباً همیشه  
معمولاً  
نیمی از مواقع  
گاهی  
کلیتاً

۱. احساس می‌کنم تعارض و درگیری تجربه‌ای منفی است.
۲. وقتی یک تعارض و درگیری را برطرف می‌کنم این کار باعث بهبود روابطم می‌شود.
۳. از اینکه در یک رویارویی با دیگران وارد شوم؛ می‌ترسم.
۴. فکر می‌کنم فرد در تعارضات و درگیری‌ها آسیب می‌بیند.
۵. وقتی آماده حضور در جلسه‌ای می‌شوم که قرار است در مورد یک تعارض و درگیری گفتگو کنیم سعی می‌کنم زمان و مکان جلسه مورد قبول دو طرف باشد.
۶. اینکه تعارض در کجا شکل می‌گیرد؛ مهم است.
۷. وقتی با دیگران درباره تعارض یا درگیری‌ای جلسه‌ای دارم سعی می‌کنم؛ کاری کنم که احساس راحتی کنند.
۸. وقتی درباره تعارض یا درگیری با طرف مقابل شروع به بحث می‌کنم؛ عبارت آغازین بحثم را به‌دقت انتخاب می‌کنم تا بتوانم انتظارات واقع بینانه مثبتی را بنا کنم.
۹. در زمان تعارض و درگیری احساسات واقعی‌ام را بیان می‌کنم.
۱۰. در طی تعارض و درگیری سؤال‌هایی می‌پرسم تا آنچه درست متوجه نشده‌ام را روشن کرده و بفهمم.
۱۱. می‌کوشم از تأثیرات مثبت و منفی برداشت‌های شخصی‌ام بر نحوه رویارویی با دیگران در تعارض و درگیری آگاه باشم.
۱۲. در تعارض و درگیری‌ها رفتارهایم را بر مبنای اینکه طرف مقابل درباره من چگونه فکر می‌کند؛ شکل می‌دهم.
۱۳. احساس می‌کنم فقط نیازهای من هستند که اهمیت دارند.
۱۴. فکر می‌کنم برای اینکه یک رابطه تا آخر ادامه یابد نیازهای دو طرف باید مد نظر قرار گیرند.
۱۵. در یک تعارض و درگیری تلاش می‌کنم؛ بین نیازهای واقعی با امیال و خواسته‌ها تفاوت قائل شوم.
۱۶. برای اینکه به رابطه آسیبی نرسد ممکن است؛ موقتاً برخی از خواسته‌های شخصی خودم را کنار بگذارم.
۱۷. نگرش‌های مثبت خودم را با طرف مقابل در میان می‌گذارم به این امید که او نیز همین کار را انجام دهد.
۱۸. فهمیده‌ام که لازم است قدرت خودم را بر دیگران اعمال کنم تا روش مرا قبول کنند.
۱۹. از این امر آگاهم که ممکن است؛ طرف مقابل نیاز داشته باشد؛ احساس کند که تعارض تحت کنترل است.
۲۰. در یک تعارض و درگیری معتقدم نباید دستی بالاتر از دست من وجود داشته باشد.
۲۱. بخشیدن دیگران برای من آسان است.
۲۲. در طول یک تعارض جدید مسائل قدیمی را پیش می‌کشم.
۲۳. هنگامی که وارد یک درگیری جدید می‌شوم به آینده این ارتباط در درازمدت می‌اندیشم.
۲۴. در طول تعارض سعی می‌کنم برطرف مقابل مسلط باشم.
۲۵. با ذهنی باز و پذیرنده به گزینه‌های دیگر غیر از راه‌حل خودم گوش می‌دهم.
۲۶. احساس می‌کنم برای هر مشکل تنها یک راه‌حل وجود دارد.
۲۷. وقتی با تعارضی روبرو می‌شوم از قبل درباره طرف مقابلم تصویری دارم که باعث می‌شود؛ اجازه ندهم زیاد پیش روی کند.
۲۸. می‌توانم ببینم که دیگران از من انتقاد کنند.
۲۹. احساس می‌کنم برنده شدن در جنگ مهم‌تر از برنده شدن در جر و بحث است.
۳۰. تلاش می‌کنم به‌جای توافق موقتی به دنبال راه‌حلی بدیع و کامل برای حل تعارض باشم.
۳۱. در رویارویی با تعارض یک راه حل از پیش تعیین شده منجر به نتیجه دارم.
۳۲. احساس می‌کنم باید بر گفتگو مسلط بوده و کنترل را در دست داشته باشم.
۳۳. اگر من به روش خودم عمل کنم من برنده‌ام و شما بازنده.
۳۴. هنگام درگیری با دیگران از آن‌ها می‌خواهم که موقعیت خود را تشریح کنند.
۳۵. برای حل تعارض و درگیری چانه زده و معامله می‌کنم.
۳۶. در پایان درگیری و تعارض برای من اهمیت دارد که نیازهای طرف مقابل نیز به‌اندازه نیازهای من برآورده شده باشند.
۳۷. من خشم خود را به روشی سازنده ابراز می‌کنم.
۳۸. در موقعیت‌های متعارض دشوار درخواست می‌کنم که نفر سومی شرایط را تسهیل نماید.
۳۹. من از خشم طرف مقابل چشم‌پوشی می‌کنم تا روی مساله واقعی که باعث تعارض و درگیری شده متمرکز شوم.
۴۰. احساس می‌کنم که در یک درگیری در مورد مسائل خاص به توافق رسیدن بهتر از مخالفت است.

\*\*\*

## پرسشنامه سرمایه روان شناختی

کاملاً موافقم	موافقم	تا حدی موافقم	تا حدی مخالفم	مخالفم	کاملاً مخالفم	عبارت‌ها
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱. با اعتماد یک مساله طولانی را بررسی می‌کنم تا یک راه حل بیابم.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۲. من با اعتماد کامل می‌توانم؛ وظایفم را در کارهای جمعی معین کنم.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۳. من با اعتماد می‌توانم؛ در بحث‌های اساسی زندگی‌ام مشارکت کنم.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۴. من با اعتماد کامل می‌توانم؛ اهداف زندگی‌ام را تعیین کنم.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۵. من با اعتماد کامل می‌توانم؛ در بیرون با مردم روبرو شوم تا درباره مسائل و مشکلات بحث کنم.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۶. من با اعتماد کامل می‌توانم؛ اطلاعات مفیدی به سایر دانشجویان هم رשתه‌ام ارائه کنم.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۷. اگر من در کار و موقعیتی گیر بیفتم می‌توانم؛ راه‌های زیادی برای خلاص شدن از آن بیابم.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۸. در حال حاضر من به شدت اهداف تحصیلی‌ام را دنبال می‌کنم.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۹. من فکر می‌کنم روش‌های زیادی برای هر مشکل وجود دارد.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۰. هم اکنون من خودم را به‌عنوان موفق‌ترین فرد در تحصیل می‌بینم.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۱. من می‌توانم راه‌های زیادی برای رسیدن به اهداف جاری تحصیلم بیابم.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۲. در حال حاضر من می‌توانم با اهداف تحصیلی که برای خودم مشخص کرده‌ام روبرو شوم.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۳. زمانی که با مانعی در امور تحصیلی‌ام روبرو می‌شوم با زحمت کمی آن را اصلاح می‌کنم و به کارم ادامه می‌دهم.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۴. من معمولاً مشکلات متنوع را می‌توانم مدیریت کنم.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۵. من اگر مجبور باشم؛ در حین انجام تکالیف با خودم حرف می‌زنم.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۶. من معمولاً در مواقع فشار کاری یا تحصیلی قدم می‌زنم.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۷. من می‌توانم بر مشکلاتم غلبه کنم؛ زیرا که قبلاً تجربه چنین مشکلاتی را داشته‌ام.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۸. من احساس می‌کنم که می‌توانم؛ در حین انجام امور تحصیلی چند فعالیت دیگر را نیز انجام دهم.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۱۹. من انتظار بهترین عملکرد را دارم؛ حتی زمانی که اهداف کاری‌ام در حین انجام آن‌ها نامشخص باشند.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۲۰. اگر چیز اشتباهی برایم پیش آید؛ سعی می‌کنم عملکرد عاقلانه و بهتری را از خود نشان بدهم.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۲۱. من همیشه جنبه‌های مثبت کارم را می‌بینم.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۲۲. من راجع به آنچه برایم در آینده در ارتباط با کار و تحصیلم اتفاق می‌افتد؛ خوشبین هستم.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۲۳. در امور تحصیلی کارها هیچ وقت در مسیری که من می‌خواستم پیش نرفته است.
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۲۴. من به امور تحصیلی‌ام به‌عنوان بهترین وجه زندگی‌ام، نگاه می‌کنم.

\*\*\*