

دیدگاه مشاوران و روان درمانگران درباره نقش دینداری در رضایت جنسی و صمیمیت زناشویی مراجعین: یک پژوهش کیفی

یاسر مدنی^۱، زهرا مرادی^۲

چکیده

تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۲/۲۹ - تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۴/۴

هدف: کیفیت رابطه جنسی و صمیمیت زوجی موضوعات مهمی در تجربه ازدواج محسوب می‌شوند. همچنین، بطور رایج، دینداری به عنوان چارچوبی مؤثر در زندگی تلقی می‌شود. این پژوهش با هدف بررسی چگونگی نقش دینداری در رضایت جنسی و صمیمیت زناشویی زوجها از نگاه مشاوران و متخصصین ازدواج و خانواده انجام شد. **روش:** پژوهش با رویکرد کیفی و الگوی پدیدارشناسی انجام شد. به این منظور ۱۰ نفر از مشاورین و روان‌شناسان که تجربه کار با زوجها را داشتند مطابق اصول روش تحقیق کیفی مورد مصاحبه نیمه ساختار یافته قرار گرفتند. داده‌ها به کد تبدیل شد. **یافته‌ها:** در قسمت کدگذاری باز ۱۴۷ کد اولیه به دست آمد که در کدگذاری محوری براساس شباهت موضوعی در ۲۴ دسته موضوعی قرار گرفتند. یکی از سؤالات اصلی از شرکت‌کنندگان این بود که دینداری زوجها می‌تواند چه نقشی در کیفیت رابطه زناشویی /یا کند؟ در مجموع، با توجه به تحلیل بازخوردهای به دست آمده می‌توان گفت از نظر متخصصان مشاور ازدواج و خانواده دینداری نقش مثبتی در رضایت جنسی و صمیمیت زناشویی زوجها دارد. با این حال، برخی از شرکت‌کنندگان نکاتی را به عنوان ملاحظات مطرح نمودند که در این پژوهش به آن‌ها اشاره شده است. **نتیجه‌گیری:** درک و فهم مشاوران و روان‌شناسان به عنوان کارشناسان ازدواج و خانواده از نقش و ارتباط میان

۱. (نویسنده مسئول): عضو هیأت علمی دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی. گروه روان‌شناسی تربیتی و مشاوره، دانشگاه

yaser.madani@ut.ac.ir

تهران، ایران.

zahramoradi1214@gmail.com

۲. دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده - دانشگاه تهران، ایران.

مؤلفه‌های دینداری، رضایت جنسی و صمیمیت زناشویی مهم است. از اصلی‌ترین نتایج پژوهش حاضر توصیف شرایطی بود که مصاحبه‌شوندگان آن را به عنوان پیش‌نیاز یا مکمل برای دریافت تأثیرات مثبت و قابل ملاحظه دینداری بر رابطه جنسی و صمیمیت زناشویی معرفی کردند.

واژه‌های کلیدی: دینداری، رضایت جنسی، صمیمیت زناشویی

مقدمه

خانواده جوهره‌ای زنده و در حال تغییر است که با استفاده از اعضای خویش و در جریان ارتباط دائمی، تعاملی و طرح‌دار یک واحد کلی را سازماندهی می‌کند و در طول زمان و مکان گسترش می‌یابد. مهمترین رکن در سیستم خانواده زن و شوهر هستند که هر کدام از حقوق ویژه‌ای برخوردارند، که رعایت این حقوق نظام خانوادگی را مستحکم‌تر می‌کند (امری، ۱۳۹۴). خانواده، یکی از مهمترین نهادهای جامعه و بستر شکل‌دهنده شخصیت آدمی است. رضایت، خشنودی، کیفیت و کارکرد بهینه‌ی خانواده عامل بسیار تأثیرگذاری در شکوفایی، رشد و پیشرفت خانواده است (لاک و ویلیامسون^۱، ۱۹۵۸). گلدنبرگ و گلدنبرگ^۲ در تعریف خانواده می‌گویند که خانواده نظام عاطفی پیچیده‌ای است که چند نسل را در برمی‌گیرد و وجه تمایز آن با سایر نظام‌های اجتماعی در وفاداری، عاطفه و دائمی بودن عضویت در آن است (گلدنبرگ و گلدنبرگ، ۲۰۱۲). خانواده اولین هسته اجتماع و اساسی‌ترین بنیان جوامع است که افراد هر اجتماعی در بستر آن رشد می‌کنند و از طریق آن وارد جامعه می‌شوند. خانواده را نهادی تعریف کردند که حاصل پیوند زناشویی زن و مرد است. از جمله ویژگی اجتماعی بودن انسان تعامل درست میان انسان‌ها و برقراری عشق به یکدیگر و ابراز کردن صمیمیت و همدلی با دیگران است (عدالتی و ردزوان، ۱۳۹۰). خانواده از نظر اسلام جایگاه ویژه‌ای دارد و از اساسی‌ترین نهادهای اجتماعی محسوب می‌شود که مبنای آن بر الفت و مودت قرار

1. Locke, H. J. & Williamson, R. C.

2. Goldenberg, H. & Goldenberg, I.

داده شده است. این ساختار انسانی و اجتماعی محبوبترین بنا نزد خداوند است و گرمی کانون خانواده مورد توجه عمیق اسلام می‌باشد (قائم، ۱۳۹۳). از آنجایی که دو نهاد خانواده و مذهب ارزش‌های مشترکی را مورد تاکید قرار می‌دهند، برای اجتماعی شدن به هم وابسته هستند، پژوهشگران رابطه نزدیک بین این دو را پیش‌بینی می‌کنند. این جهت‌گیری منجر به بیان این مطلب می‌شود که مذهب می‌تواند روابط زناشویی را تقویت و استحکام بخشد (کال و هیتون^۱، ۱۹۹۷).

نگرش مذهبی می‌تواند در ارتباط زناشویی مؤثر باشد، زیرا مذهب رهنمودهایی برای زندگی دارد و ارائه‌دهنده باورها و ارزش‌ها است که این ویژگی‌ها می‌تواند زندگی زناشویی را متاثر سازد (هانلر و گنج‌چوز^۲، ۲۰۰۵). اینکه افراد موضوعی مانند ازدواج را به منزله مسئولیتی برای تمام عمر، محبت کردن به یکدیگر، فراهم کردن شرایط آرامش‌همدیگر، و تعهد به همسر را چطور بر مبنای دینی تفسیر می‌نمایند، تاثیرپذیری روابط زناشویی از مذهب را نشان می‌دهد (ماهونی^۳، ۲۰۰۵). در اسلام خلقت زن و مرد از یک خمیرمایه است و آیات قرآنی نشان می‌دهد که بین زن و شوهر پیوند الهی وجود دارد که در سایه ازدواج این همبستگی به صورت عهدی محکم در می‌آید (سوره نساء، آیه ۲۴) و زوجها مایه آرامش همدیگر هستند (سوره روم، آیه ۲۱).

دینداری از مهمترین عوامل در تفاهم زوجها است و مذهب تاثیرات مهمی بر رابطه زوجها دارد. عدم اشتراکات مذهبی باعث افزایش اضطراب و افسردگی میشود و این تاثیر بر زنان بیشتر است (درمیس^۴ و همکاران، ۲۰۱۰). در بین زوجهایی که از تعهدات مذهبی پیروی می‌کنند صمیمیت و یکرنگی بیشتری وجود دارد. روابط آنها گرم و دربرخورد و کلام با احترام رفتار می‌کنند، در نتیجه احساس تنهایی کمتر است و در نهایت آنان کمتر دچار بیمارهای روانی می‌شوند و حتی در صورت برخورد با مشکلات ممکن است با دعا

1. Call, V & Heaton, T. B.

2. Hunler, O.S. & Gencoz, T. B.

3. Mahoney, M.

4. Dermis, A.

و راز و نیاز با پروردگار از او کمک خواسته، خود را به خداوند می سپارند و با توکل به او به سوی حل مشکلات قدم برمی دارند (خرم دل، ۱۳۷۴).

پایبندی و دینداری یعنی تعهدات یک فرد مومن که موقتی و دلبخواهی نیست، دینداری واقعی به صورت گزینشی عمل نمی کند، که هر جا که به نفع شخص باشد و سود ببرد، ادعای دینداری بکند و هر جا که برای او سود شخصی و متجاوزانه نداشته باشد، از اسلام و مذهب و تعهد دینی رویگردان شود. گفته شده، دینداری همیشگی و همگانی است و بایستی در برابر همه ی احکام خدا تسلیم شود (حاج علی اکبری، ۱۳۸۴). دین راهنمایی های کلی در اختیار بشر قرار می دهد که اگر انسان بدان پایبند باشد منجر به استحکام پیوند زناشویی می گردد. این راهنمایی شامل قوانینی در مورد روابط جنسی، نقش های جنسیتی، از خود گذشتگی و حل تعارضات در روابط زوجها می باشد (ماهوری، ۲۰۰۵). در قرآن کریم بر دوستی زوجها و روابط جنسی و عاطفی و زینت آن برای زندگی، تصریح شده است (سوره آل عمران، آیه ۱۴) و حتی روابط عاطفی و جنسی در سیره پاک انبیا نیز مورد تاکید قرار گرفته است. تعالیم قرآنی این واقعیت زندگی بشر را مورد تاکید قرار داده و آن را به زندگی پس از مرگ تعمیم داده و گفته شده است که مردم در دنیا و آخرت از هیچ چیز به اندازه روابط جنسی لذت نمی برند (وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۱۰). در متون دینی بر طبیعی بودن این نیاز و نفی رذالت از آن تاکید شده است. به عنوان مثال زمانی که پیامبر به بعثت رسیدند عده ای از مسلمانان از زنان خود کناره گیری کرده و مشغول عبادت شدند، پیامبر آنها را مورد شماتت قرار می دهند و می فرماید: آیا از زنان روگردان شده اید حال آنکه من از این امر روی گردان نشده ام و خداوند آیه ۸۸ سوره مائده را نازل می فرماید که: ای کسانی که ایمان آورده اید، چیزهای پاکیزه ای را که خدا بر شما حلال کرده است، حرام می کنید و از حد در می گذرید که خدا تجاوزکنندگان از حد را دوست ندارد. در قرآن و کتاب فطرت و زندگی، آیاتی در مورد آثار درست و صحیح از غریزه جنسی و رابطه جنسی بیان شده است که با دقت و تدبر در این آیات و

قیاس آن با مکاتب مادی، به کامل و جامع بودن آن نسبت به دیگر مکاتب پی برده می‌شود. خداوند در قرآن می‌فرماید علت خلقت زوج (همسر) مایه آرامش می‌باشد (سوره بقره، آیه ۱۸۷). موضع حمایتی متون دینی تا حدی است که در احادیث معصومین بیان شده که آمیزش جنسی با همسر می‌تواند باعث ریزش گناهان فرد شود.

در این رابطه در کتاب کافی (کافی، جلد ۵) آمده که اسحاق بن ابراهیم جعفری می‌گوید: از امام صادق (ع) شنیدم که می‌فرمود: روزی پیامبر اکرم (ص) وارد منزل ام سلمه شد و بوی خوشی استشمام نمود. فرمود: آیا «حولاء» (زینب عطر فروش) نزد شما آمده است؟ ام سلمه عرض کرد: این بوی اوست، او از شوهرش شکایت دارد. در این لحظه حولاء جلو آمد و عرض کرد: پدر و مادرم فدای شما! شوهرم از من کناره می‌گیرد. پیامبر (ص) فرمود: ای حولاء، در آرایش خود نسبت به او افزایش ده. عرض کرد: هیچ عطر خوش‌بویی را برای او ترک نمی‌کنم، اما او از من کناره‌گیری می‌نماید. پیامبر خدا (ص) فرمود: اگر می‌دانست با آمدن به سوی تو، چه چیزی از آن او می‌شود؟ پرسید: با آمدن او به سوی من، چه چیزی از آن او خواهد شد؟! فرمود: آگاه باش! هرگاه او به سوی تو بیاید دو فرشته او را در بر می‌گیرند، او مانند کسی است که در راه خدا شمشیر کشیده است. هنگامی که او آمیزش می‌کند، گناهان از او می‌ریزند همان‌طور که برگ درختان می‌ریزد. و آن‌گاه که غسل کند، از گناهان خالی می‌شود.

رضایی و همکاران (۱۳۹۲) نشان دادند که تقیدات مذهبی زوجها با رضایت زناشویی و رضایت جنسی آنان ارتباط و همبستگی دارد، بدین معنا که با افزایش تقیدات دینی میزان رضایت زناشویی و رضایت جنسی افزایش می‌یابد. رضایت جنسی عبارت است از پاسخ عاطفی هیجانی برخاسته از ارزیابی‌های ذهنی مثبت و منفی فرد از رابطه جنسی اش با فرد دیگر (لارنس و بایر، ۱۹۹۵). مطالعات نشان داده که رضایت جنسی باعث افزایش حرمت خود، رضایت از زندگی، قابلیت عشق ورزی، رضایت از

رابطه، رضایت عاطفی و احساس شادی در زندگی می‌شود. رابطه بین نارضایتی جنسی و مشکلات سازگاری و زناشویی نشان می‌دهد که رضایت زوجها از رابطه جنسیشان یکی از مهمترین ابعاد رضایت زناشویی به حساب می‌آید (پاترز و کمپل^۱، ۲۰۰۸).

رضایتمندی در زمینه جنسی بر جنبه‌های دیگر روابط زوجها اثر می‌گذارد. صمیمیت جنسی شامل در میان گذاشتن تجارب عاشقانه با یکدیگر، نیاز به تماس بدنی، آمیزش جنسی و روابطی می‌شود که برای برانگیختن، تحریک و رضایت جنسی طرح ریزی می‌شود. مشاوران در طول سال‌ها کار با مراجعان متوجه شدند که صمیمیت جنسی بیشترین حساسیت و در عین حال بیشترین مشکلات را برای زوجها به وجود می‌آورد (احمدی و بهرامی، ۱۳۸۹). جامعه بر ازدواج به عنوان یک رابطه دوفره مهم تاکید کرده که در آن رابطه جنسی اتفاق می‌افتد و ارتباط جنسی بخش جدایی ناپذیر یک رابطه عاشقانه است، و پدیده ازدواج در هر فرهنگ شناخته شده‌ای به اثبات رسیده است (شفیع آبادی و نائینی، ۱۳۹۶). سلامت جنسی موضوع مهمی در روابط زناشویی است و به ثبات و پایداری و صمیمیت زناشویی کمک می‌کند. سلامت جنسی نیازمند رویکرد مثبت و محترمانه برای آمیزش و ارتباط جنسی و به همان اندازه نیازمند امکان افزایش تجارب جنسی ایمن و لذت بخش و رهایی از زور و تبعیض و خشونت در روابط زناشویی است (هیگینز^۲ و همکاران، ۲۰۱۱). تجربه رضایت جنسی، صمیمیت را در رابطه زناشویی افزایش می‌دهد و باعث کاهش تنش در روابط می‌شود (لیو و رولوف^۳، ۲۰۱۵).

عوامل مختلفی بر میزان رضایت جنسی تاثیر می‌گذارند. عوامل روانی مانند تعهد زوجها و میزان صمیمیت زناشویی (بشارت و رفیع‌زاده، ۱۳۹۵). یکی از عوامل تاثیرگذار در رضایت جنسی وجود رابطه صمیمی بین زوجها است (سانچز و همکاران^۴، ۲۰۱۴).

1. Patres & Campbell.
2. Higgins, J.M.
3. Liu, E & Eoloff, M.E.
4. Sanchez, M.

صمیمیت را می‌توان به صورت ترکیبی از دوست داشتن و عاطفه، آشکار سازی و ابراز کردن و سازگاری، یکپارچگی، ارتباط جنسی، حل تعارضات و خود پیروی تعریف کرد (استولهر، فریایرا و لندریپت^۱، ۲۰۱۴). صمیمیت به عنوان توانایی ارتباط با دیگران با حفظ فردیت خود بیان می‌شود. این تعاریف حاکی از آن هستند که فرد به درجه‌ای از رشد فردی برسد تا بتواند با دیگران رابطه صمیمانه برقرار کند. قابلیت شخص در جهت صمیمیت بسیار ضروری است. مفهوم پردازی رایج از صمیمیت، سطح نزدیکی به همسر، به اشتراک‌گذاری ارزش‌ها و ایده‌ها، فعالیت‌های مشترک، رابطه جنسی، شناخت از یکدیگر و رفتارهای عاطفی نظیر نوازش کردن است. شخصی که صمیمیت بالایی را تجربه کرده قادر است خود را به شیوه‌ای مطلوب‌تر در روابط عرضه کند و نیازهای خود را به شکل موثرتری به شریک و همسر خود ابراز کند. رضایت زناشویی می‌تواند در زوج‌هایی که صمیمیت بالاتری دارند بیشتر باشد یا به عبارتی قابلیت بیشتری در مواجهه با مشکلات و تغییرات مربوط به روابط خود داشته باشند (پاتریک، سلز، گیوردانو و فولارد^۲، ۲۰۰۷). فرایندهای فردی و دو نفره متعددی به طور مثبت با صمیمیت زناشویی همبسته هستند که از آن جمله می‌توان به سازگاری، بهزیستی روانی، سلامت روان، کیفیت رابطه، اعتماد، رضایت زناشویی و رضایت جنسی اشاره کرد (فراست^۳، ۲۰۱۲). یکی از نیازهای عاطفی زوج‌ها، روابط توأم با صمیمیت است که منبع مهمی برای شادی، احساس معنا و رضایت از زندگی است (ابراهیمی، ثنایی و نظری، ۱۳۹۰).

ازدواج نیز مانند هر مفهوم دیگری ویژگی‌هایی دارد که توسط آنها شناسایی می‌شود. صمیمیت مداوم یکی از پیش نیازهای داشتن یک ازدواج ماندگار است. تحقیقات بسیار زیادی اهمیت در این زمینه را نشان داده‌اند. صمیمیت زناشویی و رضایت

1. Stulhofer, A., Ferreira, L.C. & Landripet

2. Patrick, S., Csell, J. N., Glordano, F.G., & Folard, T.R.

3. Frost, D.

جنسی دو متغیر مهمی هستند که پژوهش‌ها رابطه معنادار آنها را نشان می‌دهند. نائینیان (۱۳۹۱) بیان می‌کند که رابطه صمیمیت زناشویی و رضایت جنسی در زنان همبستگی متوسط و معناداری را نشان می‌دهد. مطالعات و تجربیات بالینی نشان داده اند که روابط صمیمی یکی از نیازهای اساسی انسان است و ارضا نشدن آن موجب افزایش تعارضات و کاهش رضایت از زندگی در روابط زناشویی و بروز مشکلات هیجانی و عاطفی می‌گردد. برخورداری از صمیمت در بین زوجهای متاهل، از شرایط ایجاد یک ازدواج پایدار است (کرافورد و رودا^۱، ۲۰۰۴).

تعاریفی که در بالا ذکر شد نشان از اهمیت دین بر مقوله رضایت جنسی و صمیمیت زناشویی دارد. از آنجا که تحقیقات پیشین در ایران در رابطه با متغیر دینداری بیشتر روی مؤلفه‌هایی چون سازگاری و تعهد انجام شده، نیاز به پژوهشی در مورد چگونگی نقش دینداری در رضایت جنسی و صمیمیت زناشویی احساس می‌شد. از آنجا که ممکن است در باور عامه مردم اینگونه باشد که دین همیشه توصیه به سازش می‌کند و از مردم می‌خواهد با شرایط و دشواری‌ها سازگارتر شوند، این سؤال پیش می‌آید که آیا افرادی که دیندار هستند از روابط مشروع خود لذت مورد دلخواه می‌برند؟ یا فقط بر اساس دستورات دینی با شرایط می‌سازند؟ و یا اینکه آیا افراد دینداری که در زندگی زناشویی هستند، صمیمت زناشویی دارند؟ یا طبق سفارش دین پایبند و متعهد هستند؟

در میان نیازهای زیستی غریزه جنسی، آمیختگی عمیقی با نیازهای روانی داشته به طوری که می‌توان تاثیر این خواسته را در بسیاری از ابعاد زندگی مشاهده کرد. این غریزه تاثیر غیر قابل انکاری در زندگی زناشویی و انسجام و پایداری آن دارد. همچنین این غریزه نقش سازنده و مؤثر و بنیادینی در سیر به سوی سلامت و تعادل روانی دارد و با داشتن این ویژگی‌ها، بارز و قابل توجه است که میل جنسی از دیگر نیازهای زیستی فاصله گرفته و به صورت یک نیاز روانی در می‌آید (استتز^۲، ۲۰۰۲). اختلالات جنسی به هر علتی که

1. Crawford, M., & Rhoda, U.

2. Stets, J.E.

ایجاد شوند دارای پیامدهای منفی بسیاری هستند. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که نارسایی‌های جنسی ارتباط تنگاتنگی با مشکلات اجتماعی مثل تجاوزهای جنسی، بیماریهای روانی و طلاق دارند (ترو، مارچند و ریوارت^۱، ۲۰۱۰).

با توجه به اهمیتی که برای نیاز جنسی و صمیمیت بیان شد، این مقولات تأثیر مهمی در انتخاب فرد برای همسر دارند و این سؤال را در ذهن ایجاد می‌کند که آیا دیندار بودن همسر کمک به ارضای نیاز جنسی به عنوان منبع لذت می‌کند؟ جواب به اینگونه سؤالات از آن رو مهم است که شاید جوانی که در مرحله انتخاب همسر قرار دارد فکر کند که همسر دیندار بیشتر به سازش و پایبند بودن به اصول دینی توجه داشته باشد و به نیاز جنسی همسر کم توجه باشد. بر همین اساس پژوهشگران بر آن شدند که برای جواب سؤالات بالا نظر متخصصین حوزه خانواده یعنی مشاوران و روان‌شناسان را جویا شوند.

روش پژوهش

پژوهش کیفی به روش هدفمند انجام شده و با رویکرد پدیدارشناسی مبتنی بر سؤال یا موضوع هدف است، به این معنا که تلاش محقق در زمان مصاحبه صرفاً استخراج پاسخ‌های شرکت‌کنندگان از عمق موضوع است. داده‌های جمع‌آوری شده از شرکت‌کنندگان استخراج شده و بعد از کد گذاری باز و محوری به بررسی میزان فراوانی داده‌ها پرداخت و تا زمانی که داده‌های جمع‌آوری شده به اشباع برسد مصاحبه پژوهشی ادامه پیدا کرد. در ابتدای جلسه از محرمانه ماندن هویت و اطلاعات افراد به مصاحبه‌شوندگان اطمینان داده شد و بعد از بیان کلی اهداف پژوهش و با اجازه از آنها صدای سخنان ضبط گردید. ملاک ورود در این مصاحبه سابقه کاری پنج سال یا بیشتر کار با خانواده‌ها بود و افرادی را که به هر دلیل وقت کافی برای انجام مصاحبه نگذاشتند از پژوهش کنار گذاشته شدند. تمام گفته‌های مشاورین به صورت کلمه به کلمه در

1. Truudel, G., Marchand, A., & Ravart, M.

کدگذاری اولیه (باز) بیان گردید. در کدگذاری باز داده‌ها به کوچکترین بخش‌های ممکن شکسته می‌شوند و در مرحله دوم کدگذاری محوری داده‌ها براساس تفاوت‌ها و شباهت‌ها با یکدیگر مقایسه و طبقه‌بندی می‌شوند. سپس کدهای مشابه در طبقات با نام‌های قابل درک و گویا قرار می‌گرفتند (پولیت و بک^۱، ۲۰۰۶). این نوع مصاحبه در عین تمرکز بر موضع، از انعطاف کافی برخوردار است و به مصاحبه‌شوندگان این فرصت را می‌دهد که به بخش‌هایی از موضوع بپردازند که از دیدگاه آنان دارای اهمیت است (حریری، ۱۳۹۰). مصاحبه‌ها در مدت زمان بین ۲۰ تا ۴۰ دقیقه اجرا شدند. مشارکت‌کنندگان شامل ۱۰ نفر از متخصصین حوزه خانواده، مشاوران و روان‌شناسانی که عضویت علمی دانشگاه‌های تهران، علامه ولرستان بودند، و سابقه چند سال کار مشاوره‌ای و بالینی با خانواده‌ها و زوجها را داشتند که حاضر به همکاری و انجام مصاحبه شدند.

یافته‌ها

جهت کشف مفاهیم اولیه و نظم‌دهی مفهومی که نتیجه فرایند تحلیل داده‌های به دست آمده از مصاحبه‌های نیمه ساختاریافته است، مطابق اصول روش تحقیق کیفی از روش کدگذاری باز و سپس کدگذاری محوری استفاده شد. جدول زیر کدگذاری باز و کدگذاری محوری را نشان می‌دهد:

جدول ۱. مقوله‌های استخراج شده از محتوای مصاحبه با مشاوران و روان‌شناسان خانواده که به صورت کد درآمد و به صورت کدگذاری باز و کدگذاری محوری در این جدول ارائه گردید.

کدگذاری باز (اولیه)	کدگذاری محوری (ثانویه)
- پابندی ارزشی	رعایت اصول مورد تاکید دین
- رعایت ضوابط	
- اصل قرار دادن رضایت خداوند	

کدگذاری باز (اولیه)	کدگذاری محوری (ثانویه)
- رعایت بایدها و نبایدها - انجام واجبات - رعایت حلال و حرام - داشتن معیار مشخص براساس ملاک‌های دینی	
- داشتن چارچوب در زندگی - برنامه ریزی کردن - داشتن انتظار براساس دین - ارتباط براساس هنجارهای دینی	داشتن قاعده و برنامه منظم در زندگی
- رعایت حقوق همدیگر - توجه به خواسته‌ها و انتظارات همسر - توجه به نیازهای عاطفی همسر - توجه به نیازهای جنسی همسر - برآورده کردن نیازهای همسر - توجه به نیازهای معنوی همسر - شناخت حقوق همدیگر - توجه به مزاج همسر در ارتباط جنسی	توجه به ابعاد مختلف نیاز همسر و رعایت حقوق همسر
- تعهد داشتن نسبت به همسر - صداقت داشتن - وفاداری به همسر - اعتماد به همدیگر - رعایت اخلاق انسانی - نداشتن تعصب	پایبندی به اصول اخلاقی در زندگی زناشویی
- پذیرفتن دیدگاه طرف مقابل - توجه به تفاوت‌های فرهنگی با همسر - داشتن توافق با همدیگر - درک متقابل همدیگر - تبعیت و همراهی با همسر - عدم انتظار غیر معقول از همسر - نداشتن انتظارات کلیشه ای - عدم کنترل بیش از حد همسر	پذیرفتن تفاوت‌های فردی و فرهنگی و همراهی کردن با وجود تفاوت‌ها

کدگذاری محوری (ثانویه)	کدگذاری باز (اولیه)
ارتباط کلامی و غیرکلامی مناسب و درست	- ارتباط چشمی زیاد - ارتباط بدنی بالا - ارتباط کلامی صحیح - ارتباط خوب - ارتباط تسهیل شده - ارتباط غیرکلامی بالا - استفاده از واژه های کلامی خوب - رابطه بهتر - توجه به ارتباط مناسب با همسر
ارتباط عاشقانه توأم با محبت عمیق	- عشق و علاقه داشتن به همدیگر - داشتن هوش هیجانی - عمیق با هم بود - با عشق و محبت صحبت کردن در مورد همدیگر - ارتباط رمانتیک - ارتباط عاطفی - ارتباط هیجانی مثبت - برق شمع و شادی در زمان نگاه کردن به هم - افزایش محبت در بین زوجها - محبت در خانواده - فکر کردن به همدیگر
چشم پوشی و تحمل کاستی های زندگی به خاطر مبنای اعتقادی	- صبر داشتن - گذشت کردن - سهل شدن کار مشاور با استفاده از مقوله دین - قوت گرفتن گذشت به واسطه دین - تحمیل نکردن کاری به همسر
داشتن آرامش زوجها و خانواده در کنار هم	- کاهش استرس - همسر به عنوان منبع آرامش - حس امنیت در کنار همسر - مزاحم تلقی نکردن همدیگر

کدگذاری باز (اولیه)	کدگذاری محوری (ثانویه)
- نقش تحکیم در روابط - آرامش در محیط خانواده - تشفی خاطر - آرامش در سایه ارتباط قانونی و شرعی - بازداری پرخاشگری	
- امید داشتن به پاداش اخروی - توکل برخدا در کارها - آرامش معنوی - همراه معنوی برای همدیگر - ارتباط معنوی و گاهی عرفانی	کمک به رشد معنوی همدیگر
- احترام متقابل - حفظ کرامت انسانی همدیگر - ارزش قائل شدن برای خود - احترام به سلاقی متفاوت همدیگر - رفاقت داشتن با همدیگر - پذیرفتن پیشنهاد متفاوت همسر	داشتن ارتباط سالم در کنار احترام به همسر
- توجه به ظاهر خود - جذاب بودن - توجه به نیازهای خود - صمیمیت با حفظ خود خصوصی	توجه به خویش و وظایف خود به عنوان بخشی از ارتباط
- تکامل در کنار همدیگر - نگاه به همسر به عنوان تکمیل کننده - حرکت در کنار هم به سمت کمال - کمک به همسر برای رشد کردن	داشتن باور دینی مبنی بر تکامل شدن در کنار همسر
- کیفیت زندگی بالا - تعدیل کننده رضایت زناشویی - سازگاری زوجها - سطح توقعات معقول - بهانه نیاوردن در زندگی - افزایش رضایت زناشویی	دین به عنوان تعدیل کننده قوی در سازگاری، رضایت جنسی و صمیمیت بیشتر در زندگی زوجها

کدگذاری محوری (ثانویه)	کدگذاری باز (اولیه)
	- افزایش رضایت جنسی - افزایش صمیمیت زناشویی - از همدیگر دلزده نشدن - داشتن تفاهم بیشتر
توجه داشتن به اینکه هر کدام وظایف خود را به درستی انجام دهند	- انتظار داشتن از خود به جای همسر - توجه به وظایف خود به جای وظایف همسر - رعایت حقوق شرعی همسر - توجه به جلب رضایت همسر - رعایت حقوق اخلاقی با همسر
آگاهی دقیق از مسائل دینی در مورد برخورد مناسب با همسر	- افراط و تفریط نداشتن - داشتن تعادل - دانستن آموزه های دینی و عمل به آن - استخراج فن و فوت روابط زناشویی از منابع دینی - بد آموخته نشدن مسائل دینی - تعریف صمیمیت بر اساس آموزه های دینی
برقراری ارتباط مؤثر و مناسب با دیگران	- موفقیت بیشتر - اعتماد به نفس بالا - ارتباط شفاف و روشن با دیگران - بررسی مسائل، قبل ازدواج - ارتباط مناسب و درست با دیگران
اشتراک داشتن در باورها و اهداف در زندگی	- داشتن ارزش های مشترک - داشتن اهداف مشترک - متعهد شدن به ارزش های دینی - حساس به پرورش و تربیت فرزندان
آگاهی از نحوه برقراری ارتباط با همسر	- توجه به زبان بدن - دانش در مورد روابط جنسی - دانش در مورد جنس مخالف - توجه به رفتارهای جنسی همسر - دانستن مهارت های ارتباطی

کدگذاری باز (اولیه)	کدگذاری محوری (ثانویه)
- میل هردو نفر در ارتباط جنسی - عشق آور بودن ارتباط جنسی - گفتگو در مورد مسائل جنسی - فقط فیزیکی نبودن رابطه جنسی - رعایت حدود و موارد در ارتباط جنسی - داشتن خیال پردازی های جنسی با همسر	- عدم نگاه یک طرفه یا صرفاً فیزیکی به روابط جنسی
- لذت با هم بودن - دو سویه بودن روابط عاطفی و جنسی - رسیدن به عمق ارتباط جنسی - آرامش بعد از ارتباط جنسی - سرایت کردن مشکلات ارتباطی و عاطفی به رابطه جنسی - وارد شدن به رابطه جنسی بدون احساس منفی - نیاز به عشق و علاقه داشتن برای روابط جنسی مناسب	- عشق و علاقه و تاثیر آن در کیفیت ارتباط جنسی و چند سطحی بودن ارتباط (ارتباط عاطفی و جنسی)
- داشتن سلامت روان - نداشتن مشکل فیزیولوژی - شخصیت سالم - به صورت مفعول و فاعل نبودن در روابط جنسی	- نیاز به داشتن سلامت جسمی، روانی و عاطفی برای رابطه جنسی با کیفیت
- تاثیر منفی دین در صورت عدم آگاهی - استفاده نامناسب از دستورات دینی - آثار منفی نگاه سنتی به دین - توجه به مسائل دینی با قرائن جدید	- استفاده ناآگاهانه و گاهی سوء استفاده از مبانی دینی - آثار آن روی زندگی زناشویی
- حل تعارض - گفتگو در مورد مشکلات - قاطعیت داشتن در برخورد با مسائل	- نحوه صحیح برخورد با مسائل و مشکلات زندگی (دینداری به عنوان کاهش دهنده مشکلات زندگی)

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی نظرات و دیدگاه‌های افراد متخصص در امر مشاوره و روان‌درمانی ازدواج و خانواده درباره چگونگی نقش دینداری در رضایت جنسی و

صمیمیت زناشویی انجام گرفته است. تحلیل کیفی همه داده‌ها ما را به این نتیجه سوق می‌دهد که دینداری عاملی تاثیرگذار و تسهیل‌گر در زمینه روابط جنسی و نیز افزایش‌دهنده صمیمیت زناشویی می‌باشد، به شرط آنکه دینداری به معنای "واقعی" آن تفسیر و اجرا شود.

این پژوهش با قسمتی از نتایج تحقیقی که شفیع آبادی و همکاران (۱۳۹۶) تحت عنوان بررسی کیفی نقش تعهد مذهبی بر روابط زوجها و میزان رضایت زناشویی انجام و نشان دادند که مذهب نقش مثبتی در بهبود رابطه جنسی و افزایش رضایت زناشویی دارد، هم‌سومی باشد. در پژوهشی که زهرا احمدی (۱۳۹۴) با عنوان پیش‌بینی تعهد زناشویی بر اساس دینداری و صمیمیت زناشویی انجام داده بود، نشان داد که بین دینداری و صمیمیت با تعهد زناشویی رابطه مثبت وجود دارد و همچنین بیان کرد که متغیرهای دینداری و صمیمیت پیش‌بینی‌کننده‌های قوی برای تعهد زناشویی هستند. از بین این دو متغیر، دینداری پیش‌بینی‌کننده قوی‌تری است. خوش‌فروهمکار (۱۳۹۴) نشان دادند که بین میزان دینداری و سازگاری زناشویی رابطه مثبت معنادار وجود دارد. حاجی‌زاده میمندی و همکار (۱۳۹۱) بیان کردند که دینداری با رضایت از زندگی رابطه مثبت دارد و ابعاد عاطفی و مناسکی بیشترین ارتباط را با رضایت از زندگی دارند ولی رابطه بین ابعاد پیامدی (ابعاد پیامدی که بیانگر اهمیت و تأثیر دین به ویژه خدا در زندگی است از طریق کنترل اجتماعی به ویژه کنترل درونی، حمایت بیرونی و هنجار بخشی است) اعتقادی با رضایت از زندگی رابطه معناداری نشان نداد.

در پژوهشی که بشارت و رفیع‌زاده (۱۳۹۵) بر روی ۱۰۰ نفر از کارمندان شرکت نفت تحت عنوان پیش‌بینی سطوح رضایت جنسی و سازگاری زناشویی بر اساس متغیرهای شغلی، تعهد و صمیمیت و دانش و نگرش جنسی انجام دادند، به این نتیجه دست یافتند که صمیمیت بیشترین سهم را در پیش‌بینی رضایت جنسی، و تعهد بیشترین سهم را در سازگاری زناشویی ایفا می‌کند. رضا زاده و کیانی (۱۳۹۵) نشان دادند که بین

رضایت جنسی و کیفیت زندگی و تعهد زناشویی با صمیمیت زناشویی ارتباط مثبت و معنادار وجود دارد.

پژوهش حاضر با پژوهش دانش و همکار (۱۳۹۱) که در بین دبیران متأهل شهر پاک‌دشت انجام شده است ناهمسو می‌باشد. نتایج پژوهش آنها نشان داد که سازگاری زناشویی در حیطه روابط جنسی در بین افراد با نگرش مذهبی بالا، پایین‌تر از افراد با نگرش مذهبی متوسط و پایین بود و نتایج نشان داد که این افراد به دلیل عدم آگاهی کافی یا دقیق و نیز آموزش‌های نادرست، روابط جنسی را امری منفی و ناشایست می‌دانند و صحبت کردن درباره آن را امری زشت و ناپسند قلمداد می‌کنند، که این نگرش اثری منفی بر زندگی زناشویی و روابط آنها داشت. ولی داشتن باورهای مذهبی باعث حل تعارضات خانوادگی و نقش تعدیل‌کننده‌ای در حل اختلافات زناشویی داشت. پژوهش‌های سولیوان^۱ (۲۰۰۱) مارگارت^۲ و همکاران (۱۹۹۰)، اورتینگال و ونستیوگن^۳ (۲۰۰۶)، همگی نشان می‌دهند که بین دینداری و رضایت زناشویی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. دافی^۴ و همکاران (۲۰۰۹) و راما^۵ (۲۰۱۰) بیان کردند که بین دینداری و رضایت از زندگی رابطه مثبت معنادار وجود دارد. نتایج تحقیق مک نیل و بایرز^۶ (۲۰۰۵) نشان داد که ارتباط جنسی به صورت مثبت با رضایت از رابطه و رضایت زندگی رابطه دارد. لیو و رولوف (۲۰۱۵) نشان دادند که رضایت جنسی، صمیمیت زناشویی را افزایش می‌دهد. همچنین چونگ^۷ و همکاران (۲۰۰۸) به این نتیجه رسیدند که صمیمیت و تعهد زوجها بر رضایت جنسی تاثیر می‌گذارند. همه اینها بیان‌گر این مطلب است که رضایت جنسی و صمیمیت زناشویی دو مقوله کاملاً جدا از هم نیستند و هر کدام بر دیگر

1. Sullivan, T.

2. Margaret, G.

3. Orathinkal, J. & Vansteewegen, A.

4. Duffy, D.

5. Raman, R.

6. Macneil, S. & Byers, E.S.

7. Cheung, S. Let al.

تاثیر نسبتاً مستقیم می‌گذارد. این مطلب با پژوهش پاترز و کمپل (۲۰۰۸)، کرافورد و ورودا (۲۰۰۴) و لندریپت و استولهر (۲۰۱۴) همسو می‌باشد.

نظر مشاورین و روان‌شناسان در این پژوهش بیان‌کننده این مطلب است که دین برای روابط زناشویی و مشکلات آن راهکار دارد و این مشروط به عمل کردن درست به دستورات دینی است و اگر این دستورات بد تفهیم شده یا مورد سوء استفاده یکی یا هر دوی زوجها قرار گیرد، ممکن است آثار بسیار مخربی روی روابط داشته باشد.

آنچه که در پژوهش حاضر بیش از همه متخصصین خانواده به آن اشاره کردند اینکه زوجهای دیندار به همسر خود احترام می‌گذارند، به عنوان تکمیل‌کننده به همسر خود می‌نگرند، به نیازهای معنوی، عاطفی و جنسی طرف مقابل توجه دارند، به رابطه جنسی صرفاً به عنوان یک عمل فیزیکی نگاه نمی‌کنند و نسبت به هم تعهد، گذشت و صمیمیت بیشتری دارند. دینداری زوجها به آنها کمک می‌کند که در کنار هم به آرامش برسند، به حقوق همسر خود احترام بگذارند و وظایفی را که در قبال همسر و خانواده دارند را به صورت بهتری انجام دهند. به علاوه، این افراد دارای درک متقابل و همدلی هستند، به همدیگر اعتماد دارند و بین آنها نوعی رفاقت وجود دارد. به نظر تعدادی از مصاحبه‌شوندگان، افراد دیندار ارتباط کلامی و غیر کلامی مناسب‌تری دارند و تفاوت‌های فردی و فرهنگی را راحت‌تر می‌پذیرند و در زمان به وجود آمدن مشکل از توانایی بهتری برای حل تعارض بهره‌مند می‌شوند. نکته‌ای که متخصصین به آن اشاره کردند، اینکه دینداری زوجها کار مشاور و درمانگر را تسهیل می‌کند و این امر موجب پیشرفت فرایند درمان در زوجها می‌شود. بنابراین توجه به بعد دیندار بودن و عمل کردن به اعتقاید دینی خانواده برای مشاوران و روان‌شناسان خانواده امری ضروری است.

محدودیت‌ها و پیشنهادهای پژوهش

در این پژوهش ممکن است نظرو شخصیت پژوهشگر در انجام تحلیل یافته‌ها تاثیر

گذاشته باشد، هرچند تلاش شد تا سؤالات جهت دار نباشند و نظرات شخصی مصاحبه کننده در تفسیر داده‌ها نقشی ایفا نکند. متخصصینی که داوطلب بودند نظرات خود را بیان کردند، که احتمال دارد در مواردی با نظر بسیاری از زوجهای عادی متفاوت باشد. با این حال، با توجه به تنوع نسبی شرکت کنندگان از نظر جنسیتی، نوع تجربه عملی، و رتبه علمی دانشگاهی به نظر منصفانه می‌رسد نظرات ایشان در صنف مشاوران و روان‌درمانگران کشور وجود داشته باشد. در این پژوهش نظر عده‌ای از متخصصین بررسی شد، که در تعمیم نتایج باید محتاط بود. البته ذکر این نکته نیز ضروری است که ماهیت عمق بخشی و جزئی‌نگری در استخراج مفاهیم و تحلیل داده‌ها در رویکرد کیفی تا حدودی این محدودیت را کم‌رنگ می‌کند. علی‌رغم تاکید مکرر بر رعایت اصل رازداری توسط پژوهشگران، ممکن است مصاحبه شوندگان هنوز نگرانی‌هایی در مورد بازخورد یا ذهنیت همکاران پژوهشگر داشته باشند. برای مرتفع کردن این مسئله احتمالی، بهتر است از افرادی برای مصاحبه استفاده شود که هیچ نوع همکاری و یا آشنایی با پژوهشگران نداشته باشند.

پیشنهاد می‌شود این موضوع روی زوجها و خانواده‌ها نیز کار شود و نظر آنان در باره متغیرها و سؤال‌های پژوهش مورد بررسی قرار گیرد. پیشنهاد می‌شود در مورد این موضوع تحقیقات بیشتری از جمله تحقیقات آمیخته (کمی و کیفی) صورت بگیرد. ضمناً پیشنهاد می‌شود پژوهشگران با استفاده از یافته‌های غنی این تحقیق تلاش کنند مدلی علمی از متغیرهای مورد بررسی تبیین کنند.

سپاس و قدردانی

بدین وسیله از تمامی متخصصانی که با وجود مشغله‌های فراوان شخصی و شغلی وقت گرانبهای خود را در اختیار ما گذاشته و در این پژوهش همکاری کردند کمال تشکر را داریم. بدون شک نظر اساتید محترم بسیار ارزشمند و راهگشا برای خدمت گذاری موثرتر به خانواده‌های ایرانی می‌باشد.

منابع

- ابراهیمی، پ.، ثنایی ذاکر، ب.، نظری، ع. (۱۳۹۰). بررسی تاثیر آموزش غنی سازی ارتباط برافزایش صمیمیت زوجهای هردو شاغل. مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی کردستان، دوره: ۱۶، شماره ۴۳-۳۷.
- احمدی، ا.، بهرامی، ف.، بطلانی، س.، شاه سیاه، م. (۱۳۸۹). بررسی تاثیر زوج درمانی مبتنی بر نظریه دلبستگی بر سبک دلبستگی و صمیمیت جنسی زوجین شهر اصفهان. اصول بهداشت روانی، دوره: ۱۲، شماره ۲، ۵۰۵-۴۹۶.
- احمدی، ز. (۱۳۹۴). پیش بینی تعهد زناشویی بر اساس دینداری و صمیمیت زناشویی. همایش بین المللی روان شناسی و فرهنگ زندگی
- امرایی، ا. (۱۳۹۴). نقش زندگی مذهبی در رضایتمندی زناشویی زوجین. موسسه آموزش و پرورش امام خمینی (ره).
- بشارت، م. ع.، رفیع زاده، ب. (۱۳۹۵). پیش بینی سطوح رضایت جنسی و سازگاری زناشویی بر اساس متغیرهای شغلی، تعهد، صمیمیت و دانش و نگرش جنسی. روان شناسی خانواده، دوره: ۳، شماره ۱. ۴۶-۳۱.
- حاج علی اکبری، م. ج. (۱۳۸۴). مطلع عشق (گزیده ای از رهنمودهای مقام معظم رهبری به زوجهای جوان). تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی، چاپ پنجم.
- حاجی زاده میمنندی، م.، برغمندی، م. (۱۳۸۹). رابطه عمل به باورهای دینی و رضایت از زندگی در بین سالمندان. سالمند شماره ۱۵.
- حریری، ن. (۱۳۹۰). اصول و روش های پژوهش کیفی. تهران: انتشارات دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات
- خرم دل، م. (۱۳۷۴). تفسیر نور، چاپ دوم، چاپخانه هدف تهران.
- خوش فر، غ. ر.، یلوازی، م. (۱۳۹۴). بررسی رابطه بین دینداری با سازگاری زناشویی (مطالعه موردی: زنان متأهل ساکن شهر گرگان). فصلنامه علوم اجتماعی شماره ۶۸.
- دانش، ع.، کرمانی مامازندی، ز. (۱۳۹۰). تاثیر نگرش مذهبی و هیجان خواهی بر سازگاری زناشویی دبیران متأهل شهرستان پاکدشت. مطالعات روانشناختی، دوره: ۷، شماره ۳، ۱۵۴-۱۲۹.
- رضازاده، گ.، کیانی، ق. (۱۳۹۵). رابطه رضایت جنسی و تعهد زناشویی و کیفیت زندگی با صمیمیت زناشویی کارمندان متأهل شرکت تجارت الکترونیک پارسین تهران. کنفرانس بین المللی نوآوری و تحقیق در علوم انسانی و مطالعات فرهنگی اجتماعی. قم مرکز مطالعات و تحقیقات اسلامی سوره حکمت مرتضوی، انجمن علمی ارتباطات و تبلیغ حوزه علمیه.
- رضایی، ج.، احمدی، ا.، اعتمادی، ع.، حسین آبادی، م.، شهردوست، م. (۱۳۹۲). تاثیر آموزش سبک زندگی اسلام محور با تاکید بر نظام خانواده بر صمیمیت زوجین اراک. مطالعات روانشناختی دوره: ۹، شماره ۳
- شفیعی آبادی، ع.، نائینی، ع. (۱۳۹۶). بررسی کیفی نقش تعهد مذهبی بر روابط جنسی زوجین و میزان رضایت

- زن‌اشوبی. کنفرانس بین‌المللی علوم اجتماعی، تربیتی علوم انسانی و روان‌شناسی.
- شیخ حرعاملی، محمد بن حسن (۱۴۰۹ هـ. ق). (وسائل‌الشیعة. قم: مؤسسه آل‌البیت (ع).
 - قائمی، ع. (۱۳۹۳). نظام حیات خانواده در اسلام. تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان.
 - کلینی، محمد بن یعقوب (۱۴۰۷). الکافی. تهران: دارالکتب الاسلامیه.
 - نائینیان، م. ر.، نیک‌آدین، ا. (۱۳۹۱). رابطه صمیمیت و رضایت جنسی با سلامت عمومی و بهزیستی شخصی، بررسی تفاوت‌های جنسیتی و سنی. تحقیقات علوم رفتاری، دوره: ۱۰، شماره ۷.
 - Edalati, A., & Redzuan, M. (2010). Perception of women towards family values and their marital satisfaction. *Journal of American Science*, 6: (132-137).
 - Butzer, B. & Campbell, L. (2008). Adult attachment sexual satisfaction and relationship satisfaction: a study of married couples. *Personal Relationship*, 15, 141- 154.
 - Call, V & Heaton, T. B. (1997). Religious influence on marital stability. *Journal for the Scientific Study of Religion*; 36, 382-392.
 - Crawford, M. & Rhoda, U. (2004). Women and gender: A feminist psychology. 4th edition. New York, N.Y., USA: McGraw-Hill.
 - Chang, S. L. (2008). Family background and marital satisfaction of newlyweds. Generational transmission of relationship interaction patterns. Unpublished Master's Thesis, California State University.
 - Duffy, Ryan D, Trisha L Raque-Bogdan & Michael F. Steger, (2009). "Students in Transition: Life Satisfaction Predictors of Incoming College Students. www.counseling.umd.edu/Infodata/lifesatpredictors
 - Demaris, A, Mahoney, A, Pargament, KI. (2010). Sanctification of marriage of marriage and general religiousness as buffers of the effects of marital inequity. *J FAM Issues*; 31(10): 1255-78.
 - Frost, D. M. (2012). The narrative construction of intimacy and affect in relationship stories: Implications for relationship quality, stability, and mental health. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30, 247-269
 - Goldenberg, H. & Goldenberg, I. (2012). Family Therapy: An overview. Los Angeles: Thomas Brooks/Cole.
 - Higgins, J.M., Mullinax, M., Trussell, J., Davidson, J.K. & Moore, N.B. (2011). Sexual satisfaction and sexual health among university students in the United States. *American Journal of Public Health* Higgin et al, 101:9
 - Hunler, O, S. & Gencoz, T, I. (2005). The effect of religiousness on marital satisfaction: testing the mediator role of marital problem solving between religiousness and marital satisfaction. *Contemporary Family Therapy*; 27(1), 123-136.
 - Lawrance, K & Byers, E. S. (1995). Sexual satisfaction in long-term heterosexual relationships: The interpersonal exchange model of sexual satisfaction. *Personal Relationship*, 2, 267-285.
 - Locke, H. J. & Williamson, R. C. (1958). Marital adjustment: A factor analysis

- study. American Sociological Review, 23(5), 562-569.
- Liu, E. & Roloff, M. E. (2015). To avoid or not to avoid: When emotions overflow. Communication Research Reports, 32, 332-339.
- MacNeil, S. & Byers, E.S. (2005). Dyadic assessment id sexual self-disclosure and sexual satisfaction in heterosexual dating couples. Journal of Social and Personal Relationships, 22.
- Mahoney, A. (2005). Religion and conflict in marital and parent child relationship. Journal of Social Issues; 61(4), 689-706.
- Margaret, G. Dudley, and Frederic, A. & Konsinski, J. (1990). Religiosity and marital satisfaction: A research note. Review of Religiosity Research. 32(1); 78-86.
- Orathinkal, J. & Vansteewegen, A. (2006). Religiosity and Marital satisfaction. Contemporary Family Therapy, 28; 497-504
- Patrick, S., Sells, J. N., Giordano, F. G. & Follerud, T.R. (2007). Intimacy, differentiation, and personality variables as predictors of marital satisfaction. The Family Journal, 15; 359- 367.
- Polit, D. F. & Beck, C. T. (2006). Essentials of Nursing Research. Philadelphia: Lippincott Co.
- Raman, Jerode R (2010) Correlates of tertiary student life satisfaction A thesis in Master of Applied Psychology in The University of Waikato.
- Sullivan, T. (2001). Understanding the relationship between religiosity and marriage: an investigation of the immediate and longitudinal effects of religiosity on newlywed couples. Journal of Family Psychology, 15, 610-628.
- Sanchez Fuentes, M, Santos Iglesias, P, Sierra J. C. (2014). A systematic review of sexual satisfaction. International Journal of Clinical and Health Psychology, 14(1): 67- 75.
- sv[hd o,na,k kdsjknJE, (2002). Hammons SA. Gendercontrol, and marital commitment. Jounal of Family Issues; 23:3-25.
- stulhofer, A., Ferreira, L. C. & Landripet, I. (2014). Emotional intimacy, sexual desire, and sexual satisfaction among partnered heterosexual men. Sexual and Relationship Therapy, 29, 229-244.
- Trudel G., Marchand, A., Ravart, M., Aubin, S. Turgeon, L., Fortier, P. (2010). The effect of a cognitive-behavioral group treatment program on hypoactive sexual desire in women. Sexual Relationship Therapy. 16(2):167-75.

رابطه معنی زندگی و بهزیستی روان شناختی با تمایل به ازدواج در دانشجویان^۱

هدی هلاکویی^۲، محمد مصطفوی^۳، منیره نسیمی^۴

چکیده

تاریخ دریافت: ۱۳۹۶/۸/۶ - تاریخ پذیرش: ۱۳۹۶/۱۰/۲۳

هدف: این پژوهش با هدف بررسی رابطه معنی زندگی و بهزیستی روان شناختی با تمایل به ازدواج در دانشجویان صورت گرفته است. **روش:** پژوهش حاضر از نوع همبستگی بود. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان مجرد ۱۸ تا ۳۵ ساله دانشگاه آزاد اسلامی (واحد تهران جنوب) می باشد. از این جامعه ۱۰۶ نفر نمونه به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه محقق ساخته تمایل به ازدواج، پرسشنامه بهزیستی روان شناختی ریف (۱۹۹۸)، پرسشنامه رغبت به ازدواج و پرسشنامه معنی زندگی استیگر و همکاران (۲۰۰۶) بوده است. **یافته ها:** نتایج تحلیل همبستگی نشان داد که نمره کل بهزیستی روان شناختی فقط با وجود معنا در زندگی ارتباط معنی داری داشت ($P < 0/05$) اما با جستجوی معنا در زندگی و تمایل به ازدواج همبستگی معنی داری نداشت ($P < 0/05$). تمایل به ازدواج با خرده مقیاس های معنای زندگی، جستجوی معنی و بهزیستی روان شناختی نیز رابطه معنی داری نداشت. **نتیجه گیری:** طبق نتایج به دست آمده افزایش سطح بهزیستی روان شناختی در افراد می تواند موجب افزایش معنا در زندگی شود اما بر تمایل به ازدواج تأثیری ندارد.

واژه های کلیدی: معنی زندگی، بهزیستی روان شناختی، تمایل به ازدواج

۱. برگرفته از پایان نامه کارشناسی ارشد.

۲. (نویسنده مسئول): کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب، تهران، ایران.

hoda.holakouie@yahoo.com

mostafavi90@gmail.com

۳. دکتری مشاوره شغلی، دانشگاه اصفهان، ایران.

۴. دانش آموخته دکتری مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران، ایران. mn.nasimi83@gmail.com

مقدمه

در قرن بیست و یکم، پژوهش‌ها نشان می‌دهند که انسان باید انرژی عقلانی خود را صرف جنبه‌های مثبت تجربه‌اش کند. در آغاز پژوهش‌ها بیشتر بر هیجانات منفی مانند اضطراب و افسردگی تمرکز داشت تا بر هیجانات مثبت مانند شادکامی^۱ و رضایت^۲. اغلب روان‌شناسان و محققان سلامت روان جنبه‌های مثبت سلامت را نادیده می‌گرفتند (روئینی،^۳ ۲۰۱۵). در سالیان اخیر رویکرد آسیب‌شناختی به مطالعه سلامتی انسان مورد انتقاد قرار گرفته است. برخلاف این دیدگاه که سلامتی را به عنوان نداشتن بیماری تعریف می‌کند، رویکردهای جدید به خوب بودن به جای بد بودن یا بیمار بودن تأکید می‌کنند (فلتون و جوییت^۴، ۲۰۱۴). شادابی، نشاط، احساس خوشبختی و داشتن معنا در زندگی یکی از موهبت‌های الهی است که در سایه تندرستی و سلامت روانی^۵ به انسان‌ها اعطا شده است، علاوه بر آن، سلامت روانی یکی از مهمترین عوامل مؤثر در ارتقاء و تکامل انسان‌ها محسوب می‌شود (مایرز^۶، ۲۰۰۳).

تمرکز روان‌شناسی مثبت بر این است که زندگی انسان چگونه شکوفا می‌شود و به پتانسیل‌هایش می‌رسد (اسنایدر و لوپز^۷، ۲۰۰۷). این تغییر رویکرد موجب شد روان‌شناسان این گروه در توصیف و تعریف سلامت روانی بیشتر از اصطلاح بهزیستی روان‌شناختی که بیشتر دارای بار مثبت است استفاده کنند. از این منظر کسی دارای سلامت روان شناختی تلقی می‌شود که ویژگی‌هایی مانند عزت نفس، ارتباط‌های اجتماعی گسترده، احساس خودکارآمدی و حس استقلال دارد. مفهوم بهزیستی روان‌شناختی به عنوان واژه سلامت ذهن عمومی در تحقیقات روان‌شناسی به کار می‌رود

1. Happiness.

2. Satisfaction.

3. Ruini, C.

4. Felton, L., & Jowett, S.

5. mental health.

6. Myers, D. G.

7. Snyder, C. R., & Lopez, S. G.

(پدروتی^۱، ۲۰۱۳).

تلاش‌هایی که در جهت گذر از الگوهای سنتی سلامتی صورت گرفته، گرچه زمینه لازم را برای تلقی سلامت به عنوان حالتی از بهزیستی (نه صرفاً نبود بیماری) فراهم ساخته، اما کافی نیست (رافانلی و روئینی^۲، ۲۰۱۲). به طور خلاصه، با وجود اهمیتی که مسئله بیماری‌های روانی دارد، زمان آن رسیده که تفکر حاکم بر سیاست گذاری و سرمایه‌گذاری در حوزه سلامت روانی تغییر کند و دیدگاه‌های مثبت‌تری بر ذهن مردم و متخصصان غالب شوند. از یک طرف پیچیدگی مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی و چند بعدی بودن آن از جمله موضوعاتی است که نباید به سادگی از آن گذشت و از طرفی دیگر تشکیل خانواده و آماده سازی افراد برای ورود به زندگی مشترک در هر جامعه‌ای دارای اهمیت ویژه‌ای است. لذا بررسی بهزیستی روان‌شناختی، معنای زندگی افراد خواهان و گریزان از ازدواج و درک روابط مرتبط با آن از حساسیت مهمی برخوردار است. بهزیستی ذهنی به عنوان ارزیابی مثبت و رضایت کلی فرد از زندگی خویش، همچنین وجود عاطفه مثبت^۳ و نبود عاطفه منفی^۴ مفهوم پردازی شده است (کوکو و تالون و پولکینن، ۲۰۱۳^۵). به طور کلی بهزیستی ذهنی ارزیابی یک فرد از کیفیت تجربیات، آگاهی‌ها، ارتباط‌ها و سایر مسائل فرعی مرتبط با ارزشمندی‌های فرد در حیات اوست (اوانس^۶، ۲۰۱۱). در واقع بهزیستی روان‌شناختی عبارت است از به قابلیت رساندن استعداد‌های نهفته افراد در سنین جوانی که نقطه عطف شکل‌گیری و رشد استعدادهاست (قمری گیوی و همکاران، ۱۳۹۴).

به عبارت دیگر در مقابل بهزیستی روان‌شناختی، بهزیستی هیجانی به احساس بهزیستی اشاره می‌شود و می‌توان گفت فرایندهای بهزیستی هیجانی با تغییر و تحول در

1. Pedrotti, J. T.

2. Rafaneli, C., & Ruini, C.

3. positive affect.

4. negative affect.

5. Koko, k., Tolvanen, A., & Pulkkinen, L.

6. Evans. J.

سراسر دوره ی بزرگسالی تغییر می یابند. افراد با احساس بهزیستی بالا، هیجان های مثبت بیشتری تجربه می کنند. از گذشته، آینده خودشان، دیگران و رویدادها و حوادث پیرامونشان ارزیابی مثبتی دارند و آنها را خوشایند توصیف می کنند، در حالی که افراد با احساس بهزیستی پایین موارد مذکور را نامطلوب ارزیابی کرده و هیجان های منفی مانند اضطراب و افسردگی بیشتری را تجربه می کنند (نریمانی و بخشایش، ۱۳۹۳).

بهزیستی روان شناختی دارای شش مؤلفه شامل زندگی هدفمند، رابطه مثبت با دیگران، رشد شخصی، پذیرش خود، خودمختاری و تسلط بر محیط است (نلسون، فولر، چوی^۱ ۲۰۱۴). بنابراین مطابق مدل بهزیستی روان شناختی ریف^۲ (۱۹۸۹) که کامل ترین نظریه در این زمینه است دارای شش مؤلفه می باشد:

- (۱) پذیرش خود: داشتن یک نگرش مثبت درباره خود.
- (۲) خودمختاری: احساس شایستگی و توانایی در مدیریت محیط پیرامون فرد.
- (۳) ارتباط مثبت با دیگران: داشتن روابط گرم و صادقانه با دیگران و توانایی دوست داشتن.
- (۴) هدفمندی در زندگی: داشتن اهداف کلی، مقاصد و حس جهت گیری در زندگی.
- (۵) تسلط بر محیط: توانایی انتخاب یا ایجاد بافت های محیطی مناسب با شرایط روانی خویش.

(۶) رشد شخصی: تحول مداوم نیروهای بالقوه خویش.

معنای زندگی^۳ به عنوان یکی از مؤلفه های اصلی در بحث سلامت روان شناختی افراد مطرح است، یکی از معروف ترین تعاریف معناداری توسط فرانکل^۴ (۱۹۹۸) ارائه شده است. وی معتقد است هنگامی که انسان به فعالیت های مورد علاقه اش می پردازد، با دیگران ملاقات می کند، به تماشای آثار هنری، ادبی می پردازد و یا به دامن طبیعت پناه

1. Nelson, S. K., & Fuller, J. K., & Choi, I.
 2. Reyf, D.
 3. The meaning of life.
 4. Frankl, v.

می‌برد، وجود معنا را در خود احساس می‌کند، وجود هستی‌اش به یک منبع لایزال پیوند خورده است و خود را متکی به چهارچوب و تکیه‌گاه‌های گسترده و قابل اتکایی مانند مذهب، فلسفه‌هایی که برای زندگی انتخاب کرده است می‌بیند، معنا را در می‌یابد و آن‌ها را احساس می‌کند (رحیمی و سراج‌زاده، ۱۳۹۲). بعد از فرانکل صاحب‌نظران دیگری هم معنا را تعریف کرده و جنبه‌های مختلف آن را مورد مطالعه قرار دادند و زندگی معنادار را به عنوان یک فرآیند باورهای فردی می‌دانند تا یک منبع نهایی از باورها. به اعتقاد این پژوهشگران هرچه فرد به ارزش‌های بیشتری باور داشته و متعهد باشد احساس می‌کند که زندگی‌اش از معنای بیشتری برخوردار است (یاری، ۱۳۹۴). بامیستر^۱ (۱۹۹۱) معتقد است هنگامی فرد می‌تواند احساس کند که از یک زندگی معنادار برخوردار است که چهار نیاز او به معنا، ارضاء شده باشد؛ این چهار نیاز عبارت‌اند از: هدفمند بودن جهت زندگی، احساس کارآمدی، کنترل و برخوردار بودن از مجموعه‌ای از ارزش‌ها که بتواند به وسیله آن کنش‌هایی را توجیه کند و وجود یک مبنای با ثبات و استوار برای داشتن نوعی حس مثبت خود ارزشمندی.

یکی از مهمترین متغیرهایی که می‌تواند با معنای زندگی و بهزیستی روان‌شناختی در افراد ارتباط داشته باشد، تمایل به ازدواج است. شواهد در دسترس نشان می‌دهد که متجاوز از نود درصد جمعیت جوامع گوناگون به طور متوسط حداقل یک بار در طول زندگی خود ازدواج کرده‌اند (زاهدی، ۱۳۹۲). از طرفی مطالعات اجتماعی نیز نشان می‌دهند که مفهوم و هدف ازدواج در جوامع ابتدایی و متمدن در نظام‌های مختلف از نظر ادیان و آیین‌های اعتقادی به کلی متفاوت است (مهری نژاد، ۱۳۹۲). میل به داشتن فرزند و تداوم نسل، انگیزه‌ها و اهداف مهمی است که همواره در دوره‌های مختلف تاریخی موجب ازدواج و تشکیل خانواده شده است (کیهان‌نیا، ۱۳۹۴).

گارینو^۲ در سال ۱۹۹۲ در تحقیقی با عنوان «تمایل جوانان به ازدواج» می‌نویسد بعد از

1. Baumeister.

2. Guarino.M.

اتمام تحصیلات، ازدواج مهم‌ترین تصمیم هر فرد در زندگی است و عواملی نظیر میزان طلاق در جامعه، اهداف دوره زندگی، علایق آموزشی و تحصیلی از جمله عواملی هستند که به تمایل فرد نسبت به ازدواج اثر می‌گذارند. تمایل آمادگی فرد به این که نسبت به یک شخص، شیء، یا حادثه پاسخ مثبت یا منفی نشان می‌دهد، تعریف می‌شود (آلپورت^۱، ۱۹۷۶). تمایل جوانان به ازدواج یکی از مهمترین عوامل مطرح شده در زمینه پیش از ازدواج است که جوانان آن را مهم‌ترین انگیزه خود برای تشکیل خانواده و ازدواج مطرح کرده‌اند. اکثر جوانان معتقدند که با افزایش سن جاذبه این تمایل در آن‌ها کمتر شده و به همان نسبت سخت‌گیری‌های آن‌ها در انتخاب همسر بیشتر می‌شود (پورشریف، ۱۳۹۵).

به علاوه، افراد خوش بین و با جهت‌گیری مثبت در زندگی، عموماً دارای بهزیستی روان‌شناختی بالاتری هستند (شریفی و سعیدی، ۱۳۹۴). بهزیستی روان‌شناختی می‌تواند کیفیت زندگی را افزایش دهد (پورعبدل، عباسی و عباسی، ۱۳۹۴) و در سایه این امید و کیفیت زندگی، تمایل به اقدامات جدی و برنامه ریزی برای زندگی افزایش می‌یابد.

با توجه به این که موضوع بهزیستی روان‌شناختی ارتباط مؤثری با رضایت از زندگی و معنای زندگی دارد، بدیهی است پرداختن به این مسئله شایان اهمیت است. با توجه به اهمیت آمادگی به ازدواج در جوانان بررسی عوامل موثر بر آن ضروری به نظر می‌رسد. لذا پژوهش حاضر به دنبال بررسی رابطه معنای زندگی و بهزیستی روان‌شناختی با تمایل به ازدواج می‌باشد.

در این خصوص سه فرضیه مورد بررسی قرار گرفت:

۱) بین معنای زندگی و بهزیستی روان‌شناختی با تمایل به ازدواج در دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد.

1. Alport, G.W.

۲) بین ابعاد بهزیستی روان‌شناختی و تمایل به ازدواج در دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد.

۳) بین معنای زندگی و بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد.

روش پژوهش

این پژوهش از نوع همبستگی می‌باشد. جامعه آماری پژوهش شامل دانشجویان زن و مرد مجرد ۱۸ تا ۳۵ ساله دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب می‌باشد. تعداد نمونه انتخاب شده ۱۰۶ نفر بود که از نظر تحصیلات در سطح دیپلم و بالاتر بوده‌اند. به منظور انتخاب نمونه از روش دردسترس استفاده شده است. ملاک ورود آزمودنی‌ها به پژوهش، مجرد بودن و بازه سنی ۱۸ تا ۳۵ سال بود، افراد متأهل و مسن تردد نمونه جای نگرفتند. در مورد حجم نمونه لوهین^۱ (۱۹۹۲) پس از بررسی پیشینه‌های پژوهش نتیجه می‌گیرد که برای این طبقه از مدل‌ها با دویا چهار عامل، پژوهشگر باید روی گردآوری دست کم ۱۰۰ مورد یا بیشتر از آن برنامه ریزی کند (به نقل از هومن، ۱۳۸۴). در این پژوهش، ۸۳ نفر (معادل ۷۸ درصد) زن و ۲۳ نفر (۲۲ درصد) مرد بوده‌اند.

ابزارهای پژوهش

پرسشنامه محقق ساخته تمایل به ازدواج: این پرسشنامه شامل ۲۰ سؤال است. که به صورت ۵ درجه‌ای لیکرت از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۵ (کاملاً موافقم) نمره گذاری می‌شود و در نهایت با مجموع نمرات به دست آمده یک نمره کلی بدست می‌آید. تاکید بر ساخت ابزار محقق ساخته در این پژوهش، معرفی ابزاری دیگر در زمینه رغبت به ازدواج با تاکید بر شاخصه‌های همین متغیر بدون در نظر گرفتن موانع و محدودیت‌ها می‌باشد و

جنبه‌های عاطفی، شناختی و رفتاری در ازدواج را مدنظر قرار می‌دهد. برای ساخت پرسشنامه، ابتدا منابع علمی و نظریه‌های تمایل به ازدواج با روش کتابخانه‌ای مورد مطالعه قرار گرفتند. به علاوه، از جوانان مصاحبه به عمل آمده تا ابعاد رغبت و عدم رغبت آنان به ازدواج شناسایی شود. سپس گویه‌های پرسشنامه طراحی شده و در اختیار متخصصان قرار گرفت. بعد از انجام اصلاحات پیشنهادی اساتید، روایی صوری و محتوایی آن با استفاده از نظرات آنها مورد تایید قرار گرفت.

محاسبه همبستگی هر سؤال با نمره کل حاکی از مطلوبیت سؤالات بوده و تمام سؤالات، به جز سؤال ۵، ۱۲ و ۹، ضریب همبستگی بالاتر از ۰/۵ با نمره کل داشتند. بعد از اجرای اولیه، این سؤالات (۵، ۱۲ و ۹) مورد بازبینی و اصلاح قرار گرفت و در اجرای نهایی ضریب آلفا به ۰/۸۹ رسید.

به منظور تعیین روایی سازه، ضریب همبستگی این پرسشنامه با پرسشنامه رغبت به ازدواج حیدری و همکاران (۱۳۸۳) بررسی شد که این ضریب برابر ۰/۵۱ ی باشد که در سطح ۰/۰۱ $P \leq$ معنادار می‌باشد. آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۸ بدست آمد.

پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی^۱: این پرسشنامه توسط ریف در سال ۱۹۸۹ تهیه گردید. فرم اصلی دارای ۱۲۰ پرسش بوده، ولی در بررسی‌های بعدی فرم‌های کوتاه‌تر ۸۴ سؤالی، ۵۴ سؤالی و ۱۸ سؤالی نیز پیشنهاد شده است. در این پژوهش فرم ۱۸ سؤالی آن مورد استفاده قرار گرفت. این پرسشنامه شش مقیاس را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. برای هر سؤال شش گزینه در نظر گرفته شده است. سؤال‌های خرده مقیاس‌ها از این قرار است: استقلال؛ پرسش‌های ۱۷، ۱۲، ۹، تسلط بر محیط؛ پرسش‌های ۱، ۴، ۶، رشد شخصی؛ پرسش‌های ۷، ۱۵، ۱۷، ارتباط مثبت با دیگران؛ پرسش‌های ۳، ۱۱، ۱۳، هدفمندی در زندگی؛ پرسش‌های ۵، ۱۴، ۱۶ و پذیرش خود؛ پرسش‌های ۲، ۸، ۱۰. در این ابزار نمره بیشتر به معنی بهزیستی روان‌شناختی بالا و نمره پایین به معنی بهزیستی روان‌شناختی

1. Psychological Well-being -RSPWB.

پایین است. نمره‌گذاری گزینه‌ها براساس طیف لیکرت به این صورت است: کاملاً مخالفم (۱)، تا حدودی مخالفم (۲)، کمی مخالفم (۳)، کمی موافقم (۴)، تا حدودی موافقم (۵)، کاملاً موافقم (۶)، همچنین سؤالات ۱، ۳، ۴، ۵، ۹، ۱۰، ۱۳، ۱۷ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند.

مطالعات متعددی ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه‌های کوتاه آزمون ریف را بررسی کرده‌اند. ریف (۱۹۹۸) در پژوهشی روی نوجوانان و بزرگسالان جوان پایایی بین ۰/۸۶ و ۰/۹۳ برای عوامل به دست آورد (ریف و کیز^۱، ۱۹۹۵). در ایران بیانی و همکاران (۱۳۸۷) پایایی نسخه ۸۴ سؤالی را روی نمونه‌ای ۱۴۵ نفری از دانشجویان دانشگاه آزاد بررسی کردند. نتایج بررسی پایایی از طریق بازآزمایی نشان دادند، ضریب بدست آمده برای نمره کلی برابر ۰/۸۲، پذیرش خود ۰/۷۱، روابط مثبت با دیگران ۰/۷۷، خودمختاری ۰/۷۸، تسلط بر محیط ۰/۷۷، هدفمندی در زندگی ۰/۷۰ و رشد شخصی ۰/۷۸ بود و روایی نسخه فارسی پرسشنامه نیز مطلوب گزارش گردیده بود که در پژوهش ذکر شده آلفای کرونباخ معادل ۰/۸۴ بود.

پرسشنامه معنا در زندگی استیگرو همکاران (MLQ):^۲ معنا در زندگی توسط استیگرو همکاران^۳ (۲۰۰۶) جهت ارزیابی وجود معنی و تلاش برای یافتن آن ارائه شده است. این محققان برای ساخت این ابزار ابتدا ۴۴ آیتم تهیه کردند و سپس با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی به دو عامل وجود معنا در زندگی و جستجوی معنا در زندگی با مجموع ۱۷ آیتم دست یافتند. سپس در یک تحلیل عاملی تأییدی با حذف ۷ گویه به ساختار مناسب دو عاملی با ۱۰ گویه دست یافتند. در پژوهش حاضر فرم ۱۰ سؤالی این پرسشنامه اجرا گردیده است. این مقیاس لیکرت به صورت پنج بخشی از «خیلی موافقم» تا «خیلی مخالفم» برای آزمودنی تنظیم شده است. مجموع نمرات سؤال‌های ۲، ۳، ۷، ۸ و

1. Reyf, D., & Keys, M.

2. Meaning in Life Questionnaire.

3. Stiger, S. tiger, M.F., et al.

۱۰ میزان تلاش فرد برای یافتن معنا و مجموع نمرات سؤال‌های ۱، ۴، ۵، ۶ و ۹ (سؤال ۹ با کدگذاری معکوس) میزان معناداری زندگی فرد را مشخص می‌کنند.

طبق پژوهش‌های استیگرو همکاران (۲۰۰۶) پایایی این مقیاس برای ارزیابی زندگی، برای زیرمقیاس وجود معنا ۰/۸۶ و برای زیرمقیاس جستجوی معنا ۰/۸۷ برآورد شده است. همچنین پایایی زیرمقیاس‌های وجود معنا ۰/۷۰ و برای جستجوی معنا ۰/۷۳ گزارش شده است. پایایی آزمون و بازآزمون این مقیاس در ایران با دوهفته فاصله برای زیرمقیاس وجود معنا ۰/۸۴ و برای زیرمقیاس جستجوی معنا ۰/۷۴ بدست آمد. آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس جستجوی معنا ۰/۷۵ و برای زیرمقیاس داشتن معنا ۰/۷۸ محاسبه شد. بنابراین به نظر می‌رسد، مقیاس از همسانی درونی خوبی برخوردار است. به علاوه، به منظور بررسی روایی سازه، از تحلیل عاملی تاییدی استفاده شده است و شاخص‌های با ارزش به دست آمده حاکی از روایی مطلوب این پرسشنامه می‌باشد (اشتاد، ۱۳۸۸).

یافته‌ها

بررسی شاخص‌های توصیفی هریک از متغیرهای پژوهش نشان می‌دهد که در هیچ یک از موارد مقادیر کجی و کشیدگی از ۱/۹۶ تخطی نکرده است. بنابراین، پیش فرض نرمال بودن توزیع متغیرها نقض نشده است. برای بررسی پیش فرض همخطی، ضرایب همبستگی بین متغیرها محاسبه شد. بنابر پیشنهاد فیلد^۱ (۲۰۰۹) در صورت عدم تخطی ضرایب همبستگی از ۰/۸۵ این پیش فرض برقرار خواهد بود.

جدول ۱- ضرایب همبستگی بین ابعاد معنای زندگی با تمایل به ازدواج.

متغیرها	۱	۲	۳	۴
۱. تمایل به ازدواج	۱	-	-	-
۲. جستجوی معنا	۰/۱۷۵	۱	-	-

1. Field, D.

متغیرها	۱	۲	۳	۴
۳. وجود معنا	۰/۰۸۶	۰/۲۶۱**	۱	-
۴. بهزیستی روان‌شناختی	۰/۰۸	۰/۷۲	۰/۶۱۷**	۱

$\alpha < 0/01 = **$; $\alpha < 0/05 = *$; $N = 106$

جدول ۱- ضرایب همبستگی بین معنای زندگی و بهزیستی روان‌شناختی با تمایل به ازدواج را نشان می‌دهد. بررسی ضرایب همبستگی نشان می‌دهد که هیچ یک از روابط جستجوی معنا، وجود معنا و بهزیستی روان‌شناختی با تمایل به ازدواج در سطح $p > 0/05$ معنادار نیست و فرضیه فوق مورد تایید قرار نمی‌گیرد.

جدول ۲- ضرایب همبستگی بین ابعاد بهزیستی روان‌شناختی با تمایل به ازدواج.

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱. تمایل به ازدواج	۱						
۲. استقلال	۰/۱۱۸	۱					
۳. تسلط	۰/۰۳۴	۰/۲۳۸*	۱				
۴. رشد	۰/۰۸۴	۰/۰۷۹	۰/۱۲۱	۱			
۵. ارتباط	۰/۱۰۲	۰/۲۳۷*	۰/۱۰۸	۰/۰۵۲	۱		
۶. هدفمندی	۰/۰۷۰	۰/۲۰۵*	۰/۲۹۱**	۰/۰۸۶	۰/۱۱۶	۱	
۷. پذیرش خود	۰/۰۲۷	۰/۱۱۹	۰/۳۸۰**	۰/۱۱۳	۰/۲۸۰**	۰/۰۹۴	۱

$\alpha < 0/01 = **$; $\alpha < 0/05 = *$; $N = 106$

جدول ۲- ضرایب همبستگی بین ابعاد بهزیستی روان‌شناختی و تمایل به ازدواج را

نشان می دهد. ضرایب همبستگی نشان می دهد که رابطه تمایل به ازدواج با هیچ یک از مؤلفه های بهزیستی روان شناختی معنادار نمی باشد. بنابراین، فرضیه پژوهش رد شده است.

جدول ۳- ضرایب همبستگی بین ابعاد معنای زندگی و بهزیستی روان شناختی.

۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
							۱	۱. جستجوی معنا
						۱	-۰/۲۳۱	۲. وجود معنا
					۱	۰/۶۲۷**	۰/۰۰۸	۳. استقلال
				۱	۰/۷۱۱**	۰/۶۴۰**	-۰/۱۶۱	۴. تسلط
			۱	۰/۸۳۳**	۰/۷۱۷**	۰/۶۱۷**	-۰/۰۹۹	۵. رشد
		۱	۰/۷۲۴**	۰/۷۵۱**	۰/۴۸۳**	۰/۵۵۵**	-۰/۱۱۲	۶. ارتباط
	۱	۰/۶۱۴**	۰/۶۶۸**	۰/۷۱۷**	۰/۶۴۴**	۰/۶۰۶**	۰/۰۲۷	۷. هدفمندی
۱	۰/۵۴۳**	۰/۶۹۸**	۰/۷۰۰**	۰/۷۶۷**	۰/۵۶۷**	۰/۵۷۷**	-۰/۱۷۷	۸. پذیرش خود

$$\alpha < 0/01 = **; \alpha < 0/05 = *; N = 106$$

جدول ۳- ضرایب همبستگی معنای زندگی و بهزیستی روان شناختی را نشان می دهد. به طوری که بعد جستجوی معنا با هیچ یک از ابعاد بهزیستی رابطه معناداری نداشته است ($p > 0/05$)، اما وجود معنا با تمام ابعاد بهزیستی رابطه مثبت معناداری را نشان داده است ($p < 0/05$).

بررسی ضرایب تعیین (R^2) نشان می دهد که وجود معنا توانسته است ۳۹ درصد از افزایش نمرات استقلال ($R^2 = 0/393$ ؛ $r = 0/627$) را پیش بینی کند. همچنین، این متغیر درصد افزایش نمرات تسلط ($R^2 = 0/409$ ؛ $r = 0/640$)، ۳۸ درصد افزایش نمرات رشد ($R^2 = 0/380$ ؛ $r = 0/617$)، ۳۱ درصد افزایش نمرات ارتباط ($R^2 = 0/308$ ؛ $r = 0/555$)، ۳۷ درصد افزایش نمرات هدفمندی ($R^2 = 0/367$ ؛ $r = 0/606$)، ۳۳ درصد افزایش نمرات پذیرش خود ($R^2 = 0/332$ ؛ $r = 0/577$)، و در نهایت ۳۸ درصد افزایش در مجموع

نمرات بهزیستی روان‌شناختی ($R^2 = 0/380$; $t = 0/617$) را تبیین کند.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش نشان می‌دهد؛ رابطه معناداری بین ابعاد معنای زندگی با تمایل به ازدواج وجود ندارد. بررسی رابطه بهزیستی روان‌شناختی و ازدواج نشان داد که در هیچ‌یک از موارد رابطه معنی داری بین بهزیستی روان‌شناختی و تمایل به ازدواج مشاهده نشد. بررسی رابطه معنای زندگی و بهزیستی روان‌شناختی نشان می‌دهد بعد جستجوی معنا با هیچ‌یک از ابعاد بهزیستی روان‌شناختی رابطه معنی داری نداشته است ($P > 0/05$)، اما وجود معنا با تمام ابعاد بهزیستی رابطه مثبت معناداری نشان داده است ($P < 0/05$).

امروزه، صرفاً ویژگی‌های روان‌شناختی و سلامت روانی افراد نمی‌تواند تعیین‌کننده تمایل به ازدواج باشد. عواملی نظیر میزان طلاق در جامعه، اهداف دوره زندگی و علایق و اولویت‌های افراد عواملی هستند که به تمایل فرد به ازدواج اثر می‌گذارند (روبرت و سین^۱، ۱۹۹۲). عدم معناداری رابطه بهزیستی روان‌شناختی و معنای زندگی با تمایل به ازدواج نشان می‌دهد که در این خصوص می‌بایست سایر متغیرهای موثر بر تمایل به ازدواج اعم از متغیرهای خانوادگی و جامعه‌شناختی و همچنین، سایر ابعاد ویژگی‌های روانی افراد مورد توجه قرار گیرد. صفری (۱۳۹۲) نشان داد که مؤلفه‌های فردی - روان‌شناختی نگرش به ازدواج می‌توانند ۳۹ درصد از تمایل به ازدواج را پیش‌بینی کنند. این نگرش به میزان زیادی متأثر از شرایط فرهنگی و اقتصادی جامعه می‌باشد. موضوعات اقتصادی از مهمترین عوامل موثر در ازدواج و برنامه ریزی برای زندگی آینده هستند. مک دونالد^۲ (۲۰۰۶) نیز در قالب نظریه نوسازی اندیشه معتقد است که اگرچه فرآیند نوسازی، آزادی و استقلال بیشتری را برای افراد به ارمغان آورده، ولیکن آن‌ها را با عدم اطمینان بیشتری نسبت به آینده مواجه خواهد ساخت، بنابراین تا موقعی که افراد

1. Robert, S. & Yen-Hsin, A.

2. McDonald, P.

شغل دائم و با ثبات و توانایی برعهده گرفتن خانواده را نداشته باشند ازدواج نمی‌کنند و تشکیل خانواده نخواهند داد.

در ایران، مهم‌ترین عوامل و موانع ازدواج در بین جوانان تحصیل کرده، کمبود امکانات مالی، نداشتن شغل و مسکن می‌باشد (حرازی، حسینی مطلق و صدریان، ۱۳۸۰؛ ناستی زائی، ۱۳۸۵).

برخی پژوهش‌ها نشان داده است که عوامل فردی، کم‌تر از عوامل اقتصادی، فرهنگی و خانوادگی بر تمایل و یا عدم تمایل به ازدواج موثر است. در پژوهش طیبی نیا (۱۳۹۳) مهمترین موانع ازدواج برحسب اولویت عبارتند از: موانع فرهنگی، موانع اجتماعی، موانع اقتصادی، موانع حاکمیتی و موانع فردی.

در خصوص ارتباط معنادار معنای زندگی با ابعاد بهزیستی روان‌شناختی، یافته‌های این پژوهش با نتایج پژوهش‌های یهو^۱ (۲۰۱۰)، مک دونالد (۲۰۰۶)، طیبی نیا (۱۳۹۳)، توگاد^۲ (۲۰۰۷)، الیسون و آنتوگینی^۳ (۲۰۰۶)، بهادری، خسروشاهی و علیلو (۱۳۹۱)، رحیمی و سراج‌زاده (۱۳۹۲)، هاشمی (۱۳۹۳)، پلوما و پندل تون^۴ (۲۰۱۲)، اسماعیل و دسماخ^۵ (۲۰۱۲) و انگ و جیاکینگ^۶ (۲۰۱۱) هماهنگی دارد.

یهو (۲۰۱۰) در تحقیق نتیجه گرفت، افرادی که اهداف معناداری در زندگی دارند و درگیر فعالیت‌های ایجاد معنا هستند، خود هماهنگی بیشتری را تجربه می‌کنند، هرچه افراد بیشتر در این فعالیت‌ها یا دستیابی به اهداف درگیر باشند. انتظارات مثبت بیشتری خواهند داشت. در نهایت و شاید مهم‌تر از همه این که هرچه افراد انتظارات بیشتری داشته باشند از بهزیستی بالاتری برخوردارند.

رحیمی و سراج‌زاده (۱۳۹۲) در پژوهشی با عنوان «رابطه دیندار با معناداری زندگی در

1. Yeeho, W., Robles, T., Hall, M., & Buysse, D.

2. Togad, M. M., & Fredrickson, B. L.

3. Elison, J. M., & Antogini, F. C.

4. Ploma. G. & Pendelton, U.

5. Ismail, Z., & Desmukh, S.

6. Ang, R.P., & Jiaqing, O.

یک جمعیت دانشجویی» نتیجه گرفتند دینداری با معناداری زندگی رابطه مثبت و مستقیم دارد. در میان ابعاد دینداری، بعد اعتقادی دارای بیشترین رابطه مثبت و بعد مناسکی دارای کمترین رابطه است.

معنای زندگی اغلب به هدف ارزش و کارکرد زندگی، تحلیل و تعبیر شده است. آدمی در صورت یافتن پاسخ مناسب در باب چرایی زیستن، ممکن است زندگی‌اش معنا دار شده و از پوچی و بی هدفی برهد. معنای زندگی با موضوعات متعددی هم چون پرسش‌های هستی‌شناختی نظیر هدف خلقت انسان و سرنوشتش پس از مرگ، موضوعاتی روان‌شناختی هم چون اضطراب، دلهره، یأس، افسردگی، پوچی، تنهایی و مسائل دینی مانند وجود یا عدم وجود خدا، جهان دیگر و سعادت نهایی مرتبط است (هاشمی، ۱۳۹۳).

پلوما و پندل تون (۲۰۱۲) در تحقیقی دست یافتند که اگر مقیاس بهزیستی، داشتن معنا و هدف در زندگی باشد، پس ارتباط قوی‌تری بین بهزیستی و دینداری وجود دارد. اسماعیل و دسماخ (۲۰۱۲) طی پژوهشی به بررسی دینداری و بهزیستی روان‌شناختی در مسلمانان پاکستان پرداختند. نتایج پژوهش نشان داد که بین دینداری و تنهایی و بین دینداری و اضطراب رابطه منفی معناداری وجود دارد. بین دینداری و رضایت از زندگی رابطه مثبت‌تری وجود دارد.

آنگ و جیاکینگ^۱ (۲۰۱۱) در بررسی رابطه معنی زندگی با رضایت از زندگی و کیفیت زندگی در نمونه ۵۰ نفری از افراد بزرگسال مسن دریافتند که فراگیری روش‌های معنی در زندگی به طور قابل توجهی با افزایش خشنودی، رضایت و کیفیت زندگی رابطه دارد.

در پایان، پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌هایی در مقیاس وسیع‌تر و گسترده‌تر پیمایشی در خصوص تمایل به ازدواج و یا سبک ازدواج، تمایل به ازدواج سفید و ... انجام شود تا براساس شناسایی وضعیت موجود، اقدامات جدی از سوی سازمانهای ذیربط صورت

1. Ang, R.P., & Jiaging, O.

گیرد. مسائل عمومی و اقتصادی مرتبط با افراد خواهان و گریزان از ازدواج به درستی مورد بررسی قرار گیرد. پژوهش‌هایی در خصوص رابطه مسأله تجردگرایی و بی‌مسئولیتی اقتصادی جوانان برای تشکیل خانواده بیشتر مورد توجه و بررسی اساسی قرار گیرد. همچنین کانون و تالارهای گفتگو برای انسجام بخشی تغییر نگرش بر ازدواج شکل گیرد و مسئله ازدواج و بهزیستی روان‌شناختی در درس‌های مدارس و دانشگاهی گنجانده شود. از جمله محدودیت‌های این پژوهش نیز می‌توان به حجم پایین نمونه اشاره کرد که قابلیت تعمیم به جامعه گسترده‌تر را برای ما محدود می‌کند و عدم همراهی نمونه‌های در دسترس در تمامی مراحل و همچنین نبود متون کافی در حوزه مرتبط با معنای زندگی افراد خواهان ازدواج و گریزان از ازدواج.

منابع

- استاد، ا. (۱۳۸۸). بررسی اثربخشی گروه درمانی شناختی بر بهزیسای ذهنی دانشجویان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی. انستیتو روانپزشکی تهران.
- بیانی، ع؛ کوچکی، ع؛ بیانی، ع. (۱۳۸۷). مقاله پژوهشی اصیل: روایی و پایداری مقیاس به‌زیستی روان‌شناختی ریف. مجله: روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، شماره ۵۳ (۱۴۶-۱۵۱).
- پورشریف، ح. (۱۳۹۵). جوانان، ازدواج و شادکامی. تهران: نشر سازمان چاپ و نشر دارالحديث.
- پورعبدل، س. عباسی، م.، پیرانی، ذ.، عباسی، م. (۱۳۹۴). رابطه امید به زندگی و بهزیستی روان‌شناختی با کیفیت زندگی سالمندان. مجله روان‌شناسی پیری، ۱ (۱)، ۵۷-۶۵.
- حرازی، م.، حسینی مطلق، م.، صدریان، م. (۱۳۸۰). بررسی دیدگاه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد پیرامون عوامل مؤثر بر ازدواج. مجله دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید صدوقی یزد، ۱ (۹)، ۴۳-۳۷.
- حیدری، م.، مظاهری، م. ع.، پوراعتماد، ح. ر. (۱۳۸۳). ساخت و هنجاریابی پرسشنامه تمایل به ازدواج. مجله روان‌شناسی (۸)، ۳.
- زاهدی، ع. (۱۳۹۲). مجموعه قوانین و مقررات ازدواج و طلاق. تهران: نشر جنگل جاودانه.
- شریفی، ک.، سعیدی، ح. (۱۳۹۴). پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی براساس جهت‌گیری زندگی و خوش‌بینی. مجله رویش روان‌شناسی، ۴ (۱)، ۵۹-۴۲.
- صفری، سمیرا (۱۳۹۲). بررسی عوامل پیش‌بینی کننده تمایل به ازدواج در پسران شهر اصفهان، پایان‌نامه

- کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه اصفهان.
- طبیبی نیا، م. (۱۳۹۵). میزان تمایل به ازدواج و شناسایی موانع و مشکلات آن. دانشگاه پیام نور همدان. ۵ (۱۶)، ۶۳-۸۶.
 - قمری گیوی، ح.، شیخ الاسلامی، ع.، عادل، ز. (۱۳۹۴). اثربخشی روان‌شناختی- رفتاری بر خشم و بهزیستی روان‌شناختی دختران پر خاشاگر. مجله پژوهش‌های مشاوره. ۱۴ (۵۵)، ۷۲-۵۶.
 - کیهان نیا، الف. (۱۳۹۴). جوانان و ازدواج. تهران: نشر نسل نواندیش.
 - مظاهری، ع. (۱۳۹۰). جوانان و انتخاب همسر. تهران: نشر پارس‌یان.
 - مهری نژاد، س. (۱۳۹۲). مبنای ازدواج و تشکیل خانواده. تهران: نشر آوای نور.
 - ناستی زائی، ن. (۱۳۸۵). موانع ازدواج دختران. مطالعات روان‌شناسی تربیتی شماره ۴.
 - نریمانی، م.، بخشایش، ر. (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش پذیرش- تعهد بر بهزیستی روان‌شناختی، هیجانی و رضایت زناشویی زوجها در معرض طلاق. نشریه پژوهش‌های مشاوره. ۱۳ (۵۲)، ۱۲۳-۱۰۸.
 - هاشمی نصرت‌آبادی، ت.، بهادری خسروشاهی، ج.، باباپورخیرالدین، ج. (۱۳۹۳). رابطه سرمایه اجتماعی با بهزیستی روان‌شناختی دانشگاه تبریز. فصلنامه علمی- پژوهشی شناخت / اجتماعی. سال سوم. شماره ۲، پیاپی ۶.
 - هومن، ح. (۱۳۸۴). مدل یابی معادلات ساختاری با کاربرد نرم افزار لیزرل. چاپ اول. تهران: نشر سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاه‌ها (سمت).
 - یاری، ن. (۱۳۹۴). بررسی نقش امید در رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک شده و معنا در زندگی با افکار خودکشی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، رشته روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ایلام.
- Alport, G. W. (1976). Religious context of prejudice. Journal for Scientific Study of Religion, 5, 44-457.
 - Ang, R.P., & Jiaqing, O. (2011). Association between caregiving, meaning in life, and life satisfaction beyond 50 in a Asian sample: Age as a moderator. Social indicators research, 108 (3), 525-534.
 - Baumister, R. (1991). Meaninigs of life. New York Guilford press.
 - , 23, 416-432.
 - Elison, J. M., & Antogini, F. C. (2006). Psychotherapy and combined therapy for depressive in later life. Journal of Psychiatric times, 11, 36-48.
 - Evans, J. (2011). Positive psychology and brain injury rehabilitation Brain Impairment, 12. 117-127.
 - Felton, L., Jowett, S. (2014). Attachment and well-being: The mediating effects of Psychology need satisfaction with in the cich-atlete and parent-athlete relational context psycholog of sport and Exercis, 14 (1), 57-65.
 - Frankl, V. (1998). Mans Search for Meaning. New York: Poket.
 - Field, A. (2009). Discovering Statistics Using Spss (3 ed.). London: Sage Publications Ltd.

- Guarino , M .(1992), Are young adults in a marrying mood?, U.S. catholic, 57(3).
- Ismail, Z., & Desmukh, S. (2012). Religiosity and Psychological well-being, international. Journal. Of Business and Social Science, 3 (11), 20-28.
- educational science: Theory & Practice, 8 (3), 977-986.
- Koko, K, Tolvanen, A., & Pulkkinen, L. (2013). Association between personality traits and psychological well-being across time in middle adulthood. Journal of Research in Personality, 47 (6), 748-756.
- McDonald, P. (2006). Low fertility and state policy, population and development Review, 5 (2), 123-128.
- Myers, D. G. (2003). The funds, friends and faith of happy people. American Psychologist, 55, 55-67.
- Nelson, S. K., Fuller, J. K., Choi. I. (2014). Beyond self-protection: self-affirmation benefits hedonic and eudaimonic well-being. Personality and Social Psychologist, Bulletin. 30,1-14.
- Pedrotti, J. T. (2013). Broadening perspective: Strategies to infuse multiculturalism into a positive psychology course. Journal of positive psychology, 6, 506-513
- Ploma. G. & Pendleton, U. (2013). Religious domains and general well-being. Social indicators Research, 22, 255-276.
- Rafanelli, C. & Runi, C. (2012). The assessment of psychological well-being in psychosomatic medicine. Advances in Psychosomatic Medicine, 32, 182-202.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. Journal of Personality & Social psychology, 57 (6), 1069-1081.
- Robert, S. & Yen-Hsin, A. (1992). Partner Choice and the Differential Retreat from Marriage, Journal of Marriage and Family 68, 1 (February, 1-10).
- Ruini, C. (2015). The use of well-being therapy in clinical setting. The Journal of Happiness & Well-being, 2 (1), 198-206
- Snyder, C. R., & Lopez, S. G. (2007). Positive Psychology, New York Published by Oxford University Press, Inc.
- Stiger, S. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and paradigms, and practices. Journal of Career Assessment, 19 (3), 251-258.
- Togad, M. M., & Fredrickson, B. L. (2007). Regulation of positive emotions: Emotion regulation strategies that promote resilience, Journal of Happiness Studies, 8 (3), 311-333
- Yeeho, W., Robles, T., Hall, M., & Buysse, D. (2010). Marital quality and marital Bed: Examining the covariation between Relationship quality and Sleep. 11 (5): 389-404.