

نقش همسانی ابعاد بهزیستی معنوی و ابعاد معنا در زندگی زوجین در پیش‌بینی کارآمدی خانواده

احمد موحد^۱، سیدحسن محمدی^۲، زهره عباسی^۳

چکیده

پژوهش حاضر باهدف بررسی نقش همسانی ابعاد بهزیستی معنوی و ابعاد معنا در زندگی زوجین در پیش‌بینی کارآمدی خانواده به‌روش غیرآزمایشی از نوع همبستگی انجام شد. جامعه آماری شامل کلیه والدین دانش‌آموزان ابتدایی شهر قاین به تعداد ۳۴۵۰ زوج بود که تعداد ۱۵۰ زوج از ایشان به‌روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای برای ورود به پژوهش انتخاب شدند. اطلاعات با استفاده از پرسش‌نامه‌های بهزیستی معنوی، معناداری زندگی و کارآمدی خانواده جمع‌آوری شد و داده‌ها با استفاده از روش همبستگی پیرسون و آزمون رگرسیون خطی چندگانه تحلیل گردید. نتایج نشان داد که بین همسانی ابعاد بهزیستی معنوی (رابطه با خدا، با خود، با دیگران و با طبیعت) و یک بعد معنا در زندگی (یعنی، بعد ارزشمندی) با کارآمدی خانواده رابطه معنادار وجود دارد. نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون نیز نشان داد که همسانی دو بعد ارتباط با دیگران و طبیعت حدود ۲۲٪ کارآمدی خانواده را در زوجین پیش‌بینی می‌کند و همسانی ابعاد معنا در زندگی توان پیش‌بینی کارآمدی خانواده را ندارد. براین اساس، هرچه زوجین در ابعاد مختلف شخصیتی شبیه و همسان باشند، فرهنگ، جهان‌بینی و اندیشه یکسان خواهند داشت، در نتیجه روابط محبت‌آمیز، احترام، مدارا، آرامش بخشی و ارتقای معنوی ایشان افزایش خواهد یافت.

واژگان کلیدی: کارآمدی خانواده، بهزیستی معنوی، معنا در زندگی، زوجین.

نوع مقاله: پژوهشی تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۸/۰۶ تاریخ بازنگری: ۱۳۹۹/۱۰/۳۰ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۱۱/۱۱
۱. مربی روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، قاین، ایران.

Email: a.movahed@pnu.ac.ir

۲. دانشجوی دکتری مدرسی معارف اسلامی، دانشگاه پیام نور، قم، ایران. (نویسنده مسئول)

Email: s.h.mohammadi@ut.ac.ir

۳. کارشناس ارشد روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قائن، قاین، ایران.

Email: z.abasi29@gmail.com

The Role of Uniformity among the Dimensions of Spiritual Well-Being and the Dimensions of Couples' Meaning of Life in Predicting Family Efficiency

Ahmad Movahed¹, Seyed Hassan Mohammadi², Zohreh Abasi³

This research was conducted with the purpose of investigating the role of uniformity among the dimensions of spiritual well-being and the dimensions of couples' meaning of life in predicting family efficiency; thus, a non-experimental correlation method was applied. The population included all parents of elementary school students in the city of Ghayen (3450 couples) and 150 couples were selected by the multistage sampling. The data were gathered using the questionnaires of spiritual well-being, the meaning of life, and family efficiency, and were analyzed by the Pearson correlation and multiple linear regression tests. According to the results, there is a significant relationship between the uniformity among the dimensions of well-being (relationship with God, with self, with others, and with nature) and one dimension of meaning of life (valuable), and family efficiency. The analysis of regression also indicated that the uniformity between the two dimensions of relationship with others and with nature predicts almost 22% of couples' family efficiency, and the uniformity among dimensions of meaning of life cannot predict family efficiency. Therefore, the more couples are similar to each other in different personal dimensions, the more they have similar culture, world-view, and thought. As a result, kind relationships, respect, tolerance, comfort, and spiritual improvement among couples increase.

Keywords: family efficiency, spiritual well-being, meaning of life, couples.

Paper Type: Research

Data Received: 2020/ 10/ 27 **Data Revised:** 2021/ 01/ 19 **Data Accepted:** 2021/ 01/ 30

1. Instructor of Psychology, Department of Psychology, Payam Nour University, Ghayen, Iran.

Email: a.movahed@pnu.ac.ir

2. Ph.D. Student in Lectureship of Islamic Knowledge, Payam Nour University, Qom, Iran. (Corresponding Author)

Email: s.h.mohammadi@ut.ac.ir

3. M.A. in Psychology, Department of Psychology, Islamic Azad University, Ghayen Branch, Ghayen, Iran.

Email: z.abasi29@gmail.com

خانواده، نهادی اجتماعی و چندسطحی با روابط بسیار وابسته به هم است و گروه‌های زوجین، والدین و فرزندان و فرزندان با هم در شبکه‌ای از وابستگی‌های متقابل قرار دارند و یک خانواده را تشکیل می‌دهند. (بندورا، کاپارا، باربارانیلی، رگالیا و اسکابینی، ۲۰۱۱) در سال‌های اخیر، نظام خانواده به علت تحولات فرهنگی، اجتماعی، صنعتی، علمی و ارزشی با مشکلات و چالش‌های متعددی روبه‌رو شده است. تزلزل بسیاری از سنت‌ها، اخلاقیات، آداب و باورهایی که عامل تقویت، استحکام و تعادل خانواده بوده به صورت جدی، کارآمدی خانواده^۲ را تهدید کرده است درحالی‌که تحقق جامعه سالم و کارآمد در پرتو خانواده سالم و کارآمد امکان‌پذیر است (هوشیاری، تقیان و صفورایی پاریزی، ۱۳۹۵). کارآمدی به معنای موفقیت در اهداف و کارکردها براساس امکانات و محدودیت‌ها معنا شده است و اشکال در کارکردهای خانواده، منظومه آن را مختل می‌کند و در صورت تشدید، خانواده را به سمت فروپاشی سوق می‌دهد (هوشیاری و صفورایی پاریزی، ۱۳۹۴).

ازمنظر دین، زندگی زمانی شیرین و با آرامش است که فرد از خدا و یادش غافل نباشد، نعمت‌هایش را فراموش نکند و در طلب رضای الهی باشد؛ در چنین زندگی است که خداوند به موجب عمل صالح زن و شوهر، آنها را با حیات طیب زنده می‌کند. زن و شوهری که خواستار روابطی خوب و پر عاطفه هستند، ناگزیر باید روابط خود را با خداوند اصلاح کنند. (جدیری و جان بزرگی، ۱۳۸۸) ایمان به خداوند آثار متعددی در رفتار انسان و اعضای خانواده دارد و هریک به شیوه‌ای خاص بر تعالی خانواده تأثیر می‌گذارد. فردی که خدا را همواره ناظر اعمال خود می‌بیند (ر.ک.، حدید: ۴) براساس کلام وحی، خالق خود را از رگ گردن به خود نزدیک‌تر می‌بیند (ر.ک.، ق: ۱۶) و تلاش می‌کند در برخورد با دیگر اعضای خانواده و انجام وظایف و رعایت حقوق، رضایت او را جلب و رفتارش را در زندگی خانوادگی برای رسیدن به رشد، تعالی و کمال تنظیم کند. انسانی می‌تواند به کمال و سعادت برسد که آرامش داشته باشد. آرامش نیز به نوبه خود در فضای خانواده آرام به وجود خواهد آمد و کارآمدی خانواده آرام نیز تأمین خواهد شد. در تعالیم مذهبی، اصلی‌ترین عامل برای رسیدن به آرامش و

1. Bandura, A., Caprara, G.V., Barbaranelli, C., Regalia, C., & Scabini, E.
2. family efficiency



حفظ آن، ایمان به خداست. امام علی علیه السلام در روایتی می‌فرماید: «ایمان بیاورتا در امان باشی» و در روایتی دیگر می‌فرماید: «ایمان همان امنیت و آرامش است» (تمیمی‌آمدی، ۱۳۶۶). اعتقادات مذهبی، زیربنایی برای شکل‌دهی سبک زندگی مذهبی است. این مسئله موجب می‌شود تا فرد مسلمان نسبت به پرورش معنویت در خود و نزدیکانش، مسئولیت و نقشی ویژه داشته باشد. براساس آموزه‌های دینی، آن زندگی‌ای شیرین و گواراست که معنویت در آن رشد یابد و زندگی رنگ‌خداایی به خود گیرد. (یگانه، ۱۳۹۳) طرفداران نقش معنویت در بهبود سلامت روانی و سازگاری بین فردی تلاش‌های متعددی را برای ارتباط بین دو مفهوم سلامتی و معنویت با عنوان بهزیستی معنوی^۱ انجام داده‌اند (نریمانی، پرزور، عطا دخت و عباسی، ۱۳۹۴). یافته‌ها حاکی از آن است که بهزیستی معنوی یک زندگی مملو از یقین در ارتباط با خدا با ترکیبی مذهبی، اجتماعی و روانی است (دهشیری، نجفی، سهرابی، و ترقی‌جاء، ۱۳۹۲). بهزیستی معنوی از منظر قرآن و روایات یعنی، توجه و اهتمام به باطن تعالیم و آموزه‌های نظری و عملی دین، پیراستن نفس از تعلق به مادیات، آراستن آن به روحانیت احکام اسلامی در پرتو توجه و تدبیر خالصانه، زینت دادن آن به نورانیت جاری در نظام آفرینش از رهگذر طهارت و خلوص عارفانه است (جعفری‌زاده، ۱۳۹۰).

اهمیت بهزیستی معنوی از آن جهت است که به عنوان جزء مهمی از کیفیت زندگی و مرتبط با سلامت است. (جانسون، جان، اسکات، بنجامین و دیوید، ۲۰۱۱)^۲ بهزیستی معنوی در کنار ابعاد دیگر سلامتی مانند سلامت جسمانی، روانی و اجتماعی، مهمترین بعد سلامتی است. بدون بهزیستی معنوی، ابعاد دیگر سلامت نمی‌تواند عملکرد مورد انتظار را داشته باشد و رسیدن به سطح بالای کیفیت زندگی امکان‌پذیر نیست (عصاروردی و جلیلود، ۱۳۹۰). وقتی بهزیستی معنوی به خطر بیفتد، فرد ممکن است دچار اختلالات روحی مثل احساس تنهایی، افسردگی و از دست دادن معنا در زندگی شود که خود می‌تواند سازگاری در زندگی به ویژه در حیات جاوید فرد را با مشکل مواجه کند (حسین‌دخت، قره‌حاجلویی، فتحی‌آشتیانی و تقی‌زاده، ۱۳۹۲). برجسته‌ترین عملکرد روانشناختی معنویت و مذهب، ارائه معنا و هدف در زندگی است؛ زیرا معنویت و مذهب، فرصت‌هایی را برای جست‌وجوی هدف یا معنا در زندگی در اختیار افراد قرار می‌دهد (عابدی، فروغان، خانجانی، بخشی و فرهادی، ۱۳۹۳).

1. spiritual well-Being

2. Janson, M. B., John, M. S., Scott, M. D., Benjamin, J. A., & David, C.

معنای زندگی^۱ از مقوله‌هایی است که انسان حقیقت جو در پی آگاهی یافتن به ماهیت آن است. معناداری زندگی به نگرش انسان به زندگی بستگی دارد. وقتی زندگی فردی معنادار شود، وی باید معنای زندگی را درک کند. (دهداری، یاراحمدی، تقدیسی، دانشور و احمدپور، ۱۳۹۲) استگر، فریزر، اویشی و کالر^۲ (۲۰۰۶) معنای زندگی را نمادی از پیوستگی حال به گذشته و آینده می‌دانند؛ یعنی زندگی چنان منسجم است که حال را به گذشته و امیال و آرزوهای انسان را به آینده پیوند می‌دهد؛ زیرا تجربیات، انسان را دربرگرفته و در بافتی یکپارچه قرار می‌دهد. معنای زندگی به نوعی از احساس ارتباط با خالق هستی، داشتن هدف در زندگی، تعقب و نیل به اهداف بالارزش و رسیدن به تکامل اشاره دارد. معنای زندگی در اصل، ماهیتی شناختی دارد؛ زیرا دربردارنده باورهای افراد در مورد وجود یک هدف غایی در زندگی، اعتقاد به معنویات و زندگی اخروی است (دهداری، همکاران، ۱۳۹۲).

اعتقادات دینی^۳ همیشه مهمترین حامی خانواده بوده و به تشکیل و تداوم خانواده کمک کرده است. آموزه‌ها و اعتقادات دینی زمینه رضایت‌مندی خانواده^۴ را فراهم و امکان رشد و بالندگی آن را مهیا می‌کند. (محمدی، احمدی، اعتمادی، فاتحی‌زاده و عابدی، ۱۳۹۲) چون دو نهاد دین و خانواده بر ارزش‌های مشابهی تأکید دارند و برای تقویت اجتماعی شدن به هم وابسته‌اند، پژوهشگران رابطه نزدیک بین آن دو را پیش‌بینی می‌کنند. این جهت‌گیری، عباراتی مانند اینکه دینداری، روابط زناشویی را محکم می‌کند را به دنبال دارد (کال و هیتون، ۱۹۹۷). تحقیقات دولاهایت و مارکز^۵ (۲۰۰۵) نشان می‌دهد که باورها و رفتارهای معنوی و مذهبی در شکل‌گیری رفتار مناسب در خانواده نقش دارد. این محققان با ۷۲ خانواده بسیار مذهبی مسلمان، مسیحی و یهودی مصاحبه‌های مبسوط، عمیق و تحلیلی انجام دادند. آنها به این نتیجه رسیدند که این خانواده‌ها عواملی مانند توکل به خدا، حل تعارضات روحی با دعا، انجام اعمال و مراسم مذهبی، بخشیدن یکدیگر، پرهیز از گناه و همچنین ایثار و فداکاری را از مسائل مهم در تشریع و رشد معنوی فرزندان دانسته‌اند.

1. life meaning
2. Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M.
3. religious bases
4. family satisfaction
5. Call, V. R., & Heaton, T. B.
6. Dollahite, D. C., & Marks, L. D.



این دو محقق، کودکان و نوجوانان ۱۰ تا ۲۰ ساله این خانواده‌ها را نیز مورد سنجش و سؤال قرار دادند. نتایج نشان داد که رفتارهای مذهبی و عادات مثبت در کودکان و نوجوانان خانواده‌های مذهبی بیشتر از کودکان و نوجوانان خانواده‌های غیرمذهبی است (به نقل از محمدی و همکاران، ۱۳۹۲). کورف^۱ (۲۰۰۶؛ به نقل از کجیاف، سجادیان، کاویانی و انوری، ۱۳۹۰) در پژوهش خود چندین متغیر مستقل را برای پیش‌بینی رضایت از زندگی در نظر گرفته است. وی گزارش می‌دهد که بین جهت‌گیری مذهبی درونی و رضایت از زندگی، رابطه معناداری وجود دارد. جانسون و همکاران (۲۰۱۱) به این نتیجه دست یافتند که بین بهزیستی معنوی، کیفیت زندگی و شاخص‌های بهزیستی روان‌شناختی رابطه مثبت وجود دارد. مطالعه سوک‌سایم^۲ (۲۰۰۸) نشان داد که معنویت در خانواده با تقویت روابط خانوادگی و بهزیستی خانواده ارتباط مثبت دارد. صالحی و همکاران به این نتیجه دست یافتند که سلامت معنوی با رضایت زناشویی رابطه مستقیم و معنی‌داری دارد. یافته‌های پژوهش بشارت، خواصی، حمیدی و رجایی (۱۳۹۸) نشان داد که سلامت معنوی با سازگاری زوجین رابطه مثبت معنادار دارد. تجویدی، بهرامی، ضیقمی محمدی و طالقانی (۱۳۹۶) براساس یافته‌های خود به این نتیجه دست یافتند که سلامت معنوی همبستگی معنی‌داری با رضایت زناشویی زنان متأهل دارد. حسین دخت و همکاران (۱۳۹۲) براساس یافته‌های خود به این نتیجه دست یافتند که بین هوش معنوی و بهزیستی معنوی با کیفیت زندگی و رضایت زناشویی رابطه مثبت معناداری وجود دارد.

هوشیاری، صفورایی پاریزی و نیوشا (۱۳۹۳) در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که بین کارآمدی خانواده با بهزیستی معنوی همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد. نتایج پژوهش برجعلی، نجفی، عیسی مراد و منسوبی‌فر (۱۳۹۲) با استفاده از تحلیل رگرسیون نشان داد که بهزیستی معنوی و امیدواری روی هم رفته به طور کلی ۴۰٪ از واریانس رضایت از زندگی را تبیین می‌کنند. دورقی و همایی (۱۳۹۵) به این نتیجه رسیدند که بین متغیرهای سبک زندگی، امید به زندگی و معنای زندگی با رضایت از زندگی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. نتایج پژوهش عابدینی و کریمی‌اوتاری (۱۳۹۶) نشان داد که معنادرمانی

1 . Korff, S.C.

2. Suk-sun, k.

به صورت معناداری روی دلزدگی زناشویی و مؤلفه‌های آن، رضایت زناشویی و صمیمیت زناشویی تأثیر دارد. نصیری و جوکار (۱۳۸۷) در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که بین معناداری زندگی با امید، شادی، رضایت از زندگی، همبستگی مثبت و معنادار و با افسردگی همبستگی منفی معنادار وجود دارد.

نتایج رگرسیون چندگانه به روش متوالی هم‌زمان، بیانگر معنی‌داری نقش واسطه‌ای امید در رابطه بین معناداری زندگی و رضایت از زندگی و شاخص‌های سلامت روان بود. معناداری زندگی می‌تواند سبب افزایش شادی و رضایت از زندگی باشد. به عبارت دیگر معناداری زندگی به‌گونه‌ای غیرمستقیم و در تعامل با امید می‌تواند سبب افزایش شادی و رضایت از زندگی و کاهش افسردگی شود. نتایج پژوهش معتمدی، اعظمی، جلالوند و صدر (۱۳۹۵) نشان داد حضور معنا در زندگی به صورت مثبت کیفیت زندگی را پیش‌بینی می‌کند. یافته‌های تحقیق گواهی جهان (۱۳۸۶) حاکی از وجود رابطه معناداری بین معنا در زندگی و رضامندی از زندگی زناشویی است. نتایج پژوهش صادقی، ایمنی و باوزین (۱۳۹۷) نشان داد که بین دین‌داری و معنا در زندگی با رضایت از زندگی همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد. یافته‌های تحقیق موسوی، پورشریف، رضایی و قاسمی‌جوبنه (۱۳۹۷) نشان داد که بین معنا در زندگی (وجود معنا و جست‌وجوی معنا) با صمیمیت زناشویی و سازگاری زناشویی رابطه مستقیم وجود دارد. آیه ۲۲۱ سوره بقره در این مورد می‌فرماید: «و با زنان مشرک ازدواج نکنید تا ایمان بیاورند و به مردان مشرک زن ندهید تا ایمان بیاورند».

نتایج پژوهش‌های متعدد نشان داده است که شباهت‌های دوجانبه زوجین در رضایت زناشویی آنها تأثیرگذار است. مطالعاتی که از آزمون‌های MMPI (هان، وید و بوچرا،^۱ ۲۰۰۳) جست‌وجوی حساسی^۲، نیازهای مالی، حرمت خود و غیره (کافمن^۳، ۲۰۱۱؛ به نقل از صادقی، موسوی، موتابی و دهقانی، ۱۳۹۴) گزارش شده است، نشان داده‌اند که شباهت زوجین در برخی صفات شخصیتی، سبک‌های حساسی و حرمت خود و نیازها از جمله نیاز مالی بر رضایت زناشویی آنها تأثیرگذار است. یافته‌های پژوهش عارفی، محسن‌زاده، قزلباشیان، صادق‌پور

1. Han, K., Weed, N. C., & Butcher, J. N.
2. sensation seeking
3. Kaufman, A.



و شیخ اسمعیلی (۱۳۹۲) نشان داد که رضایت زناشویی با عوامل وظیفه شناسی، برونگرایی، توافق، همبستگی مثبت و با روان رنجورخویی همبستگی منفی دارد. نتایج رگرسیون هم زمان حاکی از آن بود که همسانی شخصیتی زوجین در عامل روان رنجورخویی (به طور منفی) و برونگرایی، توافق و وظیفه شناسی (به طور مثبت) ۲۹٪ رضایت زناشویی را پیش بینی می کنند. یافته های پژوهش آزادیان و فتحی (۱۳۹۵) نشان داد که رابطه بین متغیرهای همسانی سن، تحصیل، شغل و سطح درآمد با رضایت از زندگی زناشویی معنادار است، اما وجود رابطه معنادار بین متغیرهای همسانی قومیتی و همسانی رشته تحصیلی با رضایت مندی زناشویی تأیید نشد.

نتایج رگرسیون چندمتغیره نیز نشان داد که متغیرهای همسان همسری در کنار هم توانسته اند ۲۱/۷٪ تغییرات رضایت زناشویی را تبیین کنند. براساس نتایج مشاهده شده، متغیرهای همسانی سنی، همسانی تحصیلی و همسانی سطح درآمد تأثیرگذاری بیش تری نسبت به سایر متغیرهای همسان همسری بر رضایت مندی زناشویی داشته اند، با اینکه نتایج پژوهش های متعدد (بلوم و محرابیان^۱، ۱۹۹۹) نیز نشان می دهد زوجینی که از زندگی خود رضایت کمتری دارند و بیشتر در جست و جوی درمان هستند، شباهت های دوجانبه کمتری داشته اند. زیربنا و مقدمه پژوهش های فوق نظریه همسان همسری^۲ است که به رضایت رابطه زوجین به عنوان عملکرد شباهت های یک زوج نگاه می کند. براساس دیدگاه تکاملی ارتباط، همسران بیشتر شبیه یکدیگر هستند و این پیامد همسرگزینی براساس معیارهای جوربودن^۳ است که براساس آن افراد شرکای زندگی خود را براساس وجود شباهت هایی با خود انتخاب می کنند (واتسون، کلونن، گاسیلاس، سیمز، هیج و بری، ۲۰۰۴^۴). نتایج پژوهش قادری و مردانی (۱۳۹۲) نشان داد که همسان همسری (بصورت عام) با مطلوبیت رابطه زناشویی رابطه مثبت و معناداری دارد.

محققانی مانند پتس^۵ (۲۰۱۱) و دیوید و استافورد^۶ (۲۰۱۳) براساس یافته های پژوهشی خود به این نتیجه رسیدند که شباهت زوجین از نظر باورها، اعتقادات و به ویژه اعتقادات

1. Blum, J. S., & Mehrabian, A.

2. homogamy

3. assortative mating

4. Watson, D., Klohnen, E. C., Casillas, A., Simms, E., Haig, J., & Berry, D. S.

5. Petts, R. J.

6. David, P., & Stafford, L.

مذهبی تأثیر مثبت بر رضامندی و سازگاری زناشویی آنها دارد. همسانی دینی می‌تواند زمینه فعالیت مشترک دینی را فراهم کند و این امر به نوبه خود سبب کیفیت روابط زناشویی می‌گردد (هاشمی نژاد، فقیهی، حسینی و سخایی، ۱۳۹۳). از مهمترین عوامل پیوند پایدار و ازدواج موفق و زندگی آرام و کارآمد یا به عبارت دیگر تشکیل خانواده‌ای کارآمد، همسویی بینش‌ها و باورهای دینی و پایبندی عملی زوجین به ارزش‌ها و فرائض شرعی است. باوجود اینکه تاکنون پژوهش‌های گسترده‌ای برای بررسی میزان تأثیرات مؤلفه‌های معنوی در زمینه مسائل خانواده صورت گرفته است، اما همچنان مسائل حل نشده‌ای چون پیوندهای ناپایدار خانوادگی، عدم رضایت زناشویی، کارآمدی پایین برخی خانواده‌ها و... وجود دارد. بنابراین، مطالعه بیشتر در این زمینه لازم و ضروری است.

عوامل متعددی کارآمدی خانواده را در گذر زمان تهدید می‌کند و سبب کارکرد ناموفق خانواده و عدم موفقیت آن در دستیابی به اهداف براساس امکانات و محدودیت‌ها می‌شود. یکی از این عوامل میزان و تفاوت مؤلفه‌های معنوی در طول زندگی زوجین بوده که به شدت سلامت و کارآیی رابطه را دچار نوسان می‌کند. توجه به بهزیستی معنوی زوجین و معنایی که آنها به زندگی خود می‌دهند، می‌تواند موجب افزایش میزان رضایت‌مندی زناشویی آنان و درنهایت بهبود کارکرد خانواده شود. بنابراین، بررسی و مطالعه در زمینه کارآمدی خانواده و بررسی رابطه آن با متغیرهایی چون بهزیستی معنوی و معنای زندگی که به نوبه خود نقش مهمی در کارآمدی خانواده ایفا می‌کنند، ضرورت دارد.

بنابراین باتوجه به اهمیت سازه‌های بهزیستی معنوی و معنا در زندگی و به‌ویژه نقشی که همسان یا ناهمسان بودن زوجین در این دو مؤلفه می‌تواند در کارآمدی خانواده داشته باشد، لازم می‌دارد تا پژوهش‌های متعدد و متقنی به‌ویژه با تکیه بر داده‌های میدانی در این حوزه صورت گیرد. ازسوی دیگر پژوهش‌های داخلی اندکی به نقش بلندمدت این دو متغیر در تبیین کارآمدی خانواده در زوجین پرداخته‌اند و حتی در بررسی نقش همسانی این متغیرها بر کارآمدی خانواده پژوهشی یافت نشد. بر همین اساس پژوهش حاضر درصدد تعیین نقش همسانی ابعاد بهزیستی معنوی و ابعاد معنا در زندگی زوجین در پیش‌بینی کارآمدی خانواده در زوجین شهر قاین است.

۲. شیوه اجرای پژوهش

۲-۱. روش پژوهش

پژوهش حاضر به روش غیر آزمایشی از نوع همبستگی انجام شد. تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش با کمک نرم افزار آماری SPSS ۲۳ انجام شد. آزمون فرضیه‌ها با روش ضریب همبستگی پیرسون انجام گرفت و برای پیش بینی میزان رابطه متغیرهای مستقل با متغیر وابسته کارآمدی خانواده از رگرسیون خطی چندگانه استفاده شد.

۲-۲. جامعه و نمونه آماری

جامعه آماری پژوهش حاضر، تمام والدین دانش آموزان مقطع ابتدایی شهر قاین بودند. نظر به مشکلات دسترسی به جامعه مزبور و با استناد به منابع روش تحقیق در انتخاب تعداد افراد نمونه برای پژوهش (رک.، دلاور، ۱۳۸۵)، پژوهشگران برای اطمینان از تکمیل و عودت حداقل ۱۰۰ جفت پرسش نامه، نمونه‌ای شامل ۱۵۰ زوج از جامعه مزبور را به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای برای ورود به پژوهش انتخاب کردند. روش نمونه‌گیری استفاده شده، نمونه‌گیری بود. بدین صورت که ابتدا با مراجعه به اداره آموزش و پرورش قاین لیست و آدرس مدارس ابتدایی (۲۵ مدرسه) گرفته شد و از بین آنها تعداد ۵ مدرسه به تصادف انتخاب شدند. پس از مراجعه به مدارس و دریافت لیست کلاس‌های هر مدرسه به طور تصادفی از هر مدرسه ۳ کلاس و از هر کلاس والدین ۱۰ دانش آموز به عنوان نمونه پژوهش انتخاب و پرسش نامه‌ها توزیع شد. در نهایت پاسخ‌های ۱۰۵ جفت پرسش نامه که بدون نقص کامل شده و برگشت داده شدند به عنوان داده‌های پژوهش مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

۲-۳. ابزار پژوهش

۲-۳-۱. پرسش نامه بهزیستی معنوی دهشیری

پرسش نامه بهزیستی معنوی دهشیری (۱۳۸۸) استفاده شد براساس مدل پیشنهادی انجمن ملی بین مذاهب (۱۹۷۵) در بین دانشجویان دانشگاه‌های تهران ساخته شده است که شامل چهل گویه در طیف پنج درجه‌ای لیکرت است. این پرسش نامه، چهار خرده مقیاس ارتباط با خدا، ارتباط با خود، ارتباط با طبیعت و ارتباط با دیگران را می‌سنجد. در پژوهش

دهشیری، جعفری، سهرابی و نجفی (۱۳۸۸) ضریب آلفای کرونباخ کل پرسش نامه ۰/۹۴ و ضرایب آلفای کرونباخ خرده مقیاس ها به ترتیب برابر با ۰/۹۳، ۰/۸۹، ۰/۸۱ و ۰/۸۰ بود. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ پرسش نامه ۰/۹۵ به دست آمد.

۲-۳-۲. پرسش نامه معناداری زندگی سراج زاده و رحیمی

پرسش نامه معناداری زندگی سراج زاده و رحیمی (۱۳۹۲) ۱۵ گویه دارد که ابعاد ارزشمندی، امیدواری و هدفمندی زندگی را می سنجد. برای سنجش اعتبار نسخه معناداری زندگی از روش اعتبار محتوا و صوری استفاده شده است. ضریب آلفای کرونباخ برای معناداری زندگی ۰/۸۹ بوده است که هریک از بعدهای ارزشمندی با آلفای ۰/۷۷، امیدواری ۰/۷۳ و هدفمندی ۰/۷۱ بیانگر پایایی مناسب مقیاس است (سراج زاده و رحیمی، ۱۳۹۲). در پژوهش ماهینی، ماهینی و علی زاده شیرازی (۱۳۹۶) ضریب آلفای کرونباخ پرسش نامه ۰/۷۹ به دست آمد. بعد ارزشمندی ۰/۷۲، امیدواری ۰/۸۴ و هدفمندی ۰/۷۴ بیانگر پایایی مناسب مقیاس است. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ پرسش نامه ۰/۸۲ به دست آمد.

۲-۳-۳. پرسش نامه کارآمدی خانواده

برای سنجش کارآمدی خانواده، پرسش نامه کارآمدی خانواده هوشیاری، تقیان و صفورایی (۱۳۹۵) استفاده شد. نسخه اولیه این پرسش نامه با ۷۹ سؤال برای سنجش کارآمدی خانواده توسط صفورایی در سال ۱۳۸۸ طرحریزی و هنجاریابی شد. در سال ۱۳۹۵ پرسش نامه کارآمدی خانواده توسط هوشیاری، تقیان و صفورایی هنجاریابی مجدد شد. نتایج به دست آمده از پژوهش نشان داد که قدرت تمیز و میزان آگاهی ۱۹ پرسش به اندازه کافی نیست. گزینه هایی که نشاندهنده کارایی بسیار کم و کم هستند، نمی توانند پاسخگویان را از هم تفکیک کنند. ازاینرو، این دو گزینه با هم ترکیب شد و پرسش نامه اصلاح گردید و در نهایت پرسش نامه کارایی خانواده با ۶۰ سؤال تهیه شد که سه بعد بینشی، حقوقی و اخلاقی دارد.

برای بررسی روایی کل پرسش نامه کوتاه شده و مؤلفه های آن از همبستگی بین نمرات حاصل از کل مقیاس و مؤلفه ها در دو فرم اولیه و کوتاه شده استفاده شد. برای کل مقیاس، همبستگی بین دو فرم ۰/۹۹ است. به عبارت دیگر، ۹۸٪ واریانس فرم اولیه با استفاده از



فرم کوتاه شده قابل تبیین است. ضریب همسانی درونی براساس آلفای کرونباخ برای کل پرسش نامه ۰/۸۹، شاخص بینشی ۰/۸۵، شاخص حقوقی ۰/۷۶ و شاخص اخلاقی ۰/۸۹ است. همچنین اعتبار پرسش نامه از راه دونیمه سازی گاتمن، ۰/۸۳ به دست آمده است. (هوشیاری و همکاران، ۱۳۹۵) در پژوهش موحّد، عباسی و اکبرزاده (۱۳۹۹) ضریب آلفای کرونباخ کل پرسش نامه ۰/۹۶۳ بود. در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ پرسش نامه ۰/۹۶ به دست آمد.

۳. یافته های پژوهش

جدول ۱

میانگین و انحراف معیار ابعاد بهزیستی معنوی، ابعاد معنادار زندگی و کارآمدی خانواده

متغیر		میانگین			انحراف معیار		
		زن	مرد	تفاضل نمرات زوجین	زن	مرد	تفاضل نمرات زوجین
ابعاد بهزیستی معنوی	ارتباط با خدا	۴۶/۸۰	۴۵/۳۹	۳/۳۳	۵/۵۹	۴/۷۹	۴/۹۶
	ارتباط با خود	۴۱/۰۳	۴۱/۳۹	۲/۹۴	۴/۷۶	۵/۰۳	۳/۰۶
	ارتباط با دیگران	۴۲/۵۷	۴۱/۶۸	۳/۳۵	۴/۱۳	۴/۹۶	۳/۴۴
	ارتباط با طبیعت	۴۱/۵۹	۴۱/۴۶	۳/۵۲	۴/۴۲	۵/۶۳	۳/۹۳
ابعاد معنادار زندگی	ارزشمندی	۱۱/۱۶	۱۱/۰۰	۱/۸۷	۳/۲۸	۳/۳۴	۲/۱۹
	امیدواری	۱۱/۲۳	۱۱/۱۸	۱/۹۸	۳/۱۲	۳/۰۱	۲/۰۶
	هدفمندی	۱۲/۴۵	۱۲/۱۰	۱/۸۳	۳/۳۰	۳/۴۸	۱/۹۱
کارآمدی خانواده		-	۱۳۹/۸۲	-	-	۲۰/۰۱	-

در جدول ۱ میانگین و انحراف معیار زن و مرد و تفاضل نمرات زوجین، در ابعاد بهزیستی معنوی موضوع ارتباط با خدا، ارتباط با خود، ارتباط با دیگران و ارتباط با طبیعت، میانگین و انحراف معیار زن و مرد و تفاضل نمرات زوجین، در ابعاد معنادار زندگی مسائل ارزشمندی، امیدواری و هدفمندی و میانگین و انحراف معیار کارآمدی خانواده در زوجین گزارش شده است.

جدول ۲

ضرایب همبستگی بین نمرات همسانی ابعاد بهزیستی معنوی و ابعاد معنا در زندگی زوجین با کارآمدی خانواده

تفاضل نمره زوجین							متغیر
ابعاد معنا در زندگی			ابعاد بهزیستی معنوی				
هدفمندی	امیدواری	ارزشمندی	ارتباط با طبیعت	ارتباط با دیگران	ارتباط با خود	ارتباط با خدا	
-۰/۰۸۱	-۰/۰۹۳	-۰/۲۰۰	-۰/۳۸۵	-۰/۳۸۸	-۰/۱۹۶	-۰/۲۸۳	ضریب همبستگی
۰/۴۱۲	۰/۳۴۷	۰/۰۴۱	۰/۰۰۰۱	۰/۰۰۰۱	۰/۰۴۵	۰/۰۰۳	سطح معناداری

باتوجه به جدول ۲ می‌توان گفت که بین همسانی ابعاد بهزیستی معنوی زوجین یعنی، ارتباط با خدا، ارتباط با خود، ارتباط با دیگران و ارتباط با طبیعت، با کارآمدی خانواده رابطه معناداری وجود دارد. همچنین از بین همسانی ابعاد معنا در زندگی (ارزشمندی، امیدواری و هدفمندی)، بین همسانی ارزشمندی با کارآمدی خانواده رابطه معناداری وجود دارد و بین همسانی امیدواری و هدفمندی با کارآمدی خانواده رابطه معناداری وجود ندارد. برای بررسی توان پیش‌بینی، پس از بررسی مفروضه‌های تحلیل رگرسیون ازجمله نرمال بودن توزیع نمرات براساس نتایج آزمون کولموگوروف-اسمیرنف ($P=۰/۰۸۶$)، فاصله‌ای بودن مقیاس اندازه‌گیری متغیرها، رابطه میان متغیرهای پیش‌بین با وابسته باتوجه به رسم نمودار پراکنش و تعداد نمونه بیش از حداقل ۱۰ برابر متغیرهای پیش‌بین از تحلیل رگرسیون خطی چندگانه به شیوه هم‌زمان استفاده شد.

جدول ۳

نتایج رگرسیون هم‌زمان نمره کارآمدی خانواده براساس همسانی ابعاد بهزیستی معنوی زوجین

منابع تغییرات	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	سطح معناداری	R	R ^۲
رگرسیون	۹۰۹۶/۵۶۷	۴	۲۲۷۴/۱۴۲	۶/۹۸۶	۰/۰۰۰۱	۰/۴۶۷	۰/۲۱۸
باقی‌مانده	۳۲۵۵۹/۸۶۹	۱۰۰	۳۲۵/۵۹۹				
کل	۴۱۶۵۶/۴۳۵	۱۰۴					

جدول ۴

ضرایب رگرسیون هم‌زمان میزان کارآمدی خانواده براساس همسانی ابعاد بهزیستی معنوی زوجین

متغیر	ضریب B	خطای معیار	ضریب بتا	T	سطح معناداری
مقدار ثابت	۱۵۰/۳۳۴	۲/۸۲۸	-	۵۳/۱۶۵	۰/۰۰۰۱
همسانی ارتباط با خدا	-۰/۶۶۸	۰/۳۷۴	-۱/۶۶	۱/۷۸۸	۰/۰۷۷
همسانی ارتباط با خود	۰/۰۱۰	۰/۶۴۶	۰/۰۰۲	۰/۰۱۶	۰/۹۸۷
همسانی ارتباط با دیگران	-۱/۳۳۱	۰/۶۳۷	-۰/۲۲۹	۲/۰۸۵	۰/۰۴۰
همسانی ارتباط با طبیعت	-۱/۰۹۲	۰/۵۵۵	-۰/۲۱۵	۱/۹۹۵	۰/۰۴۸

داده‌های جدول ۳ و ۴ نشان می‌دهد که پیش‌بینی کارآمدی خانواده آزمودنی‌ها براساس همسانی ابعاد بهزیستی معنوی زوجین فقط در مورد همسانی ارتباط با دیگران و همسانی ارتباط با طبیعت معنادار است. این دو متغیر، حدود ۲۲٪ از کارآمدی خانواده آزمودنی‌ها را پیش‌بینی می‌کنند ($R=0.2/218$). ضریب تأثیر این دو زیرمقیاس به ترتیب $B = -1/333$ و $B = -1/092$ است. براین اساس می‌توان گفت که با افزایش همسانی این دو مؤلفه، میزان کارآمدی خانواده افزایش می‌یابد و بالعکس با کاهش همسانی این دو مؤلفه، میزان کارآمدی خانواده کاهش می‌یابد. بیشترین سهم در پیش‌بینی کارآمدی خانواده را همسانی ارتباط با دیگران و پس از آن همسانی ارتباط با طبیعت دارد.

جدول ۵

نتایج رگرسیون هم‌زمان نمره کارآمدی خانواده براساس همسانی ابعاد معنا در زندگی زوجین

منابع تغییرات	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	سطح معناداری	R	R ²
رگرسیون	۱۷۲۷/۴۲۵	۳	۵۷/۸۰۸	۱/۴۵۷	۰/۲۳۱	۰/۲۰۴	۰/۰۴۱
باقی‌مانده	۳۹۹۲۹/۰۱۱	۱۰۱	۳۹۵/۳۳۷				
کل	۴۱۶۵۶/۴۳۵	۱۰۴					

داده‌های جدول ۵ نشان می‌دهد که همسانی ابعاد معنا در زندگی، توان پیش‌بینی کارآمدی خانواده را ندارد.



۴. بحث و نتیجه‌گیری

انتخاب همسر و تشکیل خانواده مهمترین رویداد زندگی هر فردی است که بر جریان حیات و سعادت وی تأثیر می‌گذارد. از ملاک‌های گزینش همسر که به آن زیاد توجه شده است همسویی و همسانی زوجین است. همسان همسری به ازدواج بین همسران از یک گروه اجتماعی یکسان اشاره می‌کند. این نظریه، استحکام خانواده را ناشی از وجود ویژگی‌های همسان میان زن و شوهر می‌داند. همسانی میان دو فرد نه تنها آنها را به سوی یکدیگر جذب می‌کند بلکه پیوند و وصلت ایشان را استوارتر می‌کند. (آزادیان و فتحی، ۱۳۹۵)

نتایج نشان داد که بین همسانی ابعاد بهزیستی معنوی زوجین (ارتباط با خدا، ارتباط با خود، ارتباط با دیگران و ارتباط با طبیعت) با کارآمدی خانواده رابطه وجود دارد. این نتایج با نتایج حاصل از پژوهش‌های جانسون و همکاران (۲۰۱۱)، بشارت و همکاران (۱۳۹۸)، برجعلی و همکاران (۱۳۹۲)، تجویدی و همکاران (۱۳۹۶)، حسین دخت و همکاران (۱۳۹۲) و هوشیاری و همکاران (۱۳۹۲) همخوان است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که معنویت موجب ایجاد آرامش، امنیت روانی، رهایی از احساس پوچی و تنهایی، معنایابی زندگی، مثبت‌اندیشی، امیدواری، رضامندی از زندگی و حمایت اجتماعی می‌شود. از این طریق، ظرفیت روان‌شناختی و توانایی مقابله با استرس‌ها و مشکلات افزایش یافته، موجب ارتقای سلامت روانی، جسمی و عمر طولانی‌تری می‌شود. از این رو، برای حفظ ارتقای سلامت روان خود، خانواده و جامعه، توجه بیشتر به ابعاد مختلف معنویت و تقویت آنها در خودمان ضروری است.

معنویت نقش مهمی در رضایت زناشویی دارد. به این ترتیب که عقاید و اعمال مذهبی از نظر درون فردی، فرد را قادر می‌سازد که از لحاظ فیزیولوژی، شناختی و عاطفی خشم خود را کنترل کند و به او کمک کند که مسئولیت اعمال خود را در تعارض‌ها بپذیرد. از نظر بین فردی، اعمال مذهبی شرایطی ایجاد می‌کند که فرد در هنگام خشم، به خدا توجه کند و حمایتی برای هردو زوج ایجاد می‌کند که از تعارض با یکدیگر اجتناب کنند. ارتباط با خدا نقشی تعاملی و جبرانی در رابطه با روابط زناشویی دارد. معنویت، سیستم سازمان‌یافته‌ای از باورها شامل: ارزش‌های اخلاقی، رسوم، مشارکت در جامعه دینی برای اعتقاد راسخ‌تر





به خدا یا یک قدرت برتر است. باورهای مذهبی، شیوه‌ای مؤثر برای مقابله با مصائب و تجارب دردناک است. همچنین در زمان مشکلات و ناراحتی‌ها، بر چگونگی روابط انسانی اثر می‌گذارد. (منجری، شفیع‌آبادی و سودانی، ۱۳۹۱)

معنویت و بهزیستی معنوی یک باور منسجم ایجاد می‌کند که باعث می‌شود افراد برای زندگی، معنا پیدا کنند، به آینده امیدوار باشند و احساس حمایت کنند و باعث خوش بینی، رضامندی و مسئولیت‌پذیری می‌شود که همگی از مؤلفه‌های کارآمدی خانواده هستند. بهزیستی معنوی در شناخت و ارتباط دواستانه خدا و بندگان و تحقق فضائل در خویشستن مفهوم می‌یابد و از ارکان آن، نوع ارتباطات ضابطه‌مند زن و مرد است که موفقیت در ارکان دیگر از بهزیستی معنوی را تسهیل می‌کند و بر بسیاری از ابعاد زندگی فردی، اجتماعی و معنوی افراد تأثیر می‌گذارد. در حقیقت، سنگ بنای زندگی زناشویی باید به‌گونه‌ای نهادینه شود که عملکرد مطلوب خانواده و ارتقای بهزیستی معنوی اعضای آن را به دنبال داشته باشد. موفقیت در ازدواج و رضایت زوجین از یکدیگر در سایه معنویت شکل می‌گیرد. (فقیهی و رفیعی‌مقدم، ۱۳۹۰)

نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون نیز نشان داد که از بین همسانی ابعاد بهزیستی معنوی زوجین (ارتباط با خدا، ارتباط با خود، ارتباط با دیگران و ارتباط با طبیعت)، همسانی دو بعد ارتباط با دیگران و ارتباط با طبیعت توان پیش‌بینی کارآمدی خانواده را دارد که با نتایج پژوهش‌های ایمهوند، اوازیو و ایفونانیچوکثو^۱ (۲۰۰۸)، شیلینگ، باکوم، برنت، آلن و راگلند^۲ (۲۰۰۳)، ویکتوریا^۳ (۲۰۰۸)، رفیعی (۱۳۸۸)، شرفی (۱۳۸۲)، محبی‌کیا (۱۳۸۷)، هیندز و اسپارکز^۴ (۲۰۱۱)، شیباتا و سوزوکی^۵ (۲۰۰۴) و کلرت^۶ (۲۰۰۵) همخوانی دارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که ارتباط مثبت و مفید با دیگران و طبیعت، بهبود مؤلفه‌ها و شاخص‌های کارآمدی خانواده را به دنبال دارد. ارتباط سالم، توانایی افراد در توزیع و تصریح نیازها، خواسته‌ها و تمایلات و نیز توانایی توجه‌کردن به دیگران و دعوت‌کردن از آنها برای

1. Imhonde, H. O., Oyaziwo, A., & Ifunanyachukwu, N. R.
2. Schiling, E. A., Baucom, D. H., Burnett, C. K., Allen, E. S., & Rogland, L.
3. Victoria, L. B.
4. Hinds, J., & Sparks, P.
5. Shibata, S., & Suzuki, N.
6. Kellert, S. R.

روشن سازی مطالب و موقعیت هاست. ارتباط و گفت وگو، دنیای مشترک افراد را تشکیل می دهد. آن گونه که لاور^۱ (۲۰۰۵) بیان می کند زوج هایی که ارتباط مؤثر برقرار می کنند و رابطه صمیمانه دارند از توانایی لازم برای تصدیق یکدیگر، گوش دادن و پاسخ های غیر تدافعی به نیازهای همسر خود و تمرکز بر مسائل موجود در هنگام بروز سوء تفاهم ها و احساسات منفی برخوردارند.

مهارت های ارتباطی، مجموعه ای از توانایی هایی است که زمینه سازگاری و رفتار مثبت و مفید را فراهم می کند و فرد را قادر می سازد به صورت شایسته رفتار کند. (ناگراجا، راجاما و ردی، ۲۰۱۲؛ هارجیه و دیکسون، ۲۰۰۴)^۲ ارتباط سازنده با دیگران یکی از مهمترین و اصلی ترین نیازهای روانی انسان است تا جایی که به عقیده بسیاری از فیلسوفان، انسان ها مدنی الطبع هستند؛ یعنی ذات و فطرت انسان به گونه ای است که باید زندگی اجتماعی داشته باشد. انسان ها نه تنها در دوران کودکی نیازمند دیگران هستند بلکه در همه مراحل بعدی زندگی نیز به دیگران محتاج هستند و در این ارتباط، نیاز دیگران را برآورده می کنند و می توانند تأثیرهای مطلوبی بر دیگران بگذارند (شریفی، ۱۳۹۱). نانسی (۲۰۰۷) آموزش ارتباط را مؤثرترین شیوه صمیمیت بخشیدن به روابط زناشویی می داند؛ زیرا عمق صمیمیتی که زوجها در روابطشان ایجاد می کنند به توانایی آنها برای انتقال روشن، صریح و مؤثر افکار، احساسات، نیازها، خواسته ها و آرزوهایشان بستگی دارد (باگاروزی، ۱۳۸۷، ۴).

ارتباط مؤثر به حفظ و نگه داشتن روابط زوجین کمک می کند و کانون اصلی بسیاری از برنامه های آموزشی است (هالفورد و ماتیو، ۲۰۰۷)^۳؛ زیرا با ایجاد تغییراتی در تعاملات زوجین و نگرش تازه نسبت به مسائل باعث تعاملات صمیمانه بیشتری می شود و سطح رضایت مندی زناشویی و حتی سلامت جسمی آنها را بالا می برد (فولادی، اژه ای، غلامعلی لواسانی، بزرگر کهنمویی و جلوانی، ۱۳۹۲). در سطح کاربردی، ارتباط به زوجها اجازه می دهد که در مورد مشکلات و مسائل مهم زندگیشان بحث کنند (افشار، ۱۳۸۹). مجهز بودن همسران به مهارت های ارتباطی، مایه سازگاری و رضایت آنها می شود و عدم آگاهی نسبت به این مهارت اساسی به بروز بسیاری

1. Lower, L. M.
2. Nagaraja, A., Rajamma, N. M., & Reddy, S. V
3. Hargie, O., & Dickson, D.
4. Bagarozzi, D.
5. Halford, K. J., & Matthew, S.



از سوء تفاهم‌ها، تعارض‌ها و تنش‌های میان زوجین می‌انجامد. به نظر می‌رسد زوجینی که مهارت‌های ارتباطی بهتری دارند در برخورد با مسائل و تعارض‌های زندگی زناشویی از راه‌های پاداش دهنده تری استفاده می‌کنند (شمشیرگران و همایی، ۱۳۹۷).

محققان ارتباط با طبیعت را در سه سطح تماشای مناظر طبیعی یا تصاویری از طبیعت، بودن در طبیعت و درگیری و تعامل با طبیعت تقسیم‌بندی می‌کنند و معتقدند که قرارگرفتن در معرض طبیعت چه به صورت ارادی و آگاهانه و چه ناخودآگاه و غیرمستقیم، باعث بروز واکنش‌های مثبت از سوی فرد می‌شود (هیندز و اسپارکز، ۲۰۱۱). در سال‌های اخیر مطالعات زیادی در ارتباط تأثیرات محیط طبیعی بر انسان صورت گرفته است که نشان می‌دهد نه تنها حضور در محیط‌های طبیعی بلکه تماشای طبیعت یا حتی نگاه به تصاویر و فیلم‌هایی از مناظر، موجب کاهش استرس می‌شود (شیباتا و سوزوکی، ۲۰۰۴). گروه دیگری از پژوهش‌ها نشان داده است دیدن طبیعت، شنیدن اصواتی از طبیعت و داشتن هرگونه تجربه از طبیعت موجب کاهش تنش و استرس می‌شود (کلرت، ۲۰۰۵). تأثیر طبیعت بر افراد باتوجه به ویژگی‌های محیط‌های طبیعی مختلف، متفاوت است. پارک‌ها، باغ‌ها و سواحل رودخانه‌ها و دریا احساس شادی، سرگرمی، آرامش، راحتی و گفت‌وگو را القا می‌کنند. حس خلوت، آزادی و سرزندگی در دل جنگل‌ها و کوه‌ها بیشتر ارضا می‌شود (هیندز و اسپارکز، ۲۰۱۱).

افزون بر این، نتایج پژوهش نشان داد که از بین ابعاد معنا در زندگی یعنی، ارزشمندی، امیدواری و هدفمندی، فقط بین همسانی بعد ارزشمندی با کارآمدی خانواده رابطه وجود دارد که با نتایج پژوهش‌های موسوی و همکاران (۱۳۹۷)، دورقی و همایی (۱۳۹۵)، معتمدی و همکاران (۱۳۹۵)، صادقی و همکاران (۱۳۹۷) عابدینی و کریمی اوتاری (۱۳۹۶)، گواهی جهان (۱۳۸۶) و نصیری و جوکار (۱۳۸۷) همسوست. در تبیین این یافته می‌توان گفت که معنا در زندگی می‌تواند نقش مهمی در رضایت زناشویی و در نتیجه، بهداشت روانی زوجین داشته باشد. معناداری زندگی و جایگاه و اهمیت آن برای برخورداری‌بودن از یک زندگی خوب و شاد، امری انکارناپذیر است. براین اساس، افراد می‌توانند با خلق معنا در زندگی و هدفدار کردن زندگی، سازگاری بیشتری با زندگی را تجربه کنند و از سوی دیگر با بالابردن کیفیت روابط زناشویی خود، این سازگاری را بیشتر و پرنرگ‌تر کنند.



معنای زندگی در اصل، ماهیت شناختی دارد؛ زیرا دربرگیرنده باورهای افراد در مورد وجود یک هدف غایی در زندگی، اعتقاد به معنویات و زندگی اخروی است. داشتن معنا در زندگی، یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های رفاه و رضایت از زندگی است. (معمدی، و همکاران، ۱۳۹۵) فرانکل معتقد است که اگر افراد معنایی را تعقیب نکنند و هدفی نداشته باشند به هر بیراهه‌ای منحرف می‌شوند؛ زیرا انسان هدفمند، بدون توجه به مسیرهای انحرافی، جهت زندگی خود را تعیین می‌کند، تعالی نفس را تجربه می‌کند و با رضایت و آرامش روانی از زندگی خود بهره‌مند می‌شود و سازگاری بهتری با تغییرات زندگی خواهد داشت (مالکی، ۱۳۸۷). وجود معنا یا جست‌وجو برای معنا در زندگی که با سلامت روان شناختی نیز مرتبط است، باعث می‌شود که فرد بتواند در شرایط مختلف به ویژه در زندگی زن‌اشویی کارکرد بهتری داشته باشد و به وی توانایی لازم برای مقابله با تنش‌های روزمره زندگی را می‌دهد (شیاه چانگ، چیانگ، لین و تام، ۲۰۱۵).

معنادرمانی به زوج‌ها، نزدیک شدن به افکار و احساسات درونی ناخواسته و حالات جسمانی مرتبط با این پویایی‌ها و الگوهای ارتباط را آموزش می‌دهد. همان‌طور که زوج‌ها شروع به به‌کارگیری این مهارت‌ها و راهبردها می‌کنند بیشتر تمایل پیدا دارند و قادر می‌شوند به موقعیت‌های اجتناب قبلی نزدیک شوند و به آنها فرصت رفتار به شیوه‌ای که رضایت از رابطه را بهبود می‌بخشد و صمیمیت بین فردی را افزایش می‌دهد، داده می‌شود. (پترسن، ایفرت، فاین گولد و دیوسون، ۲۰۰۹) با توجه به نقش مهم زن و مرد در تشکیل خانواده موفق و پرتمر در جهت رسیدن به آرامش درونی، دقت و توجه ویژه در پذیرش یکدیگر و میزان تفاهم زوجین از مهمترین عواملی است که در این زمینه نقش به‌سزایی دارد و باعث ازدواج پایدار و استوار و ارتباطات عمیق زن‌اشویی می‌شود و کارآمد بودن خانواده را به دنبال خواهد داشت. میزان تفاهم زوجین و پذیرش یکدیگر به میزان کفویت و همسانی زن و مردی که تشکیل خانواده داده‌اند، ارتباط دارد. هرچه زن و مرد در زمینه‌های بیشتری علائق مشترکی داشته باشند زندگی برایشان شیرین‌تر می‌شود. کفویت در ایمان و مؤمن بودن در ازدواج یعنی، هر دو نفر وجودشان منبع آرامش باشد و با وارسنگی و شکوفایی وجودشان،

1. Shiah, Y.J., Chang, F., Chiang, S. K., Lin, I. M., & Tam, W.C.
2. Peterson, B. D., Eifert, G. H., Feingold, T., & Davidson, S.



دلشان از هر نوع ناآرامی و ناامنی و تردید و تشّت آرا به دور باشد. در مجموع می‌توان گفت که همسانی دو فرد نه تنها افراد را به سوی یکدیگر جذب می‌کند بلکه پیوند و وصلت ایشان را نیز استوارتر می‌کند. اگرچه همسانی به تنهایی تضمین‌کننده رضایت زوجین نیست، اما یکی از عواملی است که می‌تواند بر پایداری و استحکام خانواده تأثیر داشته باشد. می‌توان گفت که هرچه زوجین در زمینه‌های گوناگون با هم شبیه و همسان باشند، فرهنگ، جهان بینی و اندیشه یکسان خواهند داشت و در نتیجه روابط محبت‌آمیز، احترام و تکریم، ایفای نقش و انجام وظایف مشخص اعضا، مدارا و انعطاف‌پذیری نسبت به یکدیگر، صبر در مشکلات، آرام‌بخشی و ارتقای معنوی افزایش می‌یابد.

در پایان لازم به ذکر است که اجرای تحقیق و بررسی متغیرهای آن در سطح شهرقاین انجام شده است. از این رو، به دلیل تفاوت‌های فردی و فرهنگی-اجتماعی باید برای تعمیم نتایج به سایر مناطق، جانب احتیاط را رعایت کرد. در پژوهش حاضر فقط به رابطه بین متغیرها پرداخته شده است؛ این رابطه ممکن است تحت تأثیر متغیرهای دیگری باشد. پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های آتی، نقش معنویت و معنا در زندگی را بر رضامندی زندگی در قالب پژوهش‌های مداخله‌ای قرار دهند. باتوجه به نتایج پژوهش پیشنهاد می‌شود با تأکید بیشتر بر سبک زندگی اسلامی، بحث و تبادل نظر در مورد ارائه و کاربرد آن و تقویت مؤلفه‌هایی مانند اعتقادهای مذهبی که بر بهزیستی معنوی و معنادار زندگی تأثیرگذار هستند برای داشتن زندگی بهتر و رضایت‌بخش اقدام شود. همچنین برای ارتقای سطح آگاهی و دانش زوجین در مورد نقش عوامل مهم از جمله بهزیستی معنوی و معنا در زندگی در رضایت از زندگی تلاش شود. باتوجه به اثر مثبت تشابه زوجین در کارآمدی خانواده پیشنهاد می‌شود تأکید بر این موضوع در مشاوره‌های قبل از ازدواج و همچنین تلاش برای بهبود آن در آموزش‌های خانواده مدنظر قرار گیرد. درمانگران و مشاوران به نقش متغیرهای پژوهش در آیین بردن دلزدگی زناشویی و استحکام خانواده و افزایش رضایت زناشویی، توجه و از آنها برای بهبود فرایند زوج درمانی و پیشگیری از روند دلزدگی بین زوج‌ها استفاده شود.

فهرست منابع

- * قرآن کریم (۱۳۷۳)، مترجم: مکارم شیرازی، ناصر. ناشر: دارالقرآن الکریم.
۱. آزادیان، عذرا،، و فتوحی، سروش (۱۳۹۵)، بررسی همسان همسری در بین زوجین تهرانی و تأثیر آن بر رضایت مندی از زندگی زناشویی، نشریه زن و جامعه (جامعه‌شناسی زنان)، ۷، ۸۵-۱۰۴.
۲. افشار، جلال (۱۳۸۹)، همسرانیده‌ال. تهران: انتشارات طاق بستان.
۳. باگاروزی، دنیس (۱۳۸۷)، بهبود بخشی صمیمیت در ازدواج، مترجم: رضازاده، سید محمدرضا، و پورنقاش تهرانی، سید سعید. تهران: دانشگاه الزهراء (ع.ه).
۴. برجلی، محمود،، نجفی، محمود،، عیسی مراد، ابوالقاسم،، و منسوبی فر، حسن (۱۳۹۲)، نقش بهزیستی معنوی و امیدواری در پیش بینی رضایت از زندگی دانشجویان. نشریه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۴ (۱۵)، ۱۱۹-۱۳۶.
۵. بشارت، محمدعلی،، خواصی، رقیه،، حمیدی، خاطره،، و رجایی، مهسا (۱۳۹۸)، پیش بینی سازگاری زوجین بر اساس کمال گرایی معنوی/ مذهبی و سلامت معنوی. نشریه روان‌شناسی خانواده، ۶ (۲)، ۳-۱۴.
۶. تجویدی، منصوره،، بهرامی، توران،، ضیق‌محمدی، شاره،، و طالقانی، مونا (۱۳۹۶)، ارتباط سلامت معنوی و رضایت زناشویی در زنان متأهل مراجعه‌کننده به مراکز بهداشت شهرستان کرج. نشریه دانشگاه علوم پزشکی البرز، ۲۶ (۲)، ۱۲۳-۱۲۹.
۷. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد (۱۳۶۶)، غررالحکم و دررالکلم، قم: دفتر تبلیغات اسلامی.
۸. جدیری، جعفر،، و جان بزگی، مسعود (۱۳۸۸)، ساخت و اعتباریابی مقیاس رضامندی زناشویی اسلامی. نشریه روان‌شناسی و دین، ۲ (۴)، ۴۱-۷۰.
۹. جعفری زاده، اسماء (۱۳۹۰)، بررسی جایگاه سلامت معنوی در تعلیم و تربیت از منظر قرآن و روایات. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علامه طباطبائی تهران.
۱۰. حسین دخت قره حاجلویی، آرزو،، فتحی آشتیانی، علی،، و تقی زاده، محمداحسان (۱۳۹۲)، رابطه هوش معنوی و بهزیستی معنوی با کیفیت زندگی و رضایت زناشویی. نشریه روان‌شناسی و دین، ۶ (۲)، ۵۷-۷۴.
۱۱. دلاور، علی (۱۳۸۵)، روش‌های تحقیق در روان‌شناسی و علوم تربیتی. تهران: انتشارات پیام نور.
۱۲. دهداری، طاهره،، یااراحمدی، رسول،، تقدیسی، محمدحسین،، دانشور، ریحانه،، و احمدپور، جمال (۱۳۹۲)، ارتباط بین داشتن معنا در زندگی با وضعیت استرس، اضطراب و افسردگی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی ایران در سال ۱۳۹۲. نشریه علمی-پژوهشی آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، ۱ (۳)، ۸۳-۹۲.
۱۳. دهشیری، غلامرضا،، جعفری، عیسی،، سهرابی، فرامرز،، و نجفی، محمود (۱۳۸۸)، رابطه بهزیستی معنوی و سلامت روانی دانشجویان. نشریه پژوهش‌های مشاوره تازه‌های پژوهش‌های مشاوره، ۸ (۳۱)، ۶۵-۷۸.
۱۴. دهشیری، غلامرضا،، نجفی، محمود،، سهرابی، فرامرز،، و ترقی‌جاه، صدیقه (۱۳۹۲)، ساخت و اعتباریابی پرسش‌نامه بهزیستی معنوی در میان دانشجویان. نشریه مطالعات روان‌شناختی دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناختی دانشگاه الزهراء (ع.ه)، ۹ (۲)، ۷۳-۹۸.
۱۵. دورقی، خدیجه،، و همایی، رضوان (۱۳۹۵)، بررسی رابطه معنای زندگی با رضایت از زندگی در مددکاران بهزیستی شهرستان آبادان. اولین همایش بین‌المللی افق‌های نوین در علوم انسانی، تهران: انجمن افق نوین علم و فناوری.
۱۶. رفیعی، مرصده (۱۳۸۸)، اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی و تنش‌زدایی تدریجی بر کیفیت زندگی و بهزیستی روان‌شناختی زنان ناباور. پایان نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی. دانشگاه پیام نور تهران.
۱۷. سراج‌زاده، سیدحسین،، و رحیمی، فرشید (۱۳۹۲)، رابطه دین داری با معناداری زندگی در یک جمعیت دانشجویی. نشریه راهبرد فرهنگ، ۶ (۲)، ۷-۳۰.
۱۸. شرفی، علی (۱۳۸۲)، رابطه بین الگوهای ارتباط زناشویی و سلامت روان معلمان زن و همسران آنها در تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه تربیت معلم.
۱۹. شریفی، احمدحسین (۱۳۹۱)، همیشه بهار، اخلاق و سبک زندگی اسلامی. قم: نهاد مقام معظم رهبری در دانشگاه‌ها، دفتر نشر معارف.
۲۰. شمشیرگران، مرضیه،، و همایی، رضوان (۱۳۹۷)، بررسی رابطه مهارت‌های ارتباطی و مؤلفه‌های آن با دل‌زدگی زناشویی در کارکنان متأهل شرکت ملی حفاری استان خوزستان. نشریه رویش روان‌شناسی، ۷ (۱)، ۱۱۱-۱۳۴.
۲۱. صادقی، مسعود،، ایمنی، فاطمه،، و باوزین، فاطمه (۱۳۹۷)، رضایت از زندگی دانشجویان: پیش‌بینی براساس دینداری، معنا در زندگی و انعطاف‌پذیری شناختی. نشریه مطالعات اجتماعی روان‌شناختی زنان، ۱۶ (۴)، ۱۹۵-۱۹۵.



۲۲. صادقی، منصوره السادات، موسوی، جمال، موتابی، فرشته، و دهقانی، محسن (۱۳۹۴). رابطه تشابه ویژگی‌های شخصیتی زوجین و رضایت زناشویی. *نشریه روان‌شناسی معاصر*، ۱۰(۲)، ۶۷-۷۲.
۲۳. عابدی، شادی، فروغان، مهشید، خانجانی، محمدسعید، بخشی، عنایت‌الله، و فرهادی، اکرم (۱۳۹۳). بررسی رابطه معنای زندگی و سلامت معنوی در سالمندان مقیم آسایشگاه‌های شهرستان شمیرانات. *نشریه سالمند*، ۱۱(۳)، ۴۵۶-۴۶۵.
۲۴. عابدینی، مریم، و کریمی‌اوتاری، بهزاد (۱۳۹۶). تأثیر معنادرمانی بر دل‌زدگی زناشویی، رضایت زناشویی و صمیمیت زناشویی. *نشریه روان‌شناسی معاصر*، ۱۲(ویژه نامه)، ۱۱۳۵-۱۱۳۹.
۲۵. عارفی، مختار، محسن‌زاده، فرشاد، قزلباشیان، زهرا، صادق‌پور، آتوسا، و شیخ‌اسمعیلی، دلینا (۱۳۹۳). همسانی شخصیتی، پنج عامل بزرگ شخصیت و رضایت زناشویی. *نشریه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۴(۳)، ۵۵۱-۵۵۸.
۲۶. عصاروردی، عبدالقادر، و جلیلووند، محمدرضا (۱۳۹۰). ارتباط سلامت معنوی و رضایت از زندگی در کارکنان پرستاری بیمارستان شهید هاشمی نژاد مشهد. *نشریه مراقبت‌های نوین دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند*، ۹(۲)، ۱۵۶-۱۶۲.
۲۷. فقیهی، علی‌نقی، و رفیعی‌مقدم، فاطمه (۱۳۹۰). بررسی آموزه‌های دینی مؤثر در سلامت معنوی همسران. *نشریه معرفت*، ۲۰(۴)، ۶۷-۸۰.
۲۸. فولادی، فائزه، اژه‌ای، جواد، غلامعلی‌لواسانی، مسعود، برزگرکهنمویی، ساناز، و جلوانی، راضیه (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر بهبود کیفیت زندگی زنان متأهل. *نشریه آموزش و ارزشیابی*، ۶(۲۱)، ۱۲۷-۱۴۱.
۲۹. قادری، طاهره، و مردانی، سمیه (۱۳۹۲). رابطه همسان همسری و مطلوبیت روابط زناشویی. *نشریه برنامه‌ریزی رفاه و توسعه اجتماعی*، ۴(۱۵)، ۸۷-۱۲۹.
۳۰. کجیاف، محمدباقر، سجادیان، پریناز، کاویانی، محمد، و انوری، حسن (۱۳۹۰). رابطه سبک زندگی اسلامی با شادکامی در رضایت از زندگی دانشجویان شهر اصفهان. *نشریه روان‌شناسی و دین*، ۴(۴)، ۶۱-۷۴.
۳۱. گواهی‌جهان، فاطمه (۱۳۸۶). رابطه بین داشتن معنا در زندگی و رضایت از زندگی زناشویی. *نشریه روان‌شناسی و علوم تربیتی*، ۲(۸)، ۴۹-۶۹.
۳۲. مالکی، کفایت (۱۳۸۷). رابطه بین معنی زندگی و راهبردهای مقابله‌ای با احساس شادکامی در دانشجویان دانشگاه تبریز. *دانشگاه تبریز*.
۳۳. ماهینی، انیسسه، ماهینی، فاخته، و علیزاده شیرازی، مژده (۱۳۹۶). بررسی جایگاه دین‌داری در معناداری زندگی (مطالعه موردی: دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوشهر). *نشریه اندیشه نوین دینی*، ۱۳(۵)، ۵۶-۴۱.
۳۴. محبی‌کیا، راضیه (۱۳۸۷). تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی با رویکردهای شناختی رفتاری بر سازگاری زناشویی زنان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره. دانشگاه شهید بهشتی.
۳۵. محمدی، رحمت‌الله، احمدی، سیداحمد، اعتمادی، عذرا، فاتحی‌زاده مریم، و عابدی، احمد (۱۳۹۲). بررسی رابطه ساده و چندگانه بین سبک زندگی با تعالی خانواده. *نشریه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۳(۱)، ۹۱-۱۰۴.
۳۶. معتمدی، عبدالله، اعظمی، یوسف، جلالوند، محمد، و صدر، محمدمهرداد (۱۳۹۵). نقش منبع کنترل، معنای زندگی و روابط زناشویی در پیش‌بینی کیفیت زندگی بازنشستگان. *نشریه پرستاری سالمندان*، ۳(۲)، ۴۶-۶۲.
۳۷. منجری، فرزانه، شفیعی‌آبادی، عبدالله، و سودانی، منصور (۱۳۹۱). اثربخشی مهارت‌های ارتباطی با رویکرد اسلامی بر رضایت‌مندی زناشویی زوج‌ها. *نشریه دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۳(۴۷)، ۳-۱۰.
۳۸. موحّد، احمد، عباسی، زهره، و اکبرزاده، احمد (۱۳۹۹). پیش‌بینی کارآمدی خانواده از طریق ابعاد سبک زندگی اسلامی در فرهنگیان شهر قاین. *نشریه اسلام و مطالعات اجتماعی*، ۸(۳۰)، ۱۹۹-۲۲۱.
۳۹. موسوی، سیدولی‌اله، پورشریف، آمنه، رضایی، سجاد، و قاسمی‌جوبنه، رضا (۱۳۹۷). الگوی ساختاری-جنسیتی برای روابط بین معنا در زندگی با صمیمیت و سازگاری زناشویی. *نشریه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی*، ۱۳(۵۰)، ۱۵۳-۱۷۳.
۴۰. نریمانی، محمد، پرزور، پرویز، عطادخت، اکبر، و عباسی، مسلم (۱۳۹۴). نقش بهزیستی معنوی و پایبندی مذهبی در پیش‌بینی رضامندی زناشویی پرستاران. *نشریه بالینی پرستاری و مامایی*، ۲(۴)، ۱-۱۰.

۴۱. نصیری، حبیب‌اله.. و جوکار، بهرام (۱۳۸۷). معناداری زندگی، امید، رضایت از زندگی و سلامت روان در زنان. *نشریه زن در توسعه و سیاست (پژوهش زنان)*، ۶(۲)، ۱۵۷-۱۷۶.
۴۲. هاشمی‌نژاد، سمیه..، فقیهی، علی..، حسینی، سیدحمزه.. و سخایی، سید محمود (۱۳۹۳). همسان‌همسری از دیدگاه روان‌شناسی و مقایسه آن با مفهوم کفویت در فقه. *نشریه اسلام و سلامت*، ۱(۳)، ۵۰-۶۰.
۴۳. هالفورد، کیم (۱۳۸۷). زوج‌درمانی کوتاه‌مدت. مترجم: تبریزی، مصطفی..، کاردانی، مزده.. و جعفری، فروغ. تهران: انتشارات فراروان.
۴۴. هوشیاری، جعفر..، تقیان، حسن.. و صفورایی‌پاریزی، محمد مهدی (۱۳۹۵). هنجاریابی مجدد پرسش‌نامه سنجش کارآمدی خانواده با استفاده از نظریه سؤال-پاسخ. *نشریه مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، ۱۰(۱۹)، ۱۱۷-۹۹.
۴۵. هوشیاری، جعفر..، صفورایی‌پاریزی، محمد مهدی.. و نیوشا، بهشته (۱۳۹۳). رابطه کارآمدی خانواده با بهزیستی معنوی در دانشجویان و طلاب. *نشریه علمی-پژوهشی مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، ۸(۱۵)، ۸۷-۱۰۲.
۴۶. هوشیاری، جعفر.. و صفورایی‌پاریزی، محمد مهدی (۱۳۹۴). رابطه کارآمدی خانواده با بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان و طلاب. *نشریه پژوهش‌نامه اسلامی زنان و خانواده*، ۲(۴)، ۷۷-۹۱.
۴۷. یگانه، زهرا (۱۳۹۳). *رابطه پابندی مذهبی با رضایت زناشویی زوجین دانشگاه آزاد اسلامی کرمانشاه سال تحصیلی ۹۲-۹۳*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی کرمانشاه.
48. Bandura, A., Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Regalia, C., & Scabini, E. (2011). Impact of Family efficacy Beliefs on Quality of Family Functioning and Satisfaction with Family life. *Applied psychology: an international review*, 60(3), 421-448.
49. Blum, J. S., & Mehrabian, A. (1999). Personality and temperament correlates of marital satisfaction. *Journal of Personality*, 67, 93-125.
50. David, P., & Stafford, L. (2013). A Relational Approach to Religion and Spirituality in Marriage: The Role of Couples' Religious Communication in Marital Satisfaction. *Journal of Family Issues*, 36(2), 232-249.
51. Halford, K. J., & Matthew, S. (2007). Couple communication in step families, family process. *Academic Research libraries*, 46, 421-432.
52. Han, K., Weed, N. C., & Butcher, J. N. (2003). Dyadic agreement on the MMPI-2. *Personality and Individual Differences*, 35, 603-615.
53. Hargie, O., & Dickson, D. (2004). *Skilled interpersonal communication: Research, theory and practice, 4th ed.* East Sussex: routledge.
54. Hinds, J., & Sparks, P. (2011). The Effective Quality of Human-natural Environment relationships. *Journal of evolutionary psychology*, 9(3), 451-469.
55. Imhonde, H. O., Oyaziwo, A., & Ifunanyachukwu, N. R. (2008). Effective communication, educational qualification and age as determinats of marital satisfaction among newly wedded-couples in a Nigeria, University. *Pakistan Journal of Social Sciences*, 5, 433-437.
56. Janson, M. B., John, M. S., Scott, M. D., Benjamin, J. A., & David, C. (2011). Spiritual Well-Being as a Component of Health-Related Quality of Life: The Functional Assessment of Chronic Illness Therapy-Spiritual Well-Being Scale (FACIT-Sp). *Religions*, 2, 77-94.
57. Kellert, S. R. (2005). *Building for Life (Design-ing and Understanding the Human-Nature Connection)*. washington: Island Press.
58. Lower, L. M. (2005). *Couples with Young children*. New York: Wiley Publisher.
59. Nagaraja, A., Rajamma, N. M., & Reddy, S. V. (2012). Effect of parents' marital satisfaction, marital life period and type of family on their children mental health status. *Journal of Psychology*, 3, 65-70.
60. Peterson, B. D., Eifert, G. H., Feingold, T., & Davidson, S. (2009). Using Acceptance

- and Commitment Therapy to Treat Distressed Couples: A Case Study with Two Couples. *Cognitive and Behavioral Practices*, 16, 430-442.
61. Petts, R. J. (2011). Parental Religiosity, Religious Homogamy, and Young Children's Well-Being. *Sociology of religion*, 72(4), 389-414.
 62. Schiling, E. A., Baucom, D. H., Burnett, C. K., Allen, E. S., & Rogland, L. (2003). Altering the cours of marriage: The effect of (PREP). Communication skills acquisition on couples risk of becoming martially distressed. *Journal of Family Psychology*, 17, 41-53.
 63. Shiah, Y. J., Chang, F., Chiang, S. K., Lin, I. M., & Tam, W. C. (2015). Religion and health: anxiety, religiosity, meaning of life and mental health. *Journal Relig Health*, 1(54), 35-45.
 64. Shibata, S., & Suzuki, N. (2004). Effects of an indoor plant on creative task performance and mood. *Journal of psychology*, 45, 373-381.
 65. Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 80-93.
 66. Suk-Sun, K. (2008). *interdependence of spirituality and well-being among korean elders and family caregivers*. the university of arizona. In Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of doctor of philosophy.
 67. Victoria, L. B. (2008). *Does marriage and relationship education improve couples' communication? A meta – analytic study*. Department of Marriage, Family and Human Development. Brigham Young University.
 68. Watson, D., Klohnen, E. C., Casillas, A., Simms, E., Haig, J., & Berry, D. S. (2004). Matchmakers and deal breakers: Analyses of assortative mating in newlywed couples. *Journal of Personality*, 72, 1029-1068.

