

رابطه نستوهی و رضامندی زناشویی در زوج‌های جوان ایرانی

The Study of Hardiness and Marital Satisfaction in Iranian Newlyweds

M. Shivarani, M. A.

منا شیورانی

دانشجوی دکترای روان‌شناسی دانشگاه تربیت مدرس

P. Azad Fallah, Ph.D. ✉

دکتر پرویز آزادفلاح ✉

دانشیار دانشگاه تربیت مدرس

A. Allahyarri, Ph.D.

دکتر عباسعلی اللهیاری

استادیار دانشگاه تربیت مدرس

دریافت مقاله: ۸۹/۱/۲۱

دریافت نسخه اصلاح شده: ۹۰/۴/۷

پذیرش مقاله: ۹۰/۴/۲۹

Abstract

Assessment of personality constructs and psychological variables as influential factors in marital satisfaction has attracted plenty of researchers' attention. In this field, the study of hardiness variable as a personality characteristic is important. In this study, 100 married women who lived in a university dormitory in Tehran were selected. Subjects filled out "ENRICH marital satisfaction questionnaire" and "Personal Views Survey (P.V.S.)". Data were analyzed using regression analysis.

چکیده:

ارزیابی نقش سازه‌های شخصیتی و متغیرهای روان‌شناختی در رضامندی زناشویی توجه بسیاری از پژوهشگران را به خود جلب نموده است. در این حوزه، متغیر نستوهی اهمیت قابل توجهی دارد. این مطالعه صد نفر از زنان متأهل ساکن در خوابگاه‌های متأهلی یکی از دانشگاه‌های تهران را در برمی‌گیرد که به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. این گروه صد نفری دو پرسشنامه «رضامندی زناشویی انریچ» و «زمینه‌یابی دیدگاه‌های شخصی» را تکمیل نمودند. داده‌ها با استفاده از روش تحلیل رگرسیون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

✉Corresponding author: Psychology Dept. of Tarbiat Modares University.
Tel: +9821-82880
Email: azadfa_p@yahoo.com

✉نویسنده مسئول: تهران، بزرگراه جلال‌آل‌احمد، زیر پل نصر (گیشا)، دانشگاه تربیت مدرس، دانشکده علوم انسانی، گروه روان‌شناسی

تلفن: ۰۲۱-۸۲۸۸۰

پست الکترونیکی: azadfa_p@yahoo.com

Statistical results indicated that hardiness was significantly related to marital satisfaction and predicted it. Furthermore, stepwise regression implicated that commitment component of hardiness mainly predicted the total marital satisfaction and most of its subscales. The second important factor was control component, and finally challenge component entered the analysis. As expected, results admitted more marital satisfaction in hardy personalities.

Keywords: hardiness, marital satisfaction, newlyweds.

نتایج بررسی‌های آماری نشان داد سازه شخصیتی نستوهی با رضامندی زناشویی، همبستگی مثبت و معناداری دارد و آن را پیش‌بینی می‌کند. هم‌چنین تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام مؤید آن بود که مؤلفه تعهد از متغیر نستوهی بیشترین سهم را در پیش‌بینی نمره کل رضامندی زناشویی و اکثر زیرمقیاس‌های آن دارد. پس از آن مؤلفه کنترل و در نهایت مؤلفه چالش‌طلبی در تعیین رضامندی زناشویی و زیرمقیاس‌های آن سهم دارند. نتایج این پژوهش همسو با پیشینه پژوهشی، نقش نستوهی را در تعدیل تنیدگی و مواجهه و مقابله مؤثر با عوامل تنیدگی‌زا تأیید می‌نماید.

کلیدواژه‌ها: رضامندی زناشویی، زوج‌های

جوان

مقدمه

خانواده نخستین و منحصر به فردترین نهاد اجتماعی است که سلامت و موفقیت یک جامعه را مرهون سلامت و رضامندی اعضای آن دانسته‌اند؛ چرا که تأثیر هیچ نهادی بر افراد جامعه تا این حد عمیق و بادوام نیست. دستیابی به جامعه سالم در گرو سلامت خانواده و خانواده سالم در گرو برخورداری اعضای آن از سلامت روانی و داشتن ارتباط مطلوب با یکدیگر است (موسوی و همکاران، ۱۳۸۴). رضایتی که همسران در ازدواج تجربه می‌کنند، از جوانب بسیار مهم نظام زناشویی است (تانی‌گوچی و همکاران، ۲۰۰۶). رضامندی زناشویی^۱ در تعریف، احساسات عینی از خشنودی، رضایت و لذت تجربه شده توسط زن و شوهر در شرایطی است که تمام جنبه‌های ازدواجشان را در نظر بگیرند (الیس، ۱۹۸۰؛ به نقل از نف و کارنی، ۲۰۰۷).

با وجود پیامدهای مثبت همسرگزینی، متأسفانه بسیاری از همسران در برقراری و حفظ روابط مناسب با یکدیگر، با مشکلاتی مواجه هستند. هرچند جنبه‌های بسیاری از روابط زناشویی می‌تواند برای افراد مفید باشد، محققان تأیید می‌کنند که برخی جنبه‌های ازدواج برای عملکرد خانواده زیان‌بخش است و آن را یک منبع تنیدگی می‌دانند (شاکلفورد و باس، ۱۹۹۷؛ اسمولن و اسپینگل، ۱۹۸۷؛ به نقل از اسپرادلینگ، ۲۰۰۰). به نظر می‌رسد تجربه کردن رویدادهای منفی زندگی، آثار

وسیع‌تری بر مقابله فردی، تعامل زناشویی و رضامندی زناشویی دارد (استوری و برادبری، ۲۰۰۴؛ کارنی، استوری و برادبری، ۲۰۰۲). به خصوص این اثر در سال‌های ابتدایی پس از ازدواج برجسته‌تر می‌نماید که زندگی زناشویی بسیار پرتنش است و زوجها بیشترین کاهش رضامندی و بالاترین میزان جدایی را در خلال این سال‌ها تجربه می‌کنند (برادبری و فین چام، ۱۹۹۰؛ به نقل از استوری، ۲۰۰۴).

به هر جهت تلاش روان‌شناسان بیشتر در راستای بهبود بخشیدن به روابط خانواده بوده و می‌باشد. به نظر می‌آید بتوان با دستیابی به ویژگی‌های شخصیتی، مسیر زندگی خانوادگی یعنی تعامل شخصیت‌هایی را که باید در ارتباط مداوم با یکدیگر بار زندگی را بر دوش بکشند، ترمیم کرد. همچنین رضامندی زناشویی را باید در مؤلفه‌هایی جستجو کرد که در استمرار یا عدم استمرار خانواده نقش تعیین‌کننده‌ای دارند (کجباف و همکاران، ۱۳۸۴). طبق نظر محققان متغیرهای شخصیتی، از متغیرهای اثرگذار بر رضامندی زناشویی هستند (استوری، ۲۰۰۴). طبق دیدگاه درون فردی، گرایش‌های شخصیتی به عنوان عامل اصلی در کنش‌وری زناشویی مورد توجه قرار می‌گیرند و صفات شخصیتی، نحوه تعامل مناسب زوجین را با یکدیگر تحت تأثیر قرار می‌دهند. برای مثال (کارنی و برادبری، ۱۹۹۵؛ به نقل از آزادفلاح و همکاران، ۱۳۸۳) مطرح می‌کنند که گرایش‌های شخصیتی نظیر ناپایداری هیجانی یا روان‌آزرده‌گرایی، آسیب‌پذیری دایمی ایجاد می‌کنند که چگونگی سازگاری زوجین با تجارب تنش‌زا را تحت تأثیر قرار می‌دهند. این سازگاری نیز به طور کلی بر رضامندی از روابط تأثیر می‌گذارد. یکی از این متغیرهای شخصیتی که می‌تواند در زندگی زناشویی و رضامندی حاصل از آن تأثیرگذار باشد، نستوهی^۲ است.

سازه شخصیتی نستوهی، اولین بار توسط کوباسا (۱۹۷۹) معرفی شد و طبق نظر او (۱۹۸۲) مفهوم نستوهی، جنبه‌ای از شخصیت است که آثار تنیدگی را بر سلامتی تعدیل می‌کند. سازه شخصیتی نستوهی به صورت ترکیبی از نگرش‌های مبتنی بر تعهد^۳، کنترل^۴ و چالش‌طلبی^۵ ظاهر می‌شود که به مدیریت موقعیت‌های تنیدگی‌زا از طریق تغییر آن‌ها به شرایط رشددهنده و نه تضعیف‌کننده کمک می‌کند. افرادی که در گرایش تعهد قوی هستند، بیشتر درگیر می‌شوند تا آن‌که منزوی باشند و این بهترین راه تبدیل تجارب ایشان به مسائل جذاب و مهم است. کسانی که در گرایش کنترل قوی هستند، فکر می‌کنند که از طریق تلاش می‌توانند بر مسائل موجود اطرافشان تأثیر بگذارند. ایشان در مواجهه با مسائل ترجیح می‌دهند خود را مؤثر ببینند تا ناتوان. همچنین افرادی که در گرایش چالش‌طلبی قوی هستند، باور دارند که رشد و کمال در شرایط سهل، معمولی و امن به دست نمی‌آید؛ بلکه کمال، از افزایش آگاهی و شناخت، از طریق آن‌چه که از تجارب مثبت و منفی در یک زندگی فعال آموخته می‌شود، منتج می‌گردد (مدی، ۱۹۹۷؛ به نقل از مدی و

همکاران، ۲۰۰۲). باور این است که این ویژگی‌ها، افراد نستوه را قادر می‌سازند تا مدیریت تنیدگی را به شکلی مطلوب عملی سازند (اسپرادلینگ، ۲۰۰۰). به نظر می‌رسد که سازه شخصیتی نستوهی می‌تواند از طریق تعدیل آثار تنیدگی، بر رضامندی زناشویی نیز تأثیر بگذارد. نتایج تحقیقات (هاموند و فانگ، ۱۹۸۸؛ به نقل از اسپرادلینگ، ۲۰۰۰؛ کلمنت، ۱۹۸۸؛ به نقل از همان و رودس، ۱۹۹۴؛ به نقل از همان) اثر میانجی‌گرانه نستوهی را بر رابطه میان تنیدگی و رضایت از زندگی تصدیق می‌کنند. هرچند که در رابطه با نستوهی به عنوان تعدیل‌کننده تنیدگی و رضامندی زناشویی، پژوهش‌های چندانی گزارش نشده است، با توجه به بیان اولسون (۲۰۰۰؛ به نقل از لنگ، ۲۰۰۲) که سه حیطه رضامندی شامل: رضایت افراد از ازدواج، رضایت از زندگی خانوادگی و رضایت کلی از زندگی را به یکدیگر وابسته می‌داند، می‌توان نتیجه گرفت که نستوهی به عنوان تعدیل‌کننده تنیدگی می‌تواند رضایت زناشویی را نیز تحت تأثیر قرار دهد. این مطالعه به بررسی رابطه میان این دو متغیر، با این فرض که افزایش در نستوهی با افزایش در رضامندی زناشویی همراه می‌باشد، پرداخته است. علاوه بر آزمون فرض فوق، رابطه نستوهی با ۹ زیرمقیاس رضامندی زناشویی سنجیده می‌شود.

روش

در این مطالعه پس رویدادی، برای بررسی فرض پژوهش از روش تحلیل رگرسیون استفاده شد.

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس، صد نفر از زنان متأهل ساکن در خوابگاه‌های متأهلی یکی از دانشگاه‌های تهران به عنوان گروه نمونه انتخاب شدند. نمونه پژوهش حاضر، دارای میانگین سنی ۲۹/۳۸، با انحراف استاندارد ۲/۳۹ بود. کمینه سنی گروه نمونه ۲۰ و بیشینه آن ۳۰ بود. ۰/۹۱ گروه نمونه، دارای تحصیلات دانشگاهی و یا دانشجو بودند، باقی آزمودنی‌ها تحصیلاتشان در حد دیپلم یا پایین‌تر از آن بود.

لازم به ذکر است معیارهای ورود برای گروه نمونه که در این پژوهش در نظر گرفته شد، عبارتند از: زوج در فاصله سنی ۲۰ الی ۳۵ سال باشند. زوج کاملاً مستقل شده و در دوران عقد نباشند. بیش از ۶ سال از ازدواج ایشان نگذشته باشد. زوج به بیماری‌های خاص مانند سرطان، ایدز و امثال آن و همچنین نقص عضو مبتلا نباشند. در صورت داشتن فرزند، فرزند ایشان دچار بیماری‌های خاص و نقص عضو نباشد. داده‌های به دست آمده با استفاده از نرم‌افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفت.

ابزارهای پژوهش

پرسشنامه ویژگی شخصیتی نستوهی: آزمون زمینه‌یابی دیدگاه‌های شخصی (P.V.S)، پرسشنامه‌ای است که در سنجش نستوهی مورد استفاده قرار می‌گیرد. این مقیاس نستوهی، یک پرسشنامه ۵۰ ماده‌ای است که شامل مؤلفه‌های چالش‌طلبی (۱۷ سؤال)، تعهد (۱۶ سؤال) و کنترل (۱۷ سؤال) می‌باشد و بر اساس مقیاس لیکرت (چهار گزینه‌ای) و دارای دامنه‌ای از نمره ۰ (اصلاً درست نیست) تا ۳ (کاملاً درست است) می‌باشد. آزمون نستوهی (کوباسا، ۱۹۷۶) توسط قربانی (۱۳۷۳) ترجمه و روایی صوری و محتوایی آن محاسبه شده و در موارد لازم، اصلاحات به عمل آمده است. در مطالعه‌ای که توسط مدی (۱۹۹۰) صورت گرفته، اعتبار قابل قبولی برای مقیاس نستوهی گزارش شده است. مطالعات انجام شده، نشان می‌دهد که مؤلفه‌های نستوهی یعنی کنترل، تعهد و چالش‌طلبی به ترتیب هر یک از ضریب اعتبار ۰/۷۰، ۰/۵۲ و ۰/۵۲ برخوردارند و این ضریب برای کل صفت نستوهی ۰/۷۵ محاسبه شده است (جمهری، ۱۳۸۰).

پرسشنامه رضامندی زناشویی انریچ: این پرسشنامه، برای بررسی میزان رضامندی زناشویی استفاده می‌شود و دارای چند زیرمقیاس است که هر یک از زیرمقیاس‌ها، یکی از جنبه‌های مهم زندگی زناشویی را ارزیابی می‌کنند. فرم اصلی پرسشنامه رضامندی زناشویی انریچ، از ۱۱۵ سؤال، شامل ۱۲ زیرمقیاس تشکیل شده است (ثنایی، ۱۳۷۹). پاسخ به سؤالات به صورت ۵ گزینه‌ای (از کاملاً موافق تا کاملاً مخالف) است. اولسون و همکاران (۱۹۹۳)، ضریب اعتبار این پرسشنامه را ۰/۹۲ گزارش کرده‌اند. سلیمانیان (۱۳۷۳)، این پرسشنامه را ترجمه کرد و طبق نظر متخصصین روان‌شناسی که سؤالات در اختیارشان قرار گرفت، روایی محتوایی پرسشنامه، تأیید شد. سپس ۱۱۰ آزمودنی به پرسشنامه پاسخ دادند و ضریب اعتبار ۰/۹۳ به دست آمد. طولانی بودن پرسشنامه موجب خستگی آزمودنی‌ها می‌شد، در نتیجه فرم کوتاهی فراهم شد. مجدداً ضریب اعتبار فرم ۴۷ سؤالی بر روی یک گروه ۱۱۰ نفری محاسبه شد و ضریب اعتبار ۰/۹۵ به دست آمد. نمرات محاسبه شده برای پرسشنامه انریچ، از نوع نمره استاندارد t است که در آن میانگین ۵۰ و انحراف استاندارد ۱۰ می‌باشد. در پژوهش حاضر، فرم ۴۷ سؤالی استفاده شد.

روش اجرا

پس از اعمال فرایند انتخاب و نمونه‌گیری، دو پرسشنامه زمینه‌یابی دیدگاه‌های شخصی (P.V.S) و رضامندی زناشویی انریچ در اختیار آزمودنی‌ها قرار گرفت. پس از جمع‌آوری و نمره‌گذاری پرسشنامه‌ها، نتایج این آزمون‌ها مورد بررسی قرار گرفت.

یافته‌ها

در این مطالعه، برای بررسی رابطه میان رضامندی زناشویی و نستوهی از روش تحلیل رگرسیون استفاده شده است. ابتدا برای ترسیم نیمرخی از روابط بین متغیرها، ماتریس همبستگی متغیرهای رضامندی زناشویی و نستوهی و مؤلفه‌های هر دو متغیر در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱: ماتریس همبستگی متغیرهای رضامندی زناشویی و نستوهی و مؤلفه‌های آن‌ها

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
تعهد	۱											
چالش‌طلبی	۰/۵۴**	۱										
کنترل	۰/۷۴**	۰/۴۲**	۱									
نمره کل نستوهی	۰/۹۰**	۰/۷۹**	۰/۸۴**	۱								
موضوعات شخصیتی	۰/۵۶**	۰/۲۰*	۰/۵۸**	۰/۵۲**	۱							
ارتباط زناشویی	۰/۵۹**	۰/۳۲**	۰/۶۰**	۰/۵۹**	۰/۸۵**	۱						
حل تعارض	۰/۵۳**	۰/۳۳**	۰/۵۲**	۰/۵۰**	۰/۷۹**	۰/۷۵**	۱					
مدیریت مالی	۰/۴۴**	۰/۱۹	۰/۴۰**	۰/۴۱**	۰/۵۹**	۰/۵۹**	۰/۶۳**	۱				
اوقات فراغت	۰/۳۷**	۰/۰۳	۰/۳۴**	۰/۳۸**	۰/۵۷**	۰/۴۸**	۰/۵۴**	۰/۳۸**	۱			
روابط جنسی	۰/۴۴**	۰/۲۳*	۰/۴۱**	۰/۴۲**	۰/۵۲**	۰/۵۴**	۰/۵۶**	۰/۵۷**	۰/۴۳**	۱		
ازدواج و فرزندان	۰/۳۸**	۰/۳۴**	۰/۳۵**	۰/۴۲**	۰/۵۰**	۰/۵۳**	۰/۵۶**	۰/۵۷**	۰/۳۶**	۰/۵۱**	۱	
خانواده و دوستان	۰/۵۳**	۰/۳۴**	۰/۴۵**	۰/۵۲**	۰/۵۱**	۰/۵۷**	۰/۵۳**	۰/۴۰**	۰/۴۲**	۰/۴۱**	۰/۴۴**	۱
جهت‌گیری مذهبی	۰/۴۰**	۰/۱۷	۰/۳۷**	۰/۳۴**	۰/۳۷**	۰/۴۴**	۰/۴۱**	۰/۴۰**	۰/۳۹**	۰/۳۶**	۰/۳۳**	۰/۳۹**
نمره کل رضامندی زناشویی	۰/۶۳**	۰/۳۱**	۰/۵۹**	۰/۶۰**	۰/۸۵**	۰/۸۶**	۰/۸۶**	۰/۷۷**	۰/۶۷**	۰/۷۲**	۰/۷۱**	۰/۷۰**

*** $P < 0.001$ ** $P < 0.01$ * $P < 0.05$

جهت پیش‌بینی واریانس متغیر رضامندی زناشویی از طریق مؤلفه‌های متغیر نستوهی از تحلیل رگرسیون گام به گام^۷ استفاده و نتایج این تحلیل در جدول ۲ ارائه شده است. نتایج تحلیل جدول ۲ بیانگر آن است که مهم‌ترین مؤلفه در پیش‌بینی نمره کلی رضامندی زناشویی، تعهد می‌باشد که به عنوان اولین متغیر، وارد تحلیل شده و ۳۹ درصد واریانس رضامندی زناشویی را تعیین می‌کند. با اضافه شدن مؤلفه کنترل در گام دوم تحلیل، این مقدار به ۴۳ درصد می‌رسد. مؤلفه چالش‌طلبی با داشتن همبستگی مثبت و معنادار با رضامندی زناشویی، به جهت همپوشی با دو مؤلفه کنترل و تعهد، سهم جدیدی در تبیین متغیر ملاک نداشته و وارد تحلیل نشده است.

جدول ۲: تحلیل رگرسیون متغیر رضامندی زناشویی بر مؤلفه‌های متغیر نستوهی

شاخص F	ضریب تعیین	ضریب بتا	متغیر پیش بین	گام
۶۲/۶۲***	۰/۳۹	۰/۶۳	تعهد	۱
۳۵/۳۴***	۰/۴۳	۰/۴۳ ۰/۲۶	تعهد کنترل	۲

* $P < 0.05$ ** $P < 0.01$ *** $P < 0.001$

جهت تحلیل دقیق‌تر اثر متغیرها، در تحلیل‌های بعدی، مؤلفه‌های متغیر رضامندی زناشویی به صورت مجزا به عنوان متغیر در نظر گرفته شده‌اند: (در ادامه تنها به ذکر ارقام اکتفا می‌کنیم و به علت محدودیت فضا، جداول ارائه نمی‌شوند).

تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام متغیر موضوعات شخصیتی بر مؤلفه‌های متغیر نستوهی: نتایج مربوط به این تحلیل نشان می‌دهند که مهم‌ترین مؤلفه در پیش‌بینی نمره متغیر موضوعات شخصیتی، تعهد می‌باشد که به عنوان اولین متغیر، وارد تحلیل شده و ۳۳ درصد واریانس متغیر موضوعات شخصیتی را تعیین می‌کند. با اضافه شدن مولفه کنترل در گام دوم تحلیل، این مقدار به ۳۷ درصد می‌رسد. مؤلفه چالش‌طلبی با داشتن همبستگی مثبت و معنادار با رضامندی زناشویی، به جهت همپوشی با دو مؤلفه کنترل و تعهد، سهم جدیدی در تبیین متغیر ملاک نداشته و وارد تحلیل نشده است.

تحلیل رگرسیون گام به گام متغیر ارتباط زناشویی بر مؤلفه‌های متغیر نستوهی: نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام متغیر ارتباط زناشویی بر مؤلفه‌های متغیر نستوهی بیانگر آن است که مهم‌ترین مؤلفه در پیش‌بینی نمره متغیر ارتباط زناشویی، تعهد می‌باشد که به عنوان اولین متغیر، وارد تحلیل شده و ۳۶ درصد واریانس متغیر ارتباط زناشویی را تعیین می‌کند. با اضافه شدن مولفه کنترل در گام دوم تحلیل، این مقدار به ۴۱ درصد می‌رسد. مؤلفه چالش‌طلبی نیز سهم جدیدی در تبیین متغیر ملاک نداشته و وارد تحلیل نشده است.

تحلیل رگرسیون گام به گام متغیر حل تعارض بر مؤلفه‌های متغیر نستوهی: نتایج مرتبط با این تحلیل نشان‌دهنده این است که مهم‌ترین مؤلفه در پیش‌بینی نمره متغیر حل تعارض، تعهد می‌باشد که به عنوان اولین متغیر، وارد تحلیل شده و ۲۸ درصد واریانس متغیر حل تعارض را تعیین می‌کند. با اضافه شدن مولفه کنترل در گام دوم تحلیل، این مقدار به ۳۱ درصد می‌رسد. مؤلفه چالش‌طلبی نیز سهم جدیدی در تبیین متغیر ملاک نداشته و وارد تحلیل نشده است.

تحلیل رگرسیون گام به گام متغیر مدیریت مالی بر مؤلفه‌های متغیر نستوهی: نتایج تحلیل این رگرسیون نشان می‌دهد که از بین سه مؤلفه متغیر نستوهی، تنها پیش‌بینی‌کننده قابل ذکر برای متغیر مدیریت مالی، مؤلفه تعهد می‌باشد و متغیر ملاک را با ضریب ۱۹ درصد تعیین می‌کند. دو

مؤلفه دیگر متغیر نستوهی سهم جدیدی در تبیین متغیر ملاک نداشته و وارد تحلیل نشده‌اند. تحلیل رگرسیون گام به گام متغیر اوقات فراغت بر مؤلفه‌های متغیر نستوهی: نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام متغیر اوقات فراغت بر مؤلفه‌های متغیر نستوهی بیانگر آن است که مهم‌ترین مؤلفه در پیش‌بینی نمره متغیر اوقات فراغت، تعهد می‌باشد که به عنوان اولین متغیر، وارد تحلیل شده و ۱۳ درصد واریانس متغیر اوقات فراغت را تعیین می‌کند. با اضافه شدن مؤلفه چالش‌طلبی در گام دوم تحلیل، این مقدار به ۱۷ درصد می‌رسد. مؤلفه کنترل نیز سهم جدیدی در تبیین متغیر ملاک نداشته و وارد تحلیل نشده است.

تحلیل رگرسیون گام به گام متغیر روابط جنسی بر مؤلفه‌های متغیر نستوهی: نتایج تحلیل گویای این است که از بین سه مؤلفه متغیر نستوهی، تنها پیش‌بینی‌کننده قابل ذکر برای متغیر روابط جنسی، مؤلفه تعهد می‌باشد که متغیر ملاک را با ضریب ۱۹ درصد تعیین می‌کند. دو مؤلفه دیگر متغیر نستوهی سهم جدیدی در تبیین متغیر ملاک نداشته و وارد تحلیل نشده‌اند.

تحلیل رگرسیون گام به گام متغیر ازدواج و فرزندان بر مؤلفه‌های متغیر نستوهی: نتایج تحلیل نشان می‌دهند که از بین سه مؤلفه متغیر نستوهی، تنها پیش‌بینی‌کننده قابل ذکر برای متغیر ازدواج و فرزندان، مؤلفه تعهد می‌باشد که متغیر ملاک را با ضریب ۱۵ درصد تعیین می‌کند. دو مؤلفه دیگر متغیر نستوهی سهم جدیدی در تبیین متغیر ملاک نداشته و وارد تحلیل نشده‌اند.

تحلیل رگرسیون گام به گام متغیر خانواده و دوستان بر مؤلفه‌های متغیر نستوهی: نتایج این تحلیل نشان می‌دهند که از بین سه مؤلفه متغیر نستوهی، تنها پیش‌بینی‌کننده قابل ذکر برای متغیر خانواده و دوستان، مؤلفه تعهد می‌باشد که متغیر ملاک را با ضریب ۲۸ درصد تعیین می‌کند. دو مؤلفه دیگر متغیر نستوهی سهم جدیدی در تبیین متغیر ملاک نداشته و وارد تحلیل نشده‌اند.

تحلیل رگرسیون گام به گام متغیر جهت‌گیری مذهبی بر مؤلفه‌های متغیر نستوهی: نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام متغیر جهت‌گیری مذهبی بر مؤلفه‌های متغیر نستوهی نشان می‌دهد که از بین سه مؤلفه متغیر نستوهی، تنها پیش‌بینی‌کننده قابل ذکر برای متغیر جهت‌گیری مذهبی، مؤلفه تعهد می‌باشد و متغیر ملاک را با ضریب ۱۶ درصد تعیین می‌کند. دو مؤلفه دیگر متغیر نستوهی سهم جدیدی در تبیین متغیر ملاک نداشته و وارد تحلیل نشده‌اند.

بحث

نتایج تحلیل‌های آماری پژوهش حاکی از آن است که بین نستوهی و رضامندی زناشویی و تمام زیرمقیاس‌های آن رابطه مثبت وجود دارد. این، بدان معنا است که به هر میزان فرد در متغیر شخصیتی نستوهی بالاتر باشد، از رضامندی زناشویی بالاتری برخوردار خواهد بود؛ به عبارت دیگر متغیر شخصیتی نستوهی، می‌تواند رضامندی زناشویی را پیش‌بینی کند.

هم‌چنین در رابطه با تعیین سهم هر یک از مؤلفه‌های نستوهی در پیش‌بینی رضامندی زناشویی مشخص شد که مؤلفه تعهد، بالاترین سهم را دارد و پس از آن مؤلفه کنترل قرار می‌گیرد و مؤلفه چالش‌طلبی در هیچ یک از پیش‌بینی‌ها، جز در زیرمقیاس اوقات فراغت، سهم جدیدی نداشت. لازم است ذکر شود که این مسئله، دال بر آن نیست که چالش‌طلبی سهمی در تعیین رضامندی زناشویی ندارد، بلکه می‌توان گفت به علت هم‌پوشی با دو مؤلفه قبل، سهم اضافه‌ای در پیش‌بینی ندارد. مدی و همکاران (۲۰۰۲) نیز در پژوهش خود دریافته بودند که تعهد، کنترل و چالش‌طلبی ارتباط درونی دارند و به شدت شبیه هستند.

به هر صورت، نتایج حاصل از پژوهش مؤید آن است که فردی که از نستوهی بالاتری برخوردار است، بهتر توانسته با تنیدگی‌های پیش رو در زندگی مواجه شود و در نهایت از رضامندی زناشویی بالاتری بهره‌مند است. این نتیجه‌گیری به طور تلویحی بیان می‌کند که لزوماً رضامندی زناشویی بالاتر با کاهش تنیدگی‌های عینی از قبیل حل مسائل مالی، مسکن و امثال آن، حاصل نمی‌شود، بلکه عواملی می‌توانند تأثیر تنیدگی‌های زندگی زناشویی را بر رضایت زوج از روابطشان، تعدیل کنند و در حقیقت ما با یک علیت خطی و مستقیم میان این دو عامل روبه‌رو نیستیم. استوری و برادبری (۲۰۰۴) نیز معتقدند اساساً عوامل تنیدگی‌زای یکسان می‌توانند آثار بسیار متفاوتی بر زوج‌ها داشته باشند و نمی‌توان با قاطعیت بین مواجهه با تنیدگی و عدم رضامندی زناشویی رابطه علی قائل شد. در این پژوهش روشن شد یکی از عواملی که می‌تواند الگوی اثرگذاری ساده و خطی را در رابطه میان مواجهه با محرک‌های تنیدگی‌زا و عدم رضامندی زناشویی خنثی کند، ویژگی شخصیتی نستوهی است.

در واقع سازه شخصیتی نستوهی، با ممکن ساختن مدیریت بهتر تنیدگی‌ها، به فرد این امکان را می‌دهد تا از تنیدگی موجود آسیب ندیده، بلکه پس از حل تنش و گذر از آن، به وضعیتی مطلوب‌تر دست یابد. در توضیح این مسئله می‌توان به ویژگی‌های فرد نستوه اشاره کرد؛ افراد نستوه، چالش‌طلب هستند، به این معنا که تغییر را در زندگی بهنجار می‌دانند و در برابر رویدادها حالت درماندگی و تسلیم نشان نمی‌دهند (لنگ، ۲۰۰۲)؛ در نتیجه این افراد رویدادهای تنیدگی‌زا را در زندگی تهدیدی برای امنیت خود تلقی نمی‌کنند، بلکه این رویدادها را محرکی برای رشد و سکوی پرتاب می‌دانند و از آن‌ها برای پیشرفت استفاده می‌کنند. ایشان مشکلات زندگی را میدانی برای مبارزه و رشد تلقی می‌کنند. این‌گونه افراد با داشتن این باور که تکامل نتیجه یک رشد مداوم و آموختن تجارب مثبت و منفی در یک زندگی فعال است، با مسائل پیش رو درگیر شده و هرگز منزوی نمی‌شوند (مدی و همکاران، ۲۰۰۲). ویژگی برجسته دیگر افراد نستوه، شیوه پردازش ذهنی مثبت ایشان در برابر آشفتگی و استفاده از مقابله‌های کارآمد است که آن‌ها را در مقابل تنیدگی محافظت می‌نماید

(آزادفلاح و پورمحمدرضای تجربی، ۱۳۸۰). بی‌تردید می‌توان انتظار داشت که فرد نستوه، با ارزیابی مثبت رویدادها، تنیدگی‌های زندگی زناشویی را به مثابه فرصتی برای تغییر و تعالی در می‌یابد و نتیجه این فرایند، رضایت بالاتر از زندگی زناشویی خواهد بود.

افراد نستوه، هم‌چنین دارای تعهد و احساس کنترل قوی هستند، ایشان با تلاش بر مسائل موجود اطرافشان تأثیر می‌گذارند و احساس ناتوانی نمی‌کنند. به هر حال مجموعه این ویژگی‌ها، سبب می‌شود که افراد نستوه در محیط خود و در شرایط تنیدگی‌زا سازمان‌دهنده باشند (اسپرادلینگ، ۲۰۰۰) و به شکل مناسبی بر این شرایط غلبه کنند. یافته‌های این پژوهش هم‌تأیید می‌کند که افراد دارای نستوهی بالاتر توانسته‌اند با بهره‌گیری از این ویژگی‌های شخصیتی، با داشتن تسلط و کنترل بر مسائل پیش‌رو در زندگی تأثیر بگذارند و بر تنیدگی‌های زندگی زناشویی غلبه کنند و در نتیجه از رضامندی زناشویی بالاتری برخوردار باشند. کوهن (۱۹۹۹؛ به نقل از هومیش و لئونارد، ۲۰۰۵) نیز بیان می‌کند که زوجین در شرایط تنیدگی‌زا، هم می‌توانند به هم نزدیک‌تر و متعهدتر شوند و هم‌چنین ممکن است رابطه‌شان مختل شود و رضایتشان کاهش یابد. به طور خلاصه روابط زوج، در شرایط تنیدگی‌زا، در صورتی که بتوانند رابطه مؤثری با هم برقرار کنند، به ارزیابی‌های سازگارانه از عوامل تنیدگی‌زا برسند و از یکدیگر به عنوان منبع حمایت استفاده کنند، قوی‌تر می‌شود (برگ، میگن و دوینی، ۱۹۹۸؛ به نقل از کیسر و بلک، ۲۰۰۵). به نظر می‌آید که زوج‌های دارای نستوهی بالا نیز به دلیل درگیر شدن فعال برای غلبه بر مشکل به یکدیگر نزدیک‌تر و متعهدتر می‌شوند و هم‌چنین به دلیل داشتن تجربه موفقی از حل مسئله و گذر از تنیدگی، بهتر می‌توانند با عوامل تنیدگی‌زای آینده مواجه شوند و رضامندی زناشویی ایشان افزایش می‌یابد (استوری و برادبری، ۲۰۰۴).

همسو با یافته‌های پژوهش حاضر، لنگ (۲۰۰۲) معتقد است که افراد نستوه، احساسی از داشتن منابع فراوان دارند که آن‌ها را قادر می‌سازد تا با ابعاد شرایط تنیدگی‌زا به روشی درگیر شوند که ادراکشان را از موقعیت و رضامندی‌شان را از حمایت‌های اجتماعی و زناشویی بهبود بخشد. در پژوهش‌های دیگر نیز در مورد آثار میانجی‌گرانه نستوهی بر رابطه بین تنیدگی و رضایت از زندگی، این رابطه تأیید شد (هاموند و فانگ، ۱۹۸۸؛ کلمنت، ۱۹۸۸؛ به نقل از اسپرادلینگ، ۲۰۰۰).

هم‌چنین اسمولن و اسپیکل (۱۹۸۷؛ به نقل از سچسر، ۲۰۰۹) نیز در تحقیق در مورد زوجها دریافتند آن‌هایی که منبع کنترل درونی‌تری داشتند، دارای رضامندی زناشویی بالاتری بودند تا آن‌ها که منبع کنترل بیرونی‌تر داشتند. دنوی و کوپر (۲۰۰۲) هم معتقدند نستوهی و رضایت از زندگی دارای رابطه مثبت با یکدیگرند.

بررسی رابطه میان سازه شخصیتی نستوهی و رضامندی زناشویی در این پژوهش، روشن ساخت که می‌توان با توجه به برخوردار بودن افراد از نستوهی، به عنوان عامل تعدیل‌گر تنیدگی، رضامندی

زناشویی ایشان را پیش‌بینی کرد. این یافته، راهنمایی است برای انجام پژوهش‌های بعدی در رابطه با آموزش نستوهی و استفاده کاربردی از نتایج این پژوهش‌ها در حوزه روابط خانواده.

پی‌نوشت‌ها

1. Marital Satisfaction
2. Hardiness
3. Commitment
4. Control
5. Challenge
6. Personal Views Survey
7. Stepwise

منابع

- آزادفلاح، پ. و پورمحمدرضای تجربی، م. (۱۳۸۰). بررسی تغییرات فشار خون بر اساس سرسختی در موقعیت شکست. *مجله روان‌شناسی*، ۱۹، ۲۰۳-۲۱۵.
- آزادفلاح، پ.، تجربی، م.، و بیگدلی، ا. (۱۳۸۳). راهکارهای علمی و اجرایی برای حل فاصله بین بلوغ و ازدواج. پروژه تحقیقات ویژه توسعه کشور. دانشگاه تربیت مدرس، تهران.
- ثناپی، ب. (۱۳۷۹). *مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج*. تهران: نشر بعثت.
- جمهری، ف. (۱۳۸۱). *بررسی رابطه بین سخت‌رویی و گرایش به افسردگی و اضطراب در بین زنان و مردان*. پایان‌نامه دکتری، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران.
- کجباف، م. ب.، نشاطدوست، ح.، و خالویی، ق. (۱۳۸۴). *بررسی رابطه بین هیجان‌خواهی و میزان رضایت زناشویی*. دو ماهنامه علمی - پژوهشی دانشگاه شاهد، ۱۲(۱۰)، ۶۹-۷۷.
- قربانی، ن. (۱۳۷۳). *ویژگی شخصیتی سخت‌رویی و ارتباط آن با تیپ آ و بیماری‌های کرونری*. پایان‌نامه دکتری، دانشگاه تربیت مدرس، تهران.
- موسوی، ر.، مرادی، ع. و مهدوی هرسینی، ا. (۱۳۸۴). *بررسی اثربخشی خانواده‌درمانی در بهبود عملکرد خانواده و تقویت رضایت زناشویی در خانواده‌های کودکان مبتلا به اختلال اضطراب جدایی*. فصلنامه خانواده‌پژوهی، ۱(۴)، ۳۳۵-۳۲۱.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124(2), 197-229.
- Ghorbani, N., Watson, P. J., & Moris, R. J. (2000). Personality, stress and mental health: Evidence of relationships in a sample of Iranian managers. *Personality and Individual Differences*, 28, 647-657.
- Homish, G., & Leonard, K. E. (2005). Spousal influence on smoking behaviors in U.S. community sample of newly married couples. *Social Science & Medicine*, 61, 2557-2567.

- Kiser, L. J., & Black, M. M. (2005). Family processes in the midst of urban poverty: What does the trauma literature tell us?. *Aggression and Violent Behavior, 10*, 715-750.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology, 37*, 1-11
- Kobasa, S. C. (1982). Commitment and coping in stress resistance among lawyers. *Journal of Personality and Social Psychology, 42(4)*, 707-717.
- Lang, A. (2002). *Explanatory model of health in bereaved parents post fetal/infant death*. Unpublished doctoral dissertation, University of Montreal, <http://proquest.umi.com>
- Maddi, S. R.; Khoshaba, D.M.; Persico, M.; Lu, J; Harvey, R. & Blecker, F. (2002). The personality construct of hardiness. *Journal of Research in Personality, 36*, 72-85.
- Neff, L. A., & Karen, B. R. (2007). Stress crossover in newlywed marriage: A longitudinal and dyadic perspective. *Journal of Marriage and Family, 63(3)*, 594.
- Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2009). The role of stress on close relationships and marital satisfaction. *Clinical Psychology Review, 29*, 105-115.
- Sechser, B. (2009). *The marriage of two process worlds*. Softw. Process Improve. Pract. [On-line]. Available: [http //www. Interscience. Wiley.com](http://www.interscience.wiley.com).
- Spradling, G. M. (2000). *The moderating effect of hardiness on the relationship between marital stress and satisfaction in older adults*. Unpublished doctoral dissertation, university of san Francisco. <http://proquest.umi.com>
- Story, L. B. (2004). *Understanding marriage and stress*. Unpublished doctoral dissertation, University of California, Los angles. <http://proquest.umi.com>
- Story, L. B., & Bradbury, T. N. (2004). Understanding marriage and stress: Essential questions and challenges. *Clinical Psychology Review, 23*, 1139-1162.
- Taniguchi, S. T., Freeman, P. A., Taylor, S., & Malcarne, B. (2006). A study of married couples' perceptions of marital satisfaction in outdoor recreation. *Journal of Experiential Education, 28(3)*, 253-256.