

نقش میانجی تاب‌آوری و بخشودگی در رابطه بین سبک زندگی اسلامی با تعارضات زناشویی

فاطمه ریحانیان^۱، امیر قربان پور لقمجانی^۲، نقی رعدی افسوران^۳

چکیده

پژوهش حاضر باهدف تعیین نقش میانجی تاب‌آوری و بخشودگی در رابطه بین سبک زندگی اسلامی و تعارض‌های زناشویی در زنان متأهل به‌روشنی‌پیمایی از نوع همبستگی انجام شد. جامعه آماری شامل کلیه زنان متأهل شهرستان آستارا بود که به‌منظور جمع‌آوری داده‌ها، ۲۳۰ نفر از ایشان به‌روش نمونه‌گیری دردسترس برای ورود به پژوهش انتخاب شدند. اطلاعات پژوهش بااستفاده از پرسش‌نامه بخشودگی پولارد و همکاران (FFS)، پرسش‌نامه تاب‌آوری کانر و دیویدسون (CD-RISK)، پرسش‌نامه تعارضات زناشویی ثنایی (MCO) و فرم کوتاه پرسش‌نامه سبک زندگی اسلامی کایوانی (ILST) جمع‌آوری شده. داده‌ها بااستفاده از نرم‌افزار SPSS۲۶ و AMOS۲۴ به‌روش تحلیل مسیر و نیز تحلیل میانجی باروش بوت‌استرپ، در برنامه ماکرو پیچر و هایز تحلیل شد. نتایج نشان‌دهنده برازش مناسب مدل فرضی بود. همچنین نتایج نشان داد که سبک زندگی اسلامی تأثیر مستقیم و منفی بر تعارض‌های زناشویی دارد. همچنین تاب‌آوری و بخشودگی بین سبک زندگی اسلامی و تعارض‌های زناشویی نقش میانجی دارد. براین اساس، می‌توان گفت سبک زندگی اسلامی با ارائه چهارچوب مناسب برای رشد و بهتر زیستن، تاب‌آوری و بخشودگی را افزایش می‌دهد که به‌دنبال آن مشکلاتی همچون تعارضات زناشویی کاهش می‌یابد.

واژگان کلیدی: سبک زندگی اسلامی، تعارضات زناشویی، تاب‌آوری، بخشودگی.

نوع مقاله: پژوهشی تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۳/۱۳ تاریخ بازنگری: ۱۴۰۱/۵/۳ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۵/۳۱

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران.

Email: amirelite@yahoo.com

۲. دانشیار مشاوره، گروه علوم تربیتی و مشاوره، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران. (نویسنده مسئول)

Email: qorbanpoorlafimejani@guilan.ac.ir

۳. استادیار علوم تربیتی، گروه علوم تربیتی و مشاوره، دانشگاه گیلان، رشت، ایران.

Email: naghi.radi.afsouran@guilan.ac.ir

The Mediatory Role of Resilience and Forgiveness in the Relationship between Islamic Lifestyle and Marital Conflicts

Fatemeh Reihanian¹, Amir Ghorbanpour lafmejani², Naghi Radi Afsouran³

This correlational study aimed to identify the mediatory role of resilience and forgiveness in the relationship between Islamic lifestyle and marital conflicts among married women by applying a survey method. The population included all married women in Astara, and 230 women were selected by the convenience sampling as the sample. The data were collected with Pollard et al.'s Family Forgiveness Scale (FFS), the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), Thanaei's marital conflict questionnaire, and Kavyani's Islamic Life Style Test (ILST) (short form). The data were analyzed using path analysis and mediation analysis by the bootstrap test and with the help of a macro developed by Preacher and Hayes (2008) in SPSS-26 and AMOS-24. According to the results, the hypothetical model had a proper fit. Moreover, Islamic lifestyle had a direct and negative effect on marital conflicts. In addition, resilience and forgiveness had a mediatory role in the relationship between Islamic lifestyle and marital conflicts. Therefore, it can be said that Islamic lifestyle increases resilience and forgiveness by presenting a proper framework for growing and living better. Consequently, it results in reducing the problems such as marital conflicts.

Keywords Islamic lifestyle, marital conflicts, resilience, forgiveness.

Paper Type: Research

Data Received: 2022 / 06 / 03 Data Revised: 2022/ 07 / 25 Data Accepted: 2022 / 08 / 22

1. M.A. Student in Family Counseling, Faculty of Literature and Humanities, University of Guilan, Rasht, Iran.
Email: amirelite@yahoo.com

2. Associate Professor of Counseling, Department of Educational Sciences and Counseling, Faculty of Literature and Humanities, University of Guilan, Rasht, Iran. (Corresponding Author)

Email: qorbanpoorlafmejani@guilan.ac.ir

3. Assistant Professor of Educational Sciences, Department of Educational Sciences and Counseling, Faculty of Literature and Humanities, University of Guilan, Rasht, Iran.

Email: naghi.radi.afsouran@guilan.ac.ir

۱. مقدمه

خانواده کهن‌ترین نهاد اجتماعی و یکی از ارکان مهم جامعه است و برای داشتن جامعه انسانی سالم باید سلامت روانی اعضای خانواده محقق و روابط مطلوب بین اعضای خانواده به ویژه زن و شوهر برقرار شود. (زاهد بابلان، حسینی، پیری کامرانی و دهقان، ۱۳۹۴) ارتباط مؤثر، شرط لازم برای سلامت روانی و عاطفی، شادی و ثبات زناشویی است (بیات، ۱۳۹۵). زوجین جوان همواره در زندگی مشترک خود با حوادث و لحظه‌های پراسترس و تنش‌زا مواجه می‌شوند. شیوه تفسیر زوجین از وقایع و برخورد با آنها و همچنین ارائه راه حل برای مشکلات از نظام باورها و عقاید و سایر ویژگی‌های شخصیتی تأثیر می‌گیرد. با توجه به تفاوت‌های فردی، به وجود آمدن اختلاف و تعارض بین زوجین امری رایج است (اکتوبر، ۲۰۰۵)، ولی موضوع مهم، شیوه مدیریت مسئله این تعارضات می‌باشد؛ چراکه پیش‌درآمد جدایی زوجین، تعارض زناشویی است (زارعی، نظری و زهراکار، ۱۳۹۹). تعارض زناشویی عبارت است از: نوعی ارتباط زناشویی که همراه با رفتارهای خصومت‌آمیزی مثل توهین، سرزنش، انتقاد و حمله فیزیکی است و زوجین در آن نسبت به یکدیگر احساس کینه، نفرت و خشم داشته و هریک عقیده دارد که همسرش انسان نامطلوب و ناسازگاری است که موجب رنجش و عذاب او می‌شود (پاترسون، هوپس و ویس، ۱۹۹۶). تعارضات شدید زوجین طلاق را به دنبال دارد (گلدنبرگ و گلدنبرگ، ۱۳۸۵). تعارض زناشویی نوعی عدم توافق مداوم و معنادار بین دو همسر است که یکی از آنها آن را گزارش می‌دهد. منظور از معناداری، تأثیر این مسئله بر عملکرد زوجین و منظور از مداوم بودن، اختلافاتی است که به مرور زمان از بین نمی‌رود. (هالفورد، ۲۰۰۱) گلاس (۲۰۰۰) تعارض زناشویی را ناشی از ناهماهنگی زن و شوهر در نوع نیازها و روش ارضای آن، خودمحوری، اختلاف در خواسته‌ها، طرح‌واره‌های رفتاری و رفتار غیرمسئولانه نسبت به ارتباط زناشویی و ازدواج می‌داند. تعارض از دیدگاه سیستمی، تنازع برای تصاحب پایگاه و منابع قدرت است که به حذف امتیازات طرف مقابل و افزایش امتیاز خود می‌انجامد (براتی، ۱۳۷۵). تعارض زناشویی در خانواده مسائل و مشکلاتی را در سطوح فردی، نهادی و اجتماعی به وجود می‌آورد. در سطح فردی، اعضای خانواده که در تعارض با یکدیگر قرار می‌گیرند تعادل روانی خود را از دست داده و رفتارهایی مانند پرخاشگری، اضطراب و افسردگی را بروز می‌دهند.

در سطح خانواده، عواقب تعارض نه‌تنها گریبان‌گیر همه اعضای خانواده می‌شود بلکه بر خویشان، بستگان، نزدیکان و آشنایان هم تأثیر می‌گذارد. در سطح اجتماعی نیز آثار و پیامد تعارضات زناشویی، بحران‌ساز است (منصوریان و فخرایی، ۱۳۸۶).

از آنجا که عملکرد خانواده تأثیر مستقیم و به‌سزایی بر عملکرد جامعه دارد (مظاهری، ۱۳۸۷، به‌نقل از کرمی، ۱۳۹۱) اگر مسائل و مشکلات ناشی از تعارضات خانواده در جامعه‌ای شدت پیدا کند استحکام خانواده به‌خطر می‌افتد و این امر تهدیدی برای استحکام جامعه و نظام‌های ارزشی، فرهنگی و اجتماعی است (منصوریان و فخرایی، ۱۳۸۶). برخی از عوامل مؤثر بر تعارض‌های زناشویی عبارتند از: سبک زندگی (رک.، قربانعلی‌پور، فراهانی، برجعلی و مقدس، ۱۳۸۷)، تاب‌آوری (رک.، کاکاوند، شیرمحمدی، جعفری و حاجی‌امیدی، ۱۳۹۹) و بخشودگی (رک.، غفوری، مشهدی و حسن‌آبادی، ۱۳۹۲). یکی از عوامل مؤثر در تعارضات زناشویی، سبک زندگی است. سبک زندگی زوجین بر تعاملات و ابعاد مختلف زندگی زناشویی از جمله ارتباطات، مدیریت مالی، اوقات فراغت، روابط جنسی، اقوام و دوستان، جهت‌گیری مذهبی و حل تعارض تأثیر می‌گذارد. سبک زندگی صحیح زوجین، افزایش رضایتمندی زناشویی و کاهش تعارضات را به‌دنبال دارد (قربانعلی‌پور، و همکاران، ۱۳۸۷).

هر دیدگاه و مذهبی سبک زندگی خاص خود را برای بشریت ارائه می‌دهد و مدعی است که جامعه مطلوب و زندگی سالم در نتیجه پیروی از روشی است که آنها برای زندگی ارائه می‌دهند. اسلام نیز سبک زندگی ویژه‌ای را ارائه می‌دهد که مهمترین نوآوری در مفهوم سبک زندگی اسلامی این است که ناظر به آموزه‌های اسلامی و جهان‌بینی اسلامی است. (کجباف، سجادیان، کاویان و انوری، ۱۳۹۰) سبک زندگی اسلامی به رفتار می‌پردازد و با شناخت و عواطف ارتباط مستقیم ندارد، ولی چون اسلامی است، نمی‌تواند با آنها بی‌ارتباط باشد. براین اساس، سبک زندگی اسلامی عمق اعتقادات، عواطف و نگرش فرد را نمی‌سنجد بلکه رفتارهای فرد سنجش می‌شود. هر رفتاری که بخواهد مبنای اسلامی داشته باشد باید حداقل‌هایی از شناخت و عواطف اسلامی را پشتوانه خود قرار دهد. سبک زندگی اسلامی مانند درختی با ریشه، ساقه و شاخه است. ریشه‌های این درخت شیوه شکل‌گیری سبک زندگی را بیان می‌کنند. ساقه این درخت درباره اعتقادات و نگرش‌های کلی حاکم بر

زندگی (اعتقادات و عواطف) و شاخه‌ها و وظایف زندگی است که در ابعاد فردی، خانوادگی و اجتماعی مطرح می‌شوند (کاویانی، ۱۳۹۸).

دین اسلام برنامه تکامل انسان است و برای تأسیس و تحکیم نهاد خانواده و پیش‌گیری از فروپاشی آن رهنمودهای مهمی برای تمام اعضا به‌ویژه همسران ارائه کرده است. تأمل در رهنمودها و پیاده‌سازی آنها در زندگی زوجین برای صیانت خانواده و پیش‌گیری از فروپاشی آن ضروری است (موسایی‌پور، ۱۳۹۳)؛ زیرا این رهنمودهای مذهبی بر روابط زوجین تأثیر گذاشته و افزایش رضایت، عفو و بخشش و کاهش تعارض در روابط زوجین را به دنبال دارد (فاطمی‌نیک، سودانی و مهرابی‌زاده‌هنرمند، ۱۳۹۶). تأکید دین بر تقدس ازدواج، مسیر حل تعارضات زناشویی را هموار می‌کند (ماهونی، پارگامنت، جول، سوانک، اسکات و امری و ری، ۱۹۹۹).

پژوهش‌ها نشان می‌دهند که میزان ثبات و استحکام روابط زناشویی و رضایتمندی بین زوجین مذهبی بیشتر از زوجین کمتر مذهبی است. (سالیوان ۲۰۰۱) برجلی، سهرابی، اسکندری، معتمدی و فلاح (۱۳۹۷) پژوهشی برای بررسی رابطه بین سبک زندگی اسلامی با رضایت زناشویی به واسطه‌گری خوش‌بینی انجام دادند. نتایج پژوهش نشان داد که سبک زندگی اسلامی زوجین اثر مستقیم و معناداری بر رضایت زناشویی دارد. یافته‌های پژوهش خدایاری‌فرد، شهبابی و اکبری (۱۳۸۶) نیز در بررسی رابطه نگرش مذهبی با رضایتمندی زناشویی دانشجویان متأهل نشان داد که رابطه مثبت و معناداری بین میزان دین‌داری و رضایت زناشویی وجود دارد. مطالعه آقاپور، مظاهری، آوازه و واحدی (۱۳۹۰) رابطه مثبت و معناداری بین عمل به دستورات قرآنی با رضایتمندی زناشویی نشان داد؛ یعنی هرچه تعهد به دستورات قرآنی در افراد بیشتر شود رضایتمندی زناشویی آنها نیز بیشتر می‌شود. پژوهش عطادخت، هاشمی و جسارتی (۱۳۹۵) با هدف بررسی نقش پایبندی زنان خانواده‌ها به سبک زندگی اسلامی در پیش‌بینی تعارضات خانوادگی نشان داد که مؤلفه‌های اجتماعی، باورها، اخلاقی، مالی، خانوادگی، سلامت، تفکر و علم، امنیتی-دفاعی و مؤلفه زمان‌شناسی سبک زندگی اسلامی با تمام مؤلفه‌های تعارضات زناشویی رابطه منفی و معکوس دارد و این مؤلفه‌ها ۳۷٪ از واریانس تعارضات زناشویی را تبیین می‌کنند. سالیوان (۲۰۰۱) در پژوهشی که با هدف اثرات دین‌داری بر زوجین تازه ازدواج کرده

انجام داد به این نتیجه رسید زوجینی که اعتقاد و باورهای مذهبی بیشتری دارند نسبت به زوجینی که از نظر مذهبی بودن در سطح پایین‌تری قرار دارند ثبات و استحکام زناشویی بیشتری دارند و از ازدواج و روابط خود راضی‌تر به نظر می‌رسند. هانلر و گنچوز (۲۰۰۵) در پژوهشی نشان دادند که دین‌داری با نقش میانجی‌گری حل مشکلات زناشویی تأثیر مثبت و معناداری بر رضایت زناشویی دارد.

تاب‌آوری یکی از عوامل میانجی‌گری رابطه بین سبک زندگی اسلامی با تعارض‌های زناشویی است. تاب‌آوری از توانایی‌ها و مهارت‌هایی است که برای افزایش سازگاری و حل و فصل مشکلات به زوجین کمک می‌کند. (مطهری، بهزادپور و سهرابی، ۱۳۹۲) تاب‌آوری به معنای توانایی فرد در برقراری تعادل زیستی- روانی و معنوی در شرایط تهدیدکننده است (کانرو و دیویدسون، ۲۰۰۳). افرادی که در تعارض‌ها کنترل خود را حفظ می‌کنند و تعارض را چالشی قابل حل می‌دانند در مسائل و بحران‌های دیگر زندگی نیز تاب‌آوری بالایی نشان می‌دهند. باورهای مذهبی و تعالیم دینی مستتر در سبک زندگی اسلامی بر میزان تاب‌آوری افراد تأثیر می‌گذارد و ایمان منتج از سبک زندگی اسلامی، تحمل افراد در برابر سختی‌ها را افزایش داده و آنها را برای غلبه بر چالش‌ها و تغییرات زندگی یاری می‌دهد. در دین اسلام، یاد خدا بهترین وسیله برای مقابله با فشار روانی است: «با یاد خدا دل‌ها آرام می‌گیرد» (رع: ۲۸).

پژوهش‌ها نیز نقش میانجی تاب‌آوری را در رابطه بین سبک زندگی اسلامی و رضایت از زندگی تأیید کرده‌اند. فرهوش، رادمرد، میرمحمدیان و پلنگی (۱۳۹۶) در پژوهش خود نتیجه گرفتند که سبک زندگی اسلامی با افزایش تاب‌آوری بر رضایت از زندگی تأثیر دارد و تقویت سبک زندگی اسلامی در خانواده با افزایش تاب‌آوری در برابر سختی‌ها موجب افزایش رضایت از زندگی اعضای خانواده می‌شود. نتایج پژوهش حسین‌زاده، صدیقی ارفعی، یزدخواستی و نورمحمدی نجف‌آبادی (۱۳۹۵) نشان داد که بین سبک زندگی اسلامی و تاب‌آوری دانشجویان دختر و پسر و همچنین دانشجویان مجرد و متأهل رابطه وجود دارد. برادلی و حجت (۲۰۱۲) در پژوهش خود نشان دادند که تاب‌آوری تأثیر مستقیم و مثبتی بر رضایت زناشویی دارد.

از دیگر عوامل میانجی‌گری در رابطه بین سبک زندگی اسلامی با تعارض زناشویی،

بخشودگی است. (چانگ، ۲۰۱۴؛ لیسیکا، ۲۰۱۳) توانایی بخشش همسر، عامل مؤثر ثبات و استحکام رابطه زناشویی و افزایش رضایتمندی در هر دو زوج است (باکوس، ۲۰۰۹). بخشودگی، میل درونی است که فرد را به سوی بازداری از پاسخ‌های ناخوشایند ارتباط و رفتار مثبت نسبت به کسی که به طور منفی با آنها رفتار کرده است، متمایل می‌کند (مک کولاج، فینچام و تسانگ، ۲۰۰۳. به نقل از نوری تیرتاشی، شفیع‌آبادی و کرمی، ۱۳۹۰). بخشش و گذشت بعد معنوی وجود انسان و از صفات کمالیه خداوند بوده که در وجود انسان متبلور شده است. باور و اعتقاد به دستورات مذهبی و تعالیم دینی در سبک زندگی اسلامی که افراد را به خوش خلقی و خوش نیتی دعوت می‌کند تشریفات مصالحه بین افراد را فراهم کرده و با کاهش سطح برانگیختگی، امکان بخشش در روابط را مهیا می‌کند. بنابراین، باورهای دینی، تعدیل‌کننده رنجش‌ها و ناسازگاری‌ها بوده و موجب بخشودگی و ارتباط سازنده بین فردی می‌شود (ابراهیمی، ۱۳۹۷). نتایج تحقیقات انجام‌شده نشان می‌دهد که بخشودگی زوجین باعث افزایش رضایتمندی زناشویی و کاهش تعارضات در خانواده می‌شود (غفوری، و همکاران، ۱۳۹۲). نتایج پژوهش افخمی، بهرامی و فاتحی‌زاده (۱۳۸۶) نشان داد که بین بخشودگی با تعارض‌های زناشویی در خرده‌مقیاس‌های رابطه فردی با خویشاوندان خود و رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان رابطه منفی و معنی‌داری وجود دارد. پژوهش صلاحیان، صادقی، بهرامی و شریفی (۱۳۸۹) نیز رابطه منفی و معناداری بین بخشودگی و تعارض‌های زناشویی نشان می‌دهد. باتوجه به بررسی اثر سبک زندگی اسلامی بر تعارضات زناشویی زوجین به طور مستقیم و غیرمستقیم از مهارت‌های تاب‌آوری و بخشودگی و اهمیت این موضوع برای پیشگیری از احتمال وقوع طلاق و فروپاشی نهاد خانواده، مطالعه حاضر با هدف تعیین نقش میانجی تاب‌آوری و بخشودگی در رابطه بین سبک زندگی اسلامی و تعارض‌های زناشویی در زنان متأهل شهرستان آستارا انجام شد. در پژوهش حاضر ضرورت این مسئله که آیا تاب‌آوری و بخشودگی بین سبک زندگی اسلامی و تعارض‌های زناشویی نقش میانجی‌گری ایفا می‌کند، بررسی شد. پاسخ به این سؤال مستلزم بررسی مجموعه این متغیرها در قالب یک مدل مفهومی بود (شکل ۱). براین اساس با استفاده از مدل‌یابی معادلات ساختاری (SEM) پژوهشگر به دنبال برآزش مدل نظری مطرح شده درباره میانجی‌گری تاب‌آوری و بخشودگی

در ارتباط بین سبک زندگی اسلامی و تعارض های زناشویی بود تا به این سؤال پاسخ دهد که آیا مدل مفهومی ارائه شده، برازش مطلوبی دارد و اینکه آیا تاب آوری و بخشودگی بین سبک زندگی اسلامی و تعارض زناشویی نقش میانجی ایفا می کند؟



شکل ۱: مدل مفهومی پژوهش

۲. شیوه اجرای پژوهش

۲-۱. روش پژوهش

پژوهش حاضر به روش متأهل به روش پیمایشی از نوع همبستگی چندمتغیری با الگویابی تحلیل مسیر انجام شد. دادهها با استفاده از نرم افزار SPSS ۲۶ و AMOS ۲۴ به روش تحلیل مسیر و نیز تحلیل میانجی باروش بوت استرپ^۱، در برنامه ماکرو پریچر و هایز (۲۰۰۸) تحلیل شد.

۲-۲. جامعه و نمونه آماری

جامعه آماری شامل کلیه زنان متأهل شهرستان آستارا بود که به منظور جمع آوری دادهها، ۲۳۰ نفر از ایشان به روش نمونه گیری دردسترس برای ورد به پژوهش انتخاب شدند. براساس دیدگاه کلاین (۲۰۱۱) برای تحلیل مسیر و یا مدل سازی تعداد نمونه ۲۰۰ نفر باید در نظر گرفته شود (حبیبی و عدنور، ۱۳۹۶). تاباچنیک و فیدل (۲۰۰۱)، به نقل از کاکاوند، و همکاران، (۱۳۹۹) حداقل حجم ۲۰۰ نفر را برای برازش مدل کافی می دانند. بنابراین، حجم نمونه پژوهش ۲۳۰ نفر در نظر گرفته شد که پس از اجرا و حذف پرسش نامه های ناقص، اطلاعات ۲۰۲ پرسش نامه تحلیل شد. معیار ورود به پژوهش گذشت حداقل ۵ سال از زندگی زناشویی، نبودن در فرآیند طلاق یا جدایی و داشتن حداقل سواد برای پاسخگویی به پرسش نامه ها بود. ملاک خروج نیز ناتمام گذاشتن پرسش نامه ها بود.

1. Bootstrap

۲-۳. ابزار پژوهش

۲-۳-۱. پرسش نامه سبک زندگی اسلامی

این پرسش نامه که توسط کاویانی (۱۳۹۰) ساخته شده دارای دو فرم بلند ۱۳۵ سؤالی و فرم کوتاه ۷۵ سؤالی دارد. در پژوهش حاضر از فرم کوتاه این پرسش نامه که در طیف چهار درجه ایی لیکرت است، استفاده شد. این آزمون ۹ بعد شامل مؤلفه های روشنفکری منفی، ویژگی های درونی، عبادی، دنیاخواهی، اجتماعی، گنه کاری، نوع دوستی، لذت خواهی و کم همتی را می سنجد. ضریب پایایی کل این آزمون ۰/۷۸٪ گزارش شده است. نتایج تحلیل عامل نیز روایی و ساختار مناسبی برای آن نشان داده است. روایی هم زمان آن با آزمون جهت گیری مذهبی نیز با استفاده از ضریب هم بستگی پیرسون ۰/۶۴٪ به دست آمده است. پایایی این پرسش نامه در پژوهش حاضر به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶٪ به دست آمد.

۲-۳-۲. پرسش نامه تعارضات زناشویی

این مقیاس توسط ثنایی (۱۳۷۵) ساخته شده که دارای ۴۲ سؤال در طیف پنج درجه ای لیکرت است و هفت بعد از تعارضات زناشویی را می سنجد که عبارتند از: کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزندان، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان و جدا کردن امور مالی از یکدیگر. به گزارش ثنایی، علاقتی، فلاحتی و هومن (۱۳۷۵) این پرسش نامه اعتبار و پایایی قابل قبولی دارد. پایایی این پرسش نامه در پژوهش حاضر به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹٪ به دست آمده است.

۲-۳-۳. پرسش نامه تاب آوری

مقیاس تاب آوری کانر و دیویدسون در سال ۲۰۰۳ با مرور منابع پژوهشی سال های ۱۹۹۱-۱۹۷۹ در حوزه تاب آوری در طیف چهار درجه ای لیکرت تهیه شد که دارای ۲۵ گویه دارد و شامل ۵ عامل است که عبارتند از: تصور از شایستگی فردی^۱، اعتماد به غرایز فردی و تحمل

عاطفه منفی^۱، پذیرش عواطف مثبت و عواطف امن^۲، کنترل^۳ و تأثیرات معنوی^۴ است. این پرسش‌نامه قادر است افراد تاب‌آور و غیرتاب‌آور را در گروه‌های بالینی و غیربالینی از یکدیگر تفکیک کند. کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) ضریب آلفای کرونباخ مقیاس تاب‌آوری را ۰/۸۹ و روایی هم‌زمان آن را ۰/۸۸ گزارش کردند (به نقل از رهبر کرباسدهی، ابوالقاسمی و رهبر کرباسدهی، ۱۳۹۸). در ایران نیز ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۸۱ و روایی هم‌زمان آن ۰/۹۳ گزارش شده است (رهبر کرباسدهی، وهمکاران، ۱۳۹۸). پایایی این پرسش‌نامه در پژوهش حاضر ۰/۸۹ به دست آمده است.

۲-۳-۴. پرسش‌نامه بخشودگی

پرسش‌نامه بخشودگی توسط پولارد و همکاران (۱۹۹۸) ساخته شده و توسط سیف و بهاری (۱۳۸۰) برای خانواده‌های ایرانی هنجاریابی شده است. پرسش‌نامه سنجش بخشودگی ۴۰ سؤال و دو بخش دارد که بخش اول آن (پرسش‌های ۱ تا ۲۰) بخشودگی در خانواده اصلی و بخش دوم پرسش‌های (۲۱ تا ۴۰) میزان بخشودگی در خانواده هسته‌ای (همسران) را می‌سنجد. پایایی آن ۸۴/۵ برآورد شده که بسیار مطلوب است. این پرسش‌نامه ۵ خرده‌مقیاس در طیف چهاردرجه‌ای لیکرت دارد که عبارتند از: درک واقع‌بینانه، تصدیق خطا، جبران عمل ارتكابی، دل‌جویی کردن و احساس بهبودی و سبک‌بالی. میانگین نمرات این مقیاس ۱۲۱/۶ و انحراف معیار آن ۲۳/۵ است. پایایی این پرسش‌نامه در پژوهش حاضر ۰/۸۲ به دست آمده است.

۳. یافته‌های پژوهش

اطلاعات جمعیت‌شناختی به دست آمده از گروه نمونه نشان داد که پاسخ‌دهندگان از نظر سطح تحصیلات ۱۵/۳٪ زیر دیپلم، ۳۸/۱٪ دیپلم، ۳۳/۷٪ کارشناسی، ۱۲/۹٪ کارشناسی ارشد بودند. از نظر وضعیت شغلی ۲۰/۳٪ کارمند، ۳۵/۱٪ آزاد و ۴۴/۶٪ خانه‌دار بودند. پاسخ‌دهندگان از نظر تعداد فرزند، ۳۵/۶٪ بدون فرزند، ۳۶/۶٪ یک فرزند، ۲۲/۸٪ دوفرزند و ۵٪ سه فرزند و بیشتر داشتند. پاسخ‌دهندگان از نظر درآمد خانوار، ۲۸/۷٪

1. Trust in one's instinct and tolerance of negative affects
2. Accepting positive emotions and secure relationships
3. Control
4. Spiritual effects

کم‌درآمد (زیر دومیلیون تومان)، ۴۹٪ با درآمد متوسط (۲ تا ۴ میلیون تومان)، ۳/۲۰٪ خوب (۴ تا ۶ میلیون تومان) و ۲٪ عالی (از ۶ میلیون تومان به بالا) بودند. میانگین طول مدت ازدواج زنان متأهل نیز $7/17 \pm 10/78$ سال و در بازه ۴ تا ۲۶ سال بود.

جدول ۱

یافته‌های توصیفی خرده‌مقیاس‌های تحقیق

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	بیشینه-کمینه	کجی	کشیدگی
سبک زندگی اسلامی	۴۰۴/۱۸	۳۶/۷۰	۵۲۵-۲۶۵	-۰/۲۶۲	۰/۵۶۲
روشنفکری منفی	۵۶/۷۶	۷/۶۵	۷۲-۳۱	-۰/۸۳۴	۰/۶۲۵
ویژگی‌های درونی	۸۴/۸۵	۹/۳۸	۹۶-۵۱	-۱/۱۵۱	۱/۴۳۹
عبادی	۳۳/۴۳	۸/۵۵	۵۸-۱۸	۰/۷۸۳	۰/۰۷۷
دنیاخواهی	۴۸/۰۱	۸/۵۹	۷۶-۲۷	۰/۴۴۳	۱/۳۰۴
اجتماعی	۵۰/۲۲	۸/۷۸	۶۸-۲۲	-۰/۳۴۰	۰/۳۳۷
گناهکاری	۴۲/۳۸	۷/۲۱	۵۶-۱۴	-۰/۶۲۷	۱/۰۸۳
نوع‌دوستی	۲۲/۶۹	۳/۵۲	۳۲-۱۴	۰/۲۰۷	-۰/۳۸۷
لذت‌خواهی	۲۹/۰۱	۵/۳۸	۴۰-۱۲	-۰/۵۶۹	۰/۴۴۵
کم‌همتی	۳۶/۸۰	۵/۴۳	۴۸-۲۰	-۰/۶۴۴	۰/۶۳۶
تاب‌آوری	۹۴/۸۸	۱۳/۳۷	۱۲۳-۵۰	-۰/۱۵۳	-۰/۲۳۹
تصور از شایستگی فردی	۳۱/۰۱	۴/۹۷	۴۰-۱۰	-۰/۳۶۴	۰/۵۰۱
اعتماد به‌غرایز فردی	۲۵/۱۶	۴/۳۵	۳۵-۱۵	-۰/۰۱۸	-۰/۴۰۷
پذیرش مثبت تغییر	۱۸/۹۵	۳/۲۹	۲۵-۹	-۰/۲۶۰	-۰/۲۹۴
کنترل	۱۱/۴۰	۲/۳۶	۱۵-۵	-۰/۲۶۵	-۰/۵۳۲
تأثیرات معنوی	۸/۳۴	۱/۸۳	۱۰-۲	-۱/۲۲۶	۱/۰۸۴
بخشودگی	۱۱۴/۳۶	۱۱/۶۱	۱۴۰-۷۵	-۰/۳۸۶	-۰/۰۲۸
درک واقع‌بینانه	۲۴/۲۶	۳/۱۵	۳۲-۱۷	۰/۰۳۴	-۰/۵۱۵
تصدیق خطا	۲۴/۳۹	۳/۷۳	۳۲-۱۲	-۰/۴۳۶	۰/۰۴۰
جبران عمل	۲۳/۴۶	۳/۰۲	۳۲-۱۴	-۰/۲۵۵	۰/۲۹۰
دلجویی	۲۱/۷۴	۲/۷۳	۲۸-۱۳	-۰/۴۵۵	۰/۲۵۰
احساس بهبودی	۲۰/۲۰	۲/۳۵	۲۶-۱۳	-۰/۳۴۶	۰/۵۵۲
تعارض‌های زناشویی	۸۸/۸۱	۱۴/۲۶	۱۴۹-۶۲	۱/۰۲۳	۱/۶۹۹
کاهش همکاری	۸/۲۵	۲/۹۷	۲۰-۵	۱/۳۱۲	۲/۱۹۹
کاهش رابطه جنسی	۱۳/۲۱	۱/۸۹	۲۱-۸	۰/۶۷۳	۱/۵۷۰
افزایش واکنش هیجانی	۱۸/۶۵	۴/۰۲	۲۹-۱۲	۰/۲۲۷	-۰/۸۰۹
افزایش جلب حمایت فرزند	۱۱/۷۸	۲/۸۰	۱۸-۶	۰/۴۴۹	-۰/۸۱۶

۲/۷۶۵	۱/۲۴۵	۲۵-۶	۳/۴۰	۸/۹۹	افزایش رابطه با اقوام خود
۲/۵۷۶	۱/۸۷۸	۲۸-۷	۲/۸۴	۱۲/۲۲	کاهش رابطه با اقوام همسر و دوستان
-۰/۲۷۹	-۰/۰۹۳	۲۷-۷	۳/۴۳	۱۵/۶۹	جدا کردن امور مالی از همدیگر

در جدول ۱ اطلاعات توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) مربوط به متغیرهای سبک زندگی اسلامی، تاب‌آوری، بخشودگی و تعارضات زناشویی گزارش شده است. در بررسی نرمال بودن تک‌متغیری، وضعیت توزیع متغیرهای موجود در مدل یعنی، متغیرهای اصلی پژوهش با استفاده از شاخص‌های کجی و کشیدگی بررسی شد. با توجه به مقدار معناداری شاخص‌های کجی و کشیدگی (قدرمطلق مقدار کجی کوچک‌تر از ۳ و قدرمطلق مقدار کشیدگی کوچک‌تر از ۱۰) انجام این تحلیل از نظر نرمال بودن تک‌متغیری بلامانع است. برای بررسی توزیع نرمال بودن چندمتغیره از ضریب کشیدگی استاندارد شده مردیا^۱ و نسبت بحرانی استفاده شد که مقدار ۳/۵۰ با سطح بحرانی ۱/۸۶ به دست آمد. از آنجاکه این مقدار کمتر از ۵ است، نرمال بودن چندمتغیری تأیید شد.

جدول ۲

ماتریس همبستگی بین متغیرهای سبک زندگی اسلامی، تاب‌آوری و بخشودگی با تعارض‌های زناشویی

متغیرهای برونزا و میانجی	تعارض‌های زناشویی	کاهش همکاری	کاهش رابطه جنسی	افزایش واکنش هیجانی	افزایش جلب حمایت فرزند	افزایش رابطه با اقوام خود	کاهش رابطه با اقوام، همسر و دوستان	جدا کردن امور مالی از همدیگر
سبک زندگی اسلامی	-۰/۳۵۲**	-۰/۲۷۷**	-۰/۰۴۵	-۰/۳۱۹**	-۰/۰۳۳	-۰/۲۹۱**	-۰/۳۶۱**	-۰/۲۱۱**
تاب‌آوری	-۰/۲۴۴**	-۰/۱۵۷*	-۰/۰۰۷	-۰/۳۱۹**	-۰/۱۶۴*	-۰/۲۳۹**	-۰/۲۰۲**	۰/۰۴۰
بخشودگی	-۰/۴۲۱**	-۰/۴۱۷**	۰/۰۲۶	-۰/۴۰۲**	-۰/۱۹۹**	-۰/۴۷۲**	-۰/۳۹۰**	-۰/۰۱۹

**P<۰/۰۰۱

*P<۰/۰۰۵

برای بررسی عدم وجود داده‌های فاقد ارزش چندمتغیری، شاخص d_2 ماهالانوبیس ($p<۰/۰۰۵$) بررسی شد. برای بررسی همبستگی بین متغیرها از آزمون همبستگی پیرسون استفاده شد که در جدول ۲ بیان شده است. با توجه به نتایج ماتریس همبستگی (جدول ۲)، بین سبک زندگی اسلامی ($r = -۰/۳۵۲$)، تاب‌آوری ($r = -۰/۲۴۴$) و بخشودگی

1. Mardia standardized kurtosis coefficient

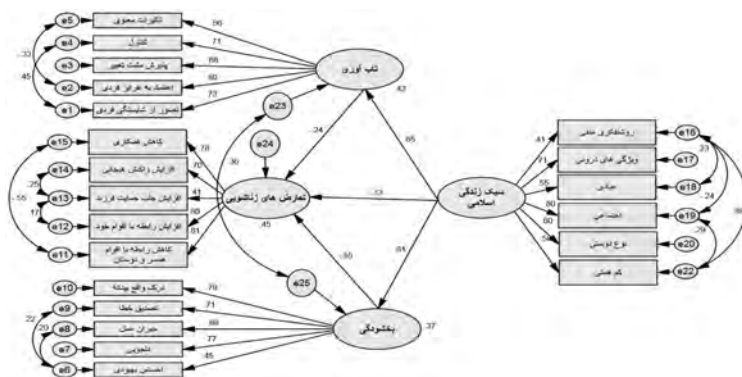
($r = -0/431$) با تعارض‌های زناشویی رابطه منفی و معناداری وجود دارد. برای بررسی پرسش اصلی پژوهش یعنی، برازش الگوی ساختاری پیشنهادی از الگویابی معادلات ساختاری مبتنی بر روش کوواریانس نرم افزار نسخه ۲۴ استفاده و پارامترهای مدل به روش بیشینه درست‌نمایی (ML) برآورد شد.

جدول ۳

شاخص‌های برازش تحلیل مسیر مدل اصلاحی

شاخص‌های برازش مدل	مدل پیشنهادی	مدل نهایی	حد مجاز
مجدور (χ^2)	۴۲۶/۲۶	۴۱۴/۱۸	
درجه آزادی (df)	۱۷۳	۱۷۲	
سطح معناداری (p. value)	< ۰/۰۰۱	< ۰/۰۰۱	
نسبت مجدور خی به درجه آزادی (CMIN/DF)	۲/۴۶۴	۲/۴۰۸	کمتر از ۳
ریشه میانگین مربعات خطای تقریب (RMSEA)	۰/۰۸۲	۰/۰۷۹	کمتر از ۰/۰۸
شاخص برازش نرم پارسیمونس (PNFI)	۰/۶۵۴	۰/۶۵۵	بالاتر از ۰/۵
شاخص برازش مقایسه‌ای (CFI)	۰/۸۹۴	۰/۹۰۳	بالاتر از ۰/۹
شاخص برازش مقایسه‌ای پارسیمونس (PCFI)	۰/۷۱۱	۰/۶۱۲	بالاتر از ۰/۵
شاخص برازش افزایشی (IFI)	۰/۸۹۵	۰/۹۰۴	بالاتر از ۰/۹
شاخص نیکویی برازش (GFI)	۰/۸۹۲	۰/۹۰۰	بالاتر از ۰/۹
میانگین مربعات باقی مانده استاندارد شده (SRMR)	۰/۰۸۱	۰/۰۷۶	

در جدول ۳ شاخص‌های کیفیت مدل ساختاری در گروه زنان متأهل نشان داده شده است. نتایج نشان می‌دهد که همه شاخص‌های برازندگی، نشان دهنده برازش قابل قبول الگوی پیشنهادی با داده‌ها و تمام ضرایب مسیرها معنادار بودند. شاخص میزان واریانس تبیین شده متغیرهای نهفته درون‌زا را نشان می‌دهد. ضریب تعیین متغیر تعارض‌های زناشویی ۰/۴۵۳ است که نشان می‌دهد تمام متغیرهای برون‌زا و میانجی یعنی، سبک زندگی اسلامی، تاب‌آوری و بخشودگی می‌توانند ۴۵٪ از تغییرات تعارض‌های زناشویی را پیش‌بینی کنند که این میزان در حد قوی است. همچنین مشاهده شد که ضریب تعیین متغیرهای تاب‌آوری و بخشودگی به ترتیب ۴۲٪ و ۳۷٪ است که قوی است. بنابراین، باتوجه به شاخص‌های برآورده شده، مشخص شد که رابطه ساختاری سبک زندگی اسلامی با تعارض‌های زناشویی با میانجی‌گری تاب‌آوری و بخشودگی، برازش مطلوبی دارد.



شکل ۲: مدل اصلاحی درحالت ضرایب استاندارد شده

نتایج مربوط به اجرای مدل اولیه در حالت استاندارد به همراه برخی از مهمترین شاخص های برازش تحلیل مسیر (پس از اصلاح مدل و رسم همبستگی بین خطاهای کوواریانس^۱) در شکل ۲ و جدول شماره ۳ ارائه شده است. نتایج حاصل از روابط مستقیم متغیرهای پژوهش در الگوی پیشنهادی نشان می دهد که در کل نمونه، تمام ضرایب مسیر از نظر آماری معنادار بود.

جدول ۴

پارامترهای اندازه گیری روابط مستقیم

مسیر	ضرایب استاندارد	خطای معیار	نسبت بحرانی	سطح معناداری (P)
سبک زندگی اسلامی تعارض های زناشویی	-۰/۳۳۱	۰/۰۷۸	-۲/۶۰۴	<۰/۰۰۱
سبک زندگی اسلامی تاب آوری	۰/۶۵۰	۰/۱۷۱	۶/۴۰۷	<۰/۰۰۱
سبک زندگی اسلامی بخشودگی	۰/۶۰۸	۰/۰۵۵	۵/۶۹۵	<۰/۰۰۱
تاب آوری تعارض های زناشویی	-۰/۲۴۲	۰/۰۲۳	-۲/۶۸۲	۰/۰۰۳
بخشودگی تعارض های زناشویی	-۰/۵۵۵	۰/۳۱۳	-۴/۹۶۷	<۰/۰۰۱

جدول ۴، پارامترهای اندازه گیری روابط مستقیم متغیرها را برای کل نمونه نشان می دهد. براساس ضرایب استاندارد و مقادیر بحرانی ارائه شده در جدول ۴، همه مسیرهای مستقیم معنادار است. در الگوی پیشنهادی پژوهش حاضر چند مسیر غیرمستقیم یا واسطه ای وجود دارد.

1. Drawing a correlation between the errors

سطح معناداری	شاخص						مسیر
	حد بالا	حد پایین	خطا	سوگیری	بوت	داده	
<۰/۰۱۲	-۰/۰۲۶۶	-۰/۲۸۰۱	۰/۰۲۲۷	۰/۰۰۰۳	-۰/۱۵۷۰	-۰/۱۵۷۳	سبک زندگی اسلامی به تعارض‌های زناشویی از راه تاب‌آوری
<۰/۰۰۱	-۰/۲۷۳۱	-۰/۳۹۴۵	۰/۰۴۳۶	۰/۰۰۰۲	-۰/۳۳۷۲	-۰/۳۳۷۴	سبک زندگی اسلامی به تعارض‌های زناشویی از راه بخشودگی

برای تعیین معناداری هریک از روابط واسطه‌ای و اثر غیرمستقیم متغیر مستقل بر متغیر وابسته با متغیر میانجی از روش بوت استرپ استفاده شد. (جدول ۵) در جدول ۵ منظور از داده^۱، اثر غیرمستقیم در نمونه اصلی و منظور از بوت^۲، میانگین برآوردهای اثر غیرمستقیم در نمونه‌های بوت استرپ است. همچنین در این جدول، سوگیری^۳ بیانگر تفاضل بین داده و بوت و خطای معیار نیز نشان‌دهنده انحراف معیار برآوردهای غیرمستقیم در نمونه‌های بوت استرپ است. مطابق جدول ۵ الگوی ساختاری پیشنهادی برازش مطلوبی دارد و متغیر پیش‌بین یعنی، سبک زندگی اسلامی و متغیرهای میانجی یعنی، تاب‌آوری و بخشودگی به ترتیب ۰/۱۵۷۰، ۰/۳۳۷۲ واحد از رابطه سبک زندگی اسلامی با تعارض‌های زناشویی کم می‌کند.

۴. بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تعیین نقش میانجی تاب‌آوری و بخشودگی در رابطه بین سبک زندگی اسلامی و تعارض‌های زناشویی در زنان متأهل شهرستان آستارا انجام شد. نتایج تحلیل‌های آماری نشان داد که سبک زندگی اسلامی با تعارض‌های زناشویی رابطه منفی، معنادار و البته مستقیم دارد؛ یعنی هرچه سبک زندگی اسلامی بیشتر باشد میزان اختلافات و تعارضات زناشویی کمتر می‌شود. در مقابل، هرچه سبک زندگی اسلامی کمتر باشد میزان بروز تعارضات زناشویی بیشتر می‌شود. این یافته با تحقیقات احمدی، فتحی‌آشتیانی و

1. Data
2. Boot
3. Bias

عرب‌نیا (۱۳۸۵)، خدایاری فر و همکاران (۱۳۸۶)، آقاپور و همکاران (۱۳۹۰)، منجزی، شفیع‌آبادی و سودانی (۱۳۹۱)، عطادخت و همکاران (۱۳۹۵)، برجعلی و همکاران (۱۳۹۷) سالیوان (۲۰۰۱) و هانلر و گنچوز (۲۰۰۵) همسوست.

احمدی و همکاران (۱۳۸۵) در تحقیق خود گزارش کردند که رابطه مثبت و معناداری بین تقیدات مذهبی و سازگاری زناشویی وجود دارد. خدایاری فر و همکاران (۱۳۸۶) نیز رابطه مثبت و معناداری بین میزان دین‌داری و رضایت زناشویی گزارش کردند. آقاپور و همکاران (۱۳۹۰) دریافتند رابطه مثبت و معناداری بین عمل به دستورات قرآنی با رضایتمندی زناشویی وجود دارد. عطادخت و همکاران (۱۳۹۵) نیز دریافتند مؤلفه‌های اجتماعی، باورها، اخلاقی، مالی، خانوادگی، سلامت، تفکر و علم، امنیتی - دفاعی و مؤلفه زمان‌شناسی سبک زندگی اسلامی با تمام مؤلفه‌های تعارضات زناشویی رابطه منفی و معکوسی دارند. تحقیق سالیوان (۲۰۰۱) نشان داد که ثبات و استحکام زناشویی در زوجین مذهبی بیشتر از زوجین کمتر مذهبی است و مطالعه هانلر و گنچوز (۲۰۰۵) نیز نشان داد دین‌داری با نقش میانجی‌گری حل مشکلات زناشویی تأثیر مثبت و معناداری بر رضایت زناشویی دارد.

در تبیین این یافته‌های پژوهش می‌توان گفت که دین اسلام با ارائه جهان‌بینی ویژه و بنیادی، فرد را برای زندگی دین‌مدارانه هدایت می‌کند و با ارائه منظومه تکالیف و برنامه‌های جامع که اثربخشی مفید و مؤثر آن بر جنبه‌های مختلف زندگی انسان نمایان است رضایت و خشنودی را برای نوع بشر به‌ارمغان می‌آورد. سبک زندگی هر فرد متأثر از نوع جهان‌بینی و ارزش و باورهای اوست. جهان‌بینی مبتنی بر دستورات اسلام و ارزش‌های الهی به فرد کمک می‌کند تا سبک زندگی خاصی را شکل دهد که فرد را در راستای نیل به هدف نهایی آفرینش خود یعنی، تقرب به خدا قرار گیرد به‌گونه‌ای که فرد همه شئون زندگی خود از جمله خانواده، معاشرت، عبادت، تحصیل، زیبایی ظاهری، سخن‌گفتن و... را در مسیر این هدف قرار می‌دهد.

از ابعاد مهم زندگی فرد، خانواده و مسائل زوجینی است. وقتی فرد در زمینه‌های مختلف زندگی براساس این نوع جهان‌بینی عمل کند بدون تردید تعارض کمتر و تاب‌آوری و بخشودگی بیشتری را تجربه می‌کند و اعمال او با احساس رضایت و خشنودی همراه

می‌شود. احساس خشنودی که تقرب به خدا منشأ اصلی آن است، می‌تواند تعارضات را کاهش و تحمل و تاب‌آوری را افزایش دهد. سبک زندگی اسلامی چهارچوب مناسبی برای رشد و بهتر زیستن انسان فراهم می‌کند که افراد می‌توانند با بهره‌گیری از این نوع سبک زندگی، زیست سالم‌تر و رضایت‌خاطر بیشتری کسب کنند. (سلم‌آبادی، ۱۳۹۳)

در تبیین دیگری در مورد یافته‌های به دست آمده می‌توان گفت که سبک زندگی اسلامی به دو صورت می‌تواند در کاهش تعارضات زناشویی تأثیر بگذارد. از نظر درون‌فردی، سبک زندگی اسلامی توانایی خودکنترلی فرد را از جنبه‌های مختلف فیزیولوژیکی، شناختی و عاطفی افزایش می‌دهد و به زوجین در یافتن و پذیرش مسئولیت اعمال خود در تعارضات به وجود آمده کمک می‌کند. از نظر بین‌فردی نیز اعمال مذهبی شرایطی را فراهم می‌کند که فرد در هنگام بروز تعارض و خشم، به خدا توجه کند و منبع حمایتی برای هر دو زوج ایجاد می‌کند که از تعارض با یکدیگر اجتناب کنند.

ارتباط با خدا نقش تعاملی و جبرانی در رابطه با روابط زناشویی دارد. براین اساس، هرچه میزان پایبندی خانواده‌ها و زوجین به سبک زندگی اسلامی و مباحث مذهبی بیشتر باشد، میزان اختلافات در آن خانواده کمتر خواهد بود. (عطادخت، و همکاران، ۱۳۹۵) به طور کلی دین و مذهب برای ابعاد مختلف زندگی رهنمودهای کلی در اختیار بشر قرار می‌دهند که اگر بدان عمل شود موجبات استحکام پیوند زناشویی فراهم می‌شود. این راهنمایی‌ها شامل قوانینی در مورد روابط جنسی، الگو و نقش‌های جنسیتی، از خودگذشتگی و بخشش و مدیریت و حل تعارضات در روابط زناشویی است (ماهونی، و همکاران، ۲۰۰۵).

یافته‌های دیگر پژوهش نشان داد که تاب‌آوری در رابطه بین سبک زندگی اسلامی با تعارض‌های زناشویی نقش میانجی دارد. این یافته با تحقیقات فرحوش و همکاران (۱۳۹۶)، کاکاوند و همکاران (۱۳۹۹) و برادلی و حجت (۲۰۱۷) همسوس است. پژوهش فرحوش و همکاران (۱۳۹۶) نشان داد سبک زندگی اسلامی با تاب‌آوری خانواده رابطه مثبت و معنادار دارد و تاب‌آوری خانواده، رابطه سبک زندگی اسلامی و رضایت از زندگی را واسطه‌گری می‌کند. کاکاوند و همکاران (۱۳۹۹) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که با ارتقای تاب‌آوری، توانایی مقابله در برابر عوامل اضطراب‌زا و تنظیم هیجان افزایش می‌یابد و به دنبال آن

مشکلاتی مانند تعارضات زناشویی کاهش می‌یابد. برادلی و حجت (۲۰۱۷) نیز در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که تاب‌آوری تأثیر مستقیم و مثبتی بر رضایت زناشویی دارد. در تبیین نتایج فوق می‌توان گفت که افرادی که سبک زندگی اسلامی را برمی‌گزینند به دلیل توانایی زیاد در برقراری روابط دوستانه و محبت‌آمیز با دیگران، کمتر احساس اندوه و تنهایی می‌کنند و هنگام مواجهه با مشکلات در خود فرو نمی‌روند. آنها همچنین احساسات و هیجاناتشان را کنترل می‌کنند و با آگاهی از دیگران یاری می‌طلبند، مشکلات را جزئی از زندگی تلقی می‌کنند و قدرت پذیرش واقعیت را دارند. این افراد هنگام تعارض، صبر و تحمل بیشتری داشته و از زمان برای حل مشکلات استفاده می‌کنند. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که سبک زندگی اسلامی با تاب‌آوری رابطه مثبت و معناداری دارد (حسین‌زاده، و همکاران، ۱۳۹۵). سبک زندگی اسلامی در چگونگی مواجهه خانواده با سختی‌ها نیز نقش دارد و موجب توانمندسازی خانواده در ارزیابی مثبت سختی‌ها و انعطاف‌پذیری در مقابل آنها می‌شود. از این رو، تعارض‌های زناشویی را کاهش و رضایت از زندگی را افزایش می‌دهد (فروهش و همکاران، ۱۳۹۶). در تبیین دیگر می‌توان گفت که فطرت خداجوی انسان، زمینه و بافت مذهبی و فرهنگی و قومی در کشور ایران، وجود ریشه‌های عمیق معنویت و باورهای مذهبی از منابع حمایتی است که تاب‌آوری و آرامش فردی را در مقابله با شرایط سخت زندگی افزایش می‌دهد. ازسویی می‌توان گفت که دین‌داری و شیوه زندگی براساس اصول دینی، پایه‌ای اساسی برای مقاومت در برابر مشکلات و ناملازمات زندگی است (سلم‌آبادی، فرح‌بخش، ذوالفقاری و صادقی، ۱۳۹۴).

در پژوهش حاضر نقش میانجی بخشودگی در رابطه سبک زندگی اسلامی و تعارض‌های زناشویی تأیید شد. نتایج پژوهش در این بخش با یافته‌های پژوهش افخمی و همکاران (۱۳۸۶)، صلاحیان و همکاران (۱۳۸۹)، غفوری و همکاران (۱۳۹۲)، خسروی، بلیاد، ناهیدپور و آزادی (۱۳۹۰)، دغاغله، عسگری و حیدری (۱۳۹۱)، گوردون و همکاران (۲۰۰۹)، لیسینگا (۲۰۱۳) و چانک (۲۰۱۴) همسوست. در تبیین این یافته می‌توان این‌گونه استدلال کرد که افراد با سبک زندگی اسلامی و باورهای دینی رخدادهای ناگوار زندگی را فقط براساس آنچه اتفاق افتاده است، تفسیر نمی‌کنند و از آنجا که ارتباط نزدیکی با خالق هستی دارند، خود را در مواجهه

با رویدادهای پیش آمده تنها نمی دانند و در نتیجه به شکل هدفمندانه تر و سازگارانه تر با وقایع ناخوشایند زندگی برخورد می کنند.

برخورداری از باورهای دینی در سبک زندگی اسلامی با وجود تمام سختی ها این بینش و توانایی را به فرد می دهد که سرانجام هر سختی، آسانی است و در زندگی زناشویی که به نوعی آزمایش الهی و سازش تفسیر و تلقی می شود، بهتر است زوجین به جای انتقام و تلافی رفتارهای خشونت آمیز، اقدام به بخشش و سازگاری کنند. در تبیین دیگر می توان گفت که افراد با سبک زندگی اسلامی، خداوند متعال را تکیه گاهی ایمن و قدرتمند می دانند که همواره از آنها حمایت می کند. بنابراین، ثبات و بخشش بیشتری را در روابط زناشویی خود تجربه می کنند. آنها در برابر حوادث و مشکلات ناگوار زندگی آسفتگی کمتری تجربه می کنند؛ زیرا این حوادث را خواست خدا می دانند و در جست و جوی معنا از آن وقایع ناخوشایند می باشند. آنها با بخشش ظلم هایی که به آنها رسیده است، رضایت خداوند را جلب و در رشد معنوی و خودسازی خود تلاش کنند.

پژوهش های افخمی و همکاران (۱۳۸۶)، صلاحیان و همکاران (۱۳۸۹) و خسروی و همکاران (۱۳۹۰) نشاد داد رابطه منفی و معناداری بین بخشودگی و تعارض های زناشویی وجود دارد. غفوری و همکاران (۱۳۹۲) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که استفاده از روش بخشودگی مبتنی بر درمان های معنوی - مذهبی باعث کاهش تعارضات زناشویی در زوجین می شود. در پژوهش دغاغله و همکاران (۱۳۹۱) رابطه مثبت و معناداری بین بخشودگی و رضایت زناشویی نشان داده شده و بخشودگی بهترین پیش بینی کننده رضایت زناشویی گزارش شده است. نتایج پژوهش گوردون و همکاران (۲۰۰۹) نشان داد که بخشودگی زوج ها به طور معناداری با رضایت و عملکرد آنها در زندگی رابطه مثبت و مستقیمی دارد. با توجه به یافته های پژوهش حاضر می توان گفت که مراکز راهنمایی و مشاوره و نیز مراکز مشاوره قبل از ازدواج می توانند با آموزش مؤلفه های سبک زندگی اسلام محور برای راهنمایی جوانان و زوجین در آستانه ازدواج در فراهم کردن سازگاری بیشتر زوجین در زندگی زناشویی اقدام کنند. همچنین با توجه به همبستگی بالای سبک زندگی اسلامی با تعارض های زناشویی مشاوران و مددکاران شاغل در دادگاه ها می توانند برای افزایش رضایت زناشویی و کاهش

تعارض‌های زوجین از آموزه‌های اسلامی خانواده‌محور به خانواده‌ها و زوج‌هایی که به دادگاه خانواده مراجعه می‌کنند و نیز در کار با زوجین در آستانه طلاق بهره‌برند. همچنین می‌توان از آموزش مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی به والدین، نهادهای فرهنگ‌ساز و تبلیغی و مشاوران مدارس برای پیشگیری از مشکلات آینده دانش‌آموزان که والدین فردا خواهند بود، سود برد.

از محدودیت‌های انجام پژوهش حاضر جامعه و نمونه آماری محدود آن یعنی زوجین شهر آستارا بود. بنابراین، در تعمیم نتایج به دست آمده به دیگر جوامع باید احتیاط کرد. همچنین این پژوهش فقط در بستر مذهبی دین اسلام انجام شد و پیروان به سایر ادیان بررسی نشده‌اند. بنابراین، در تعمیم نتایج پژوهش حاضر به پیروان دیگر ادیان نیز باید محتاط بود.

فهرست منابع

- * قرآن کریم (۱۳۸۸). مترجم: مکارم شیرازی، ناصر. قم: اسوه.
۱. ابراهیمی، امید (۱۳۹۷). نقش ابعاد جهت‌گیری مذهبی در پیش‌بینی بخشودگی بین‌فردی در دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه دوم شهر تبریز. نشریه پژوهش در دین و سلامت، ۳(۴)، ۹۳-۱۰۲.
 ۲. احمدی، خدابخش، فتاحی آشتیانی، علی، و عرب‌نیا، علیرضا (۱۳۸۵). بررسی رابطه بین تقیدات مذهبی و سازگاری زناشویی. نشریه خانواده‌پژوهی، ۲(۵)، ۵۵-۶۷.
 ۳. افضلی، ایمانه، بهرامی، فاطمه، و فاتحی‌زاده، مریم‌السادات (۱۳۸۶). بررسی رابطه بین میزان بخشودگی و تعارض زناشویی زوجین در استان یزد. نشریه خانواده‌پژوهی، ۹(۳)، ۴۳۲-۴۴۲.
 ۴. آقاپور، اسلام، مظاهری، بیژن، آوازه، آذر، و واحدی، سعید (۱۳۹۰). بررسی رابطه بین دستورات قرآنی با رضایتمندی زناشویی در خانواده. نشریه قرآن و طب، ۱(۳)، ۷۷-۸۱.
 ۵. براتی، طاهره (۱۳۷۵). تأثیر تعارضات زناشویی بر روابط متقابل زن و شوهر. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن.
 ۶. برجلی، احمد، سهرابی، فرامرز، اسکندری، حسین، معتمدی، عبدالله، و فلاح، احمد (۱۳۹۷). بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با رضایت زناشویی با واسطه‌گری خوش‌بینی. نشریه مطالعات اسلام و روان‌شناسی، ۲۲(۱۲)، ۴۳-۷۲.
 ۷. بیات، سمانه (۱۳۹۵). بررسی رابطه باورهای ارتباطی با تعارض زناشویی با واسطه‌گری سبک‌های حل تعارض و بخشودگی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه الزهراء (ع).
 ۸. ثنایی، باقر، علاءبند، ستیلا، فلاحتی، شهره، و هومن، عباس (۱۳۷۵). مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج. تهران: انتشارات بعثت.
 ۹. حبیبی، آرش، و عدن‌ور، مریم (۱۳۹۶). آموزش کاربردی نرم‌افزار LISREL. تهران: سازمان انتشارات جهاد دانشگاهی.
 ۱۰. حسین‌زاده، علی، صدیقی‌ارفعی، فریبرز، یزدخواستی، علی، و نورمحمدی نجف‌آبادی، محمد (۱۳۹۵). رابطه سبک زندگی اسلامی با سلامت روان و میزان تاب‌آوری دانشجویان دانشگاه کاشان. نشریه روان‌شناسی دین، ۹(۱)، ۸۵-۱۰۶.
 ۱۱. خدایاری‌فرد، محمد، شهابی، روح‌الله، و اکبری، سعید (۱۳۸۶). رابطه نگرش مذهبی با رضایتمندی زناشویی در دانشجویان متأهل. نشریه خانواده‌پژوهی، ۱۰(۳)، ۶۱۱-۶۲۰.

۱۲. خسروی، زهره، بیاد، محمدرضا، ناهیدپور، فرزانه، و آزادی، شهذخت (۱۳۹۰). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی، بخشش و تعارضات زناشویی در زوج‌های مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر کرج. *نشریه زن و جامعه (جامعه‌شناسی زنان)*، ۳(۲)، ۶۱-۷۹.
۱۳. داغاله، فاطمه، عسگری، پرویز، و حیدری، علیرضا (۱۳۹۱). رابطه بخشودگی، عشق، صمیمیت با رضایت زناشویی. *نشریه یافته‌های نو در روان‌شناسی*، ۲۴(۷)، ۵۷-۶۹.
۱۴. رهبر کرباسدهی، فاطمه، ابوالقاسمی، عباس، و رهبر کرباسدهی، ابراهیم (۱۳۹۸). اثربخشی طرح‌واره درمانی بر تاب‌آوری روان‌شناختی و توانمندی اجتماعی دانش‌آموزان با نشانه افسردگی. *نشریه مطالعات روان‌شناختی*، ۴(۱۵)، ۷۳-۹۰.
۱۵. زارعی، محمد، نظری، علی‌محمد، و زهراکار، کیانوش (۱۳۹۹). بررسی رابطه بخشش و جهت‌گیری مذهبی با تعارض زناشویی. *نشریه پژوهش در دین و سلامت*، ۲(۶)، ۸۷-۹۹.
۱۶. زاهد بابلان، عادل، حسینی شورابه، مریم، پیری کامرانی، مرضیه، و دهقان، فاطمه (۱۳۹۴). مقایسه رضایت زناشویی، تعارض زناشویی و بخشش در زوجین عادی و درحال طلاق. *نشریه آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده*، ۲(۱)، ۷۴-۸۴.
۱۷. سلم‌آبادی، مجتبی (۱۳۹۳). *تدوین مدل سازگاری زناشویی با توجه به سبک زندگی اسلامی و تمامیت‌خواهی معلمان متوسطه شهر بیرجند*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علامه طباطبائی.
۱۸. سلم‌آبادی، مجتبی، فرح‌بخش، کیومرث، ذوالفقاری، شادی، و صادقی، میثم (۱۳۹۴). بررسی ارتباط سبک زندگی اسلامی با سلامت روان دانشجویان دانشگاه بیرجند. *نشریه دین و سلامت*، ۱(۳)، ۱-۱۰.
۱۹. سیف، سوسن، و بهاری، فرشاد (۱۳۸۰). *استانداردسازی و هنجاریابی مقیاس سنجش خانواده برای خانواده‌های ایرانی*. تهران: پژوهشکده زنان دانشگاه الزهرا.
۲۰. صلاحیان، افشین، صادقی، مسعود، بهرامی، فاطمه، و شریفی، مریم (۱۳۸۹). بررسی رابطه بین هوش هیجانی و بخشودگی با تعارضات زناشویی. *نشریه مطالعات روان‌شناختی*، ۲(۶)، ۱۱۵-۱۴۰.
۲۱. عطادخت، اکبر، هاشمی، جواد، و جسارتی، علی (۱۳۹۵). نقش میزان پایبندی زنان خانواده به سبک زندگی اسلامی در پیش‌بینی تعارضات خانوادگی. *نشریه پژوهش‌های انتظامی-اجتماعی زنان و خانواده*، ۱(۴)، ۴۹-۶۶.
۲۲. غفوری، سمانه، مشهدی، علی، و حسن‌آبادی، حسین (۱۳۹۲). اثربخشی روان‌درمانی معنوی مبتنی بر بخشودگی در افزایش رضایت‌مندی زناشویی و کاهش تعارضات زوجین شهر مشهد. *نشریه اصول بهداشت روانی*، ۱(۱۵)، ۴۵-۵۷.
۲۳. فاطمی‌نیک، طیبه، سودانی، منصور، و مهربانی‌زاده هنرمند، مهناز (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش آموزه‌های دینی بر تعارضات زناشویی زوج‌ها. *نشریه روان‌شناسی اسلامی*، ۶(۳)، ۱۱۷-۱۴۴.
۲۴. فرحوش، محمد، رادمد، حسین، میرمحمدیان، محمدحسین، و پلنگی، زهرا (۱۳۹۶). نقش میانجی تاب‌آوری خانواده در رابطه بین سبک زندگی اسلامی و رضایت از زندگی. *نشریه سبک زندگی*، ۳(۳)، ۷۹-۹۷.
۲۵. قربانعلی‌پور، مسعود، فراهانی، حجت‌الله، برجعلی، احمد، و مقدس، لیلا (۱۳۸۷). تعیین اثربخشی آموزش تغییر سبک زندگی به شیوه گروهی بر افزایش رضایت زناشویی. *نشریه مطالعات روان‌شناختی*، ۳(۴)، ۵۷-۷۲.
۲۶. کاکاوند، علیرضا، شیرمحمدی، فرهاد، جعفری، غسل، و حاجی‌امیدی، سمیرا (۱۳۹۹). نقش میانجی ناگویی هیجانی و اضطراب ناشی از کرونا در ارتباط بین تاب‌آوری با تعارضات زناشویی. *نشریه علمی مطالعات روان‌شناختی*، ۴(۱۶)، ۱۴۳-۱۵۹.
۲۷. کاویانی، محمد (۱۳۹۰). کمی‌سازی و سنجش سبک زندگی اسلامی. *نشریه روان‌شناسی و دین*، ۲(۴)، ۲۷-۴۴.
۲۸. کاویانی، محمد (۱۳۹۸). *سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن*. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۲۹. کجیاف، محمدباقر، سجادیان، پربناز، 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.
۳۰. کرمی، سمیرا (۱۳۹۱). *بررسی رابطه کارایی خانواده با روایت پیوند زوجین*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علامه طباطبائی.
۳۱. گلدنبرگ، ایرنه، و گلندنبرگ، هربرت (۱۳۸۵). *خانواده‌درمانی*. مترجم: حسین شاهی پرواتی، حمیدرضا، نقش‌بندی، سیامک، و ارجمند، الهام. تهران: انتشارات روان.
۳۲. مطهری، زهراسادات، بهزادپور، سمانه، و سهرابی، فرامرز (۱۳۹۲). تبیین سطح تعارض زناشویی براساس هیجان‌خواهی و تاب‌آوری در زوجین. *نشریه زن و مطالعات خانواده*، ۲۰(۵)، ۱۰۵-۱۲۲.
۳۳. منجری، فرزانه، شفیع‌آبادی، عبدالله، و سودانی، منصور (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی با رویکرد

- اسلامی بر رضایتمندی زناشویی زوج‌ها. نشریه دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، ۱۳(۱)، ۳-۱۰.
۳۴. منصوریان، محمد، و فخرایی، سیروس (۱۳۸۶). تحلیل جامعه‌شناختی تعارضات همسران در خانواده‌های شهر شیراز. نشریه تحقیقات زنان (مجله مطالعات زنان)، ۲(۱)، ۷۵-۱۱۳.
۳۵. موسایی پور، محبوبه (۱۳۹۳). سبک زندگی مطلوب همسران/زمنظر اخلاق اسلامی. پایان‌نامه دکتری تخصصی مدرسی معارف اسلامی گرایش اخلاق و عرفان. مرکز تحصیلات تکمیلی تهران. دانشگاه پیام نور.
۳۶. نوری تیرناشی، ابراهیم، شفیع‌آبادی، عبدالله، و کرمی، ابوالفضل (۱۳۹۰). اثربخشی آموزش بخشودگی بر افزایش میزان صمیمیت زوج‌ها. نشریه مشاوره کاربردی، ۲(۱)، ۱۷-۳۰.
37. Backus, L. N. (2009). *Establishing links between desecration, forgiveness, and marital quality during pregnancy*. Doctoral dissertation, Bowling Green State University).
38. Bradley, J. M., & Hojjat, M. (2017). A model of resilience and marital satisfaction. *The Journal of social psychology*, 157(5), 588- 601.
39. Chung, M. S. (2014). Pathways between attachment and marital satisfaction: The mediating roles of rumination, empathy, and forgiveness. *Personality and Individual Differences*, 70, 246- 251.
40. Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor Davidson resilience scale (CD RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76- 82.
41. Glasser, W. (2000). *Reality therapy II*. New York: Harper Collins.
42. Gordon, K. C., Hughes, F. M., Tomcik, N. D., Dixon, L. J., & Litzinger, S. C. (2009). Widening spheres of impact: The role of forgiveness in marital and family functioning. *Journal of family psychology*, 23(1), 1- 15.
43. Halford, W. K. (2001). *Brief couple therapy for couples*. NEW YORK: Guilford publications.
44. Hünler, O. S., & Gençöz, T. (2005). The effect of religiousness on marital satisfaction: Testing the mediator role of marital problem solving between religiousness and marital satisfaction relationship. *Contemporary family therapy*, 27(1), 123- 136.
45. Liceaga, M. D. (2013). « you stay, no matter how bad»: *Women voice the trajectory of marital disaffection*. Doctoral dissertation. San Diego State University.
46. Mahoney, A. (2005). Religion and conflict in marital and parent child relationships. *Journal of social issues*, 61(4), 689- 706.
47. Mahoney, A., Pargament, K. I., Jewell, T., Swank, A. B., Scott, E., Emery, E., & Rye, M. (1999). Marriage and the spiritual realm: The role of proximal and distal religious constructs in marital functioning. *Journal of family psychology*, 13(3), 321- 336.
48. Patterson, G. R., Hops, H., & Weiss, R. L. (1975). Interpersonal skills training for couples in early stages of conflict. *Journal of Marriage and the Family*, 39, 295- 303.
49. Steuber, K. R. (2005). *Adult attachment, conflict style, and relationship satisfaction: A comprehensive model*. Unpublished Doctoral Dissertation. University of Delaware.
50. Sullivan, K. 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(4), 610- 622.