




Print ISSN: 2251-6654  
Online ISSN: 2588-3542



## Journal of Family Counseling and Psychotherapy

Vol. 11, No. 1 (31), 2021

 [dori.net/dor/20.1001.1.22516654.1400.11.1.6.4](https://doi.org/10.22516/20.1001.1.22516654.1400.11.1.6.4)

### Determination of Effective Factor on Marital Satisfaction in the Satisfied Couples: A Grounded Theory Study

Received: 22 - 7 - 2020

Accepted: 3 - 7 - 2021

**Hossein Salimi Bajestani**

Associate Professor, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.  
[h.Salimi@atu.ac.ir](mailto:h.Salimi@atu.ac.ir)

**Effat Yahyaerad**

Ph. D. Student in Counseling, Faculty of Education and Psychology, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.

#### Abstract

**Background:** Since marital satisfaction affects mental and physical health, life satisfaction, job success, and social communication, it seems necessary to recognize the Effective Factor on the couple's marital satisfaction. **Objective:** The current study aims to identify effective factors for marital satisfaction. **Method:** The study method is based on grounded theory. The study population was satisfied couples in Mashhad in 2019. This grounded theory study was qualitative, so the population number is equal to the participation in this study. Based on the theoretical saturation criterion, 10 couples (20 women and men married together) were selected by purposeful sampling. A semi-structured interview and marital satisfaction questionnaire (Oliya, Fatehizadeh, & Bahram, 2008) were used for data collection. The axial coding method was used to analyze the data collected from the interviews (Strauss & Corbin, 2011). Based on the result of the interviews, the model of satisfied couples was developed and its validity was reviewed and confirmed by ten professionals in the field of family counseling. **Findings:** The results indicate that the contextual factors in satisfying couples include two factors: the health of the family of origin and efficient individual characteristics; while causal factors include informed choice as well as informed marriage, and intervention factors include the development of economic assets and economic bankruptcy. There were four categories of strategies including an individual strategy for personal development, strategies for strengthening couples' relationships, strategies for strengthening the relationship with the family of origin, and strategies carried out by families for strengthening couples' relationships. **Conclusion:** According to the findings of this grounded theory study psycho-educational manual can be prepared and used to improve marital satisfaction.

**Key words:** *marital satisfaction, couples, satisfied couples, qualitative, grounded theory*



## Introduction

Marital satisfaction is one of the most important indicators for determining the effectiveness of family functioning, and it will be identified when a couple feels happy and satisfied with their marriage and being together (Karney & Bradbury, 2020). Marital satisfaction is a multidimensional concept including various aspects that can be evaluated by the comprehensive investigation of interactions between couples such as mutual feelings and acceptance, caring for each other, understanding and coordination of couples in conducting affairs such as spending leisure time, dividing responsibilities, sexual relation, expression of feelings; and also the examination of their communication quality (Sprecher, Wenzel, & Harvey, 2018).

So far, many studies have been conducted on the factors related to marital satisfaction in Iran and other countries. The results of these studies indicate that in the individual domain, characteristics such as forgiveness, differentiation, and intimacy by Moghimi, Moradi, Sayedoshohadaei & Ahmadian, 2020; communication patterns, attachment styles, and psychological hardiness by Abdi Zarrin & Sanei Taheri, 2020; personal development, purposeful life, and self-acceptance by Ghorbani, Parafkand, Heydari, Almardani Soomeh & Haghighi Maher, 2019.

In the texts buckhound of marital relations, at the beginning of marriage, criteria such as physical characteristics include physical beauty, maturation in emotional, social, psychological, cognitive, and economic dimensions, belief, personality, similarity in interests, family fit and adequate premarital knowledge through premarital counseling (Bijari, Sepehri Shamloo, Mahram & Sadeghi, 2020), how the use of cyberspace (Pak Khasal, Saifullahi & Mirzaei, 2020), socio-economic status (Zare & Safiari Jafarabad, 2015), child presence (Li & Fung, 2011), financial stress, and marital stability, Sawai, Juhari, Kahar, Ismail & Sawai, 2018), accepting and the spouse accepting, intimacy and expressing verbal and non-verbal love, caring, sex quality, communication, respect, companionship, communication skills, problem-solving, conflict resolution, anger management, coping, and forgiveness (Hatami Varzaneh, Esmaily & Borjali, 2017) have been correlated to marital satisfaction.

Based on research evidence, the situation of the family in the Iranian cultural context seems to be a nuclear-extended family. And it is a matter. Because most couples now choose to live apart from their families after marriage, they have a strong bond with their original families even after marriage. This strong bond that lasts for the rest of their lives can help them live together so that if there is a good relationship between the family and the child's spouse, the young couple can be more supported in difficult situations (Hatami Varzaneh, Esmaily & Borjali, 2017), and this can increase the level of marital satisfaction in couples (Kearns & Leonard, 2004). It seems that the issue of couples' problems with each other's families and the severe impact of this issue on their married life is an issue influenced by culture in Iran. Therefore, it is necessary to do indigenous



research in this field to fill the existing gaps. Therefore, no hypothesis is defined in qualitative research.

the question of the present study: according to the experiences of satisfied couples, what are the effective factors (contextual, causal, intervening), actions, and consequences leading to satisfaction in satisfied couples in Mashhad?

## Methodology

This qualitative study was conducted based on grounded theory. The statistical population of this study consisted of all couples happy with their married life (couple) who lived in Mashhad in 2019. Because this study was qualitative and purposeful sampling, the population is equal to the participations in this study. The sampling method was purposeful and conditional until reaching the theoretical saturation point. Accordingly, the interview with the satisfied couples continued until the researcher observed a similar type and repetition in the answers. It should be noted that after 6 to 7 interviews, duplicate data were observed, but to achieve theoretical saturation of data, the interviews were continued for up to 10 couples (20 women and men married together). In selecting satisfied couples in Mashhad, people who had the following criteria were selected for qualitative interviews.

1. At least two years have passed since their marriage.
2. Their score on the marital satisfaction test is higher than 150.
3. Several criteria were used to examine the relationship with the spouse's family in the form of questions and self-declaration of clients, and if their answers reflected the desired relationship with the spouse's family, individuals were selected. Finally, citing the criterion of theoretical saturation, 10 couples participated in the study.

In the present study, a semi-structured interview with researcher-made open-ended questions was used to identify the components of marital satisfaction. Based on this, the main questions were designed. In the next step, after reviewing the content of the semi-structured interview questions, some of the questions were edited and deleted, and finally approved by the professors of the [Allameh Tabataba'i University - Tehran](#), and their formal and logical validity was obtained. Finally, fifteen questions were prepared to guide the main interview and the participants were interviewed using a semi-structured interview. Then, based on the theoretical saturation rule, the data collection process ended with the continuation of the interviews in case of duplication of data and similar qualitative findings. In addition, a marital satisfaction questionnaire made by [Oliya, Fatehizadeh, & Bahram, 2008](#) was used to select the sample.

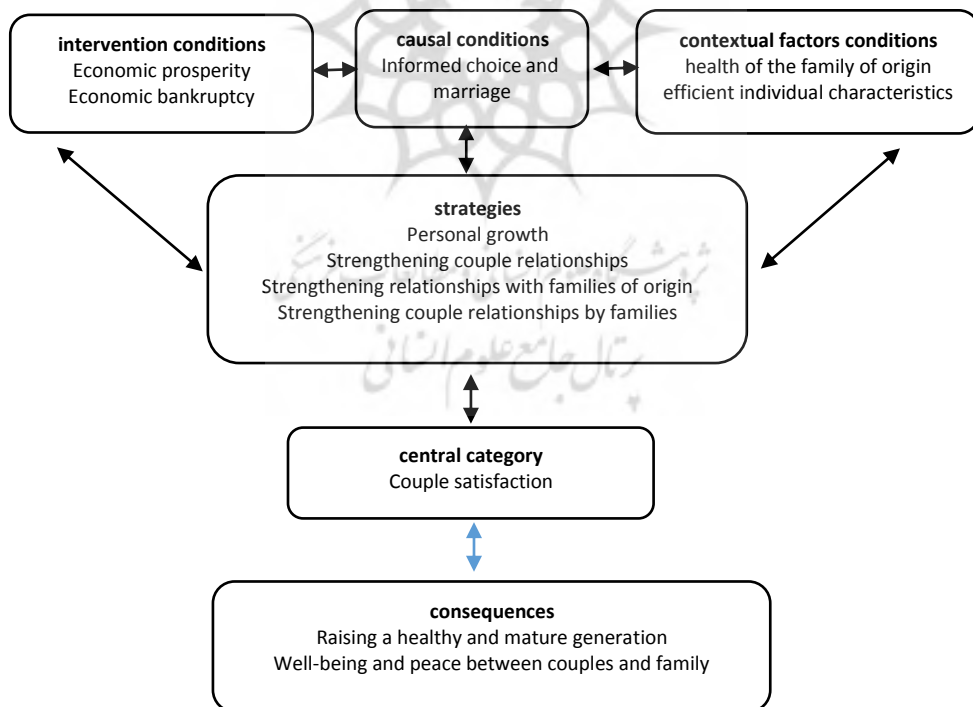


## Results

In the sample of the present study, a total of 10 couples (20 women and men married together) with satisfactory marriages were interviewed in a semi-structured exploratory interview. The mean age of women was 31.5 years and the mean age of men was 34.2. The average marriage period of a couple is 7.2 years. Also, 20% had no children, and 80% had children. Of the couples, 25 percent had a master's degree, 35 percent a bachelor's degree, 10 percent had an associate's degree, 30 percent had a diploma, and of the couple, 40 percent were employees, 20 percent were self-employed, 30 percent were housewives, and 10 percent were unemployed.

The results indicate that the contextual factors in satisfying couples include the health of the family of origin and efficient individual characteristics, while causal factors are informed choice as well as informed marriage, and intervention factors are the development of economic assets and economic bankruptcy. Marital satisfaction was chosen as the central category. There were four categories of strategies: an individual strategy for personal development, strategies for strengthening couples' relationships, strategies for strengthening the relationship with the family of origin, and strategies carried out by families for strengthening couples' relationships.

The findings of the present study are shown in Figure 1.



**Figure 1** conceptual pattern of a satisfied couple



## Discussion

The contextual factors influencing marital satisfaction related to the family of origin that was found in the present study have been identified in several other studies. In other words, in the present study, in most satisfied couples, the structure of the family of origin in line with the research (Heratian, Janbozorgi, Salarifar & Rasoulzadeh Tabatabai, 2020) was stable and efficient, parenting style in the family of origin in line with the research (Besharat, Hoshmand, Rezazadeh & Lavasani, 2015) Was authoritative and the founder of secure attachment style in couples, effective attitudinal and behavioral patterns in the family of origin, consistent with the research of (Arianfar & Rasouli, 2019). It can be explained that according to social learning theory, many people learn behaviors and expectations related to the nature and relationship of marriage with the family, and children who live in healthy families (in terms of attitude, behavior, and mentality), acquire effective attitudinal and behavioral patterns. They do, and acquiring these patterns can help them wherever they live.

Most satisfied couples have effective personal characteristics that were effective in marital satisfaction. In other words, satisfied couples, in line with the research by (Abdi Zarrin & Sanei Taheri, 2020) Such psychological distress, in line with research (Moghimi, Moradi, Sayedshohadaei & Ahmadian, 2020) had a high ability to forgive and showed more self-sacrifice in relationships, with high differentiation, had more intimacy and sought They experienced even more satisfaction, which was support for the commitment. Along with research (Ghorbani, Parafkand, Heydari, Almardani Soomeh & Haghghi Maher, 2019), they paid attention to personal development, purposeful life, and acceptance. Along with research (Legkauskas & Stankevičienė, 2009), couples had sexual experiences with multiple partners. They did not, and unlike the study, some couples did not have any premarital sex. In explanation, it can be said that couples who did not experience sexual intercourse before marriage, under the influence of family culture and religious teachings, different from Western cultures, did not consider relationships permissible or due to the length of time they were married (10 to 13 years). It can be said that the couple had not yet lost the ugliness of sex to them due to changes in social networks and cyberspace, so they had their first sexual experiences with their spouse, and this unique experience affected and improved their satisfaction. In addition, in explaining the role of individual characteristics, it can be said that constructive communication affected by effective personality traits naturally improves the quality of the relationship by increasing the probability of problem-solving and reducing negative emotions caused by not completing problem-solving.



Causal factors in satisfied couples in the present study included conscious choice and marriage, in line with the research (Bijari, Sepehri Shamloo, Mahram & Sadeghi, 2020) A new finding in the present study, which was not mentioned in the study, was the lack of attention to the motives of long-married people. In explaining it, it can be said that in Western studies, the motives of marriage and attention to the original criteria are less mentioned. Because most marriages are motivated by motives such as love and intimacy, but in our culture, sometimes marriages are motivated by inappropriate motives such as fear of being labeled, running away from a father's house, or more recently, motivated by money, Wealth, genuine criteria are ignored and material criteria are taken into account, which will affect marital satisfaction. In explaining the conscious choice, it can be said that the greater the degree of similarity between couples in various aspects, the greater the degree of marital satisfaction, which requires knowing oneself and one's criteria and conscious choice.

The intervening conditions in this study, economic prosperity, and economic bankruptcy were consistent with the research (Li & Fung, 2011) and economic conditions were one of the factors affecting marital satisfaction. Also in line with the results of research (Sawai, Juhari, Kahar, Ismail & Sawai, 2018) showed that economic problems can reduce marital satisfaction, and the difference with this study was that if the couple manages the crisis in economic conditions, can even help to increase marital satisfaction. This in turn leads to increased marital satisfaction and, conversely, economic bankruptcy and loss of economic capital, failure to meet the expectations of the couple, and the resulting stress can threaten the couple's relationship, but the couple is satisfied because of the significant satisfaction with life. They had themselves and the skills they had learned in dealing with the crisis, they were able to manage the crisis and regain adaptation and go through this period with the least complications, and their relationship becomes even stronger and stronger.

Strategies in this study were divided into four categories: The first group of strategies was individual strategies, meaning that satisfied couples were striving for personal development, continuing their education or improving their professional skills, and spending and studying to learn life skills. The results of this study were consistent with the findings (Ghorbani et al., 2019). It can be explained that when couples are always looking for training and promotion of job academic skills, personal development and study and research of effective and constructive solutions to deal with problems, they can certainly better open their lives and in this case high



relationship rewards and costs. The relationship goes down and people are happy and often willing to stay in the relationship.

The second category of strategies were the strategies that most satisfied couples used in life and in relationships, which was the foundation of trust and security in couples and strengthened their relationship. In other words, often satisfied couples, in line with research. (Hatami Varzaneh, Esmaeily & Borjali, 2017) accepted their spouse and had reasonable expectations commensurate with his or her abilities and capabilities, concerning your spouse, expressing verbal and non-verbal love, caring for each other, having good sex, accompanying in leisure time and having family fun, maintaining privacy and boundaries of the couple, flexibility and helping each other in the proper performance of roles, mutual respect, and trust, companionship, and participation in various matters. They were in harmony in educating their children, helping each other to grow, and promoting each other, communication skills, problem-solving, conflict resolution, and anger management. In line with research (Zare & Safiari Jafarabad, 2015), they expressed different types of love for each other, In line with research (Moghimi, Moradi, Sayedoshohadaei & Ahmadian, 2020) passed and forgave, in line with research (Pak Khasal, Saifullahi & Mirzaei, 2020) Due to the significant negative relationship between cyberspace usage and marital satisfaction, satisfied couples have limited use of cyberspace and use cyberspace., Set clear rules and took into account their spouse's sense of security. Relationships with family, friends, relatives, children, jobs and professions, media, and cyberspace and prioritizing the relationship with the spouse to build trust and create a sense of security in their spouse, in this case, marital satisfaction will increase more.

The third category of strategies is strategies for strengthening relationships with the family of origin. Most satisfied couples, upon entering the spouse's family, adopted behaviors that gained the trust and security of the family. In line with the research (Hatami Varzaneh, Esmaeily & Borjali, 2017), they were differentiated from their families and had intellectual independence, and did not pass on their problems to their families. While traveling with the wife's family by establishing favorable relationships, they tried to gain their trust, were grateful, cooperated, and supported the wife's family in various fields. The research finding that distinguishes the present study from previous studies is the building of couples' trust in families, which was not found in the scope searched by the researcher, in a study that pointed to such a finding. In explaining it, it can be said that satisfied couples were able to reorganize their relationship with the main family and open a place for their spouse in this relationship. They bonded with their family of origin and established effective behavior and favorable relationships with families. While using the support



network, they did not allow their family relationships to be overshadowed by their attitudes, beliefs, and interventions, which led to marital satisfaction. They provided for each other.

The fourth category was strategies for strengthening couples' relationships with families. This means that most satisfied couples families, from the beginning of their children's marriage, adopt behaviors that gain the couple's trust and security and strengthen their relationship, which is a finding (Hatami Varzaneh, Esmaeily & Borjali, 2017) was consistent. Be, not seen. In explaining it, it can be said that if boundaries are observed in relationships, families should not be dependent and should observe respect and fairness in their relationships with couples, and instead of many objections, blame, insults, try to raise issues and about them in peace. Find solutions, prevent many problems, and provide marital satisfaction.

Overall, the findings of the present study indicate that the theories and research conducted on family and marriage counseling in the context of Western individualistic culture do not describe at least part of the marital experiences in the cultural context of the sample. For example, in the cultural context of Asian countries, including Iran (Mashhad), the quality of marriage, instead of being the result of marital compatibility, depends on the compatibility of a large group consisting of married couples and their families of origin with each other. It is natural that in such a context, the prominent role of the families of origin in marital satisfaction and the strength and durability of marital life should be considered.

#### **Acknowledgments**

We would like to thank all the couples participating in this study.

#### **Authors' contributions**

Mrs, E, Yahyaerad contributed to the all process stage of the article, such as the design and implementation of the research, the analysis of the results, and the writing of the manuscript. H Salimi Bajestani contributed to collecting the data.

#### **Funding**

This study was conducted at the personal expense of the researcher.

#### **Availability of data and materials**

In this study, The material satisfaction questionnaire of [Oliya, Fatehizadeh, & Bahram, 2008](#) was used. This questionnaire is easily accessible to researchers.

#### **Ethics approval and consent to participate**

In this study, the purpose of the study was explained to them in a research manner. Participants then completed a research consent form. In case of dissatisfaction of one of the couples, Both couples were not interviewed.

#### **Consent for publication**

Participants were assured that their findings were confidential and would be published in an article without mentioning their personal information.

#### **Competing interests**

The author(s) declared no potential conflicts of interest to the research, authorship, and/or publication of this article.





## References

- Abdi Zarrin, S., & Sanei Taheri, M. (2020). The Prediction of Marital Satisfaction Based on Communication Patterns, Attachment Styles and Psychological Hardiness. *Family Counseling and Psychotherapy*, 10 (1), 179-208. [Persian]. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.22516654.1399.10.1.8.9>
- Arianfar, N., & Rasouli, R. (2019). Structural Equation Modeling of the Predicting Marital Satisfaction on The Health of the main Family and The Mediatory Variable of Lovemaking Styles. *Journal of woman and family studies*, 7(13), 139-157. [Persian]. <https://doi.org/10.22051/jwfs.2017.15203.1443>
- Besharat M. A., Hoshmand S.N., Rezazadeh S. R., & Gholam Ali Lavasani M. J. (2015). predicting children's marital satisfaction in terms of parenting styles. *Rooyesh*, 4 (3), 51-60. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.2383353.1394.4.3.6>
- Bijari, H., Sepehri Shamloo, Z., Mahram, B., & Sadeghi, M. S. (2020). Spouse Selection Criteria through the Perspective of Satisfied Individuals with Marriage during their Engagement Period: A Qualitative Study. *Journal Of Social Sciences*, 16(2), 41-76. <https://doi.org/10.22067/jss.v16i1.78748>
- Ghorbani, F., Parafkand, B., Heydari, I., Almardani Soomeh, S., & Haghighi Maher, V. (2019). Comparison of sexual satisfaction and psychological well-being in women seeking divorce and normal. *Journal of Psychological Development*, 8 (7), 38-29. [Persian]. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.2383353.1398.8.7.20.8>
- Hatami Varzaneh, A, Esaaily, M., & Borjali, A. (2017). Long-term satisfied marriage model: a grounded theory study. *Family Counseling and Psychotherapy*, 6 (1), 120-149. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.22516654.1395.6.1.7.0>
- Heratian, A., Janbozorgi, M., Salarifar, M., & Rasoulzadeh Tabatabai, S. K. (2020). Determination Factors of Marital Stability in Iranian-Islamic Society: A Hybrid Approach. *Islamic. Journal of Women and Family*, 8 (3), 75-94. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.25386190.1399.8.3.4.3>
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2020). Research on Marital Satisfaction and Stability in the 2010s: Challenging Conventional Wisdom. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 100-116. <https://doi.org/10.1111/jomf.12635>
- Kearns, J. N., & Leonard, K. E. (2004). Social networks, structural interdependence, and marital quality over the transition to marriage: A prospective analysis. *Journal of Family Psychology*, 18(2), 383-395. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.18.2.383>
- Legkauskas, V., & Stankevičienė, D. J. S. R. (2009). Premarital sex and marital satisfaction of middle-aged men and women: a study of married



- Lithuanian couples. *Sex Roles*, 60(1), 21-32.  
<https://doi.org/10.1007/s11199-008-9497-0>
- Li, T., & Fung, H. H. (2011). The dynamic goal theory of marital satisfaction. *Review of General Psychology*, 15(3), 246-254. <https://doi.org/10.1037%2Fa0024694>
- Moghimi, S., Moradi, O., Sayedoshohadaei, A., & Ahmadian, H. (2020). Developing a Structural Model of Marital Commitment Based on Forgiveness and Self-Differentiation by Mediator Role of Marital Intimacy. *Family Counseling and Psychotherapy*, 10(1), 69-90. [Persian].  
<https://dorl.net/dor/20.1001.1.22516654.1399.10.1.4.5>
- Oliya, N., Fatehizadeh, M., & Bahram, F. (2008). The effect of marital life enrichment training on increasing couples intimacy, *Family Research Quarterly*, 2(6), 119-134. [Persian]. <http://ensani.ir/fa/article/222046>
- Pak Khasal, A., Saifullahi, S., & Mirzaei, K. (2020) The relationship between loneliness, perceived support, and marital satisfaction with the use of virtual social networks among couples in Tehran. *Journal of Strategic Studies of Women (Former Women's Book)*, 22 (87), 151-173.  
<https://doi.org/10.22095/jwss.2020.199937.2102>
- Sawai, J. P., Juhari, R., Kahar, R., Ismail, Z., & Sawai, R. P. (2018). Financial strain, financial management practices, marital satisfaction, and marital stability among newlyweds. *Management & Accounting Review (MAR)*, 17(3), 1-16.  
<http://dx.doi.org/10.24191/mar.v17i3.785>
- Sprecher, S., Wenzel, A., & Harvey, J. (2008). *Handbook of relationship initiation*. New York: Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9780429020513>
- Strauss, A., & Corbin, J. (2011). *Principles of Qualitative Research Methodology: The Basic Theory of Procedures and Methods*, Translated by Buick Mohammadi. Third Edition, Tehran: Institute of Humanities and Cultural Studies.  
<https://doi.org/10.4135/9781452230153>
- Zare, B., Safiari Jafarabad, H. (1394). Study of the relationship between factors affecting marital satisfaction among married men and women in Tehran. *Social Psychological Studies of Women*. 13 (1), 111-140.  
<https://dx.doi.org/10.22051/jwsp.2015.1940>





Print ISSN: 2251-6654  
Online ISSN: 2588-3542



Journal of Family Counseling and Psychotherapy

Vol. 11, No. 1 (31), 2021



[dorl.net/dor/20.1001.1.22516654.1400.11.1.6.4](http://dorl.net/dor/20.1001.1.22516654.1400.11.1.6.4)

## شناسایی عوامل مؤثر بر خشنودی زناشویی در همسران خشنود:

### پژوهش داده بنیاد

دریافت: ۱۳۹۹-۰۵-۰۱ پذیرش: ۱۴۰۰-۰۴-۱۲

دانشیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران  
[h.Salimi@atu.ac.ir](mailto:h.Salimi@atu.ac.ir)

حسین سلیمی بجستانی

دانشجوی دکتری مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

عفت یحیایی راد

#### چکیده

از آنجاکه خشنودی زناشویی بر میزان سلامت روانی، بدنی، خشنودی از زندگی، موفقیت شغلی و ارتباطات اجتماعی مؤثر است، شناخت عوامل خشنودی زناشویی در هر منطقه ضروری به نظر می‌رسد. پژوهش حاضر با هدف شناسایی عوامل مؤثر بر خشنودی زناشویی انجام شد. روش پژوهش از نوع نظریه داده بنیاد است. جامعه پژوهشی، همسران خشنود شهر مشهد در سال ۱۳۹۸ بودند. از آنجاکه این پژوهش کیفی و نمونه‌گیری هدفمند بود، جامعه برابر با نمونه مورد پژوهش است. روش نمونه‌گیری هدفمند بود و به استناد ملاک اشباع نظری، تعداد ۱۰ زوج (۱۰ زن و ۱۰ مرد) انتخاب شدند. جهت جمع‌آوری داده‌ها، پس از اخذ خشنودی آگاهانه، از فن مصاحبه نیمه ساختاریافته استفاده شد و مصاحبه‌ها با ۱۰ زوج که طی فراخوانی جذب شده بودند و در آزمون خشنودی زناشویی (Oliya, Fatehizadeh & Bahram, 2008) (هر دو زوج) نمره بالاتر از ۱۵۰ کسب کرده بودند، انجام شد. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌های به دست آمده از مصاحبه‌ها، از روش کدگذاری محوری استفاده شد (Strauss & Corbin, 2011). بر اساس یافته‌های مصاحبه‌ها، مدل همسران خشنود تدوین شد و مورد تأیید ۱۰ تن از اساتید قرار گرفت. نتایج نشان داد، شرایط زمینه‌ای در همسران خشنود: دو عامل شامل: سلامت خانواده مبدأ و ویژگی‌های فردی کارآمد؛ شرایط علی: انتخاب و ازدواج آگاهانه و شرایط مداخله‌ای دو عامل شامل: رشد دارایی‌های اقتصادی و ورشکستگی اقتصادی بودند. راهبردها شامل چهار دسته: راهبرد فردی رشد شخصی، راهبردهای استحکام‌بخشی روابط همسران، راهبردهای استحکام‌بخشی رابطه با خانواده مبدأ، راهبردهای استحکام‌بخشی روابط همسران توسط خانواده‌ها بودند. با توجه به یافته‌های پژوهش می‌توان برای افزایش خشنودی زناشویی در همسران بسته‌های آموزشی تهیه و جهت بهبود خشنودی زناشویی استفاده کرد.

کلمات کلیدی: خشنودی زناشویی، همسران، همسران خشنود، کیفی، داده بنیاد



## مقدمه

ازدواج نقش بسیار مهمی در زندگی اکثر بزرگسالان دارد (Otero, Wells, Chen, Brown, Connelly, Levenson & Fredrickson, 2020) به طوری که تحقیقات نشان می‌دهد ازدواج می‌تواند به عنوان یک عامل حفاظت کننده در برابر استرس عمل کرده و به زندگی فرد حس معنا ببخشد (Grover & Helliwell, 2019). همچنین، ازدواج مهم ترین منبع حمایت اجتماعی همسران را فراهم نموده و موجب افزایش سطح بهزیستی عاطفی و روانی خواهد شد (Kappen, Karremans & Burk, 2019). همان طور که ازدواج، مهم ترین تصمیم در زندگی هر فرد است؛ خشنودی از ازدواج نیز اصیل ترین عامل تعیین کننده کیفیت زندگی و سلامت روان شناختی است. (Jahandost, Daljan, Aladdini & Barati, 2020). خشنودی زناشویی<sup>1</sup> به عنوان یکی از مهم ترین شاخص های تعیین استحکام عملکرد خانواده است که طی آن زن و شوهر از ازدواجشان و باهم بودن احساس شادی و خشنودی می‌کنند (Karney & Bradbury, 2020). خشنودی زناشویی حالتی از خشنودی و خشنودی در ازدواج است که از جنبه درون فردی تجارب ذهنی خوشایند و از جنبه میان فردی، هماهنگی میان انتظارات یک طرف با رفتارهای طرف مقابل است که در زمینه های گوناگون چون سبک زندگی، ارتباط، رابطه جنسی، شرایط اقتصادی و نحوه تصمیم گیری وجود دارد. خشنودی زناشویی سازه ای چندبعدی و متشکل از ابعاد مختلف و از طریق ارزیابی تعاملات جاری بین همسران مانند علاقه متقابل، مراقبت از هم، پذیرش یکدیگر، تفاهم و هماهنگی همسران در انجام اموری چون گذراندن اوقات فراغت، تقسیم کار، روابط جنسی، ابراز احساسات و کیفیت ارتباط قابل سنجش است (Sprecher, Wenzel & Harvey, 2018).

با توجه به اینکه خشنودی زناشویی مهم ترین عاملی است که پایداری و کیفیت پیوند ازدواج را مشخص می‌نماید و بر میزان سلامت روانی، بدنی، خشنودی از زندگی، موفقیت شغلی و ارتباطات اجتماعی مؤثر است (Shokri, Shafiabadi & Dukaneei Fard, 2021) و در صورت افزایش خشنودی زناشویی، بسیاری از مشکلات روانی، عاطفی، و اجتماعی خانواده ها و در کل، جامعه کاهش می‌یابد، شناخت عوامل مرتبط با خشنودی زناشویی در هر منطقه، که پایه استحکام بخش زندگی خانوادگی است، ضروری به نظر می‌رسد.

به همین دلیل در دهه های اخیر متخصصان خانواده به پژوهش در عوامل مؤثر در ایجاد یک ازدواج موفق علاقمند گردیدند. انگیزه اصلی این تحقیقات، یافتن عوامل مرتبط با دوام زندگی مشترک بوده است. تمرکز بر اینکه چه عواملی باعث پایداری این ازدواج ها می‌شود، باعث به دست آمدن تصویری می‌شود که می‌تواند در

### 1. marital Satisfaction



ایجاد و ترویج ازدواج‌های پایدار در جامعه سازنده باشد (Hatami Varzaneh, Esmaeily & Borjali, 2017). تاکنون پژوهش‌های زیادی در زمینه عوامل مرتبط با خشنودی زناشویی در ایران و سایر کشورها انجام شده است. نتایج این پژوهش‌ها حاکی از آن بوده که در حوزه فردی، ویژگی‌هایی نظیر بخشش، تمایز یافتگی و صمیمیت، پایه‌گذار تعهد (Moghimi, Moradi, Sayedshohadaei & Ahmadian, 2020)، الگوهای ارتباطی، سبک‌های دل‌بستگی و نستوهی روان‌شناختی (Abdi Zarrin & Sanei Taheri, 2020)، دل‌بستگی ایمن (Bedair, Hamza & Ostovar, Griffiths, Raeisi & Yoo, 2020)، خوش‌بینی و طنز (Ostovar, Griffiths, Raeisi & Hashim, 2020)، دارا بودن سطح مطلوبی از مهارت‌های اجتماعی (Cardoso & Costa, 2019)، دین‌داری، تعهد و وفاداری به همسر، مقاومت و پشتکار، صبور بودن و شکیبایی (Shirisia, 2014)، رشد فردی، زندگی هدفمند و پذیرش خود (Ghorbani, Parafkand, Heydari, Almardani Soomeh & Haghighi Maher, 2019)، شرکای قبل از ازدواج و تجربه زندگی مشترک بیشتر در مردان، شروع جوان‌تر فعالیت جنسی و تعداد بیشتر شرکای قبل از ازدواج در زنان (Legkauskas & Stankeviciene, 2009) با خشنودی زناشویی مرتبط بودند.

در حوزه روابط زوجی، در شروع ازدواج، ملاک‌هایی چون ویژگی‌های ظاهری طرف مقابل شامل زیبایی ظاهری، قدبلند، برخورداری از پختگی و آمادگی کافی در ابعاد مختلف عاطفی-هیجانی، اجتماعی، روانی، شناختی و اقتصادی، شباهت فکری، اعتقادی، شخصیتی، شباهت در اهداف، علائق و سرگرمی‌ها، تناسب شباهت خانوادگی، شناخت کافی قبل از ازدواج از طریق رابطه قبل از ازدواج، نسبت فامیلی، تحقیقات و مشاوره پیش از ازدواج (Bijari, Sepehri Shamloo, Mahram & Sadeghi, 2020)، و در ادامه ازدواج، عواملی نظیر مسافرت در تعطیلات (Cai, Wang & Zhang, 2020)، حمایت در شرایط افت بدنی (Bullock & Williams, 2019)، همدلی عاطفی (Jung, 2019)، نحوه استفاده از فضای مجازی (Pak Khasal, Saifullahi & Mirzaei, 2020)، میزان عشق و علاقه، طول مدت زندگی زناشویی، پایگاه اقتصادی-اجتماعی (Zare & Safiari Jafarabad, 2015)، حضور فرزند و شرایط اقتصادی (Li & Fung, 2011)، فشار مالی، شیوه‌های مدیریت مالی، ثبات زناشویی (Sawai, Juhari, Kahar, Ismail & Sawai, 2018) و کنترل هیجانی به معنای مدیریت هیجان (Namdar, Sarabian & Zabihi Hesari, 2016)، قبول داشتن و پذیرش همسر، باورهای معقول در رابطه با همسر و انتظارات متناسب با توانایی همسر، اولویت داشتن همسر، صمیمیت و عشق‌ورزی و ابراز محبت کلامی و غیرکلامی، مراقبت از همدیگر، رابطه جنسی خوب، همراهی در اوقات فراغت و داشتن تفریحات خانوادگی، حفظ حریم و مرزهای زوجی، انعطاف‌پذیری و کمک به یکدیگر در اجرای مناسب نقش‌ها، ارتباط مطلوب با یکدیگر، احترام و اعتماد متقابل، همراهی و مشارکت در



امور مختلف، هماهنگی در کمک به رشد و ارتقای همدیگر، همسویی در تعلیم و تربیت فرزندان و نقش مثبت فرزندان در رابطه، کمک به رشد و ارتقای یکدیگر، درک و حمایت از یکدیگر، مهارت‌های گفتگو، حل مسئله، حل تعارض، مدیریت خشم و تحمل سختی‌ها، عذرخواهی و گذشت (Hatami Varzaneh, Esmaily & Borjali, 2017) با خشنودی زناشویی مرتبط بوده‌اند.

در حوزه مربوط به خانواده مبدأ، عواملی نظیر سلامت خانواده اصلی (Arianfar & Rasouli, 2019)، سبک‌های فرزند پروری در خانواده اصلی (Besharat, Hoshmand, Rezazadeh & Lavasani, 2015)، موضع بالغانه خانواده اصلی در ازدواج فرزندان، ویژگی‌های روان‌شناختی و ساختار سالم خانواده اصلی، مهارت‌های خانواده اصلی، فقدان بحران در خانواده اصلی (Heratian, Janbozorgi, Salarifar & Rasoulzadeh Tabatabai, 2020)، در حوزه مربوط به خانواده همسر، عواملی نظیر نگرش احترام در عین حفظ استقلال با خانواده‌های مبدأ، کمک و حمایت از خانواده‌ها در صورت نیاز، کمک گرفتن از خانواده‌ها در نگهداری از فرزندان، اتخاذ رفتارهای تعدیل‌کننده مشکلات از سوی خانواده‌ها در سختی‌ها و تعارضات زناشویی، همسو بودن فرهنگ‌ها و سطح خانواده‌های مبدأ، قبیح بودن طلاق در خانواده‌های مبدأ و تعاملات مثبت خانواده‌های مبدأ، (Hatami Varzaneh, Esmaily & Borjali, 2017) با خشنودی زناشویی همسران مرتبط بوده‌اند.

از آنجاکه بخش عمده پژوهش‌ها در ایران پیرامون خشنودی زناشویی هر یک به جنبه خاصی پرداخته‌اند، اتخاذ دیدگاه نظام‌مند و جامع در این خصوص مهم و ضروری به نظر می‌رسد. بنابراین لازم است برای پر کردن خلأهای موجود، پژوهش‌های بومی در این حوزه انجام گیرند. لذا از آنجاکه در پژوهش‌های کیفی فرضیه‌ای تعریف نمی‌گردد، سؤال تحقیق حاضر آن است که بر اساس تجارب همسران خشنود، عوامل مؤثر (زمینه‌ای، علی، مداخله‌گر)، کنش‌ها و پیامدهای منجر به خشنودی در همسران خشنود شهر مشهد چیست؟

## روش

روش پژوهش حاضر، تحقیق کیفی از نوع داده بنیاد<sup>۱</sup> است. جامعه آماری این پژوهش عبارت بود از کلیه همسران خشنود از زندگی زناشویی (زن و شوهر) که در سال ۱۳۹۸ در شهر مشهد زندگی می‌کردند که شرایط حضور در مصاحبه را دارا بودند و جلب مشارکت و همکاری آنان برای پژوهشگر امکان‌پذیر بود. از آنجاکه این پژوهش کیفی و نمونه‌گیری هدفمند بود، جامعه برابر با نمونه موردپژوهش است. روش نمونه‌گیری به صورت هدفمند و با



قید شرط تا رسیدن به نقطه اشباع نظری انجام شد. بر این اساس مصاحبه با همسران خشنود تا آنجا ادامه یافت که محقق یک نوع یکسانی و تکرار در پاسخ‌ها را مشاهده نمود. لازم به ذکر است که پس از انجام ۶ الی ۷ مصاحبه، داده‌های تکراری مشاهده شد، اما به‌منظور رسیدن به اشباع نظری، مصاحبه‌ها تا ده نفر ادامه یافت. بنابراین در انتخاب زوج‌های خشنود شهر مشهد، افرادی که ملاک‌های زیر را داشتند برای مصاحبه‌های کیفی انتخاب شدند. (۱) حداقل دو سال از زندگی مشترکشان گذشته باشد، بر طبق اطلاعات سالنامه آماری ۱۳۹۵ بیشترین طلاق‌ها، ناخشنودی‌ها و مشکلات سازگاری در دو سال اول اتفاق می‌افتد. (۲) نمره آن‌ها در آزمون خشنودی زناشویی بالاتر از ۱۵۰ باشد. (۳) از چند معیار برای بررسی روابط با خانواده همسر در قالب سؤال و خود اظهاری مراجعین استفاده شد و در صورتی که پاسخ‌های آن‌ها، روابط مطلوب با خانواده همسر را منعکس می‌کرد، افراد برگزیده می‌شدند. در نهایت با استناد به ملاک اشباع نظری، ۱۰ زوج در پژوهش شرکت کردند.

## ابزارها

در پژوهش حاضر جهت شناسایی مؤلفه‌های سازنده خشنودی زناشویی از مصاحبه نیمه ساختاریافته<sup>۱</sup> محقق ساخته با سؤالات باز پاسخ استفاده گردید، در ابتدا پرسش‌های مصاحبه بر پایه تعریف مسئله، مطالعات قبلی، نظریه‌ها و همچنین پیامدهای خشنودی زناشویی استخراج شدند تا چارچوبی برای مصاحبه تدوین شود و بر این اساس سؤالات اصلی طراحی گردید، در مرحله بعد، پس از بررسی محتوای سؤالات مصاحبه نیمه ساختاریافته، بعضی از سؤالات ویرایش و حذف شدند و در نهایت مورد تأیید اساتید دانشگاه علامه طباطبائی قرار گرفت و روایی صوری و منطقی آن به دست آمد و در نهایت پانزده سؤال برای جهت‌دهی به مصاحبه اصلی آماده‌سازی شد و با استفاده از آن‌ها از شرکت‌کنندگان مصاحبه نیمه ساختاریافته به عمل آمد. محتوای سؤالات مصاحبه شامل نحوه آشنایی و ورود به ازدواج، عوامل مؤثر در خشنودی، ارتباط همسران، نحوه حل تعارض، تصمیم‌گیری، مدیریت مالی، ایفای نقش، گذراندن اوقات فراغت، فرزندان و تأثیر آن‌ها بر زندگی زوجی، تعاملات اجتماعی همسران با دوستان و اقوام، نحوه مدیریت رسانه، فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی، نقش خانواده‌های اصلی در مراحل مختلف ازدواج، ارتباط با خانواده‌های اصلی بود. در ادامه بر پایه قاعده اشباع نظری<sup>۲</sup>، با ادامه مصاحبه‌ها در صورت رسیدن به تکرار داده‌ها و یافته‌های کیفی مشابه، فرایند گردآوری داده‌ها پایان یافت. به علاوه، جهت انتخاب افراد

1. semi structured interview

2. theoretical saturation



نمونه از پرسشنامه خشنودی زناشویی<sup>۱</sup> که توسط اولیاء، فاتحی زاده و بهرامی<sup>۲</sup> در سال ۱۳۸۷ ساخته شده است، استفاده شد. این پرسشنامه شامل ۵۲ سؤال است که مقیاس آن طیف لیکرت و از بسیار زیاد تا خیلی کم است. حداقل نمره در این آزمون ۵۲ و حداکثر ۲۰۸ است و هر چه فرد نمره بیشتری کسب کند، نشانه خشنودی زناشویی بیشتر است. روایی محتوایی آن توسط ۱۰ نفر از متخصصان مشاوره خانواده اصفهان بررسی و تأیید گردیده است و روایی آن از طریق همبستگی هر سؤال با نمره کل آزمون تأیید شده است. روایی هم‌زمان این پرسشنامه از طریق پرسشنامه خشنودی زناشویی اینریچ ۰/۸۴ به دست آمد. پایایی این پرسشنامه از طریق بازآزمایی آزمون ۰/۹۱ به دست آمد.

### شیوهی اجرا پژوهش

در این پژوهش برای گردآوری داده‌ها ابتدا طی فراخوانی که در کانال‌ها و شبکه‌های مجازی گذاشته شد، از همسرانی که خشنودی زناشویی بالایی داشتند و دارای ملاک‌های لازم بودند (حداقل مدرک دیپلم و دو سال سابقه زندگی مشترک) خواسته شد که در صورت تمایل به همکاری در انجام پژوهش، نام و نام خانوادگی خود را به شماره‌ای که در اختیارشان گذاشته شده بود، ارسال نمایند. سپس از آن‌ها جهت شرکت در یک جلسه آموزشی و توجیهی اولیه دعوت به عمل آمد. در این جلسه، پژوهشگر (عفت یحیایی راد) در تابستان ۱۳۹۸ با دعوت از همسران خشنود در دسترس شهر مشهد برای حضور در مرکز مشاوره مسیر زندگی با ایراد مباحثی کلی در مورد خشنودی زناشویی به هدف خود از انجام پژوهش اشاره نموده و سپس از همسران خشنود، آزمون خشنودی زناشویی (oliya, Fatehizadeh & Bahrami, 2008) گرفته شد و در صورتی که نمره آن‌ها (زن و شوهر) در آزمون خشنودی زناشویی بالاتر از ۱۵۰ بود، به‌عنوان گروه نمونه انتخاب می‌شدند و طبق ملاک‌های اخلاق در پژوهش جهت مشارکت در طرح پژوهش رضایت آگاهانه را تکمیل می‌کردند. سپس پژوهشگر<sup>۳</sup> با همسران خشنود از زندگی زناشویی یک مصاحبه نیمه ساختاریافته در استان خراسان شهر مشهد در سال ۱۳۹۸، به‌منظور دستیابی به عوامل مؤثر در «خشنودی زناشویی» انجام داد. توالی پرسش‌ها برای همه شرکت‌کنندگان مثل هم نبود و به فرآیند مصاحبه هر فرد بستگی داشت، اما راهنمای مصاحبه به پژوهشگر اطمینان می‌داد انواع مشابهی از داده‌ها را گردآوری می‌کند تا به هدف موردنظر برسد. پژوهشگر جهت استخراج درکی از عوامل مؤثر بر «خشنودی

1. Marital Satisfaction Questionnaire
2. olya, Fatehizadeh and Bahrami
3. yahyai





زناشویی» مصاحبه را تا زمان اشباع مقوله‌ها ادامه داد. در ادامه مفاهیم و مقوله‌های مؤثر در «خشنودی زناشویی» از دیدگاه همسران خشنود در بازه زمانی دوماهه، استخراج شد و مطابق با رویکرد نظام‌دار استروس و کوربین، طی فرایندی منظم و درعین حال مداوم از مقایسه داده‌ها، اطلاعات مورد تحلیل قرار گرفتند. برای این کار از فرایند سه مرحله‌ای، کدگذاری باز، کدگذاری محوری و کدگذاری انتخابی استفاده شد. فرایند کدگذاری داده‌ها در جریان گردآوری داده‌ها به اجرا درآمد. در ابتدا فایل صوتی مصاحبه‌ها به متن تبدیل شد و برای کدگذاری باز، متن مصاحبه‌ها چندین بار خوانده، و مفاهیم اصلی استخراج، و به صورت کد ثبت شد و سپس کدهای مشابه در دسته‌هایی قرار گرفت. در کدگذاری محوری دسته‌های اولیه‌ای که در کدگذاری باز تشکیل شده بود با هم مقایسه و آن‌هایی که با هم شباهت داشت، حول محور مشترکی قرار گرفت. در نهایت در کدگذاری انتخابی، یکپارچه‌سازی و پالایش مقوله‌ها انجام، و یک مقوله به عنوان مقوله مرکزی انتخاب شد (Strauss & Corbin, 2011). برای رسیدن به معیار قابلیت اعتماد، از سه فن متعارف و بسیار مرسوم استفاده شد که عبارت‌اند از:

الف) اعتباریابی توسط اعضا: از مشارکت کنندگان خواسته شد تایافته‌ها را ارزیابی و در صحت آن نظر دهند.  
 ب) مقایسه‌های تحلیلی: به داده‌های خام رجوع شد تا ساخت‌بندی نظریه با داده‌ها مقایسه و ارزیابی شود.  
 ج) استفاده از فن ممیزی: در این زمینه، چند متخصص در کار نظریه داده بنیاد، بر مراحل مختلف نظارت کرده و در هر مرحله نظرات اصلاحی ایشان اجرا شد و در نهایت، مؤلفه‌های استخراج‌شده، مورد تأیید متخصصین قرار گرفت.

#### جدول ۱: اسامی و مشخصات ناظران کدگذاری

نام	تحصیلات	سمت
حسین سلیمی بجزستانی	دکتری مشاوره	هیئت علمی دانشگاه
محمد عسگری	دکتری سنجش و اندازه‌گیری	هیئت علمی دانشگاه
کیومرث فروح‌بخش	دکتری مشاوره خانواده	هیئت علمی دانشگاه
بیبا عظیمی	دکتری مشاوره	کارشناس مرکز علوم پزشکی تهران
سمیرا هاشمی	دکتری مشاوره	مشاور مرکز مشاوره دانشگاه علامه طباطبایی
مینو دشتی	دکتری مشاوره	مشاور مرکز مشاوره دانشگاه علامه طباطبایی
مریم سرایی	دکتری مشاوره	مشاور مراکز مشاوره خصوصی
سکینه زایریان	دکتری مشاوره	مشاور مراکز مشاوره خصوصی
فاطمه بیات	دکتری مشاوره	مشاور مراکز مشاوره خصوصی
مهدی نوری	دکتری مشاوره	مشاور مراکز مشاوره خصوصی



## یافته‌ها

در نمونه پژوهش حاضر، مجموعاً ۱۰ زوج (۲۰ نفر) دارای ازدواج خشنودکننده مورد مصاحبه اکتشافی نیمه ساختاریافته قرار گرفتند. میانگین سن زنان ۳۱/۵ سال و میانگین سن مردان ۳۴/۲ بود. متوسط مدت ازدواج همسران ۷/۲ سال است. همچنین ۲۰ درصد فاقد فرزند، ۸۰ دارای فرزند بودند. از همسران ۲۵ درصد کارشناسی ارشد، ۳۵ درصد کارشناسی، ۱۰ درصد دارای مدرک کاردانی، ۳۰ درصد دیپلم بودند و از همسران، ۴۰ درصد کارمند، ۲۰ درصد شغل آزاد، ۳۰ درصد خانه‌دار، ۱۰ درصد بیکار بودند.

در فرایند کدگذاری مصاحبه‌ها، عوامل زمینه‌ای، علی، مداخله‌گر، راهبردها و پیامدها شناسایی و دسته‌بندی شد که در ادامه آمده است.

## جدول ۲: کدهای باز، محوری و انتخابی عوامل زمینه‌ای در همسران خشنود

عوامل	کدهای انتخابی	کدهای محوری	کدهای باز (مفهوم ثانویه)
سلامت خانواده مبدأ	سبک فرزند پروری کارآمد خانواده مبدأ	سبک فرزند پروری مقتدرانه	سبک دل‌بستگی ایمن در خانواده مبدأ
عوامل زمینه‌ای	سلامت و الگوهای کارآمد در خانواده مبدأ	الگوهای رفتاری ارتباطی سازگارانه و مثبت خانواده مبدأ	نگاه راه حل محور به مشکلات در خانواده مبدأ
ویژگی‌های فردی کارآمد	بازورها و نگرش‌های کارآمد	نگاه مثبت به ازدواج در خانواده مبدأ	نگاه مثبت به خود، همسر و خانواده همسر
ویژگی‌های شخصیتی کارآمد	بازورها و نگرش‌های کارآمد	نگاه کارآمد به ازدواج و روابط زناشویی	نگاه کارآمد به روابط زناشویی
جایگاه مطلوب همسران در خانواده مبدأ	بازورها و نگرش‌های کارآمد	نگاه غیر جنسیتی در امور مالی	نگاه کارآمد به ویژگی‌های سنت و مدرنیته
ارتباطات سالم با جنس مقابل پیش از ازدواج	بازورها و نگرش‌های کارآمد	نگاه کارآمد به آموزش و یادگیری	نگاه کارآمد به آموزش و یادگیری
		نگرش داشتن حق انتخاب در زندگی	مهارت‌های شناختی، عاطفی، اجتماعی (منطقی، خلاق، مثبت، صبور و تاب آور، گرم و صمیمی، ایمن، قابل اعتماد و باگذشت و...)
		مورد اعتماد و تأیید خانواده مبدأ	مورد اعتماد و تأیید خانواده مبدأ
		نبود روابط جنسی قبل ازدواج و یا تجارب جنسی متعدد	نبود روابط جنسی قبل ازدواج و یا تجارب جنسی متعدد



عوامل زمینه‌ای در همسران خشنود عبارت‌اند از:

### ۱. سلامت خانواده مبدأ.

#### ۱.۱. ساختار با ثبات و کارآمد خانواده مبدأ:

فائزه: «بابام می‌گفت از روی عمر من بردار و بذار رو عمر زنم. دعوا داشتند ولی می‌دونستم جدا نمیشن».

#### ۱.۲. سبک فرزند پروری کارآمد خانواده مبدأ:

زهره: «تو خونه ما محبت بود ولی به موقعش اگه کار بدی می‌کردیم، دعوا و اخ می‌کردن».

#### ۱.۳. سلامت و الگوهای کارآمد در خانواده مبدأ:

باقر: «بینشون احترام و دلسوزی بود، از هم انتقاد می‌کردند، ولی بی‌ادبی نبود. بابام قربون صدقه مامانم می‌رفت».

### ۲. ویژگی‌های فردی کارآمد

#### ۲.۱. باورها و نگرش‌های کارآمد:

زهره: «فکر می‌کنم احساس خشنودیم از اینکه که من بیشتر خوبیها رو میبینم» (باور به مثبت بودن خود).

#### ۲.۲. ویژگی‌های شخصیتی کارآمد:

فائزه: «یک دلیل خوشبختیمون اینکه که همسرم صبر قشنگی داره».

#### ۲.۳. جایگاه مطلوب همسران در خانواده مبدأ:

باقر: «بابام می‌گفت: محمد باقر بچه فهمیده‌ایه و به من اعتماد داشتند و ما را آزاد می‌گذاشتند».

#### ۲.۴. ارتباطات سالم با جنس مقابل پیش از ازدواج:

امید: «گفتم بیا رابطه‌مونو جدی کنیم، تو ده روز اول گفت که من یواشکی نمی‌تونم، عذاب وجدان

می‌گیرم و دوست ندارم یواشکی انجام بدم و به خانواده اش گفت».

۱. اسم‌ها مستعار است.



## جدول ۳: کدهای باز و محوری و انتخابی عوامل علی در همسران خشنود

عوامل	کدهای انتخابی	کدهای محوری	کدهای باز (مفهوم ثانویه)
		برخورداری از شرط لازم ازدواج	جذابیت اولیه
عوامل علی	ازدواج آگاهانه	برخورداری از شروط کافی در ازدواج	آگاهی از خود و معیارهای خود در انتخاب همسر ازدواج با انگیزه‌های مناسب و آمادگی کافی پیش از ازدواج داشتن مهارت و فرصت لازم برای جمع‌آوری اطلاعات تصمیم‌گیری همسانی و شناخت کافی پیش از ازدواج اولویت‌بندی اصیل در خواسته‌های خود

## عوامل علی در همسران خشنود: انتخاب و ازدواج آگاهانه

## ۱. ازدواج آگاهانه

## ۱.۱. برخورداری از شرط لازم ازدواج: جذابیت اولیه

مائده: «در خواستگاری همسرمو دیدم و به دلم نشست، اونم خوشش اومد چون گفتند صحبت کنیم.»

## ۲.۱. برخورداری از شروط کافی در ازدواج:

امید: «از لحاظ اجتماعی، فرهنگی، اخلاقی، مذهبی، طبقاتی اختلاف خیلی زیادی نداریم.»

## جدول ۴: کدهای باز و محوری و انتخابی عوامل مداخله گر در همسران خشنود

عوامل	کدهای انتخابی	کدهای محوری	کدهای باز (مفهوم ثانویه)
عوامل	شکوفایی اقتصادی	رشد و توسعه شغلی	پیشرفت شغلی
مداخله‌ای	ور شکستگی اقتصادی	شکست شغلی	از دست دادن موقعیت شغلی و درآمد

## عوامل مداخله گر در همسران خشنود: کاهش علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

## ۱. شکوفایی اقتصادی:

## ۱.۱. رشد و توسعه شغلی

سارا: «همسر کارگاه رنگ‌سازی وبعد شرکت زد و به دلیل تورم، سرمایه‌ها مون چندین برابر شده است.»

## ۲. ورشکستگی اقتصادی:

## ۲.۱. شکست شغلی

فائزه: «اتفاقاتی تو زندگیم افتاده (از دست دادن تمام داراییهای زندگی، زندان رفتن همسر) که وقتی تو

زندگی دیگران اتفاق افتاده، رفتند سمت طلاق ولی من به دلیل آگاهی و مهارتی که داشتم، نرفتم.»



## جدول ۶: کدهای باز و محوری و انتخابی راهبردها در همسران خشنود

کدهای انتخابی	کدهای محوری	کدهای باز (مفهوم ثانویه)
راهبرد فردی	انگیزه رشد و توسعه فردی	تلاش جهت یادگیری مهارت‌های تحصیلی-شغلی تلاش جهت یادگیری مهارت‌های زندگی پذیرش ویژگی‌های ظاهری و اخلاقی، اعتقادی همسر پذیرش شرایط اقتصادی همسر
راهبردهای استحکام بخشی روابط همسران	سازگاری و پذیرش	مسئولیت پذیری و اجرای کارآمد نقش‌ها، مسئولیت پذیری و تأیید اشتباهات خود، عذرخواهی و جبران اشتباهات خود گذشت کردن عشق‌ورزی کلامی: (صمیمیت کلامی) عشق‌ورزی عملی: (صمیمیت غیر کلامی) عشق‌ورزی بدنی: (صمیمیت بدنی) عشق‌ورزی جنسی: (صمیمیت جنسی) اهمیت دادن به تفریحات خانوادگی مراقبت از جسم همسر کمک به رشد و پیشرفت همسر مدیریت افکار و احساسات و تنظیم هیجانات مهارت ارتباط مؤثر و کارآمد و ابراز وجود مهارت حل تعارض، حل مسئله و تصمیم‌گیری مهارت خلاقیت و تفکر نقادانه مهارت مدیریت خشم جلب اعتماد و احترام همسر همراهی و حمایت از همسر ایجاد احساس امنیت در همسر مدیریت مطلوب روابط اجتماعی مدیریت مطلوب رسانه و فضای مجازی استفاده از حمایت‌های مطلوب اجتماعی الگوی مصرف کارآمد استقلال اقتصادی همسران مدیریت مالی کارآمد
راهبردهای استحکام بخشی روابط همسران	تدارک اوقات خوش و تفریحات مشترک مراقبت از رابطه	عشق‌ورزی کلامی: (صمیمیت کلامی) عشق‌ورزی عملی: (صمیمیت غیر کلامی) عشق‌ورزی بدنی: (صمیمیت بدنی) عشق‌ورزی جنسی: (صمیمیت جنسی) اهمیت دادن به تفریحات خانوادگی مراقبت از جسم همسر کمک به رشد و پیشرفت همسر مدیریت افکار و احساسات و تنظیم هیجانات مهارت ارتباط مؤثر و کارآمد و ابراز وجود مهارت حل تعارض، حل مسئله و تصمیم‌گیری مهارت خلاقیت و تفکر نقادانه مهارت مدیریت خشم جلب اعتماد و احترام همسر همراهی و حمایت از همسر ایجاد احساس امنیت در همسر مدیریت مطلوب روابط اجتماعی مدیریت مطلوب رسانه و فضای مجازی استفاده از حمایت‌های مطلوب اجتماعی الگوی مصرف کارآمد استقلال اقتصادی همسران مدیریت مالی کارآمد
راهبردهای استحکام بخشی روابط همسران	راهبردهای مهارتی کارآمد	توافق بر سر الگوی توزیع پول و مسائل مالی ورود آگاهانه و انتخابی به مرحله والدینی همانگی و مشارکت در فرزند پروری پیشگیری از تضعیف رابطه با تولد فرزند راهبردهای مدیرانه همسران در شروع و ادامه ازدواج پذیرش ویژگی‌های و شرایط خانواده همسر تمایز یافتگی از خانواده مبدأ همراهی و حمایت همسران از خانواده‌ها رعایت مرزها توسط همسران در رابطه با خانواده‌ها کمک به بهبود روابط اعضای خانواده همسر جلب اعتماد و امنیت خانواده‌ها راهبردهای مدیرانه خانواده‌ها در شروع و ادامه ازدواج پذیرش عروس و داماد رعایت مرزها توسط خانواده‌ها همراهی و حمایت خانواده‌ها از همسران کمک به حل مشکل همسران از سوی خانواده‌ها جلب اعتماد و امنیت همسران توسط خانواده‌ها رفتار محترمانه و مطلوب خانواده‌ها با هم
راهبردهای استحکام بخشی روابط همسران	استقلال و مدیریت کارآمد اقتصادی	توافق بر سر الگوی توزیع پول و مسائل مالی ورود آگاهانه و انتخابی به مرحله والدینی همانگی و مشارکت در فرزند پروری پیشگیری از تضعیف رابطه با تولد فرزند راهبردهای مدیرانه همسران در شروع و ادامه ازدواج پذیرش ویژگی‌های و شرایط خانواده همسر تمایز یافتگی از خانواده مبدأ همراهی و حمایت همسران از خانواده‌ها رعایت مرزها توسط همسران در رابطه با خانواده‌ها کمک به بهبود روابط اعضای خانواده همسر جلب اعتماد و امنیت خانواده‌ها راهبردهای مدیرانه خانواده‌ها در شروع و ادامه ازدواج پذیرش عروس و داماد رعایت مرزها توسط خانواده‌ها همراهی و حمایت خانواده‌ها از همسران کمک به حل مشکل همسران از سوی خانواده‌ها جلب اعتماد و امنیت همسران توسط خانواده‌ها رفتار محترمانه و مطلوب خانواده‌ها با هم
راهبردهای استحکام بخشی روابط همسران	سازگاری با تغییرات چرخه زندگی	توافق بر سر الگوی توزیع پول و مسائل مالی ورود آگاهانه و انتخابی به مرحله والدینی همانگی و مشارکت در فرزند پروری پیشگیری از تضعیف رابطه با تولد فرزند راهبردهای مدیرانه همسران در شروع و ادامه ازدواج پذیرش ویژگی‌های و شرایط خانواده همسر تمایز یافتگی از خانواده مبدأ همراهی و حمایت همسران از خانواده‌ها رعایت مرزها توسط همسران در رابطه با خانواده‌ها کمک به بهبود روابط اعضای خانواده همسر جلب اعتماد و امنیت خانواده‌ها راهبردهای مدیرانه خانواده‌ها در شروع و ادامه ازدواج پذیرش عروس و داماد رعایت مرزها توسط خانواده‌ها همراهی و حمایت خانواده‌ها از همسران کمک به حل مشکل همسران از سوی خانواده‌ها جلب اعتماد و امنیت همسران توسط خانواده‌ها رفتار محترمانه و مطلوب خانواده‌ها با هم
راهبردهای استحکام بخشی روابط همسران	اعتمادسازی و امنیت بخشی به خانواده‌ها توسط همسران	توافق بر سر الگوی توزیع پول و مسائل مالی ورود آگاهانه و انتخابی به مرحله والدینی همانگی و مشارکت در فرزند پروری پیشگیری از تضعیف رابطه با تولد فرزند راهبردهای مدیرانه همسران در شروع و ادامه ازدواج پذیرش ویژگی‌های و شرایط خانواده همسر تمایز یافتگی از خانواده مبدأ همراهی و حمایت همسران از خانواده‌ها رعایت مرزها توسط همسران در رابطه با خانواده‌ها کمک به بهبود روابط اعضای خانواده همسر جلب اعتماد و امنیت خانواده‌ها راهبردهای مدیرانه خانواده‌ها در شروع و ادامه ازدواج پذیرش عروس و داماد رعایت مرزها توسط خانواده‌ها همراهی و حمایت خانواده‌ها از همسران کمک به حل مشکل همسران از سوی خانواده‌ها جلب اعتماد و امنیت همسران توسط خانواده‌ها رفتار محترمانه و مطلوب خانواده‌ها با هم
راهبردهای استحکام بخشی روابط همسران	اعتمادسازی و امنیت بخشی به همسران توسط خانواده‌ها	توافق بر سر الگوی توزیع پول و مسائل مالی ورود آگاهانه و انتخابی به مرحله والدینی همانگی و مشارکت در فرزند پروری پیشگیری از تضعیف رابطه با تولد فرزند راهبردهای مدیرانه همسران در شروع و ادامه ازدواج پذیرش ویژگی‌های و شرایط خانواده همسر تمایز یافتگی از خانواده مبدأ همراهی و حمایت همسران از خانواده‌ها رعایت مرزها توسط همسران در رابطه با خانواده‌ها کمک به بهبود روابط اعضای خانواده همسر جلب اعتماد و امنیت خانواده‌ها راهبردهای مدیرانه خانواده‌ها در شروع و ادامه ازدواج پذیرش عروس و داماد رعایت مرزها توسط خانواده‌ها همراهی و حمایت خانواده‌ها از همسران کمک به حل مشکل همسران از سوی خانواده‌ها جلب اعتماد و امنیت همسران توسط خانواده‌ها رفتار محترمانه و مطلوب خانواده‌ها با هم

راهبردها در همسران خشنود عبارت بودند از:

۱. راهبرد فردی:

۱.۱. انگیزه رشد و توسعه فردی:

سارا: «زندگی و با یک کار فرهنگی شروع کردیم، همسر، دوره های فنی حرفه ای رو دید و کارگاه زد.

۲. راهبردهای استحکام بخشی روابط همسران:

۱.۲. سازگاری و پذیرش:

سجاد: «تفاوت نظر داریم ولی روی تفاوتها مون مانور نمی دیم و بزرگ نمی کنیم، گذشت می کنیم.»

۲.۲. ابراز عشق و روزی:

لیلا: «براش چای می ریختم، بوسش می کردم، شونه هاشو ماساژ می دادم، دستی به سر و گوشش می کشیدم.»

۳. تدارک اوقات خوش و تفریحات مشترک:

فائزه: «با هم بیرون، خرید و تفریح می ریم. تفریحاتمون شامل سفر، باغ رفتن، خرید، پارک رفتن هست.»

۴.۲. مراقبت از رابطه:

حمید: «زندگی چیزیه که باید برای خوب بودنش بهاش رو بردازی و اینکه فکر کنی با یک انتخاب همه چی

تمومه، خیلی غلطه و باید وقت بذاری و رابطه رو بسازی و ازش محافظت کنی.»

۵. راهبردهای مهارتی کارآمد:

مانده: «اوایل جبهه می گرفتم ولی الان بدون جبهه گرفتن گوش می کنم، با آرامش تموم بشه.»

زهره: «وقتی عصبانی ام و دارم چپ چپ نگاه می کنم، همسر منو می خندونه.»

۶. اعتمادسازی و امنیت بخشی به همسر:

لیلا: «من یادم نیامد حمید سر من داد زده باشه یا با صدای بلند صحبت کرده باشه، بهش اعتماد دارم.

باقر: «اول با فاصله ای دوستان را محک میزینیم و اگر اون چیزایی را که مد نظرمون هست، در او دیدیم، بعد این

رابطه تنگاتنگ تر میشه و اگر دیدیم انسان خوب و سالمیست به روابط خانوادگی میرسه و گرنه در حد سلام

و علیک کاری محدود میشه و بعضی اوقات حتی قطع میشه، اگر بینم ضررش بیشتر از منفعتشه (مدیریت مطلوب

روابط اجتماعی).

باقر: «گوشی تا حدی که اطلاعات خوبی بده استفاده میکنم، ولی همیشه در کنار خانواده میذارم کنار و با بچه

ها بازی میکنم. من معتقدم باید شبها بیشتر کتاب بخونم تا بچه ها و خانم بیند و گرنه با کلام نمیتونم اونارو

هدایت کنم که سرشون تو گوشی نباشه (مدیریت مطلوب رسانه و فضای مجازی).

۷.۲. استقلال و مدیریت اقتصادی کارآمد:



الی: «ملاک‌های دیگه ای در همسر بود که ارزشمند بود، استقلال مالی همسر، شغل ثابت و مورد تائید با درآمد نسبتاً مناسب و شاید استقلال مالی خودم هم از ترسها در ازدواج کم می کرد.»

فاظه: «در تامین نیازهای اقتصادی مرد و زن نداره، هر دو باید نتیجه تلاشمونو وسط بذاریم، اینطوری خودمون راحت تریم.»

۲.۸ سازگاری با تغییرات چرخه زندگی:

باقر: «تولد بچه ها چه تأثیری تو زندگیون داشت؟ زمانی تصمیم گرفتیم که به ثبات در وضعیت مالی رسیده بودیم. من و همسر زیاد مطالعه می کنیم تا بتونیم والدین خوبی باشیم.»

۳. راهبردهای استحکام بخش روابط با خانواده مبدأ:

۳.۱. اعتمادسازی و امنیت بخشی به خانواده‌ها توسط همسران.

قاسم: «من بخوام دلگیریمونو به خانوادم بگم زنم نمیزاره. تازه، وقتی بیان خونمون تحویلشون میگیره و کینه‌ای نیست.»

الی: «چون می‌دونستم برای خانواده همسرم برخی مسائل ارزش است، اگرچه برای ما شاید در حاشیه باشه، اما به ارزشهای آن‌ها احترام گذاشته و عمل میکنم و با تمام ارزشهاشون آن‌ها را می پذیرم؛ مثلاً وقتی میرم خونشون بیشتر حجابمو رعایت می‌کنم و امروز همسر هم همین رفتار را انجام می‌دهد.»

۴. راهبردهای استحکام بخشی روابط همسران توسط خانواده‌ها:

۴.۱. اعتمادسازی و امنیت بخشی به همسران توسط خانواده‌ها

الی: «در تمام دوران آشنایی و عقد، مادر همسر و خواهرشون مدام به همسر چیزهای خوب آموزش می‌دادند، مثل هدیه گرفتن در هر مناسبتی و او رو همراهی و کمک هم می‌کردند.»

نرگس: «خونه مادر شوهرم بعد غذا که می‌خوریم، می‌خوام سفره رو جمع کنم، می‌گفتند: بشینید، من خودم جمع می‌کنم با اینکه می‌دونم پاهاشون درد می‌کنه و همیشه خوبی عروسهارو به همه می‌گن.»

**جدول ۷:** کدهای باز و محوری و انتخابی پیامدها در همسران خشنود

عوامل	کدهای انتخابی	کدهای محوری	کدهای باز (مفهوم ثانویه)
پیامدها	تربیت نسل سالم و رشد یافته	فرزند پروری کارآمد	
	حال خوب و آرامش در همسران و خانواده‌ها	تجربه احساسات خوب در همسران و خانواده‌ها	

پیامدهای خشنودی از زندگی زناشویی در همسران خشنود عبارت بودند از:

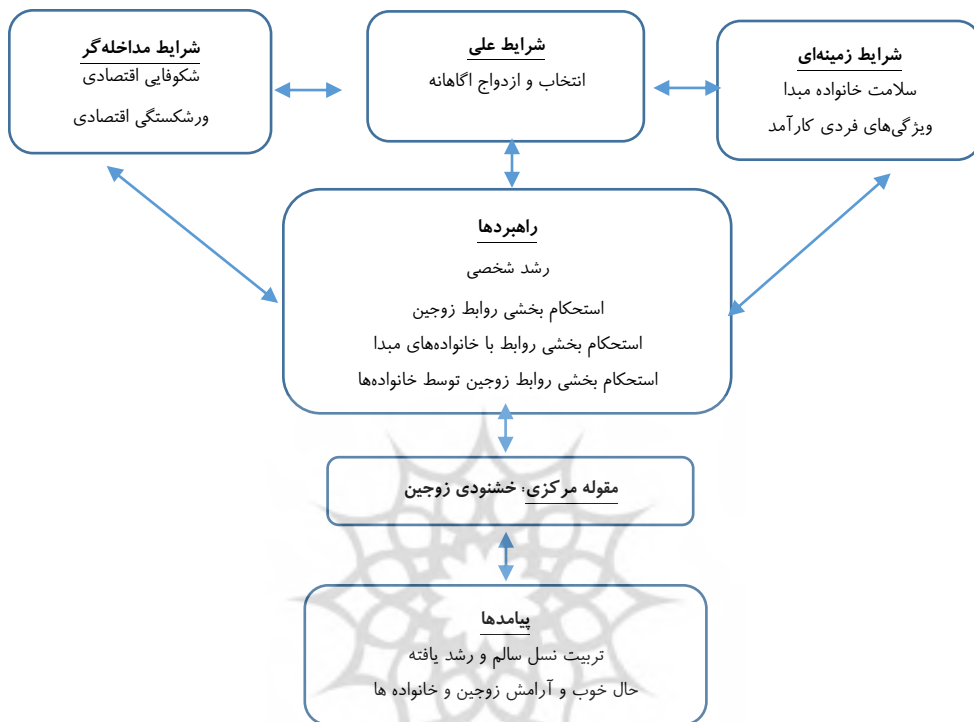
۱. تربیت نسل سالم و رشد یافته:

سجاد: «پیامد زندگی مسالمت آمیز شما؟ برای بچه آرامش، امنیت، سلامت، احساس ارزشمندی؛ پویایی.»



۲. آرامش و حال خوب همسران و خانواده‌ها:

نرگس: «پیامد زندگی مسالمت آمیز شما؟ الگوی خوییم، آرامش و خشنودی داریم، خوشبختیم، هوای همو داریم، تنها نیستیم و خانواده‌هامونم خوشحالتند و امنیت خاطر دارند.»



شکل ۱ الگوی مفهومی همسران خشنود

## بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف شناسایی مؤلفه‌های مؤثر بر خشنودی زناشویی انجام شد. این پژوهش برخلاف پژوهش‌های پیشین که عمدتاً بر اطلاعات آماری مبتنی بوده‌اند، با نمونه کوچک‌تر و استفاده از روش کیفی و فن مصاحبه عمیق انجام گرفت. نتایج نشان داد، شرایط زمینه‌ای، در تحقیق حاضر شامل الف) سلامت خانواده مبدأ و ب) ویژگی‌های فردی کارآمد بود.

عوامل زمینه‌ای مؤثر در خشنودی زناشویی مرتبط با خانواده مبدأ که در پژوهش حاضر یافت شدند، در پژوهش‌های متعدد دیگر نیز شناسایی شده‌اند. بدین معنا که در تحقیق حاضر، در اغلب همسران خشنود، ساختار خانواده مبدأ همسو با پژوهش (Heratian, Janbozorgi, Salarifar & Rasoulzadeh Tabatabai, 2020)، باثبات و



کارآمد بود، سبک فرزند پروری والدین، همسو با پژوهش (Besharat, Hoshmand, Rezazadeh & Lavasani, 2015) در خانواده مبدأ، مقتدرانه و پایه گذار سبک دل‌بستگی ایمن در همسران بود، الگوهای نگرشی و رفتاری کارآمدی در خانواده مبدأ، همسو با پژوهش (Arianfar & Rasouli, 2019) حاکم بودند. در تبیین آن می‌توان گفت خانواده با تأثیر عمده‌ای که بر شکل‌گیری رفتار فرزندان دارد، می‌تواند بر کیفیت خانواده نسل‌های بعدی نیز اثرگذار باشد. طبق نظریه یادگیری اجتماعی، بسیاری از مردم رفتارها و انتظارات مربوط به ماهیت و روابط زناشویی را از خانواده می‌آموزند و کودکانی که در خانواده‌های سالم (به لحاظ نگرشی، رفتاری و روانی) زندگی می‌کنند، الگوهای کارآمد نگرشی و رفتاری را کسب می‌کنند و کسب این الگوها می‌تواند در جای جای زندگی به آن‌ها کمک کند. اما برخی از عوامل در پژوهش‌های پیشین به‌ویژه پژوهش‌های انجام‌گرفته در کشورهای غربی توجه چندانی دریافت نکرده‌اند. به‌طور مثال، الگوی مهرورزی و احترام بین نسلی به بزرگ‌ترها در خانواده مبدأ، به‌عنوان یک موضوع اثرگذار بر خشنودی زناشویی مورد توجه قرار نگرفته است. در فرهنگ ما برخلاف فرهنگ غرب، یک فرهنگ جمع‌گراست و بر احترام و محبت به بزرگ‌ترها تأکید می‌شود و همسرانی که در خانواده مبدأ خود شاهد احترام و محبت بین نسلی بودند با احتمال بیشتری این آموخته‌ها را در زندگی زناشویی در رابطه با خانواده همسر خود بکار می‌بندند که می‌تواند زمینه‌ساز خشنودی زناشویی بیشتر باشد.

بعلاوه اغلب همسران خشنود، دارای ویژگی‌های فردی کارآمدی بوده که در خشنودی زناشویی مؤثر بودند، به عبارتی همسران خشنود، همسو با پژوهش (Bedair et al., 2020)، (Yoo, 2020) دارای باورها و نگرش‌های کارآمدی بودند، همسو با پژوهش‌های (Ostovar et al., 2020)، (Shirisia, 2014)، (Cardoso & Costa, 2019)، از ویژگی‌های شخصیتی مطلوبی برخوردار بودند، همسو با پژوهش (Moghimi, Moradi, Sayedoshohadaei & Ahmadian, 2020) توانایی بخشش بالایی داشتند و از خودگذشتگی بیشتری در روابط نشان می‌دادند، با تمایز یافتگی بالا از صمیمیت بیشتری برخوردار بودند و به دنبال آن خشنودی بیشتری هم تجربه می‌کردند که این خشنودی پشتوانه‌ای برای تعهد بود. همسو با پژوهش (Abdi Zarrin & Sanei Taheri, 2020) از سبک دل‌بستگی ایمن و ارتباطات سازنده و ویژگی‌های شخصیتی کارآمد نظیر نستوهی روان‌شناختی برخوردار بودند. همسو با پژوهش (Legkauskas & Stankevičienė, 2009) که شرکای قبل از ازدواج و تجربه زندگی مشترک بیشتر در مردان، شروع جوان‌تر فعالیت جنسی و تعداد بیشتر شرکای قبل از ازدواج در زنان با خوشایندی کمتر مواجه بود، در این پژوهش نیز همسران تجارب جنسی با شرکای متعدد نداشتند و متفاوت با پژوهش ذکر شده بعضی از همسران هیچ‌گونه روابط جنسی قبل از ازدواج نداشتند. در تبیین آن می‌توان گفت همسرانی که قبل از ازدواج روابط جنسی را تجربه



نکرده بودند، تحت تأثیر فرهنگ خانواده و آموزش‌های مذهبی، متفاوت از فرهنگ‌های غرب، روابط را جایز نمی‌دانستند و یا با توجه به طول مدتی که از ازدواج آن‌ها می‌گذشت (۱۰ تا ۱۳ سال) می‌توان گفت که همسران هنوز تحت تأثیر تغییرات شبکه‌های اجتماعی و فضای مجازی قبح روابط جنسی برایشان از بین نرفته بود، بنابراین اولین تجارب جنسی را با همسرشان داشتند که این تجربه منحصر به فرد، خشنودی آنان را تحت تأثیر قرار می‌داد و بهبود می‌بخشید. از طرف دیگر همسرانی که تجارب محدودی داشتند (تنها یک تجربه جنسی داشتند)، یا دیرتر فعالیت‌های جنسی را شروع کرده بودند، از ویژگی‌هایی چون خودکنترلی، پای بندی به ارزش‌ها برخوردارند که می‌تواند پاسخگوی انتظاراتی در همسران نظیر تعهد و وفاداری، پاکی و صداقت باشد و زمینه خشنودی زناشویی را فراهم کند. تنها عاملی که در پژوهش حاضر از عوامل زمینه‌ای مؤثر در خشنودی زناشویی بود و در تحقیقات قبلی به آن اشاره نشده بود، مورد اعتماد و تائید خانواده مبدأ خود، بود که می‌توان انتظار داشت، وقتی همسران از ویژگی‌های شخصیتی خوبی برخوردار باشند، قطعاً به دلیل این ویژگی‌ها مورد تائید و اعتماد خانواده مبدأ و همسران خود در آینده خواهند بود که این خود، زمینه خشنودی زناشویی را فراهم می‌کند. در تبیین نقش ویژگی‌های فردی می‌توان گفت ارتباطات سازنده متأثر از ویژگی‌های شخصیتی کارآمد به‌طور طبیعی به دلیل افزایش احتمال حل مسئله و کاهش احساسات منفی ناشی از ناتمام ماندن حل مشکلات، کیفیت رابطه را بهبود می‌بخشد. لذا طبیعی است همسرانی که از ارتباطی سازنده برخوردارند و به‌صورت منطقی و به‌دوراز توقعات بیجا و همچنین اجتناب غیرمنطقی از بحث و تعارض، با هم ارتباط دارند، خشنودی زناشویی بالاتری را نشان دهند. همسرانی که از این الگو در روابط خود استفاده می‌کنند، توانایی بروز احساسات و حل مسئله را دارند و می‌توانند درباره مسائل مذهبی، مالی و اخلاقی با یکدیگر سخن بگویند. آن‌ها از شیوه برد/ برد استفاده می‌کنند و به‌عنوان رقیب به یکدیگر نمی‌نگرند. لذا برقراری رابطه درست، سبب سازگاری، کیفیت روابط زناشویی و خشنودی زناشویی می‌شود. بعلاوه طبق نظریه نیاز-انتظار، زن و شوهر با یکسری نیازها و انتظارات وارد زندگی زناشویی می‌شوند و داشتن ویژگی‌هایی همچون تمایز یافتگی، تعهد، صمیمیت، صبوری، وفاداری، گشودگی، وظیفه‌شناسی و توافق، زمینه توفیق همسران در برآوردن انتظارات همسران را فراهم می‌کند که این خود نیز موجب خشنودی زناشویی در همسران می‌شود. همچنین، افراد بیشتر تمایز یافته تمایل دارند تا خودمختاری در روابطشان داشته، مایل‌اند صمیمیت بیشتری در روابطشان بدون غرق شدن در احساساتشان داشته باشند، افراد تمایز یافته انعطاف‌پذیرتر، دارای تفکر مستقل، مقابله بهتر با حوادث استرس‌زا و مشکلات زناشویی خود را بهتر حل می‌کنند.



این ویژگی‌های افراد تمایز یافته موجب افزایش تعهد زناشویی می‌شود و به همین دلیل در زندگی زناشویی خود موفق‌ترند که همه این‌ها زمینه‌ساز خوشنودی بیشتر همسران خواهد بود.

شرایط علی در همسران خوشنود در پژوهش حاضر، شامل انتخاب و ازدواج آگاهانه بود و همسو با پژوهش (Bijari, Sepehri Shamloo, Mahram & Sadeghi, 2020) همسران به شناخت کافی قبل ازدواج، برخورداری همسر از شرایط لازم و کافی و معیارهای اصیل در انتخاب خود توجه داشتند و یافته جدید در پژوهش حاضر که در پژوهش یادشده نبود، عدم توجه به انگیزه‌های افراد در ازدواج بود. در تبیین آن می‌توان گفت در پژوهش‌های غربی، به انگیزه‌های ازدواج و توجه به معیارهای اصیل کمتر اشاره شده است. چون بیشتر ازدواج‌ها با انگیزه‌هایی همچون عشق و جذابیت‌های بین فردی شکل می‌گیرد ولی در فرهنگ ما، گاهی ازدواج با انگیزه‌های نامناسبی همچون ترس از برجسب ترشیده خوردن، فرار از خانه پدری صورت می‌گیرد و یا اخیراً با توجه به وضعیت اقتصادی حاکم بر جامعه، بانگیزه دستیابی به پول و ثروت، معیارهای اصیل نادیده گرفته می‌شوند و معیارهای مادی مدنظر قرار می‌گیرد که قطعاً خوشنودی زناشویی از آن متأثر می‌شود. در تبیین انتخاب آگاهانه می‌توان گفت، هر چه میزان همسانی همسران از جنبه‌های گوناگون بیش‌تر باشد، میزان خوشنودی زناشویی بیش‌تری حاصل می‌شود که لازمه آن شناخت خود و معیارهای خود و انتخاب آگاهانه است. بعلاوه داشتن ملاک‌های اصیل غیرمادی در انتخاب همسر نیز نقش تعیین‌کننده‌ای در خوشنودی زناشویی دارد. از طرفی برخورداری از مهارت شناخت همسر و تصمیم‌گیری و ایجاد فرصت زمانی لازم توسط خانواده‌ها جهت انتخاب آگاهانه و بالغانه نیز ضرورت دارد چراکه فرآیند شناخت و تصمیم‌گیری منطقی و عقلانی فرآیند زمان‌بری است که در کمال آرامش و برخورداری از زمان کافی ممکن می‌شود.

شرایط مداخله‌گر در این تحقیق، شکوفایی اقتصادی و ورشکستگی اقتصادی، همسو با پژوهش (Li & Fung, 2011) بود و شرایط اقتصادی از عواملی اثرگذار بر خوشنودی زناشویی بودند. همچنین همسو با نتایج پژوهش (Sawai, Juhari, Kahar, Ismail & Sawai, 2018) نیز نشان داد که مشکلات اقتصادی می‌تواند باعث کاهش خوشنودی زناشویی شود و تفاوتش با این پژوهش این بود که چنانچه در شرایط اقتصادی همسران مدیریت بحران داشته باشند، حتی می‌تواند به افزایش خوشنودی زناشویی کمک کند. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که وضعیت مالی نقش مهمی در خوشنودی و ثبات ازدواج دارد. در تبیین آن می‌توان گفت افرادی که وضعیت اقتصادی بهتری دارند، به جهت موقعیت مالی و اقتصادی مناسب نیز دسترسی مناسب‌تری نسبت به برخی از امکانات مانند کتب و نشریات، کلاس‌ها و مشاوره‌های ازدواج و خانواده و غیره دارند. استفاده از این امکانات خود می‌تواند در



آگاهی دادن افراد نسبت به مسائل ازدواج و خانواده و برطرف کردن مسائل و مشکلات بسیار مؤثر باشد. بعلاوه سطح درآمد مطلوب و رفاه اقتصادی باعث کاهش تنیدگی درون خانواده و ایجاد احساس ایمنی در زوجها و پاسخگویی به نیازها و انتظارات همسران را ممکن می‌کند که این خود منجر به افزایش خشنودی زناشویی می‌شود و برعکس ورشکستگی اقتصادی و از دست دادن سرمایه‌های اقتصادی و عدم پاسخگویی به انتظارات همسران و تنش ناشی از آن می‌تواند روابط همسران را تهدید کند، اما همسران راضی به دلیل خشنودی قابل توجهی که از زندگی خود داشتند و مهارت‌هایی که در مواجهه با بحران آموخته بودند، توانسته بودند بحران را مدیریت کرده و به سازگاری مجدد دست یابند و این دوران را با کمترین عوارض پشت سر بگذارند و روابطشان حتی قدرت و استحکام بیشتری پیدا کند.

راهبردها در این تحقیق در چهار طبقه قرار می‌گرفتند: راهبرد فردی شامل رشد شخصی، راهبردهای زوجی شامل راهبردهای استحکام‌بخشی روابط همسران، راهبردهای تعاملی بین همسران و خانواده‌ها شامل راهبردهای استحکام‌بخشی روابط با خانواده مبدأ و راهبردهای استحکام‌بخشی روابط همسران توسط خانواده‌ها. اولین گروه راهبردها، راهبردهای فردی بودند، به این معنا که همسران خشنود در جهت رشد شخصی، ادامه تحصیل یا ارتقای مهارت‌های حرفه‌ای خود می‌کوشیدند، در جهت آموختن مهارت‌های زندگی هزینه و مطالعه می‌کردند. نتایج این تحقیق با یافته‌های (Ghorbani et al., 2019) همسو بود. در تبیین آن می‌توان گفت، وقتی همواره همسران درصدد آموزش و ارتقای مهارت‌های تحصیلی شغلی، رشد فردی و مطالعه و تحقیق راهکارهای مؤثر و سازنده در برخورد با مشکلات باشند، قطعاً بهتر می‌توانند راهگشای زندگی خود باشند و در این صورت پاداش‌های رابطه بالا و هزینه‌های رابطه پایین می‌آید و افراد خشنود و اغلب راغب به ماندن در رابطه هستند.

دومین دسته راهبردها، راهبردهایی بودند که اغلب همسران خشنود، در زندگی و در رابطه با هم استفاده می‌کردند که پایه‌گذار اعتماد و امنیت در همسران و استحکام‌بخش روابط آنان بود. به عبارتی اغلب همسران خشنود، همسو با پژوهش (Hatami Varzaneh, Esmaily & Borjali, 2017). همسران را قبول داشتند و انتظارات معقول و متناسب با امکانات و توانایی‌هایش از او داشتند، همسو با پژوهش (Zare & Safiari Jafarabad, 2015)، نسبت به همدیگر انواع عشق‌ورزی را ابراز می‌کردند، همسو با پژوهش (Cai, Wang & Zhang, 2020) تدارک اوقات خوش و تفریحات مشترک را در کنار هم می‌دیدند، همسو با پژوهش (Moghimi, Moradi, Sayedoshohadaei & Ahmadian, 2020) گذشت داشتند و می‌بخشیدند، همسو با پژوهش (Bullock & Williams, 2019)، (Jung, 2019) با هم همکاری و مشارکت داشته و با حمایت از همدیگر و فراهم کردن زمینه رشد و شکوفایی همدیگر، از



رابطه‌شان مراقبت می‌کردند. همسو با پژوهش (Namdar, Sarabian & Zabihi Hesari, 2016) در حل تعارضات و مسائل خود از راهبردهای مدیریت هیجان، گفتگو، مذاکره برد برد، خلاقیت، تصمیم‌گیری منطقی، استفاده می‌کردند و در صورت لزوم، از افراد متخصص و کارآموده در تربیت فرزندان و حل تعارضات خانوادگی استفاده می‌کردند، همسو با پژوهش (Pak Khasal, Saifullahi & Mirzaei, 2020) با توجه به رابطه منفی معنادار بین میزان استفاده از فضای مجازی و خشنودی زناشویی، همسران خشنود استفاده محدودی از فضای مجازی داشته و در استفاده از آن، قواعد شفاف و روشنی را وضع کرده بودند و احساس امنیت همسر خود را مدنظر داشتند، همسو با پژوهش (Li & Fung, 2011) از نظر اقتصادی تأمین بودند، استقلال و مدیریت مالی داشته و در حوزه اقتصادی باور به شایسته‌سالاری داشتند، همسو با پژوهش (Hatami Varzaneh, Esmaeily & Borjali, 2017). حضور فرزند رنگ و بوی دلپذیری به زندگی آنان بخشیده بود چراکه با برنامه‌ریزی قبلی و شرکت در کلاس‌های فرزند پروری و کسب آمادگی اقتصادی و روانی لازم و با مشارکت و همکاری هم، خود را برای ورود به مرحله والدینی آماده می‌کردند و تمام تلاش خود را در جهت اعتمادسازی و امنیت بخشی به همدیگر بکار می‌بستند. به عبارتی راهبردهای شناسایی‌شده در تحقیق حاضر، همسو با پژوهش‌های ذکرشده، مشاهده‌شده‌اند. در تبیین آن می‌توان گفت احترام گذاشتن به تفاوت‌های یکدیگر یک عامل کلیدی در پذیرش یکدیگر است. در صورتی که همسران تفاوت‌های یکدیگر را بپذیرند سعی نکنند همدیگر را تغییر دهند، در این صورت شانس بیشتری را برای یک رابطه خشنودکننده خواهند داشت. زمانی که همسران همدیگر را می‌پذیرند، در واقع تمامی موارد بد و خوب هم را پذیرفته، از تمامی موارد منفی مربوط به هم چشم‌پوشی می‌کنند، در این شرایط هیچ نوع عصبانیت، ناامیدی و تنفیری وجود ندارد و مسیر تجارب خشنودی بخش هموار می‌شود. بخشودگی نیز از جمله توانمندی‌هایی است که می‌تواند در حفظ خانواده نقش مؤثری داشته باشد و به‌عنوان عاملی در تحلیل بهتر تعارضات زناشویی و نهایتاً دستیابی به خشنودی و سازگاری زناشویی عمل کند. هنگامی که فرد قادر به بخشش باشد، رابطه میان هتک حرمت و کیفیت رابطه زناشویی و خشنودی زناشویی ضعیف، تعدیل می‌شود و این توانایی بخشش همسر به استحکام بیشتر رابطه زناشویی و افزایش خشنودی زناشویی می‌انجامد. بعلاوه همسرانی که پاسخگوی نیاز همسر به عشق‌ورزی و نیاز به تفریح وی بوده، از طریق وضع قوانین شفاف در زمینه استفاده از رسانه‌ها و حفظ و مراقبت از مرزها، پاسخگوی نیاز به امنیت در همسر بوده، مشارکت و حمایت از همدیگر را داشته و موجبات رشد و شکوفایی همدیگر را فراهم کرده‌اند، قادر به حل تعارضات خود با کمک مهارت‌هایی از جمله تنظیم هیجان، گفتگو و حل مسئله بوده و از شایستگی و کفایت لازم در زمینه‌های مختلف از جمله مسائل مالی و اقتصادی، فرزند



پروری، تدبیر منزل برخوردار باشند، قطعاً خواهند توانست بخش قابل توجهی از انتظارات شرکای خود را برآورده کرده و موجبات خشنودی یکدیگر را فراهم آورند.

بعلاوه، با افزایش مهربانی، همدلی و توجه مثبت مهربانانه، همسران می‌توانند بی‌توجهی‌ها و اختلافات زناشویی موجود را زودگذر و ناشی از شرایط ویژه حال بدانند و در نتیجه نکات مثبت موجود در رابطه را در آگاهی خود حفظ نموده و همین امر به حفظ سطح ثابت و مناسبی از خشنودی زناشویی در آنان کمک خواهند نمود. از طرفی خشنودی زناشویی با بهبود روابط بین فردی و زناشویی و همچنین بهبود سلامت روان و مشکلات روانی همچون افسردگی، استرس و اضطراب ناشی از اختلافات زناشویی در هر دو سطح فردی و بین فردی عوامل مؤثر بر ناخشنودی را کاهش داده و احتمالاً از این آسیب خانوادگی نیز در درازمدت می‌کاهد. تنها عامل پژوهش حاضر که در پژوهش‌های قبلی کمتر به آن اشاره شده است، اعتمادسازی در همسران هست. در تبیین آن می‌توان گفت مجموع راهبردهایی که همسران در زمینه‌های مختلف بکار می‌برند می‌تواند زمینه‌ساز اعتماد باشد اما در این تحقیق به رفتارهایی از جانب همسران اشاره شد که آگاهانه جهت اعتمادسازی در بدو و ورد به رابطه مشترک از سوی همسران اتخاذ می‌شد تا پایه‌گذار رابطه معنادار و مطمئن و قابل اعتمادی باشد. در شرایطی که افراد آگاهانه جهت اعتمادسازی برنامه‌ریزی کنند و در این راستا پاسخگویی نیازها و انتظارات همدیگر باشند، در این صورت پاداش‌های رابطه بالا و هزینه‌های رابطه پایین آمده و منجر به خشنودی زناشویی در همسران می‌شود. علاوه بر آن، چنانچه همسران در کنار پاسخگویی به انتظارات و نیازهای هم با اتخاذ باورها و رفتارهای سالم مثل باور به شایسته‌سالاری و نگرش‌های غیر جنسیتی، مثلث زدایی در رابطه با خانواده، دوستان، اقوام، فرزند، شغل و حرفه، رسانه و فضای مجازی و اولویت‌دهی به رابطه با همسر به اعتمادسازی و ایجاد احساس امنیت در همسر خود اقدام کنند، در این صورت خشنودی زناشویی بیشتر افزایش می‌یابد.

سومین دسته راهبردها، راهبردهای استحکام‌بخشی روابط با خانواده مبدأ هستند. اغلب همسران خشنود در بدو ورود به خانواده همسر، رفتارهایی را اتخاذ می‌کردند که اعتماد و امنیت خانواده‌ها را جلب می‌کرد. همسو با پژوهش (Hatami Varzaneh, Esmaeily & Borjali, 2017) از خانواده خود تمایز یافته بودند و استقلال فکری داشتند و مشکلاتشان را به خانواده‌ها منتقل نمی‌کردند، ضمن رفت‌وآمد با خانواده همسر با برقراری روابط مطلوب و محترمانه، سعی در جلب اعتماد آن‌ها داشتند، قادران بوده، روحیه همکاری داشته و در زمینه‌های مختلف از خانواده همسر حمایت می‌کردند. یافته پژوهشی که پژوهش حاضر را نسبت به پژوهش‌های پیشین متمایز می‌سازد، اعتمادسازی همسران در خانواده‌هاست که در دامنه جستجو شده توسط محقق، پژوهشی که به چنین یافته‌ای



اشاره کرده باشد، دیده نشد. در تبیین آن می‌توان گفت همسران خشنود قادر بودند روابط خود با خانواده اصلی را مجدداً سازمان‌دهی کرده و جایی برای همسرشان در این روابط باز کنند و با برخورداری از استقلال فکری و تمایز یافتگی، ابتدا خود را به‌عنوان همسر به‌طرف مقابل متعهد می‌ساختند و در درجه دوم با خانواده مبدأ خویش پیوند برقرار می‌کردند و رفتار کارآمد و روابط مطلوبی با خانواده‌ها برقرار می‌کردند و ضمن بهره بردن از شبکه حمایتی، با مرز سازی سالم و حفظ حریم‌ها اجازه نمی‌دادند که روابط خانوادگی آن‌ها تحت‌الشعاع نگرش‌ها، باورها و مداخلات آن‌ها قرار بگیرد و موجبات خشنودی زناشویی همدیگر را فراهم می‌کردند. البته لازم به ذکر است که در پایان مصاحبه‌ها محقق دریافت که در نمونه همسران خشنود از ده زوج خشنود، ۸ زوج، هر دو درون‌گرا بودند که معمولاً از نظر تیپ شخصیتی افراد صبور، ملاحظه‌کار و مبادی‌آداب هستند و به‌ندرت ممکن است که تنیدگی روابط و مرزها در آن‌ها مشاهده شود و مسائل زندگی خود را نزد خانواده و دیگران فاش سازند و هرچه روابط کم‌تراکم‌تر باشد، زوج‌ها وظایف خود را به نحو بهتری انجام می‌دهند و به‌تنهایی می‌توانند، تصمیمات لازم را اتخاذ کنند و مجموع این ویژگی‌های اعتماد خانواده را جلب می‌کرد. در بعضی از همسران درون‌گرا، یکی از آن‌ها با رشد شخصی به رفتار جراتمندانه‌ای دست یافته بود که می‌توانست درعین با ملاحظه بودن و رفتار محترمانه، با گفتار جراتمندانه خود، مرزهای زندگی زناشویی خود را در رابطه با هر دو خانواده محافظت کند که اگر چه ممکن بود گاهی خانواده به دلیل رفتار قاطعانه زن یا شوهر رنجش پیداکنند اما شریک دیگر دلجویی می‌کرد و اسباب آرامش خاطر آن‌ها را فراهم می‌کرد. دو زوج دیگر در نمونه تحقیق حاضر، آقایان درون‌گرا و خانم‌های برون‌گرایی بودند که بتدریج هر دو خانم با آموزش مهارت‌های زندگی، رفتار جراتمندانه را جایگزین رفتار پرخاشگرانه کرده و یاد گرفته بودند که همراه با نرم‌خویی و دلجویی و مهارت‌های پیشرفته اجتماعی خود از مرزها به شکلی محافظت کنند که اسباب تکدر خانواده‌ها و همسر را فراهم نکنند. البته موارد گفته شده مشاهدات و فرضیات محقق بوده و لازم است که در این خصوص تحقیقاتی با توجه به جنسیت و تیپ‌های شخصیتی صورت بگیرد تا بتوان در این خصوص، نتیجه‌گیری کرد.

چهارمین دسته، راهبردهای استحکام‌بخش روابط همسران توسط خانواده‌ها بودند. بدین معنا که اغلب خانواده‌های همسران خشنود، از آغاز ازدواج فرزندان‌شان، رفتارهایی را اتخاذ می‌کردند که اعتماد و امنیت همسران را جلب و موجب تقویت روابط آن‌ها می‌شد که با یافته‌های (Hatami Varzaneh, Esmaeily & Borjali, 2017). همسو بود. لازم به ذکر است، یافته پژوهشی که پژوهش حاضر را نسبت به پژوهش‌های پیشین متمایز می‌سازد، اعتمادسازی در همسران توسط خانواده‌هاست که در دامنه جستجو شده توسط محقق، پژوهشی که به چنین یافته‌ای اشاره کرده



باشد، دیده نشد. در تبیین آن می‌توان گفت چنانچه در روابط حد و مرزها رعایت شود، خانواده‌ها وابسته نباشند و در روابطشان با همسران جانب احترام و انصاف را رعایت کنند و بجای بسیاری از ایرادها، سرزنش‌ها، بی‌حرمتی‌ها سعی کنند در کمال آرامش، مسایل را مطرح کنند و درباره آن‌ها به چاره جویی پردازند، از بروز بسیاری مشکلات جلوگیری خواهند کرد. بعلاوه اگر خانواده همسران سعی کنند به روش صحیحی با همسران ارتباط برقرار کنند و به نیازها و احساسات آن‌ها توجه کنند، اختلافات کمتری بین آن‌ها ایجاد می‌شود و رابطه همسران با خانواده‌ها و به تبع آن رابطه همسران با یکدیگر نیز بهبود می‌یابد و اعتماد و امنیت نسبت به خانواده‌ها، در همسران پایه‌گذاری می‌شود. در شرایطی که اعتماد همسران توسط خانواده‌ها جلب شده باشد، آن‌ها احساس امنیت کرده و در روابطشان با خانواده همسر احساس راحتی و لذت بیشتر کرده، بنابراین بیشتر از رفت و آمد با آن‌ها استقبال می‌کنند و چنانچه موردی هم ببینند، چون به حسن نیت آن‌ها اعتماد دارند، از کنار آن می‌گذرند و یا محترمانه بازگو می‌کنند و به این ترتیب خانواده بیشتر او را دوست داشته و اعتماد می‌کند و از سوی دیگر در چنین شرایطی عروس یا داماد از سرزدن همسران به خانواده‌هایشان به تنهایی نه تنها ناراحت نمی‌شوند، بلکه خود نیز آن‌ها را به زنگ زدن و سرزدن نیز تشویق می‌کنند که این امر نیز اعتماد بیشتر همسر و خانواده همسر را جلب می‌کند و به این ترتیب خشنودی زناشویی افزایش می‌یابد.

در مجموع، یافته‌های پژوهش حاضر حاکی از این هستند که نظریه‌ها و پژوهش‌های مشاوره خانواده و ازدواج که در بافت فرهنگ فردگرایی غربی شکل گرفته‌اند، حداقل بخشی از تجارب زناشویی روی داده در بافت فرهنگی نمونه مورد پژوهش را توصیف نمی‌کنند؛ مثلاً در بافت فرهنگی کشورهای آسیایی از جمله کشور ما ایران (شهر مشهد)، کیفیت ازدواج به جای اینکه حاصل سازگاری دوتایی زناشویی باشد، در گروه سازگاری یک گروه بزرگ متشکل از دوتایی زناشویی و خانواده‌های اصلی با همدیگر قرار می‌گیرد. طبیعی است که در چنین بافتی، نقش پررنگ خانواده‌های اصلی در خشنودی زناشویی و استحکام و دوام زندگی زناشویی باید مورد توجه قرار بگیرد. موضوعی که شاید در فرهنگ‌های جمع‌گرا برجستگی بیشتری داشته باشد اما در فرهنگ‌های فردگرا مهم تلقی نشود.

طراحی مداخلات مبتنی بر دانش بافتی، پیشنهاد مهم و چالش‌انگیزی است که از یافته‌های پژوهش حاضر برمی‌آید. بر اساس یافته‌های پژوهش کنونی می‌توان در سه بعد عوامل پیش از ازدواج، عوامل بعد از ازدواج، عوامل مرتبط با خانواده‌ها پیشنهاداتی را مطرح نمود. در زمینه عوامل پیش از ازدواج در نگاهی پیشگیرانه در





سطحی گسترده پیشنهاد می‌شود برای مباحثی همچون ضرورت مشاوره قبل از ازدواج، تأکید بر آمادگیها و بلوغ روان شناختی- اجتماعی جوانان، توجه به دوره نامزدی، مسئله نقش تفاوت‌ها و تشابهات در پایداری ازدواج‌ها، در رسانه‌های جمعی و کتب درسی مدرسه‌ای و واحدهای درسی دانشگاهی جایگاهی ویژه در نظر گرفته شود. در بخش بعد از ازدواج می‌تواند ابتدا در سطح ملی، مسئله ازدواج پایدار و ویژگی‌های آن، نظام مراجعه به مشاوران خانواده (وارسی سلامت روان شناختی خانواده)، فرهنگ‌سازی تسهیل شود. با توجه به اهمیت پیشگیری، می‌توان از این الگو رهنمودهای آموزشی تهیه نمود و در قالب بسته آموزشی پیش از ازدواج ویژه دختران و پسران، بسته آموزشی روابط زناشویی جهت آگاه‌سازی همسران از شاخص‌های خشنودی زناشویی، بسته آموزشی جهت آموزش مرزبندی سالم و آشنایی با نقشهای مطلوب والدهم‌سری نیز برای خانواده‌های مبدأ در جهت ایفای کارآمد نقشها و تنظیم مرزها اجرا کرد. بعلاوه می‌توان اپلیکیشنی کاربردی تحت عنوان پایه‌گذاری زندگی امن در همسران با تمرینهای اعتمادسازی و امنیت‌بخشی از اولین روزهای زندگی و اهدای آن به همسران در جلسات اجباری پیش از ازدواج، تدارک خشنودی زناشویی را در همسران فراهم کرد.

#### محدودیت‌های پژوهش

از آنجاکه این پژوهش یک پژوهش کیفی است و تعداد نمونه‌های آن محدود است در نتیجه از محدودیت‌های آن تعمیم‌دهی نتایج می‌باشد. همچنین این پژوهش فقط روی همسران ساکن مشهد انجام شده و ممکن است عوامل زمینه‌ای، علی، مداخله‌گر و راهبردها در همسران شهرها و فرهنگ‌های دیگر متفاوت باشد. بعلاوه محدودیت‌های روش کیفی از جمله خروج شرکت‌کننده‌ها از مطالعه به دلیل عدم همکاری همسر، زمان‌بر بودن مصاحبه و خارج از حوصله شرکت‌کنندگان، غیرممکن بودن حذف سوگیری مشاهده‌گر، عدم کنترل اعتبار نتیجه‌گیری محقق را نیز باید در نظر داشت.

#### پیشنهاد‌های پژوهشی و کاربردی

در این تحقیق، فرصت اجرای مصاحبه با خانواده‌های مبدأ وجود نداشت، توصیه می‌شود در پژوهش‌های آتی، هم‌زمان با مصاحبه با همسران، مصاحبه با خانواده‌های مبدأ نیز صورت گیرد تا اطلاعات کاملتر و جامعتری در حوزه نقش کیفیت رابطه با خانواده همسران در خشنودی زناشویی به دست آید. پیشنهاد می‌شود با توجه به یافته‌های پژوهش، بسته آموزشی ویژه افراد در آستانه ازدواج تهیه تا جزئی از برنامه آموزش همسران در طرحهای اجباری پیش از ازدواج باشد. همچنین بسته آموزشی در خصوص آشنایی با نقشهای جدید و اعتمادسازی خانواده‌های مبدأ در همسران تازه ازدواج کرده، تهیه و در مراکز مشاوره خانواده، کارگاههایی ویژه خانواده‌های مبدأ، برگزار گردد. بسته آموزشی در خصوص اعتمادسازی همسران در خانواده‌های مبدأ در بدو ورود به خانواده همسر، تهیه و در مراکز مشاوره خانواده، کارگاههایی در جهت تقویت روابط با خانواده همسران برگزار گردد.



### اخلاق پژوهش

در این پژوهش، در ابتدا هدف از اجرا به‌روشنی برای آنان توضیح داده شد؛ همچنین به آنان اطمینان داده شد که یافته‌های آنان محرمانه است و در مقاله‌ای بدون ذکر اطلاعات شخصی آن‌ها به چاپ خواهد رسید. سپس شرکت‌کنندگان فرم خشنودی از شرکت در پژوهش را تکمیل کردند. در صورت عدم خشنودی یکی از همسران، پرسشنامه در اختیار هر دو زن و شوهر قرار داده نشد. علاوه بر این در تمام متن مقاله امانت‌داری در استفاده از منابع داخلی و خارجی و دقت در استناددهی رعایت شده است.

### منابع مالی

این مطالعه با هزینه شخصی پژوهشگران انجام گرفته و در هیچ‌یک از مراحل انجام این پژوهش هیچ‌گونه منابع مالی دریافت نشده است.

### دسترسی به مواد و داده‌ها

داده‌ها محرمانه بوده و نتایج آن در اختیار هیچ‌کسی قرار نخواهد گرفت. در این پژوهش از پرسشنامه خشنودی زناشویی علیا، فاتحی زاده و بهرامی استفاده شد. این پرسشنامه به راحتی در دسترس محققان است.

### تأیید اخلاقی و خشنودی مشارکت‌کنندگان

در این مطالعه، هدف از پژوهش برای شرکت‌کنندگان در پژوهش توضیح داده شده است. سپس آن‌ها فرم خشنودی از شرکت در پژوهش را تکمیل کردند.

### رضایت برای انتشار

نویسندگان از انتشار این مقاله ریت کامل دارند.

### تصریح درباره تعارض منافع

این پژوهش با منافع شخص حقیقی و حقوقی در تعارض نیست.

### سپاسگزاری

بدین‌وسیله از همه زن و شوهرهای شرکت‌کننده در این پژوهش تشکر می‌کنیم.

## References

- Abdi Zarrin, S., & Sanei Taheri, M. (2020). The Prediction of Marital Satisfaction Based on Communication Patterns, Attachment Styles and Psychological Hardiness. *Family Counseling and Psychotherapy*, 10(1), 179-208. [Persian].  
<https://dorl.net/dor/20.1001.1.22516654.1399.10.1.8.9>
- Arianfar, N., & Rasouli, R. (2019). Structural Equation Modeling of the Predicting Marital Satisfaction on The Health of the main Family and The Mediatory Variable of



- Lovemaking Styles. *Journal of Women and family studies*,7(13),139-157. [Persian].  
<https://doi.org/10.22051/jwfs.2017.15203.1443>
- Bedair, K., Hamza, E. A., & Gladding, S. T. (2020). Attachment Style, Marital Satisfaction, and Mutual Support Attachment Style in Qatar. *The Family Journal*, 28(3), 329-336.  
<https://doi.org/10.1177%2F1066480720934377>
- Besharat M. A., Hoshmand S.N., Rezazadeh S. R., & Gholam Ali Lavasani M. J.( 2015). predicting children's marital satisfaction in terms of parenting styles. *Rooyesh*,4 (3), 51-60.<http://dorl.net/dor/20.1001.1.2383353.1394.4.3.6>
- Bijari, H., Sepehri Shamloo, Z., Mahram, B., & Sadeghi, M. S. (2020). Spouse Selection Criteria through the Perspective of Satisfied Individuals with Marriage during their Engagement Period: A Qualitative Study. *Journal Of Social Sciences*, 16(2), 41-76.  
<https://doi.org/10.22067/jss.v16i1.78748>
- Bullock, A., & Williams, L. (2019). Predicting Canadian Armed Forces service couples' marital satisfaction: roles of financial well-being and financial strain. *Journal of Military, Veteran and Family Health*, 5(S1), 63-70.  
<https://doi.org/10.3138/jmvfh.5.s1.2018-0036>
- Cai, L., Wang, S., & Zhang, Y. (2020). Vacation travel, marital satisfaction, and subjective wellbeing: a Chinese perspective. *Journal of China Tourism Research*, 16(1), 118-139.  
<https://doi.org/10.1080/19388160.2019.1575304>
- Cardoso, B. L. A., & Costa, N. (2019). Marital social skills and marital satisfaction of women in situations of violence. *Psycho-USF*, 24(2), 299-310  
<https://doi.org/10.1590/1413-82712019240207>
- Ghorbani, F., Parafkand, B., Heydari, I., Almardani Soomeh, S., & Haghighi Maher, V. (2019). Comparison of sexual satisfaction and psychological well-being in women seeking divorce and normal. *Journal of Psychological Development*, 8 (7), 38-29. [Persian] <http://dorl.net/dor/20.1001.1.2383353.1398.8.7.20.8>
- Grover, S., & Helliwell, J. F. (2019). How's life at home? New evidence on marriage and the set point for happiness. *Journal of Happiness Studies*, 20(2), 373-390.  
<https://doi.org/10.1007/s10902-017-9941-3>
- Hatami Varzaneh, A, Esaaily, M., & Borjali, A. (2017). Long-term satisfied marriage model: a grounded theory study. *Family Counseling and Psychotherapy*, 6 (1), 120-149.  
<https://dorl.net/dor/20.1001.1.22516654.1395.6.1.7.0>



- Heratian, A., Janbozorgi, M., Salarifar, M., & Rasoulzadeh Tabatabai, S. K. (2020). Determination Factors of Marital Stability in Iranian-Islamic Society: A Hybrid Approach. *Islamic Journal of Women and Family*, 8 (3), 75-94. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.25386190.1399.8.3.4.3>
- Jahandost Dalnjan, S., Aladdini, Z., & Barati, H. (2020). The role of successful intelligence and emotional empathy in marital satisfaction considering the moderating role of age. *Culture of Counseling and Psychotherapy*, 11 (41), 139-156. <https://dx.doi.org/10.22054/qccpc.2020.44144.2174>
- Jung, S. Y. (2019). The Relationship between the Covert Narcissism and Marital Satisfaction of Korean-Americans: The Mediating Effects of Forgiveness and Empathy. *The Journal of the Korea Contents Association*, 19(8), 412-426. <https://doi.org/10.5392/JKCA.2019.19.08.412>
- Kappen, G., Karremans, J. C., & Burk, W. J. (2019). Effects of a short online mindfulness intervention on relationship satisfaction and partner acceptance: The moderating role of trait mindfulness. *Mindfulness*, 10(10), 2186-2199. <https://doi.org/10.1007/s12671-019-01174-y>
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2020). Research on Marital Satisfaction and Stability in the 2010s: Challenging Conventional Wisdom. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 100-116. <https://doi.org/10.1111/jomf.12635>
- Kearns, J. N., & Leonard, K. E. (2004). Social networks, structural interdependence, and marital quality over the transition to marriage: A prospective analysis. *Journal of Family Psychology*, 18(2), 383-395. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.18.2.383>
- Legkauskas, V., & Stankevičienė, D. J. S. R. (2009). Premarital sex and marital satisfaction of middle-aged men and women: a study of married Lithuanian couples. *Sex Roles*, 60(1), 21-32. <https://doi.org/10.1007/s11199-008-9497-0>
- Li, T., & Fung, H. H. (2011). The dynamic goal theory of marital satisfaction. *Review of General Psychology*, 15(3), 246-254. <https://doi.org/10.1037/a0024694>
- Moghimi, S., Moradi, O., Sayedoshohadaei, A., & Ahmadian, H. (2020). Developing a Structural Model of Marital Commitment Based on Forgiveness and Self-Differentiation by Mediator Role of Marital Intimacy. *Family Counseling and*



- Psychotherapy*, 10(1), 69-90. [Persian].  
<https://dorl.net/dor/20.1001.1.22516654.1399.10.1.4.5>
- Namdar, A., Sarabian, S & Zabihi Hesari, N. (2020). The relationship between emotion control and emotion regulation with marital satisfaction in couples aged 20-45. *Journal of Mashhad University of Medical Sciences*, 62, 614-623. [Persian].  
<HTTP://DOI.ORG/10.22038/MJMS.2020.15524>
- Oliya, N., Fatehizadeh, M., & Bahram, F. (2008). The effect of marital life enrichment training on increasing couples intimacy, *Family Research Quarterly*, 2(6), 119-134. [Persian]. <http://ensani.ir/fa/article/222046>
- Ostovar, S., Griffiths, M. D., Raeisi, T., & Hashim, I. H. M. (2020). Path Analysis of the Relationship Between Optimism, Humor, Affectivity, and Marital Satisfaction Among Infertile Couples. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-15. [Persian]. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00341-w>
- Otero, M. C., Wells, J. L., Chen, K. H., Brown, C. L., Connelly, D. E., Levenson, R. W., & Fredrickson, B. L. (2020). Behavioral indices of positivity resonance are associated with long-term marital satisfaction. *Emotion*, 20(7), 1225–1233.  
<https://doi.org/10.1037/emo0000634>
- Pak Khasal, A., Saifullahi, S., & Mirzaei, K. (2020) The relationship between loneliness, perceived support, and marital satisfaction with the use of virtual social networks among couples in Tehran. *Journal of Strategic Studies of Women (Former Women's Book)*, 22 (87), 151-173. <https://doi.org/10.22095/jwss.2020.199937.2102>
- Sawai, J. P., Juhari, R., Kahar, R., Ismail, Z., & Sawai, R. P. (2018). Financial strain, financial management practices, marital satisfaction, and marital stability among newlyweds. *Management & Accounting Review (MAR)*, 17(3), 1-16.  
<http://dx.doi.org/10.24191/mar.v17i3.785>
- Shirisia, L. K. (2014). Strong marriages in the African American community: How religion contributes to a healthier marriage. <https://doi.org/10.26076/6390-33be>
- Shokri, A., Shafiabadi, A., & Dukaneei Fard, F. (2021). Structural modeling of ego power with career success and mediation of marital satisfaction and self-esteem. *Culture of Counseling and Psychotherapy*, 12 (45), 213-238.  
<https://dx.doi.org/10.22054/qccpc.2020.39064.2056>
- Sprecher, S., Wenzel, A., & Harvey, J. (2008). **Handbook of relationship initiation**. New



York: Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9780429020513>

Strauss, A., & Corbin, J. (2011). **Principles of Qualitative Research Methodology: The Basic Theory of Procedures and Methods**, Translated by Buick Mohammadi. Third Edition, Tehran: Institute of Humanities and Cultural Studies. <https://doi.org/10.4135/9781452230153>

Yoo, J. (2020). Gender role attitude, communication quality, and marital satisfaction among Korean adults. *Journal of Family Studies*, 1-18 <https://doi.org/10.1080/13229400.2020.1791230>

Zare, B., Safiari Jafarabad, H. (1394). Study of the relationship between factors affecting marital satisfaction among married men and women in Tehran. *Social Psychological Studies of Women*. 13 (1), 111-140. <https://dx.doi.org/10.22051/jwsps.2015.1940>

