رویش روان شناسی، سال۱۰ ، شماره۵، شماره پیاپی ۶۲، مرداد ۱۴۰۰
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),10(5), 2021

شناسایی مولفه‌های خوشبختی زوجی در خانواده‌های ایرانی: رویکرد نظریه زمینه‌ای

Identifying the components of marital happiness in Iranian families: An grounded theory approach

دکتر مجید یوسفی افراشته (نویسنده مسئول)
استادیار، دانشگاه زنجان، زنجان، ایران.
دکتر مژگان حیاتی
استادیار، دانشگاه پیام نور، ایران.

چکیده

بر پایه کاستی‌ها و شکاف مشاهده شده به ویژه در ادبیات پژوهشی کشور ایران، هدف اصلی این پژوهش استفاده از رویکرد کیفی برای شناخت عمیق تجربه زیسته زوجین خوشبخت ایرانی از زندگی بود. روش این پژوهش از نوع کیفی با رویکرد نظریه زمینه‌ای بود. شرکت‌کنندگان ۴۱ زوج خوشبخت ساکن شهر زنجان بود که بر اساس نتیجه پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ و مصاحبه با مشاوره خانواده به صورت هدفمند انتخاب شدند. روش جمع‌آوری داده‌ها مصاحبه نیمه‌ساختاریافته بود. نتایج تحلیل چهار درونمایه کلی و سیزده عامل زیربنایی برای تجربه خوشبختی زوجی مشخص کرد شامل زمینه مناسب (خانواده‌ها، آمادگی موقع ازدواج، منابع مالی)، باورهای سازگارانه (انتظارات واقع‌بینانه، باور به درک و پذیرش، تعهد و نظارت بر تعهد)، رفتارهای تقویت‌کننده رابطه (همراهی و فعالیت مشترک، مهارتهای ارتباطی، حل مساله، حمایت، مسئولیت‌پذیری) و احساس مثبت (هیجان‌خواهی، احساس مثبت، زیباپسندی، محبت). درون‌مایه‌های شناسایی شده در پژوهش حاضر به دلیل ارتباط با مبانی نظری و همچنین انتزاع بالای آنها، علاوه بر جامعیت دارای ساختار نظری مرتبط با بدنه دانش و نظریه‌های موجود است. نتایج پژوهش حاضر از نگاه نظریه شناختی-رفتاری تبیین شده است.

واژه‌های کلیدی: خانواده، خوشبختی، رضایت زناشویی، پژوهش کیفی

Dr. Majid Yousefi afrashteh*
Assistant Professor, University of Zanjan, Zanjan, Iran.
yousefi@znu.ac.ir
Dr. Mozhgam Hayati
Assistant Professor, Payam noor University, Iran.

Abstract

Based on the shortcomings and gaps observed, especially in the research literature of Iran, the main purpose of this study was to use a qualitative approach to deeply understand the lived experience of happy Iranian couples in life. This qualitative research was conducted using a The grounded theory approach. Participants were 41 happy couples living in Zanjan who were purposefully selected based on the results of Enrich Marital Satisfaction Questionnaire and family counseling interview. The data collection method was a semi-structured interview. The results of the analysis identified four general themes and thirteen underlying factors for marital happiness experience including appropriate context (families, marriage readiness, financial resources), adaptive beliefs (realistic expectations, belief in understanding and acceptance, commitment and monitoring of commitment), relationship-strengthening behaviors (companionship and joint activity, communication skills, problem-solving, support, responsibility) and positive feelings (excitement, positive feeling, Aesthetics, Kindness). The themes identified in the present study, due to their relationship with theoretical foundations and their high abstraction, in addition to comprehensiveness, have a theoretical structure related to the body of knowledge and existing theories. The extracted components in the present study are explained from the perspective of cognitive-behavioral theory.

Keywords: *Family, Happiness, Marital Satisfaction, Qualitative Research*

نوع مقاله : پژوهشی **دریافت : اسفند ۹۹** **پذیرش: اسفند ۹۹** **ویرایش نهایی : مرداد ۱۴۰۰**

مقدمه

امروزه جوامع مختلف به دنبال الگوهای بومی در زمینه تحکیم، بهبود و ارتقای سلامت خانواده هستند. جامعه چین مشکلات زوجی را به عنوان یک مسأله اساسی و با فوریت مداخله تعریف کرده است (کائو، ژو و فانگ و فاین[1] ۲۰۱۷؛ کائو، ژو و فانگ ۲۰۱۹). اتحادیه

1 Cao, Zhou, Fang, & Fine

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.5.12.0]

اروپا پژوهش‌ها و برنامه‌های دامنه‌داری را برای محافظت و ارتقای خانواده‌های کشورهای تابعه ارائه کرده است (جاندوا، دیکسترا و امری[1] ۲۰۱۹). به همین صورت جامعه آمریکا نیز با مشاهده گسست‌های خانوادگی و آسیب‌های آن از جمله نارضایتی زوجی، طلاق عاطفی و خیانت زناشویی اقدام به پژوهش‌های گسترده و فراهم‌سازی برنامه‌های آموزشی و پیشگیرانه کرده است (کیکولت-گلیزر[2] ۲۰۱۸). در ایران نیز همان اندازه که آمارهای رسمی طلاق به نگرانی اجتماعی دامن می‌زنند، نتایج پژوهشی نیز بر نیاز به برنامه‌ریزی و اقدام موثر تأکید می‌کنند. طبق گزارش سازمان ثبت احوال ایران (۱۳۹۸) نسبت طلاق‌ها به ازدواج‌های ثبت‌شده در سال ۱۳۹۸ به ۳۰ درصد رسیده است. همچنین گزارش‌های پژوهشی نیز از وجود و گسترش بحران‌های به طلاق منجر نشده مثل تعارض‌های زناشویی، طلاق عاطفی، خیانت زناشویی و گسست ارتباطی بین اعضای خانواده پرده‌برداری کرده‌اند (آزادی، سهامی و قلی‌پور، ۱۳۸۹؛ رضایی، میرزاده کوهشاهی و یعقوبی، ۱۳۹۶).

ازدواج با کیفیت که حاصل آن احساس خوشبختی و آرامش زوجی و خانوادگی باشد، زمینه اصلی جامعه انسانی بالنده و ثمربخش است (گلسر[3] و گلسر، ترجمه صاحبی، ۱۳۹۸؛ گاتمن[4] ترجمه فیروزبخت، ۱۳۹۷). شکست در ازدواج به دو صورتِ ازدواج ناموفق همراه با زندگی مشترک و طلاق نمایان می‌شود. نسبت طلاق‌ها به ازدواج‌های ثبت‌شده طبق گزارش سازمان ثبت احوال ایران (۱۳۹۸) به وضعیت نگران‌کننده‌ای رسیده است. شکست تقریباً یک ازدواج از سه ازدواج ثبت شده به معنای موفقیت دو سوم ازدواج‌های باقی مانده نیست. طرح و پذیرش پدیده طلاق عاطفی توسط متخصصان به عنوان یک مرحله قبلی از طلاق رسمی و قانونی (قهاری و بوالهری، ۱۳۹۷) نشان می‌دهد بخشی از خانواده‌های در حال زندگی نیز دچار زندگی مشترک پرتعارض یا سرد می‌شوند و ارتباط بدون کارکردهای زوجی را تجربه می‌کنند (صفایی راد و وارسته فرد،۱۳۹۰؛ هاشمی و اصغری و ابراهیم آباد، ۱۳۹۵). تلاش برای یافتن علل طلاق و طلاق عاطفی به شکل‌گیری پژوهش‌های فراوان آسیب‌شناسانه چه در ایران و چه در دیگر کشورها منجر شده است. بخشی از آسیب‌شناسی خانواده شامل زوجینی می‌شود که یا به مرحله طلاق نرسیده‌اند و یا بنابر شرایط تصمیم به جدایی نمی‌گیرند و ترجیح می‌دهند به زندگی مشترک ادامه دهند. آسیب‌های فردی و اجتماعی این گروه اگر بیشتر از خانواده‌های فروپاشیده نباشد کمتر از آن هم نیست (نیازی و همکاران، ۱۳۹۷). باچاند و کارون[5] (۲۰۰۱) و فینچام، استنلی و بیچ[6] (۲۰۰۷) در نقد گرایش پژوهشی غالب بر دو سبک مختلف پژوهش خانواده تأکید کرده‌اند. سبک اول مطالعه آسیب‌شناسانه مشکلات زوجی و ارتباطی است. این پژوهش‌ها با تمرکز بر مشکلات زوجی به مطالعه زوجین با تعارض زناشویی و متقاضی طلاق پرداخته‌اند. دسته دوم پژوهش‌ها که نادر انجام می‌شوند، مطالعه خانواده‌ها و زوج‌های موفق است تا ویژگی‌های زندگی خوشبخت شناسایی شوند (فاطیما و اجمل[7] ۲۰۱۲؛ تیموتی-اشپرینگر و جانسون[8] ۲۰۱۸). بیشتر پژوهش‌های انجام شده ایرانی و خارجی از دسته اول هستند. در پژوهش‌های دسته اول طول مدت یا دوام یک ارتباط زوجی مورد توجه است، اما رویکرد دوم به کیفیت رابطه می‌پردازد که در آن به جای پرداختن به طلاق، طلاق عاطفی و تعارض زناشویی بر رضایت زناشویی، صمیمیت زناشویی یا کیفیت رابطه زناشویی تأکید می‌شود (گرلاچ، دریبه و رینهارد[9] ۲۰۲۰).

در ارتباط با خانواده و رابطه زوجی موفق، پژوهش کرایی، خجسته مهر، سودانی و اصلانی (۱۳۹۵) نشان داد عواملی مثل ارتباطات، سبک حل تعارض، حمایت، توجه، احترام، قدردانی از هم، ویژگی‌های شخصیتی، مسولیت‌پذیری، صمیمیت، کیفیت رابطه جنسی، کیفیت زندگی مشترک، اوقات فراغت، همخوانی زوجین، انعطاف‌پذیری زوجین، تعهد و وفاداری، داشتن ارزش‌ها و پیشینه ارزشی و فرهنگی مشابه، موارد مالی و شغلی با دوام یک ازدواج رابطه دارند. با این وجود پژوهش‌های کمی بیشتر به توصیف ویژگی‌ها می‌پردازد و برای درک

1 Djundeva, Dykstra & Emery
2 Kiecolt-Glaser
3 Kiecolt-Glaser
4 Gottman
5 Bachand &Caron
6 Fincham, Stanley, & Beach
7 Fatima & Ajmal
8 Timothy-Springer & Johnson
9 Gerlach & Driebe

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.5.12.0]

عمیق پدیده‌ها از جمله پدیده خوشبختی نیاز به پژوهش‌های کیفی است (آپلتون و بوهم[1] ۲۰۰۱). پژوهش کیفی نیمتز[2](۲۰۱۱) به استخراج دو مضمون اصلی منجر شد: نگرش‌های مشترک در روابط زناشویی (تعهد، احترام و اخلاق) و اقدامات مشترک (تلاش برای رشد رابطه زناشویی). نتایج پژوهش کیفی فاطیما و اجمل (۲۰۱۲) شانزده عامل زیربنایی برای ازدواج خوشبخت کشف کردند که عبارتند از: تشابه باورهای مذهبی، رضایت به ازدواج، مهارتهای حل مسأله و سازش، عشق و توجه، درک متقابل و اعتماد، تفاوت سنی مناسب، صداقت و احترام، در میان گذاشتن، گذشت، اخلاق، سازش و ماندن به خاطر فرزندان، ساختار خانواده، تحصیلات، روابط مثبت با خانواده همسر. کالینز و پری[3](۲۰۱۵) ارتباطات را محور اصلی ازدواج موفق ذکر می‌کنند و آن را خاستگاه اصلی دیگر ابعاد مثبت می‌دانند. در پژوهش دیگری تیموتی-اشپرینگر و جانسون (۲۰۱۸) با رویکرد پدیدارشناسی نشان دادند پنج مضمون نگرش، عمل، فرزندان، نگاه به چالش‌ها و مذهب زیربنای تجربه خوشبختی زوجین را تشکیل می‌دهند. مدنیان، منصور و بن عمر[4](۲۰۱۳) در بررسی عوامل تعیین‌کننده رضایت زناشویی با مصاحبه نیمه‌ساختاریافته از ۱۰ زوج ایرانی ساکن مالزی چهار مضمون اصلی را با عنوان موارد مالی، صمیمیت، ارتباطات و تربیت فرزندان استخراج کردند. از پژوهش‌های داخلی نیز کریمی‌ثانی، احیایی، اسمعیلی و فلسفی نژاد (۱۳۹۲) پنج طبقه اصلی را برای ازدواج موفق گزارش کردند: عوامل ارتباطی، عوامل فردی و شخصیتی، عوامل خانوادگی، عوامل اخلاقی و معنوی و عوامل فرهنگی اجتماعی. صادقی، فاتحی زاده، احمدی، بهرامی و اعتمادی (۱۳۹۴) در جستجوی الگوی خانواده سالم با مراجعه به متخصصان بیست و یک درونمایه اصلی را گزارش کردند که تقریباً تعداد بالایی برای درون‌مایه‌های اصلی است. محمدی، سحاقی، نیسی و رضایی نیا (۱۳۹۶) در ارائه مدلی از ازدواج خوشبخت شش عامل زیربنایی شامل شرایط ازدواج خوشبخت، خوشبختی در معنی احساس، عوامل معنوی و احساسی، رفتارهای منتج خوشبختی، حضور دیگران و همسان بودن را برای آن ذکر کردند.

مرور پژوهش‌ها نشان داد برخی از پژوهش‌های صورت گرفته در حوزه رضایت و کیفیت زندگی زناشویی کمی هستند. این پژوهش‌ها فاقد عمق ادراکی لازم هستند. دسته دیگری از پژوهش‌ها که به شیوه کیفی به مطالعه خوشبختی و رضایت زناشویی پرداخته‌اند در جامعه غیرایرانی صورت گرفته‌اند. در همین ارتباط کراسول و کراسول[5](۲۰۱۷) و وان مانن[6](۲۰۱۶) مطالعات کیفی را وابسته به بافت می‌دانند و انتقال یافته‌ها و نتایج از فرهنگی به فرهنگ دیگر را نامعقول توصیف می‌کنند. بنابراین نیاز به پژوهش‌های کیفی بومی در این ارتباط وجود دارد. از طرف دیگر در قسمت قبل به پژوهشهای کیفی انجام شده در داخل ایران پرداخته شد که هر یک از آنها با مطالعه یک گروه نمونه معمولا ۱۰ تا ۱۵ موردی به استخراج برخی عوامل مرتبط با انتخاب موفق یا ازدواج موفق پرداخته بودند. عوامل مرتبط با ازدواج موفق یعنی مواردی که اگر در یک زندگی باشند رضایت یا کیفیت زناشویی بیشتری را ایجاد می‌کنند. اما پژوهش خجسته مهر و محمدی (۱۳۹۵) به بررسی تجربه خوشبختی با مصاحبه عمیق با ۱۴ زن و مرد متاهل پرداختند که تنها به گزارش مضامین مرتبط با تجربه خوشبختی در زندگی زوجین اکتفا کردند. بنابر آنچه گفته شد پژوهش حاضر در نظر دارد با استفاده از رویکرد کیفی به شناخت عمیق تجربه زیسته زوجین خوشبخت ایرانی از زندگی مشترک بپردازد و با تدوین مدل نظری به رابطه زیربنایی مولفه‌های شناسایی شده بپردازد.

روش

پژوهش حاضر حول محور تعیین و تدوین مؤلفه‌های خوشبختی در زندگی زوجین ایرانی تنظیم شده است و روش آن از نظر هدف کاربردی و از نظر فلسفه زیربنایی کیفی از نوع نظریه زمینه‌ای[7](کرسول و کرسول، ۲۰۱۷) است. برای این هدف مصاحبه نیمه‌ساختاریافته فردی با زوجین خوشبخت شناسایی شده انجام شد.

1 Appleton & Bohm
2 Nimtz
3 Collins &Perry
4 Madanian, Mansor &bin Omar
5 Creswell and Van Manen
6 Van Manen
7 Grounded theory

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.5.12.0]

جامعه این پژوهش شامل زوجینی است که به دنبال فراخوان پژوهشگر (در شبکه‌های مجازی و کلاس‌های درسی دانشگاه) خود را زوج خوشبخت معرفی کردند و حداقل ۵ سال از زندگی مشترک آنها گذشته و حداقل دارای یک فرزند بودند و نمره آنها در آزمون رضایت زناشویی انریچ یک انحراف معیار بالای میانگین بود و همچنین مصاحبه مشاور خانواده با آنها خوشبختی آنها را تایید می‌کرد. از این جامعه به روش نمونه‌گیری هدفمند و تا حد رسیدن به اشباع نظری به تعداد ۴۱ زوج ادامه پیدا کرد. میانگین سنی همسران خانم ۳۳/۵۰ و همسران آقا ۳۸/۲۰ بود. اختلاف سنی از دو سال خانم بزرگتر تا ۱۳ سال آقا بزرگتر را شامل می‌شد. زوجین مشارکت‌کننده دارای ۱ تا ۳ فرزند بودند. ۴۶ درصد این زوجین به سبک سنتی و ۵۴ درصد با آشنایی خود وارد ازدواج شده بودند.۱۰ نفر از همسران خانم دارای سطح تحصیلی دیپلم، ۲۲ نفر کارشناسی، ۸ نفر کارشناسی ارشد و ۱ نفر با تحصیلات حوزوی بودند.

ابزار سنجش

پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ: نسخه اصلی این پرسشنامه ۱۱۵ سوال داشت که با توجه به تعداد زیاد سؤالات که موجب خستگی آزمودنی ها می‌شد؛ از فرم ۴۷ سؤالی آن که توسط اولسون، فورنییر و دراکمن[1](۱۹۸۷) تهیه شده است، استفاده شد. در ایران فرم کوتاه این مقیاس ابتدا توسط سلیمانیان (۱۳۷۳) به کار رفته است. این پرسشنامه به منظور ارزیابی زمینه‌های بالقوه مشکل‌زا یا شناسایی زمینه‌های قوت و پرباری رابطه زناشویی به کار می‌رود. در مطالعه سلیمانیان، پایایی این ابزار از طریق آلفای کرونباخ ۰/۶۵ و روایی همزمان پرسشنامه ۴۷ سوالی رضایت زناشویی با فرم اصلی آن ۰/۹۵ بررسی شده است. احدی و همکاران (۱۳۹۱) روایی سازه پرسشنامه انریچ را از طریق تحلیل عاملی در جامعه ایران مناسب و اعتبار آن را به روش آلفای کرونباخ مطلوب گزارش کردند. در این پژوهش نیز اعتبار این ابزار به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمد.

مصاحبه نیمه‌ساختاریافته: برای جمع‌آوری اطلاعات مورد نیاز از روش مصاحبه فردی نیمه‌ساختاریافته تا رسیدن به حد اشباع نظری استفاده شد. با ۴۱ زوج خوشبخت شناسایی شده مصاحبه انجام شد. البته تعداد مصاحبه‌ها بیشتر از تعداد مشارکت‌کنندگان (به دلیل انجام مصاحبه تکمیلی از چند مشارکت کننده) بود. مصاحبه با طرح موضوع پژوهش و سؤال کلی در مورد «خوشبختی زوجی چیست» آغاز می‌شد و بر اساس پاسخ‌های ارائه شده هدایت می‌شد. سؤالهای مصاحبه حول محور تجربه‌های خوشبختی، رفتارهای مثبت و رفتارهای منفی تنظیم شده بود. اولین سؤال به طور ثابت به این صورت بود که «به چه زوج‌هایی می‌توان زوج خوشبخت گفت؟». در ادامه سؤالهای بعدی مبتنی بر پاسخ‌های مشارکت‌کننده پرسیده می‌شد مانند «چه رفتارهایی در مورد هم رعایت می‌کنند و از چه رفتارهایی اجتناب می‌کنند؟». در پایان مصاحبه هم اگر سؤالی در جریان مصاحبه و مبتنی بر پاسخ‌های مشارکت‌کننده پرسیده نشده بود طرح می‌شد. زمانی که مشارکت‌کننده از موضوع اصلی فاصله می‌گرفت با طرح جمله‌های هدایت‌کننده مثل «*به هدیه اشاره کردید، میشه بیشتر توضیح بدید؟*» سعی می‌شد به موضوع اصلی هدایت شود. زمان هر مصاحبه ۴۵ تا۷۰ دقیقه بود. مصاحبه‌ها ضبط و یا (در صورت حساسیت مشارکت‌کننده) یادداشت‌برداری می‌شد. رویه مشابهی در فاز سوم و در مصاحبه با مشاوران خانواده برای دستیابی به برنامه مداخله تقویت تجارب خوشبختی زوجی صورت گرفت.

یافته‌ها

در این قسمت با تحلیل نتایج *حاصل* از انجام مصاحبه‌ها به سؤال اول پژوهش پاسخ داده می‌شود. در پایان تحلیل مضمونی مصاحبه‌ها با استفاده از رویکرد نظریه زمینه‌ای به ارتباط درون‌مایه‌ها پرداخته می‌شود.

برای پاسخ سؤال اصلی پژوهش با ۴۱ زوج خوشبخت شناسایی شده مصاحبه انجام شد. مولفه‌های استخراج‌شده برای تجربه خوشبختی بر اساس سطح انتزاع و ارتباط در چهار طبقه کلی قرار گرفتند: زمینه مناسب، باورهای سازگارانه، رفتارهای تقویت‌کننده رابطه و احساس مثبت. در ادامه هر یک از این تجربه‌ها به همراه شرح آنها شده است. شیوه تحلیل و گزارش مولفه‌ها به روش کیفی به گونه ای است که پس از عنوان هر مقوله دیدگاه زوجین در مورد آن ارائه و باهم ترکیب و نتیجه‌گیری شده است.

1 Olson, Fournier, Druckman

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.5.12.0]

زمینه و شرایط

درون‌مایه «زمینه مناسب» شامل آن دسته از حمایتگرهایی است که بستر مناسب برای تجربه‌های خوشبختی را فراهم می‌کنند. در واقع این درون*مایه* زیربنا و در خدمت دیگر درون مایه‌هاست. چنانچه این زمینه و بستر فراهم نباشد امکان برخورداری از تجربه‌های موفق زوجی محدود می‌شود.

زوجین بر زمینه و شرایط اولیه لازم برای تجربه‌های موفق بعدی تاکید داشتند. زوج ۴ درباره اهمیت آمادگی قبلی می‌گفتند: *«ما از قبل از آشنایی آمادگی ازدواج را داشتیم. اصلا منتظر بودیم فرد مناسبی به زندگی ما ورود کند. این آمادگی ذهنی برای شروع خوب ما خیلی مفید بود. فکر می‌کنم همین انتظار و امادگی باعث شد قدر هم را بیشتر بدانیم.»*. زوج ۲ در همین ارتباط به موافقت خانواده‌ها تأکید کردند: *«موافقت خانواده‌ها به ما خیلی کمک کرد. همه جوره از ما حمایت می‌کردند. انگار در قبال خوشبختی ما مسول شده بودند.»*. زوج ۱۴ درباره اهمیت آمادگی اقتصادی اشاره کردند *«امین شغلی داشت و به هر حال پس انداز مختصری برای مخارج ازدواج داشت. این برای من خیلی خوب بود که هزینه طلا و مراسم از جیب خودش خرج می‌شه. شاید همین باعث شد امین را از اول تکیه گاه مناسبی ببینم.»*. به عنوان مثال دیگر زوج ۳۹ درباره موافقت و حمایت خانواده‌ها بیان کردند: *«از خانواده‌ها هم رضایت و هم حمایت آنها مهم است. رابطه خوب با خانواده‌ها باعث میشه حمایت معنوی بیشتری داشته باشیم. هر چه حمایت و توافق بین خانواده‌ها بیشتر باشد دغدغه کمتری در زندگی خواهد بود.»*.

در مجموع دیدگاه *زوجین* خوشبخت نسبت به مقوله زمینه مناسب شامل خانواده، علاقه اولیه و آمادگی ازدواج بود. زمینه و شرایط روی سه درون مایه دیگر نقش تعیین‌کننده دارند.

باورهای سازگارانه

درون‌مایه «باورهای سازگارانه» شامل مجموعه باورهایی است که زوجین در تعامل با هم و کنار آمدن با مشکلات زندگی در ذهن خود فعال می‌کنند و مطابق با آن برداشت ذهنی عمل می‌کنند. در واقع این درون‌مایه رفتارساز فرد و تفسیرگر رفتار همسر است. در صورتی که باورها سازگار باشند رفتارهای مثبت‌تری از فرد سر می‌زند و پیامد آن هیجان مثبت است.

زوجین بر باورهای سازگانه به عنوان سازنده رفتار و احساس بعدی اشاره کردند. برای مثال زوج ۲۸ درباره اهمیت انتظارات واقع‌بینانه گفتند: *«ازدواج در ذهن ما هیچ وقت یک رابطه و زندگی بی عیب نبوده. مسلما مشکلات همه جا هست مهم اینه که بدونیم چطور کنار بیایم. به نظر من این رو هر دومون داشتیم و برای همین راحت تر با مشکلات کنار اومدیم.»*. زوج ۲۰ درباره اهمیت درک و پذیرش هم تاکید کردند: *«درک یعنی توجه به خواسته‌های همسر و دلایل رفتارهای اون. ما دونفرمون خیلی خوب هم رو از نظر روانی و اقتصادی و فرهنگی و .. رو درک می‌کنیم.»*. زوج ۳۱ درباره مقایسه‌گری با زندگی دیگران اشاره کردند *«هر رابطه ای حریم و ویژگی‌های خودش رو داره. نمیشه زندگی کسی رو الگو قرار داد. باید تلاش کرد زندگی خودمان را رفته رفته بهتر کنیم.»*. به عنوان مثال دیگر زوج ۱۱ نگاه غیرآرمانی به عشق بیان کردند: *«خیلی مهم است بدانیم عشق اتفاقی است که باید هر روز با آموزش و یادگیری آن را بهتر کرد. نمی‌شود زوجین با یک نگاه عاشق شوند و برای بهتر شدن آن تلاشی نکنند... در این صورت است که تعهد و نظارت بر تعهد جذاب می‌شود.»*.

در مجموع دیدگاه زوجین خوشبخت نسبت به مقوله باورهای سازگارانه شامل رویکرد فکری و منطق زیربنایی رابطه بود.

رفتارهای تقویت‌کننده رابطه

درون مایه «رفتارهای تقویت‌کننده رابطه» شامل مجموعه رفتارهایی است که به حل بهتر مشکلات یا بهبود رابطه منجر می‌شود. این رفتارهای تقویت‌کننده شامل مواردی مثل همراهی، فعالیت مشترک، مهارتهای ارتباطی، حل مساله، حمایت، مسولیت‌پذیری هستند. در واقع این درون‌مایه به مظاهر عینی خوشبختی زوجین مربوط می‌شود و تا حد زیادی نتیجه باورهای سازگارانه است.

زوجین طیف وسیعی برای رفتارهای تقویت‌کننده رابطه بیان کردند که همه آنها در نمود عینی رفتاری اشتراک معنا داشتند. برای مثال زوج ۳۳ درباره اهمیت همراهی گفتند: *«مهمترین ملاک خوشبختی پایه بودنه. اینکه بدونی همسرت می‌تونه در خونه، مهمونی، خرید، ورزش همراهت باشد.»*. زوج ۱۴ درباره اهمیت فعالیت مشترک هم تاکید کردند: *«ما همیشه کارهایی برای باهم انجام دادن داریم. بعضی وقتها کارهای خونه رو باهم انجام می‌دیم، بعضی وقتها بازی گیم بازی می‌کنیم یا شطرنج و حتی منچ. ما خرید هم باهم انجام*

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.5.12.0]

میدیم. اینا باعث میشه ارتباط بیشتری را تجربه کنیم و به هم نزدیک شیم». زوج ۵ درباره مهارتهای ارتباطی بیان کردند *«چیزی که باعث شده من احساس بهتری در این رابطه داشته باشم ارتباط خوبیه که با امین می‌گیرم. زودعصبانی نمیشیم، غمگین نمیشیم، واکنش بد نشون نمیدیم، احترام نگه میداریم.طرز صحبت و رفتار ما واقعا محترمانه است.».* زوج دیگری (کد ۴) در تاکید بر اهمیت حل مساله گفتند: *«بیشتر مشکلات زوجین زمانی اتفاق می‌افتد که مشکلی براشون پیش میاد. همه نمی‌تونند مشکلشون رو درست حل کنند. یا میرن از خانواده‌ها یا دوستان مشورتی میگیرن که همسرشون با اون موافق نیست یا اینکه عصبانی میشند.».* درباره اهمیت مسولیت پذیری به عنوان رفتار مناسب زوج ۲۳ گفتند: *«اوایل احساس میکردم همه مسولیت‌های زندگی با منه و همسرم کمتر به کارهای خونه و کل زندگی حساس بود. اون موقع‌ها واقعا کلافه می‌شدم. الان خیلی بهتریم و واقعا مسولیت‌های زندگی را باهم انجام میدیم. احساس الان من با اون موقع قابل مقایسه نیست. خیلی زیاد احساس خوشبختی می‌کنم.».* خانم زوج ۳۷ درباره حمایت بیان کردند: *«یک دلیل مهمِ احساس خوشبختی من حمایت خوب همسرم است. از اول این احساس رو داشتم که حامی خوبیه. به ویژه در جمع خیلی هوای منو داره.».*

در مجموع دیدگاه زوجین خوشبخت نسبت به مقوله رفتارهای تقویت‌کننده رابطه شامل اقدام‌ها و برنامه‌های اجرایی است که باعث احساس خوب همسران می‌شود. از نظر مشارکت‌کنندگان در پژوهش رفتارها از باورها تاثیر گرفته و بر احساس مثبت تاثیر میگذارند.

احساس مثبت

درون‌مایه «احساس مثبت» به معنای اهمیت قائل شدن به نقش احساس و تلاش برای رسیدن و رساندن به هیجان مثبت در زندگی است. احساس مثبت به عنوان نتیجه باورهای سازگارانه و رفتارهای تقویت‌کننده ظاهر می‌شوند. این درون‌مایه دارای ۴ مقوله یا زیر طبقه به عنون احساس مثبت، هیجان‌خواهی، زیباپسندی و محبت است. در واقع این درون‌مایه شامل نتیجه و پیامد زندگی خوشبختانه است.

در مصاحبه زوجین درونمایه احساس مثبت هدف و دستاورد زندگی مشترک بود. برای مثال زوج ۱۶ درباره احساس مثبت گفتند: *«خوشبختی یعنی احساس خوبی به همسر و زندگیت داشته باشی. وقتی این احساس نباشه یعنی مشکلات جدی در زندگی وجود دارند که حل نشدند.».* به عنوان مثالی دیگر زوج ۳۰ درباره همین مورد تاکید کردند: *«همه کارها و درامدها و رفتارها قرار است به احساس دوست داشتن منجر شوند. احساس خوب لذت بردن از زندگی».* در بیان زوج ۱۳ احساس مثبت کلی تر از دوست داشتن طرف مقابل بود: *«احساس خوب فقط شامل همسر نمیشه. ادم در زندگی خوب جایی میرسه که کلا به همه چیز عشق می‌ورزه.».* زوج دیگری (کد ۴) با مضمون هیجان خواهی درباره جنب و جوش گفتند: *«من خودم آدم شادابی بودم. شاداب تر هم شدم. به نظرم شیطنت و دیوونه بازی خیلی مهمه برای خوشبختی. حالا چه شیطنت فعال مثل اسکی چه راکد مثل شوخی و خنده.».* درباره اهمیت زیباپسندی خانم زوج ۸ گفتند: *«خانومها به مرتب بودن و زیبایی زندگی محیط اون اهمیت میدن. برای من مهمه که همسرم کارهای من رو درک کنه.ساده ترین کار سفره است. من مرتب و جذاب می‌چینم دوست دارم همسرم متوجه این باشه.».* در همین باره زوج ۱۷ بیان کردند: *«عشق خودش زیباییه. ما هر دو به هنرها از سینما و نقاشی گرفته تا شعر و ... اهمیت میدیم. برای هم شعر میخونیم گاهی».* خانم زوج ۴۱ درباره محبت بیان کردند: *«دو طرف نیازمند محبت به هم هستند. این خیلی ساده است و همه این رو نیاز دارند. ممکنه رفتار یا شاخص محبت برای همه یکی نباشه اما خب خوبه..».*

در مجموع دیدگاه زوجین خوشبخت نسبت به مقوله احساس خوشبختی شامل نتیجه باورهای درست و رفتارهای مناسب متقابل است.

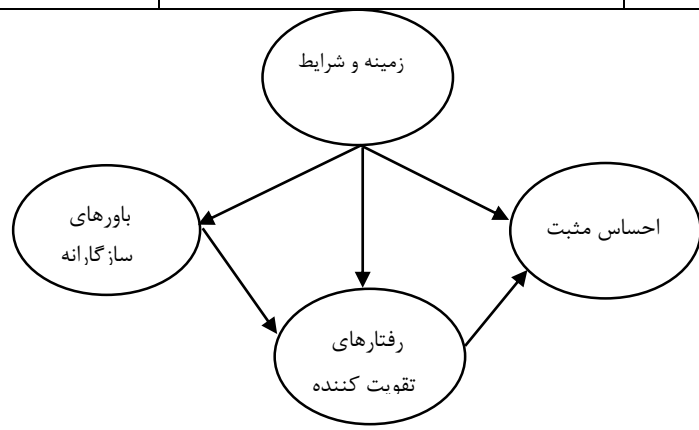
جدول ۱ نتایج حاصل از تحلیل اطلاعات کیفی را به صورت یک طرح کلی نمایش می‌دهد.

جدول ۱-درون مایه‌ها و طبقه‌های استخراج شده از مصاحبه زوجین

درون مایه	طبقه‌ها	فراوانی کدهای معنی دار
زمینه و شرایط	● خانواده‌ها	۳۵
	● آمادگی موقع ازدواج	۳۴
	● منابع مالی	۳۴
باورهای سازگارانه	● انتظارات واقع‌بینانه	۳۳
	● باور به درک و پذیرش	۳۸
	● تعهد و نظارت بر تعهد	۳۷

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.5.12.0]

رفتارهای تقویت کننده رابطه	• همراهی، فعالیت مشترک	۴۰
	• مهارتهای ارتباطی	۳۷
	• حل مساله	۲۹
	• حمایت	۳۸
	• مسولیت‌پذیری	۳۲
احساس مثبت	• هیجان‌خواهی	۳۱
	• احساس مثبت	۳۵
	• زیباپسندی	۳۰
	• محبت	۴۱



تصویر ۱-مدل رابطه بین درون مایه‌های استخراج شده

بر اساس جایگاه هر یک از مقوله‌ها و نحوه ارتباط آنها در مصاحبه‌های انجام شده و طی کدگذاری محوری و انتخابی مدل روابط بین متغیرها به صورت تصویر ۱ استخراج و گزارش شده است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر شناخت عمیق تجربه زیسته زوجین خوشبخت ایرانی از زندگی با کاربرد رویکرد زمینه‌ای بود. تجارب خوشبختی استخراج شده در این مطالعه بر آن دسته از تجربه‌ها و ویژگی‌هایی از زندگی خوشبخت زوجین تأکید دارند که موجب زندگی شادکام و صمیمانه زوجین می‌شوند و آرمان همه زوجین این است که به رشد و توسعه آنها در زندگی خود بپردازند. چهار طبقه کلی برای این تجربه‌ها به همراه مولفه‌های هر کدام عبارتند از: زمینه مناسب (خانواده‌ها، آمادگی موقع ازدواج و منابع مالی)، باورهای سازگارانه (انتظارات واقع بینانه، باور به درک و پذیرش و تعهد و نظارت بر تعهد)، رفتارهای تقویت‌کننده رابطه (همراهی و فعالیت مشترک، مهارتهای ارتباطی، حل مساله، حمایت و مسئولیت‌پذیری) و احساس مثبت (هیجان‌خواهی، احساس مثبت، زیباپسندی و محبت).

مقوله‌های استخراج‌شده از پژوهش حاضر مشابه و همسو با نتایج پژوهش‌های کیفی دیگر در این زمینه است (نیمتز، ۲۰۱۱؛ فاطمیا و اجمل، ۲۰۱۲؛ کالینز و پری، ۲۰۱۵؛ تیموتی-اشپرینگر و جانسون، ۲۰۱۸؛ مدنیان، سید منصور و بن عمر، ۲۰۱۹؛ کریمی‌ثانی و همکاران، ۱۳۹۱؛ صادقی و همکاران، ۱۳۹۴؛ خجسته‌مهر و محمدی، ۱۳۹۵؛ محمدی و همکاران، ۱۳۹۶). مقوله‌های گزارش شده در پژوهش حاضر تقریبا همه موارد پژوهش‌های فوق را شامل می‌شود و با آنها هماهنگ است. با این تفاوت که طبقه بندی ارائه شده در پژوهش‌های قبلی پراکنده و نامنسجم هستند و به راحتی نمی‌توان مبنای نظری برای آنها در نظر گفت. همچنین درون مایه‌های شناسایی شده در پژوهش‌های

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.5.12.0]

قبلی از انتزاع مناسبی برخوردار نیستند. پژوهش حاضر با طبقه‌بندی مرحله دوم و دستیابی به مقوله‌های انتزاعی علاوه بر جامعیت دارای ساختار نظری مرتبط با بدنه دانش و نظریه‌های موجود نیز هست. نکته مهم دیگر اینکه همه موارد اشاره شده در پژوهش‌های کیفی قبلی به نوعی مرتبط با یکی از چهار درون مایه اصلی این پژوهش است. دلیل این اتفاق قابلیت انتزاع درون مایه‌های این پژوهش است.

در تبیین نتایج حاصل از مولفه‌های خوشبختی و مدل ارائه شده به مبانی نظری، از نظریه‌های مختلف شناختی از جمله الیس[1] و بک[2] می‌توان یاری جست. الیس در رویکرد خود مدل ABC را در نظر گرفت. در این مدل A به معنای رویداد برانگیزاننده، B مخفف به معنای باورها و C به معنای پیامدها است. الیس معتقد بود محرک‌های محیطی به طور مستقیم حال خوب یا بد برای ما ایجاد نمی‌کنند بلکه رویدادها در باورها و ذهنیت افراد معنا و تفسیر می‌شوند و سپس احساس مرتبط ایجاد می‌شود. برای شکل‌گیری هر احساس مثبت یا منفی رویدادها باید در نظام باورهای فرد پردازش شوند (پروچاسکا و نورکراس[3] ۲۰۱۸، ترجمه سیدمحمدی، ۱۳۹۹). نظریه دیگری که به تبیین نقش باورها در تعیین رفتار و هیجان آدمی پرداخت رفتاردرمانی شناختی است که توسط آرون تی بک توسعه داده شد و محور اصلی آن تعیین‌گری باورها و نظام فکری فرد در رفتار و احساسات اوست (بک، ۲۰۱۱، ترجمه کشاورز اخلاقی و گیلانی‌پور، ۱۳۹۵؛ شارف[4] ۲۰۱۵، ترجمه فیروزبخت، ۱۳۹۶). افزایش توجه و کاربرد رویکردهای شناختی دامنه آن را تا زوج‌درمانی و خانواده نیز گسترانده است. طوری که داتیلو و بک[5](۲۰۱۵، ترجمه اصغری و همکاران، ۱۳۹۷) با رویکرد مشابهی به تدوین منبعی برای کاربست رفتاردرمانی شناختی در زوجین و خانواده پرداختند.

در نتایج پژوهش حاضر مقوله زمینه و شرایط شامل خانواده، علاقه اولیه و آمادگی ازدواج بود. زمینه و شرایط به عنوان بستر و موقعیتی که نحوه تعامل باورها، رفتارها و هیجان‌ها را تعیین می‌کند در نظر گرفته شد. عدم توجه به شرایط و زمینه فرهنگی اجتماعی نقد رویکردهای فرهنگی به نظریه‌های شناختی است (پروچایکا و نورکراس، ۲۰۱۸، ترجمه سیدمحمدی، ۱۳۹۹). در واقع زمینه و شرایط از عوامل شکل‌دهنده و پایه است که در رویکرد رفتاردرمانی شناختی با عنوان عوامل زمینه‌ساز شناخته می شود (اپستیم و باکوم[6] ۲۰۲۲، ترجمه جمشیدنژاد، ۱۳۹۹).

درون‌مایه دیگر این پژوهش نیز منطبق با تئوری‌های شناختی است. دیدگاه زوجین خوشبخت نسبت به مقوله باورهای سازگارانه شامل رویکرد فکری و منطق زیربنایی رابطه بود. منطبق با رویکردهای شناختی می‌توان گفت باورهای زوجین پایه و اساس تنظیم رفتار و هیجان است. از نظر بک (۲۰۰۵، ترجمه کشاورز اخلاقی و گیلانی‌پور، ۱۳۹۵) باورهای در سلسله مراتب باورهای بنیادین، میانجی و افکار خودآیند عامل اصلی شکل‌دهی به هیجان خوشایند یا ناخوشایند فرد است. داتیلو و بک (۲۰۱۵، ترجمه اصغری و همکاران، ۱۳۹۷) بدون توجه و اصلاح باورهای زیربنایی زوجین تلاش برای تغییر رفتاری و هیجانی ممکن نخواهد بود. مطابق با این دیدگاه‌ها نتایج پژوهش حاضر نشان داد خوشبختی زوجین در درجه اول نیازمند ساختار ذهنی سازش یافته و مهارتهایی مثل حل مساله و مذاکره است.

رفتارهای استخراج شده برای مضمون سوم شامل اقدامات عینی هستند که زوجین به منظور تقویت احساس خوشایند و بهبود مهارتهای ارتباطی انجام می‌دهند. اپستیم و باکوم (۲۰۲۲، ترجمه جمشیدنژاد، ۱۳۹۹) رفتارهای همسران را به عنوان عامل نگهدارنده و تقویت‌کننده رابطه بیان می‌کنند. رفتارها نمود آشکاری از باورها هستند و با عینیتی که دارند قابلیت ارزیابی شفاف‌تری از سوی همسران دارند. به همین دلیل از نظر مشارکت‌کنندگان در پژوهش حاضر رفتارها به عنوان حلقه واسط از باورها تاثیر گرفته و بر احساس مثبت تاثیر می‌گذارند. داتیلو و بک (۲۰۱۵، ترجمه اصغری و همکاران، ۱۳۹۷) هسته اصلی زوج درمانی را تغییر رفتارهای مخرب به نفع رفتارهای سازنده می‌دانند.

احساس مثبت پیامد نهایی و عیار اصلی خوشبختی زوجین است. هر تغییر شناختی و رفتاری در صورتی موفق است که احساس مثبت را تولید کند. رویکرد زوج‌درمانی هیجان‌مدار با محور قرار دادن هیجان سعی می‌کند از شیوه‌های مختلفی به ترمیم و ارتقای هیجان

1 dlis
2 bck
3 prochaska and norcross
4 sharf
5 Datillo and beck
6 Epstein, and Baucom

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.5.12.0]

در رابطه بپردازد (جانسون[1] ترجمه حسینی، ۱۳۹۳). شناخت‌ها زیربنا هستند و رفتارها ابزار اصلی تعامل، اما این هیجان‌ها هستند که در نهایت مبنای ارزیابی رضایت زوجین از رابطه قرار می‌گیرند (گرینبرگ و گلدمن، ۲۰۱۶، ترجمه رمضانی، ۱۳۹۸). بنابراین در مدل استخراج شده این پژوهش نیز هیجان و احساس مثبت به عنوان آخرین حلقه از زنجیره کیفیت تعامل زناشویی قرار گرفت.

یافته‌های این پژوهش از چند نظر ممکن است محدودیت داشته باشد. اولین محدودیت این پژوهش حجم و تنوع جغرافیایی مشارکت-کنندگان بخش کیفی پژوهش است. البته جزو اهداف این پژوهش مطالعه وسیع ملی نبود. به علاوه زنجان شهر خاصی که دارای فرهنگ زندگی متفاوت با میانگین ایران باشد نیست و از شهرهای مرکزی ایران است. بنابراین انتظار نمی‌رود این محدودیت بر تعمیم‌پذیری یافته اثر بزرگی داشته باشد. محدودیت دیگری که برای این پژوهش می‌توان ذکر کرد محدودیت تعمیم مولفه‌های کلی و جزئی استخراج شده برای همه زوجین است. با وجود اینکه تلاش شد زوجین انتخاب شده نماینده فرهنگی و اجتماعی بخش زیادی از جامعه باشند ممکن است نتایج پژوهش درباره زوجین مناطق محروم یا خانواده‌های بسیار مرفه متفاوت باشد.

منابع

اپستین، نورمن ب. و باکوم، دونالد ه. (۱۳۹۹). *زوج‌درمانی شناختی- رفتاری پیشرفته یک رویکرد بافت‌مدار*. ترجمه نینا جمشیدنژاد. تهران: انتشارات ارجمند.

احدی، حسن؛ هومن، حیدر علی ؛ کوشکی، شیرین و شاه نظری، مهدی (۱۳۹۱). ویژگیهای روانسنجی پرسشنامه رضایت زناشویی. *فصلنامه تحقیقات روانشناختی، ۴(۱۴)، ۱۱۵-۱۰۱.*

آزادی، شهدخت؛ سهامی، سوسن؛ قهرمانی، زهرا؛ قلی‌پور، گلنار(۱۳۸۹). ارزیابی عوامل اجتماعی زمینه‌ساز طلاق عاطفی در میان کارکنان زن شرکت بهره‌برداری نفت گچساران«، *فصلنامه زن و بهداشت*، ۳، ۱۰۱-۱۱۷.

بک، جودیت اس (۱۳۹۵). *شناخت درمانی در مقابله با مشکلات چالش برانگیز*. ترجمه امیرعباس کشاورز اخلاقی و مهسا گیلانی پور. تهران: نشر دانژه.

بوالهری، جعفر و قهاری، شهربانو (۱۳۹۷). *مشاوره ی طلاق: راهنمای روان شناسان و مشاوران*. تهران: قطره.

پروچاسکا، جیمز و نورکراس، جان (۱۳۹۹). *نظریه‌های روان درمانی (نظام‌های روان درمانی): تحلیل میان نظری*. ترجمه یحیی سیدمحمدی ، تهران: نشر روان.

جانسون، سوزان. ام(۱۳۹۳). *زوج درمانی هیجان مدار "پیوند آفرینی"*. ترجمه بیتا حسینی. تهران: جنگل.

خجسته مهر، رضا و محمدی رزگار(۱۳۹۵). تجربه خوشبختی در ازدواج‌های پایدار: یک مطالعه کیفی. دوفصلنامه روانشناسی خانواده. ۳ (۲)، ۷۰-۵۹.

داتیلیو، فرانک. ام و بک، آرون. تی (۱۳۹۷). *رفتاردرمانی شناختی زوج‌ها و خانواده‌ها (راهنمای جامع متخصصین بالینی)*. ترجمه اصغری، یوسفی، صیادی و صادقی. تهران: آوای نور.

رضایی، علی محمد؛ میرزاده کوهشاهی، فرشته؛ یعقوبی ترکی، الهام (۱۳۹۶). تعاملات عاطفی زوجین و نقش آن در طلاق عاطفی و اقدام به طلاق: یک پژوهش کیفی .*خانواده پژوهی*. ۱۳(۴)، ۶۰۴-۵۸۵.

سازمان ثبت احوال ایران. (۱۳۹۸). آمار ازدواج و طلاق در سال ۱۳۹۸.

سلیمانیان، علی اکبر(۱۳۷۳). *بررسی تأثیر تفکرات غیر منطقی(بر اساس رویکرد شناختی) بر نارضایتی زناشویی*. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره. دانشگاه تربیت معلم(منتشر نشده).

شارف، ریچارد (۱۳۹۶). *نظریه‌های روان درمانی و مشاوره*. ترجمه مهرداد فیروزبخت (۱۳۹۶). تهران: نشر رسا.

صادقی، مسعود، فاتحی زاده، مریم؛ احمدی، سیداحمد، بهرامی، فاطمه و اعتمادی، عذرا (۱۳۹۴). تدوین مدل خانواده سالم بر اساس دیدگاه متخصصان (یک پژوهش کیفی). *فصلنامه مشاوره و رواندرمانی خانواده*، ۵ (۱۶)، ۱۷۰-۱۴۱.

صفایی راد و وارسته فرد، س و وارسته فرد، ا (۱۳۹۰). رابطه بین تعارض‌های زناشویی با طلاق عاطفی زنان مراجعه کننده به دادگاه‌های شرق تهران، *فصلنامه پژوهش اجتماعی*، ۵ (۲۰)، ۱۰۶-۸۵.

کرایی، امین؛ خجسته مهر، رضا؛ سودابی، منصور و اصلانی، خالد (۱۳۹۵). شناسایی عوامل موثر در ازدواج‌های پایدار رضایتمند در زنان. *مجله مشاوره و رواندرمانی*، ۶ (۲)، ۱۶۴-۱۲۹.

1 johnson

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.5.12.0]

کریمی‌ثانی، پرویز؛ احیایی، کبری؛ اسمعیلی، معصومه؛ و فلسفی نژاد، محمد رضا (۱۳۹۲). عوامل تعیین کننده موفقیت در ازدواج: پژوهشی کیفی. *مجله پژوهش‌های مشاوره*، ۱۲ (۴۵)، ۹۳-۷۵.

گاتمن، جان (۱۳۹۷). *چرا ازدواج موفق، چرا ازدواج ناموفق*. ترجمه مهرداد فیروزبخت. تهران: ابجد.

گرینبرگ، لسلی اس. و گلدمن، روندا(۱۳۹۸). *زوج درمانی هیجان مدار: پویایی هیجان، عشق و قدرت* . ترجمه آرش رمضانی. تهران: ویرایش.

گلسر، ویلیام و گلسر، کارلین (۱۳۹۸). *ازدواج بدون شکست (حل معمای ازدواج با تئوری انتخاب)*. ترجمه علی صاحبی. تهران: سایه سخن.

محمدی، علی؛ سحاقی، حکیم؛ نیسی، مریم و رضایی نیا، زهرا (۱۳۹۶). ارائه یک مدل مقدماتی از ازدواج خوشبخت: یک مطالعه کیفی. *رویش روانشناسی*، ۳ (۲)، ۱۳۵-۱۶۲.

نیازی، محسن؛ عسکری کویری اسما؛ الماسی، احسان؛ نوروزی، میلاد و نورانی، الناز (۱۳۹۷). فراتحلیل مطالعات و تحقیقات پیرامون عوامل مرتبط با طلاق در ایران برای دوره ۱۳۹۶- ۱۳۸۶. *مطالعات اجتماعی روان شناختی زنان، ۱۵ (۴)، ۱۷۷-۲۰۲*.

هاشمی، سیده فاطمه و اصغری ابراهیم آباد، محمد جواد (۱۳۹۵). نقش سواد عاطفی در پیش بینی طلاق عاطفی با میانجیگری حل تعارض. *فصلنامه آموزش، مشاوره و رواندرمانی*، ۵ (۱۷)، ۷۲-۵۰.

Allendorf, K. (2012). Marital quality from a rural Indian context in comparative perspective. *Journal of comparative family studies*, *43* (4), 527-544.

Appleton, C., & Bohm, E. (2001). Partners in passage: The experience of marriage in mid-life. *Journal of Phenomenological Psychology*, *32* (1), 41-70.

Bachand, L. L., & Caron, S. L. (2001). Ties that bind: A qualitative study of happy long-term marriages. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 23, 105-121.

Cao H, Zhou N, Fine MA, Li X, Fang X (2019). Sexual Satisfaction and Marital Satisfaction During the Early Years of Chinese Marriage: A Three-Wave, Cross-Lagged, Actor–Partner Interdependence Model. The Journal of Sex Research, 56 (3), 391-407.

Cao, H., Zhou, N., Fang, X., & Fine, M. (2017). Marital well-being and depression in Chinese marriage: Going beyond satisfaction and ruling out critical confounders. *Journal of Family Psychology*, *31* (6), 775.

Collins, W. L., & Perry, A. R. (2015). Black Men's Perspectives on the Role of the Black Church in Healthy Relationship Promotion and Family Stability. *Social Work & Christianity*, *42* (4), 430-448.

Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. London: Sage publications.

Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.

Djundeva, M., Dykstra, P. A., & Emery, T. (2019). Family dynamics in China and Europe in the last half-century. *Chinese Journal of Sociology*, *5* (2), 143-172.

Fatima, M., & Ajmal, M. A. (2012). Happy marriage: a qualitative study. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, *9* (2), 37-42.

Fincham, F. D., Stanley, S. M., & Beach, S. R. (2007). Transformative processes in marriage: An analysis of emerging trends. *Journal of Marriage and Family*, *69* (2), 275-292.

Gerlach, T. M., Driebe, J. C., & Reinhard, S. K. (2020). Personality and romantic relationship satisfaction. *Encyclopedia of personality and individual differences*, 3688-3695.

Kiecolt-Glaser, J. K. (2018). Marriage, divorce, and the immune system. *American Psychologist*, *73* (9), 1098.

Madanian, L., Mansor, S. M. S. S., & bin Omar, A. H. (2013). Marital satisfaction of Iranian female students in Malaysia: a qualitative study. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, *84*, 987-993.

Nimtz, M. A. (2011). Satisfaction and contributing factors in satisfying long-term marriage: A phenomenological study. Doctoral dissertation. Liberty university. unpublished.

Olson, D. H. , Fournier, D. G. , & Druckman, J. M. (1987). *Counselor's manual for PREPARE/ENRICH* (rev ed.). Minneapolis, MN: PREPARE/ENRICH, Inc.

Timothy-Springer, R., & Johnson, E. J. (2018). Qualitative study on the experiences of married couples. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, *28* (7), 889-902.

Van Manen, M. (2016). *Researching lived experience: Human science for an action sensitive pedagogy*. Milton Park Routledge.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.5.12.0]