رویش روان شناسی، سال۱۵، شماره ۵، شماره پیاپی ۱۲۲، مرداد ۱۴۰۵
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),15(5), 2026

نقش میانجی تعهد در رابطه بین بخشش و خرسندی زناشویی در افراد متأهل

The Mediating Role of Commitment in the Relationship between Forgiveness and Marital Happiness in Married people

زهرا محمودی
کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.
مرضیه شادمان
کارشناس ارشد مشاوره مدرسه، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.
فاطمه حاجی حسینی
کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.
دکتر رضا قاسمی جوبنه (نویسنده مسئول)
استادیار مشاوره، گروه روان شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تعیین نقش میانجی تعهد در رابطه بین بخشش و خرسندی زناشویی در افراد متأهل انجام شد. روش پژوهش توصیفی-همبستگی از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری این پژوهش افراد متأهل شهر اهواز در سال ۱۴۰۳ بودند که به روش نمونه-گیری در دسترس ۲۷۰ نفر در یک نظرسنجی برخط شرکت کردند و به پرسشنامه ابعاد تعهد (DCI؛ آدامز و جونز، ۱۹۹۷)، مقیاس بخشودگی بین‌فردی (IFI؛ احتشام زاده و همکاران، ۱۳۹۸) و مقیاس خرسندی زناشویی (MHS؛ آزرین و همکاران، ۱۹۷۳) پاسخ دادند. داده‌ها با استفاده از روش تحلیل معادلات ساختاری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج حاکی از برازش مطلوب مدل بود. یافته‌ها نشان داد که بخشش و تعهد زناشویی به‌طور مستقیم بر خرسندی زناشویی رابطه مستقیم دارند؛ همچنین بخشش زناشویی بر تعهد رابطه مستقیم داشت (p<۰/۰۵). علاوه‌براین، تعهد زناشویی بین بخشش و خرسندی زناشویی نقش میانجی داشت (p<۰/۰۵). در مجموع نتایج نشان داد که بخشش به صورت مستقیم و با نقش میانجی تعهد بر خرسندی زناشویی رابطه داشت.

واژه‌های کلیدی: *بخشش، تعهد زناشویی، خرسندی زناشویی، زوج.*

Zahra Mahmoudi
M.A in Family Counseling, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.
Marziye Shadman
M.A in School Counseling, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.
Fatemeh Hajihoseini
M.A in Family Counseling, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.
Dr. Reza Ghasemi Jobaneh *
Assistant Professor of Counseling, Department of Psychology, Faculty of Literature and Humanities, Lorestan University, Khorramabad, Iran. *ghasemi.r@lu.ac.ir*

Abstract

The purpose of this study was to determine the mediating role of marital commitment in the relationship between forgiveness and marital happiness in married people. This descriptive-correlational research was of the structural equation modeling type. The statistical population of this study was married people in Ahvaz in 2024. 270 people participated in an online survey using a convenience sampling method and responded to the Dimensions of Commitment Inventory (DCI; Adams & Jones, 1997), the Interpersonal Forgiveness Inventory (IFI; Ehteshamzadeh et al., 2019), and the Marital Happiness Scale (MHS; Azrin et al., 1973). The data were analyzed using structural equation modeling. The results showed that the proposed model had a good fit. The results of the coefficients of direct relationships indicated that forgiveness and marital commitment had a direct and significant relationship with marital happiness; additionally, forgiveness had a direct relationship with marital commitment (P<0.05). Also, the results revealed that marital commitment played a mediating role between forgiveness and marital happiness (P<0.05). In summary, it can be concluded that forgiveness has a direct relationship with the marital happiness of married individuals, with marital commitment acting as a mediator.

Keywords: *Forgiveness, Marital Commitment, Marital Happiness, Couple.*

نوع مقاله: پژوهشی | **دریافت:** تیر ۱۴۰۴ | **پذیرش:** بهمن ۱۴۰۴ | **ویرایش نهایی:** مرداد ۱۴۰۵

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

مقدمه

ازدواج به‌عنوان یکی از مهم‌ترین رویدادهای زندگی منبعی برای رضایت و خوشبختی محسوب می‌شود و تأثیر قابل‌توجهی بر سلامت روان و جسم افراد دارد (ژانگ و لیانگ[۱]، ۲۰۲۳). افراد متأهل معمولاً سطوح بالاتری از شادکامی و خرسندی[۲] را نسبت به افراد مجرد گزارش می‌دهند (وانگ[۳]، ۲۰۲۵؛ پلتزمن[۴]، ۲۰۲۵). نتایج مطالعه لوئی[۵] (۲۰۲۳) نشان داده‌است که یک ازدواج سالم، شاد و رضایت‌بخش می‌تواند حمایت عاطفی و ثبات زیادی فراهم کند. در مقابل، یک ازدواج ناپایدار و ناخوشایند ممکن است از عمر فرد بکاهد و پیامدهای جدی برای سلامت جسمی و روانی به همراه داشته باشد (والنتینا[۶] و همکاران، ۲۰۲۳). از این‌رو، بررسی عوامل مؤثر بر رضایت زناشویی[۷] و ارائه راهکارهایی برای تقویت این روابط از اهمیت بسزایی برخوردار است. خرسندی زناشویی[۸]، به‌عنوان یکی از قویترین پیش بینی کننده‌های رضایت زناشویی اثرات رویدادهای منفی را کاهش داده و تاب‌آوری[۹] رابطه را تقویت کند (زارعی و همکاران، ۲۰۲۵)،) و به عنوان یکی از شاخص‌های کلیدی سلامت روان، افراد را در برابر ناامیدی و افسردگی مقاوم می‌سازد (عبدالرحیمی[۱۰] و همکاران، ۲۰۲۳). همچنین، یافته‌ها نشان می‌دهند که خرسندی زناشویی والدین نقش اساسی در رشد سالم کودکان دارد (هوانگ[۱۱] و همکاران، ۲۰۲۴).

خرسندی زناشویی به عنوان منبعی برای خوشبختی کل خانواده (جیا و همکاران[۱۲]، ۲۰۲۵)، شامل طیف وسیعی از احساسات مثبت نظیر رضایت، آرامش، شادی و هیجان است. این احساس نه‌تنها به وضعیت عاطفی فرد وابسته است، بلکه با ارزیابی ذهنی او از شرایط زندگی نیز ارتباط دارد (باردو و کامینگز[۱۳]، ۲۰۲۳). در روابط زناشویی، شادی و رضایت ارتباط تنگاتنگی با یکدیگر دارند. رضایت زناشویی به ارزیابی ذهنی فرد از کیفیت رابطه خود اشاره دارد (چاوهان و سکهر[۱۴]، ۲۰۲۳) و به معنای احساس شادمانی و خوشبختی زوجین در زندگی مشترک تعریف می‌شود (بافرانی[۱۵] و همکاران، ۲۰۲۳). خرسندی زناشویی همچنین یکی از عوامل مؤثر در حل تعارضات زناشویی محسوب می‌شود و به عنوان رایج‌ترین نقطه قوت زوج‌های رضایتمند در فرآیند حل تعارض شناسایی شده است (رخشانی و همکاران، ۲۰۲۴). یک ازدواج خرسند نیازمند عواملی چون تعهد[۱۶]، احترام، صمیمیت و اعتماد است و فقدان این عوامل می‌تواند مشکلات جدی در زندگی زناشویی ایجاد کند (مهدوی و همکاران، ۲۰۲۳). در واقع، رضایت زناشویی یک مفهوم چندبعدی است که تحت تأثیر عواملی مانند کیفیت ارتباط، تعهد، اعتماد، حمایت اجتماعی[۱۷] (صمدی و همکاران، ۲۰۲۱)، وظیفه‌شناسی[۱۸]، همدلی[۱۹] و بخشش زناشویی[۲۰] قرار دارد (طهماسبی و خرم‌آبادی، ۱۴۰۳؛ یانگ[۲۱] و همکاران، ۲۰۲۳).

عوامل مختلفی در خرسندی زناشویی تاثیر دارند. یکی از این عوامل بخشش است که به‌عنوان یک راهبرد ترمیمی، نقش مهمی در بهبود روابط بین‌فردی، به‌ویژه روابط زناشویی، ایفا می‌کند (سهان[۲۲]، ۲۰۲۲؛ مانو[۲۳]، ۲۰۲۴؛ نقش[۲۴]، ۲۰۲۴؛ شْتاکووا[۲۵] و همکاران، ۲۰۲۵؛

1 Zhang & Liang
2 Happiness
3 Wang
4Peltzman
5 Lioe
6 Valentina
7 Marital satisfaction
8 Marital happiness
9 Resilience
10 Abdolrahmi
11 Huang
12 Jia
13 Bardo & Cummings
14 Chauhan & Sekher
15 Bafrani
16 commitment
17 Social support
18 Conscientiousness
19 Empathy
20 Marital forgiveness
21 Yang
22 Şahan
23 Manoe
24 Naghsh
25 Dršťáková

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

کابراس[1] و همکاران، ۲۰۲۲؛ لاهیری و پادماکوماری[2]، ۲۰۲۵). کالتا و یاسکیویچ[3] (۲۰۲۴) دریافتند که بخشش نه‌تنها به حفظ ازدواج کمک می‌کند، بلکه رضایت زناشویی را نیز افزایش می‌دهد. به بیان دیگر، بخشش با تقویت پیوند عاطفی زوجین، به‌عنوان راهبردی سازنده، به بهبود روابط و افزایش خوشبختی آن‌ها منجر می‌شود. همچنین، ویژگی‌های اخلاقی مانند بخشش و حمایت متقابل می‌توانند از بروز اختلافات بزرگ پیشگیری کرده و آرامش را در زندگی مشترک حفظ کنند (نیهیا[4] و همکاران، ۲۰۲۳). توانایی بخشش همسر به‌عنوان عاملی کلیدی در دوام و رضایت زناشویی شناخته شده است؛ به‌طوری‌که افرادی که همسر خود را می‌بخشند، به تقدس رابطه زناشویی باور دارند و این امر به استحکام رابطه و افزایش رضایت منجر می‌شود (مقیمی و همکاران، ۱۳۹۹). پژوهش‌ها همچنین نشان می‌دهند که بخشش و تعهد به‌طور مشترک بر رضایت زناشویی اثر می‌گذارند و تعهد نیز به‌عنوان عاملی کلیدی در پایداری و کیفیت روابط زناشویی مطرح است (لی[5] و همکاران، ۲۰۲۴؛ ساهین و سیرین[6]، ۲۰۲۵).

در راستای عوامل مرتبط و موثر بر خصیصه‌های خرسندی زناشویی، متغیرهای مختلفی نقش دارند. با این حال، آنچه اهمیت دارد، شناسایی متغیرهای میانجی است که در ارتباط بین بخشش با خرسندی زناشویی نقش دارند. از جمله متغیری که به نظر می‌رسد می‌تواند به‌عنوان متغیر میانجی باشد، تعهد زناشویی است. تعهد زناشویی به عنوان انگیزه زن یا شوهر برای چشم‌پوشی از نیازها و اولویت‌های شخصی خود به نفع ازدواجشان تعریف شده است (ظفر[7] و همکاران، ۲۰۲۵). مطالعات نشان داده‌اند که تعهد زناشویی قوی‌ترین و پایدارترین پیش‌بین کیفیت و ثبات ازدواج است (کوکبی سیوکی و همکاران، ۱۴۰۱؛ لین[8] و همکاران، ۲۰۲۲؛ امان[9] و همکاران، ۲۰۲۱؛ مقیمی و همکاران، ۱۳۹۹؛ لئو[10]، ۲۰۲۳) و یک ازدواج سالم نیازمند عناصری مانند تعهد، رضایت زناشویی و عاری از خشونت و خیانت است (مقدم‌نیا و فارسانی، ۲۰۲۳). پلتزمن (۲۰۲۵) نشان می‌دهد افراد در ازدواج رسمی که با تعهد همراه است، به طور مداوم هم شادتر و هم کمتر غمگین هستند؛ به طوری که حدوداً دو برابرِ افراد مجرد، احساس شادکامی دارند و کمتر از نیمی از آن‌ها احساس غمگین بودن می‌کنند. تعهد زناشویی بالا باعث می‌شود زوجین با وجود اختلافات یا شرایط دوری (ازدواج از راه دور)، در رابطه باقی بمانند (فیتریانی[11] و همکاران، ۲۰۲۵) و همچنین سطوح بالای تعهد با ابراز عشق بیشتر، سازگاری زناشویی، مهارت‌های حل مسئله بهتر و رضایت بیشتر همراه است (مقدم‌نیا و فارسانی، ۲۰۲۳). در مقابل، کاهش تعهد به اختلافات خانوادگی (فیتریانی و همکاران، ۲۰۲۵)، روابط ناپایدار و افزایش احتمال طلاق منجر می‌شود (لین و همکاران، ۲۰۲۲). بنابراین، تقویت تعهد زناشویی می‌تواند کیفیت روابط و رضایت زوجین را به‌طور قابل‌توجهی بهبود بخشد. تعهد زناشویی شامل دیدگاه بلندمدت به ازدواج، آمادگی برای فداکاری در رابطه، حفظ، تقویت وحدت و زندگی با همسر حتی زمانی که ازدواج پاداشی به همراه ندارد، می‌شود (افتخاری مقدم و همکاران، ۲۰۲۴). تعهد زناشویی منبع قدرت زوج‌ها (کوسوماواردانی[12] و همکاران، ۲۰۲۴) و عامل کلیدی بهزیستی زناشویی است و مانند چسبی عمل می‌کند که زوج‌ها را در چالش‌ها کنار هم نگه می‌دارد (لی و همکاران، ۲۰۲۴).

مطالعات متعدد نشان داده‌اند که تعهد و بخشش به‌عنوان عوامل محافظتی در روابط زناشویی عمل می‌کنند (تابش، بهرامی احسان و رضازاده، ۱۴۰۰؛ لاهیری و پادماکوماری، ۲۰۲۵). بخشش با کاهش خشم، اضطراب و افسردگی، به حل تعارض‌ها و افزایش کیفیت زناشویی کمک می‌کند (مقیمی و همکاران، ۱۳۹۹). برای مثال، پژوهش افتخاری مقدم و همکاران (۲۰۲۴) نشان داد که در میان دانشجویان پرستاری، بخشش بین‌فردی با کیفیت و تعهد زناشویی همبستگی مثبت دارد و تعهد به‌عنوان میانجی، تأثیر بخشش بر کیفیت زناشویی را تقویت می‌کند. این مطالعه تأکید می‌کند که زوجینی که شریک زندگی خود را می‌بخشند، از ازدواج شادی برخوردارند و هرچه بخشش بیشتر باشد، تعهد و کیفیت زناشویی نیز بهبود می‌یابد. همچنین، بخشش همراه با تمایز یافتگی و صمیمیت بر تعهد زناشویی اثرگذار است (مقیمی و همکاران، ۱۴۰۱).

1 Cabras
2 Lahiri & Padmakumari
3 Kaleta & Jaśkiewicz
4 Nihayah
5 Li
6 Şahin & Şirin
7 Zafar
8 Lin
9 Aman
10 Lioe
11 Fitriani
12 Kusumawardhani

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

با توجه به مطالب ذکر شده می‌توان گفت که با وجود پژوهش‌های گسترده در حوزه روابط زناشویی، تعاملات پیچیده میان بخشش، تعهد و خرسندی زناشویی همچنان نیازمند بررسی عمیق‌تر است. رضایت زناشویی، که به‌عنوان ارزیابی ذهنی فرد از کیفیت رابطه تعریف می‌شود (چاوهان و سکهر، ۲۰۲۳)، در مطالعات متعدد به‌عنوان متغیری کلیدی در پیش‌بینی سلامت روان و پایداری ازدواج بررسی شده است (والنتینا و همکاران، ۲۰۲۳). با این حال، خرسندی زناشویی، که فراتر از رضایت لحظه‌ای، بیانگر حالت عمیق و پایدار روانی در زندگی مشترک است، کمتر به‌صورت متمایز مورد توجه قرار گرفته است. این تمایز از آن جهت اهمیت دارد که شادی نه‌تنها به رفاه زوجین، بلکه به رشد روانی و اجتماعی فرزندان نیز کمک می‌کند (هوانگ و همکاران، ۲۰۲۴). پژوهش‌های پیشین نشان داده‌اند که بخشش با کاهش تعارضات و تقویت پیوندهای عاطفی، کیفیت روابط را بهبود می‌بخشد (کالتا و یاسکیویچ، ۲۰۲۴؛ لی و همکاران، ۲۰۲۴) و تعهد با افزایش احساس امنیت، پایداری ازدواج را تضمین می‌کند (لین و همکاران، ۲۰۲۲؛ مقیمی و همکاران، ۱۳۹۹؛ کوکبی سیوکی و همکاران، ۱۴۰۱). نقش میانجی تعهد در رابطه میان بخشش و خرسندی زناشویی به‌طور جامع تحلیل نشده و این پرسش که آیا تعهد می‌تواند اثرات بخشش را بر خرسندی میانجی کند، بی‌پاسخ مانده است. همچنین، بیشتر مطالعات بر جنبه‌های سطحی‌تر رضایت، مانند شادمانی روزمره، متمرکز بوده‌اند و سازه‌های عمیق‌تر مانند خرسندی، که شامل احساس معنا و رضایت پایدار است، کمتر بررسی شده‌اند (باردو و کامینگز، ۲۰۲۳).

این خلأ پژوهشی از آن جهت حائز اهمیت است که خرسندی زناشویی می‌تواند پیامدهای بلندمدت‌تری نسبت به رضایت به‌تنهایی داشته باشد و زوجین برخوردار از آن، انعطاف‌پذیری بیشتری در برابر چالش‌ها نشان می‌دهند (عبدالرحیمی و همکاران، ۲۰۲۳؛ رخشانی و همکاران، ۲۰۲۴). افزون بر این، در جوامع با ارزش‌های سنتی مانند ایران، باور به تقدس ازدواج و تأکید بر تعهد ممکن است تأثیر متفاوتی بر رابطه میان بخشش خرسندی داشته باشد (مقیمی و همکاران، ۱۳۹۹)، اما فقدان مطالعات کافی در این زمینه، درک این پویایی‌ها را محدود کرده است. از این‌رو، این پژوهش با هدف پر کردن این خلأ، به بررسی تأثیر بخشش بر خرسندی زناشویی با تأکید بر نقش میانجی تعهد زناشویی می‌پردازد. این مطالعه نه‌تنها درصدد تبیین چگونگی تقویت خرسندی از طریق تعامل بخشش و تعهد است، بلکه شواهد تجربی جدیدی ارائه می‌دهد که می‌تواند مبنای مداخلات مشاوره‌ای و توسعه مدل‌های روان‌شناختی روابط زناشویی قرار گیرد و با ارائه راهکارهای عملی، به مشاوران خانواده و سیاست‌گذاران حوزه سلامت روان کمک کند؛ بنابراین پژوهش حاضر با هدف تعیین نقش میانجی تعهد در رابطه بین بخشش و خرسندی زناشویی در افراد متأهل انجام شد.

روش

پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی از نوع مدلیابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل زوجین شهر اهواز در استان خوزستان در سال ۱۴۰۳ بودند. نمونه پژوهش متشکل از ۲۷۰ نفر بود که به روش نمونه‌گیری در دسترس در مطالعه مشارکت کردند. در پژوهش حاضر با توجه به تعداد مسیرهای مستقیم (۶ مسیر)، تعداد متغیر برون‌زاد (۱) و تعداد واریانس‌های خطا (۵)، تعداد ۱۲ پارامتر محاسبه گردید. حجم نمونه در این پژوهش با در نظر گرفتن پیشنهاد کلاین[1] (۲۰۲۳) محاسبه شد. باتوجه به حجم نمونه‌ی پژوهش حاضر (۲۷۰ نفر)، به ازاء هر پارامتر حدود ۲۲ شرکت‌کننده در نظر گرفته شده است که حکایت از کفایت نمونه برای آزمون مدل دارد. معیارهای ورود به مطالعه شامل دامنه سنی ۱۸ تا ۴۵ سال، تأهل، داشتن حداقل مدرک دیپلم، عدم ابتلا به بیماری‌های جدی پزشکی یا اختلالات روان‌پزشکی (همچون اعتیاد) که نیاز به مصرف دارو داشته باشد (از طریق خوداظهاری) و رضایت آگاهانه جهت شرکت در پژوهش و تکمیل پرسشنامه‌ها بود. معیار خروج عدم پاسخدهی به سوالات پرسشنامه بود. در این پژوهش ملاحظات اخلاقی به طور دقیق رعایت شد؛ همه شرکت کنندگان از اهداف پژوهش آگاه بودند، مشارکت در این مطالعه کاملاً داوطلبانه بود و به‌منظور حفظ حریم خصوصی و رازداری، هیچ اطلاعات هویتی از شرکت‌کنندگان جمع‌آوری نشد. نمونه‌گیری به‌صورت آنلاین انجام شد و لینک پرسشنامه‌ها از طریق شبکه‌های اجتماعی مانند ایتا و تلگرام در اختیار زوجین قرار گرفت. فرآیند نمونه‌گیری تا دستیابی به حجم نمونه مورد نظر ادامه یافت. درنهایت، تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS نسخه ۲۶ و AMOS نسخه ۲۴ و به‌کارگیری روش مدل‌سازی معادلات ساختاری و تکنیک بوت‌استرپ انجام شد.

1 Kline

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

ابزار سنجش

سیاهه ابعاد تعهد (DCI)[1]: این سیاهه توسط آدامز و جونز[2] (۱۹۹۷) طراحی شده و شامل ۴۴ سوال است که سه بعد تعهد شخصی[3]، تعهد اخلاقی[4] و تعهد ساختاری[5] را ارزیابی می‌کند. نمره‌گذاری این سیاهه بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از کاملا مخالفم (نمره ۱) الی کاملا موافقم (نمره ۵) انجام می‌شود. بالاترین نمره‌ای که فرد می‌تواند کسب کند ۲۲۰ و پایین‌ترین نمره ۴۴ است. کسب نمره بالاتر به معنای داشتن تعهد زناشویی بیشتر است. آدامز و جونز (۱۹۹۷) روایی محتوا را ۰/۹۰ و آلفای کرونباخ هر یک از خرده مقیاس‌های تعهد شخصی، تعهد اخلاقی و تعهد ساختاری را به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۸۹ و ۰/۸۶ گزارش کرده‌اند. عباسی و همکاران (۱۳۹۵) به منظور بررسی روایی سازه، همبستگی خرده مقیاس‌ها با کل آزمون را محاسبه کردند. نتایج نشان داد که این همبستگی در بازه‌ای از ۰/۶۶ تا ۰/۸۱ قرار دارد که مؤید روایی سازه پرسشنامه است. امیر ارجمندی و همکاران (۱۴۰۰) نیز پایایی این سیاهه را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های شخصی، اخلاقی و ساختاری به ترتیب ۰/۷۲، ۰/۸۱ و ۰/۸۶ اعلام کردند. در پژوهش حاضر جهت سنجش ضریب پایایی پرسشنامه تعهد زناشویی و مولفه‌های آن از روش آلفای کرونباخ استفاده گردید که ضریب ۰/۹۰ برای کل پرسشنامه و برای خرده مقیاس‌های شخصی، اخلاقی و ساختاری به ترتیب ۰/۸۸، ۰/۸۹ و ۰/۹۱ به دست آمد.

سیاهه بخشودگی بین‌فردی (IFI)[6]: این سیاهه توسط احتشام‌زاده و همکاران (۱۳۸۹) به منظور ارزیابی بخشودگی بین‌فردی در ایران طراحی شده است. این ابزار شامل ۲۵ گویه و سه زیرمقیاس ارتباط مجدد و کنترل انتقام‌جویی[7]، کنترل رنجش[8] و درک واقع‌بینانه[9] است. نمره‌گذاری این مقیاس ۲۵ گویه‌ای به صورت طیف لیکرت چهار درجه‌ای از کاملاً مخالف (۴) تا کاملاً موافق (۱) انجام می‌شود. برای سوالات مربوط به عامل سوم (سؤالات ۱۹ تا ۲۵)، نمره‌گذاری به صورت معکوس انجام می‌گیرد. حداکثر نمره‌ای که می‌توان از این سیلهه کسب کرد ۱۰۰ و حداقل آن ۲۵ است و نمرات بیشتر نشان دهنده بخشودگی بین فردی بالاتر است. برای ارزیابی پایایی مقیاس بخشودگی بین‌فردی، از روش بازآزمایی پس از دو هفته بر روی نمونه‌ای متشکل از ۱۰۰ دانشجو استفاده شد. ضرایب بازآزمایی برای کل مقیاس و زیرمقیاس‌های آن به ترتیب ۰/۷۱، ۰/۷۰، ۰/۶۸ و ۰/۵۸ گزارش شده است. به منظور بررسی روایی ملاکی، مقیاس‌های ملاکی شامل مقیاس پرخاشگری اهواز، خرده مقیاس توافق‌پذیری پرسشنامه ویژگی‌های شخصیتی مک‌کری و کاستا[10] (۱۹۹۲) و خرده مقیاس بخشودگی در خانواده اصلی پولارد[11] و همکاران (۱۹۹۸) مورد استفاده قرار گرفتند و ضرایب همبستگی بین مقیاس بخشودگی بین‌فردی و این سه به ترتیب ۰/۶۲-، ۰/۴۵ و ۰/۲۷ محاسبه شد که همگی در سطح ۰/۰۵ تا ۰/۰۰۱ معنادار بودند. همچنین، ضریب پایایی با استفاده از آزمون آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۱ به دست آمد (احتشام‌زاده و همکاران، ۱۳۹۸). در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ این مقیاس برابر با ۰/۹۱ به دست آمد.

مقیاس خرسندی زناشویی (MHS)[12]: این ابزار توسط آزرین[13] و همکاران (۱۹۷۳) با ۱۰ سوال طراحی شده است که به صورت تک عاملی است. نمره‌گذاری این گزاره‌ها به‌صورت طیف لیکرت از کاملاً موافق (۱۰) تا کاملاً مخالف (۱) تنظیم شده‌اند. دامنه نمرات در این مقیاس بین ۱۰ الی ۱۰۰ است و نمرات بیشتر نشان دهنده خرسندی بالاتر در رابطه زناشویی است. آذرین و همکاران (۱۹۷۳) روایی همگرای این ابزار را با مقیاس کیفیت روابط زناشویی اسپانیر ۰/۷۱ و پایایی به روش همسانی درونی را با محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۷ گزارش کردند. در پژوهش بحرایی و همکاران (۱۴۰۰) پایایی این مقیاس برابر با ۰/۹۱ و در پژوهش نعتی‌پور و روشنی‌زاده (۲۰۲۳) روایی ملاکی این مقیاس با پرسشنامه تاب‌آوری ۰/۵۷ گزارش شده است. در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ برای خرسندی زناشویی معادل ۰/۸۹ به دست آمده است.

1 Dimensions of commitment inventory (DCI)
2 Adams and Jones
3 personal
4 Moral
5 Structural
6 Interpersonal Forgiveness Inventory (IFI)
7 Restructure of relationship and control of reveng
8 Pain control
9 Realistic understanding
10 McCrae & Costa
11 Pollard
12 Marital happiness scale
13 Azrin

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

یافته ها

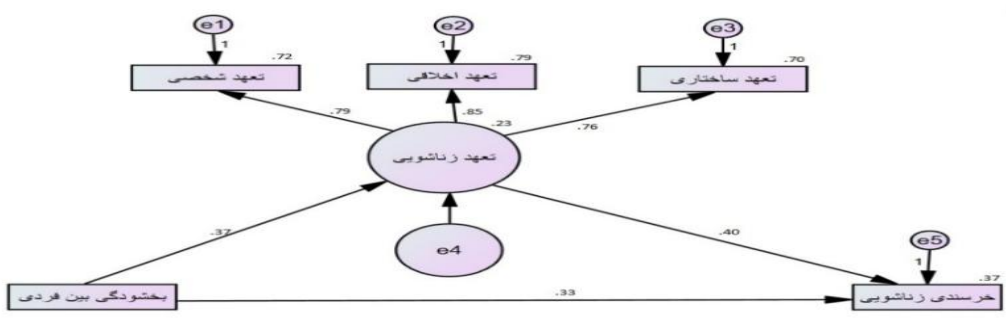
در مطالعه حاضر ۲۷۰ نفر مشارکت داشتند. شرکت کنندگان در میانگین سنی ۳۳/۹۸ و انحراف معیار ۴/۰۷ سال قرار داشتند. ۱۷۰ نفر (۶۲/۹۶ درصد) زن، ۱۰۰ نفر (۳۷/۰۴ درصد) مرد بودند. ۲۵ نفر (۹/۲۵ درصد) دارای مدرک فوق دیپلم و پایین‌تر، ۱۲۴ نفر (۴۵/۹۲ درصد) دارای مدرک کارشناسی، ۱۲۱ نفر (۴۴/۸۳ درصد) دارای مدرک کارشناسی ارشد و بالاتر بودند. ۸۹ نفر (۳۲/۹۶ درصد) بیکار و ۱۸۱ نفر (۶۷/۰۴ درصد) شاغل بودند. در ادامه اطلاعات توصیفی و ضرایب همبستگی پیرسون در جدول ۱ ارائه شده است

جدول ۱: یافته‌های توصیفی و ضرایب همبستگی بین متغیرها

متغیرها	بخشش	تعهد زناشویی	خرسندی زناشویی	تعهد شخصی	تعهد اخلاقی	تعهد ساختاری
بخشش	۱					
تعهد زناشویی	۰/۳۳**	۱				
خرسندی زناشویی	۰/۴۷**	۰/۵۰**	۱			
تعهد شخصی	۰/۴۹**	۰/۶۹**	۰/۳۹**	۱		
تعهد اخلاقی	۰/۴۵**	۰/۶۶**	۰/۳۴**	۰/۵۹**	۱	
تعهد ساختاری	۰/۳۹**	۰/۵۹**	۰/۳۱**	۰/۴۸**	۰/۴۴**	۱
میانگین	۴۵/۳۹	۱۳۲/۷۲	۲۴/۳۵	۲۹/۶۹	۳۸/۹۶	۶۴/۰۷
انحراف معیار	۹/۳۴	۳۱/۲۶	۶/۶۸	۵/۹۰	۱۰/۳۵	۱۵/۰۱
کجی	-۰/۷۴۸	-۰/۰۲۹	۰/۸۱۱	-۰/۱۲۳	-۰/۰۰۹	-۰/۱۴۵
کشیدگی	۰/۶۶۹	۰/۳۷۸	۰/۰۵۰	۰/۲۹۸	۰/۳۹۶	۰/۴۶۲

(**p ≤ ۰/ ۰۱)

در جدول ۱ شاخص‌های پراکندگی و گرایش مرکزی متغیرهای پژوهش ارائه شده است؛ با توجه به معیار نرمال بودن، متغیرهای پژوهش همگی دارای قدرمطلق ضریب کجی و کشیدگی کوچک‌تر از ۲ هستند و لذا تخطی از نرمال بودن داده‌ها قابل مشاهده نیست. بر این اساس امکان اجرای آزمون‌های پارامتریک وجود دارد. جهت بررسی رابطه خطی بین متغیرها از آزمون ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد، نتایج نشان داد که بخشش با تعهد زناشویی (r=۰/۳۳) و با خرسندی زناشویی (r=۰/۴۷) رابطه مثبت و معنادار داشت؛ همچنین بین تعهد و خرسندی زناشویی (r=۰/۵۰) همبستگی مثبت و معنادار وجود داشت (P< ۰/۰۱). بر این اساس جهت بررسی نقش میانجی تعهد زناشویی در رابطه بین بخشش و خرسندی زناشویی از مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد. جهت بررسی مدل معادلات ساختاری به بررسی پیش فرض‌های آماری این آزمون پرداخته شد، نتایج آماره دوربین واتسون برابر ۱/۹۳ محاسبه شد؛ با توجه به اینکه در دامنه ۱/۵ الی ۲/۵ است، نشان دهنده برقراری استقلال خطاها است. همچنین مقدار تولورانس ۰/۸۶ محاسبه شد؛ با توجه به اینکه نزدیک به ۱ است، نشان دهنده هم‌خطی مطلوب بین متغیر پیش‌بین و میانجی است. در شکل ۱، ضرایب مسیر بین متغیرهای پژوهش ارائه شده است.



شکل ۱. مدل کلی روابط مفروض بین متغیرهای پژوهش

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

نتایج ضرایب مسیر در شکل ۱ نشان دهنده این است که مدل پیشنهادی به صورت مستقیم و با نقش میانجی تعهد زناشویی ۳۶ درصد از واریانس خرسندی زناشویی را در زوجین تبیین می‌کند.

جدول ۲. پارامترهای اثرات مستقیم و معناداری متغیرهای پژوهش در مدل پیشنهادی

مسیرها	پارامترها	برآورد استاندارد	برآورد غیر استاندارد	خطای معیار	نسبت بحرانی	حد پایین	حد بالا	سطح معنی‌داری
بخشش به تعهد زناشویی		۰/۳۷	۰/۳۳	۰/۰۴	۶/۹۰	۰/۲۹۶	۰/۴۴۱	۰/۰۰۱
بخشش به خرسندی زناشویی		۰/۳۳	۰/۲۳	۰/۰۳	۶/۷۸	۰/۲۳۲	۰/۴۲۲	۰/۰۰۱
تعهد زناشویی به خرسندی زناشویی		۰/۴۰	۰/۳۲	۰/۰۴	۸/۰۴	۰/۳۳۳	۰/۴۷۲	۰/۰۰۱

نتایج ضرایب اثرات مستقیم در جدول ۲ نشان داد که بخشش بر تعهد زناشویی (β=۰/۳۷) رابطه مستقیم مثبت و معنادار داشت؛ بخشش به‌صورت مثبت بر خرسندی زناشویی (β =۰/۳۳) رابطه مستقیم داشت؛ همچنین تعهد زناشویی به‌طور مثبت بر خرسندی زناشویی (β =۰/۴۰) رابطه مستقیم داشت (P <۰/۰۱). در ادامه، نتایج تحلیل میانجی در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. اثر میانجی تعهد زناشویی در رابطه بین بخشش و خرسندی زناشویی

اثرات	ضریب مسیر غیراستاندارد	ضریب مسیر استاندارد	خطای استاندارد	حد پایین	حد بالا	معناداری
بخشش بر خرسندی زناشویی از طریق تعهد زناشویی	۰/۱۰	۰/۱۴	۰/۰۲۷	۰/۱۰۸	۰/۱۹۸	۰/۰۰۱

نتایج روش بوت استرپ در جدول ۳ نشان داد که تعهد زناشویی بین بخشش و خرسندی زناشویی با حد پایین ۰/۱۰۸ و حد بالای ۰/۱۹۸ با ضریب مسیر ۰/۱۴ در سطح معناداری ۰/۰۰۱ نقش میانجی داشت. در جدول ۴ شاخص‌های برازش ارائه شده است.

جدول ۴. شاخص‌های برازندگی مدل

شاخص‌های برازش	χ^2	Df	/dfχ^2	GFI	NFI	CFI	IFI	TLI	RMSEA
مدل	۱۷/۴۵	۴	۴/۳۶	۰/۹۷	۰/۹۸	۰/۹۸	۰/۹۸	۰/۹۷	۰/۰۶
معیار تصمیم	P>۰/۰۵	-	<۵	>۰/۹	>۰/۹	>۰/۹	>۰/۹	>۰/۹	<۰/۰۸

همان‌طور که نتایج مندرج در جدول ۴ نشان می‌دهد، شاخص‌های نیکویی برازش شامل مجذور کای نسبی (χ^2 /df=۴/۳۶)، شاخص برازش افزایشی (IFI=۰/۹۸) و برازش تطبیقی (CFI=۰/۹۸)، شاخص نیکویی برازش (GFI=۰/۹۷)، شاخص توکر _ لویس (TLI=۰/۹۷)، شاخص بنتلر- بونت یا شاخص نرم شده برازندگی (NFI=۰/۹۸) و شاخص ریشه میانگین مجذورات خطای تقریب (RMSEA=۰/۰۶)، حاکی از برازش معقول مدل پیشنهادی یا فرضی با داده‌هاست. بنابراین مدل از برازندگی مطلوبی برخوردار است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تعیین نقش میانجی تعهد در رابطه بین بخشش و خرسندی زناشویی افراد متأهل انجام شد. یافته اول نشان داد که بخشش بر خرسندی زناشویی افراد متأهل رابطه مستقیم دارد؛ در واقع افزایش بخشش منجر به بهبود خرسندی زناشویی می‌شود. یافته حاضر با پژوهش‌های سهان (۲۰۲۲)، مانو (۲۰۲۴)، نقش (۲۰۲۴)، شْتاکووا و همکاران (۲۰۲۵) و لاهیری و پادماکوماری (۲۰۲۵) همسو است. این یافته را می‌توان بر اساس نتایج مطالعات اینگونه تبیین کرد که بخشش بین‌فردی، به عنوان یک عامل مهم در کیفیت روابط زناشویی، نقش بسزایی در رضایت زناشویی ایفا می‌کند. بخشش فرآیندی دوبخشی، شامل رها کردن احساسات و انگیزه‌های منفی

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

(مانند انتقام یا کناره‌گیری) و جایگزینی آن‌ها با انگیزه‌های خیرخواهانه و اجتماعی است. طبق این فرایند، بخشش به فرد آسیب‌دیده اجازه می‌دهد تا با بخشیدن خطاکار، رابطه را ترمیم کند و مفهومی مثبت تلقی می‌شود که از پایداری و خرسندی از رابطه حمایت می‌کند (لاهیری و پاداماکوماری، ۲۰۲۵). بخشش عموماً به عنوان تمایل به آشتی با فرد خاطی، همدلی با او، فراموش کردن یا نادیده گرفتن آسیب وارده، پذیرش آن و حرکت رو به جلو و خیرخواهی نسبت به فرد خاطی، باعث ایجاد آرامش درونی و سطوح بالای رضایت برای هر دو شریک زندگی می‌شود (گیورکا، ۲۰۲۵). بخشش بین‌فردی، به معنای تغییر مثبت درونی و اجتماعی در پاسخ به تخلف بین‌فردی است. این تغییر شامل کاهش احساسات منفی، افزایش احساسات مثبت یا هر دو باشد (افتخاری مقدم و همکاران، ۲۰۲۴). در طول زندگی زناشویی، بروز تعارضات و اختلافات بین زوجین امری اجتناب‌ناپذیر است. زوج‌هایی که قادر به مدیریت و حل سازنده این تعارضات هستند، از پایداری و رضایت زناشویی بیشتری برخوردارند (سهان، ۲۰۲۲). بخشش، فرآیندی است که با بیان درد و رنج ناشی از یک رویداد ناگوار آغاز شده و با تجربیات اصلاحی که منجر به بازسازی اعتماد و صمیمیت می‌شود، ادامه می‌یابد. به طور کلی، بخشش به معنای تغییر نگرش فرد آسیب‌دیده نسبت به فرد خاطی است، به گونه‌ای که از انتقام‌جویی و تلافی خودداری کرده و آرامش درونی را جایگزین آن می‌کند. هرچه توانایی فرد در بخشش بیشتر باشد، احتمال رضایت او از زندگی زناشویی نیز افزایش می‌یابد (نیهیا و همکاران، ۲۰۲۳). افرادی که از سطح بالایی از بخشش برخوردارند، معمولاً دارای ویژگی‌های شخصیتی مثبتی هستند که به آن‌ها کمک می‌کند تا خطاهای همسر خود را نادیده گرفته و کیفیت تعاملات زناشویی را بهبود بخشند. این امر، در نهایت، منجر به افزایش رضایت زناشویی و کاهش احتمال طلاق می‌شود (لی و همکاران، ۲۰۲۴). بیان می‌کند که توانایی و ظرفیت بخشش، یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر در افزایش طول مدت ازدواج و رضایت زناشویی است. زوجین با پذیرش اشتباهات یکدیگر، بخشش و فراموش کردن آن‌ها، فضایی امن برای عذرخواهی و جبران فراهم می‌کنند. اطمینان از بخشیده شدن و بخشیدن، آرامش خاطر را برای زوجین به ارمغان آورده و آن‌ها را در جهت تحکیم روابط و حل مشکلاتشان یاری می‌کند (تابش و همکاران، ۱۴۰۰).

یافته دوم پژوهش نشان داد که تعهد زناشویی بر خرسندی زناشویی افراد متأهل رابطه مستقیم دارد؛ در واقع افزایش تعهد زناشویی منجر به بهبود خرسندی زناشویی می‌شود. یافته حاضر با پژوهش‌های کوکبی سیوکی و همکاران (۱۴۰۱)، ظفر و همکاران (۲۰۲۵) و لین و همکاران (۲۰۲۲) همسو است، نتیجه به دست آمده را می‌توان بر اساس نتایج مطالعات اینگونه تبیین کرد که تعهد زناشویی، به عنوان منبع درونی قدرت زوج‌های متأهل، اهرمی برای استحکام ازدواج و عاملی پیش‌بینی‌کننده برای رضایت زناشویی است (لئو، ۲۰۲۳). تعهد زناشویی شامل اعتماد، وفاداری و حمایت است که ستون‌های اصلی برای توسعه یک رابطه زناشویی با کیفیت بالا محسوب می‌شوند، به این معنا که تعهد بالا در روابط صمیمانه، عامل مهمی در افزایش رضایت زناشویی هر دو (زن و شوهر) است (ظفر و همکاران، ۲۰۲۵). تعهد زناشویی نه تنها بر شکوفایی زناشویی، بلکه بر پایداری آن نیز مؤثر است. بنابراین، تقویت تعهد زناشویی از این جهت حائز اهمیت است که زوجین، بنیانی محکم برای پیامدهای مثبت در خانواده و جامعه داشته باشند (کوسوماوردانی، ۲۰۲۴). یک توضیح احتمالی برای این یافته این است که تعهد و فداکاری قوی بین زوجین، می‌تواند کیفیت زناشویی آن‌ها را بهبود بخشد. هنگامی که هر دو فرد با اطمینان و عزم راسخ به چالش‌های زندگی پاسخ مثبت می‌دهند، احساس امنیت و قدرت در رابطه آن‌ها تقویت می‌شود. زمان و تلاشی که برای حل مشکلات و دغدغه‌های رابطه صرف می‌شود، نقش بسزایی در افزایش کیفیت زندگی زناشویی دارد (امان و همکاران، ۲۰۲۱). به طور خاص، افرادی که سطوح بالاتری از تعهد دارند، کمتر احتمال دارد روابط جایگزین را در نظر بگیرند و تحمل بیشتری نسبت به رفتارهای منفی همسرشان دارند (لی و همکاران، ۲۰۲۴). همانطور که گفته شد، تعهد زناشویی باعث می‌شود که زوجین به ترک رابطه فعلی خود فکر نکنند و به رفتارهای منفی همسرشان واکنش بیش از حدی نشان ندهند و حتی به رفتارهای مثبت همسرشان نیز به طور ویژه‌ای توجه کنند. تلاش برای حل مشکلات به جای ترک رابطه، همگی عواملی هستند که به خاطر تعهد ایجاد می‌شوند و موجب افزایش رضایت زناشویی فرد می‌شوند (تابش و همکاران، ۱۴۰۰).

یافته سوم نشان داد که بخشش بر تعهد زناشویی افراد متأهل رابطه مستقیم دارد؛ در واقع افزایش بخشش منجر به بهبود تعهد زناشویی می‌شود. یافته حاضر با پژوهش‌های مقیمی و همکاران (۱۴۰۱)، کالتا و یاسکویچ (۲۰۲۴)، لی و همکاران (۲۰۲۴) و لاهیری و پاداماکوماری (۲۰۲۵) همسو است. نتیجه به دست آمده را می‌توان بر اساس نتایج مطالعات اینگونه تبیین کرد که بخشش به عنوان یک کل، شامل ابعاد مختلف آن، به طور مثبت بر این جنبه‌های کیفیت زناشویی تأثیر می‌گذارد. به بیان دقیق‌تر، افراد متأهل با سطوح بالاتر بخشش بین‌فردی، به عنوان تسلط و درک کامل و قابل قبول نیازهای همسرشان، تعهد زناشویی بالاتری را نسبت به همسر خود نشان می‌دهند (افتخاری مقدم و همکاران ، ۲۰۲۴). بخشش باعث ایجاد «مزایای محافظتی» در رابطه می‌شود. در روابط نزدیک تمایل به حفظ

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

امنیت و پیوند عاطفی باعث می‌شود که بخشش به عنوان یک مکانیسم حیاتی برای محافظت از رابطه در برابر رفتارهای آسیب‌زا عمل کند. بدین صورت که بخشش از طریق تقویت پیوندهای ایمن و جلوگیری از بحران‌های خشم، باعث استحکام روابط و افزایش تعهد زوجین به ادامه مسیر مشترک می‌شود. زمانی که در یک رابطه، اعتماد یا تعهد زناشویی نقض می‌شود، شیوه مذاکره برای بخشش تعیین‌کننده است. بخششِ موفقیت‌آمیز، با بازسازی اعتماد و ترویج رفتارهای سازنده، تعهد طرفین به رابطه را عمق می‌بخشد (لاهیری و پادماکوماری، ۲۰۲۵). می‌توان گفت که در روابط زناشویی، عوامل متعددی باعث رضایت همسران از یکدیگر می‌شود؛ در این میان، بخشش یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر در رضایت زناشویی محسوب می‌شود. بخشش از جمله توانمندی‌هایی است که می‌تواند در حفظ خانواده نقش مؤثری داشته باشد و به عنوان عاملی در تحلیل بهتر تعارضات زناشویی و نهایتاً دستیابی به رضایتمندی و سازگاری زناشویی عمل کند. هنگامی که فرد قادر به بخشش باشد، رابطه میان هتک حرمت و کیفیت رابطه زناشویی و رضایت زناشویی ضعیف، تعدیل می‌شود. افرادی که قادر به بخشش همسر خود هستند، اعتقاد به تقدس رابطه زناشویی خود دارند و این توانایی بخشش همسر، به استحکام بیشتر رابطه زناشویی و افزایش رضایت زناشویی می‌انجامد. ارتباط بخشش و تعهد زناشویی می‌تواند بدین صورت باشد که افرادی که ازدواج و خانواده را نهادی با ارزش و مقدس می‌دانند، برای حفظ آن در زندگی زناشویی از بخشش استفاده می‌کنند و این بخشش می‌تواند به ادامه رابطه زوج کمک نماید (مقیمی و همکاران، ۱۳۹۹).

همچنین یافته‌ها نشان داد که تعهد بین بخشش و خرسندی زناشویی نقش میانجی داشت، در واقع بخشش به واسطه بهبود تعهد زناشویی می تواند باعث خرسندی زناشویی گردد؛ یافته حاضر با پژوهش‌های (افتخاری مقدم و همکاران ، ۲۰۲۴؛ زالی و همکاران، ۱۳۹۸) همسو است. نتیجه به دست آمده را می‌توان اینگونه تبیین کرد که تعهد زناشویی یک میانجی معنادار در رابطه بین بخشش و خرسندی زناشویی است و افراد متأهلی که سطوح بالاتری از بخشش دارند، فرسودگی زناشویی کمتر (زالی و همکاران، ۱۳۹۸) و رضایت زناشویی بالاتری را گزارش می‌دهند، عمدتاً به این دلیل که بخشش به تعهد زناشویی قوی‌تر کمک می‌کند (افتخاری مقدم و همکاران، ۲۰۲۴). این مطالعه تأکید می‌کند که زوجینی که شریک زندگی خود را می‌بخشند، از ازدواج رضایت بیشتری برخوردارند و هرچه بخشش بیشتر باشد، تعهد و رضایت زناشویی نیز بهبود می‌یابد.

به طور کلی، نتایج این مطالعه دلالت بر این دارد که بخشندگی یک عامل مهم در افزایش خرسندی زناشویی است؛ در واقع هرچقدر زوجینی که شریک زندگی خود را می‌بخشند، از بروز اختلافات بزرگ پیشگیری کرده، آرامش را در زندگی مشترک حفظ می‌کنند و درنتیجه احتمال خرسندی زندگی زناشویی آن‌ها نیز افزایش می‌یابد. در واقع این رابطه به واسطه تاثیری که بر افزایش تعهد زناشویی دارد، میانجی‌گری می‌شود. به عبارت دیگر بخشش به واسطه افزایش تعهد زناشویی می‌تواند منجر به خرسندی زناشویی در افراد متأهل شود. این مطالعه تأکید می‌کند که از ازدواج شادی برخوردارند و هرچه بخشش بیشتر باشد، تعهد و کیفیت زناشویی نیز بهبود می‌یابد. یکی از محدودیت‌های این پژوهش، استفاده از نمونه‌ای محدود به افراد متأهل در یک منطقه جغرافیایی خاص بود که ممکن است تعمیم‌پذیری نتایج را کاهش دهد. براین اساس می‌بایست در تعمیم نتایج به این موارد توجه شود. همچنین، یکی دیگر از محدودیت‌های پژوهش فقدان پژوهش‌های کافی در این زمینه است که لزوم انجام مطالعات بیشتر را پررنگ می‌کند. پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده با در نظر گرفتن تنوع فرهنگی و جغرافیایی، تأثیر بخشش و تعهد را در جوامع مختلف بررسی کنند. همچنین روش نمونه‌گیری پژوهش حاضر به‌صورت اینترنتی و در دسترس بود و برای معیار ورود از خوداظهاری برای اطمینان از عدم ابتلا به بیماری و اختلال استفاده شد که پیشنهاد می‌شود در پژوهشی‌های آینده از روش‌های نمونه‌گیری حضوری و تصادفی و از روش‌های عینی‌تر برای تعیین معیارهای ورود استفاده شود. همچنین، طراحی مداخلات آموزشی برای زوجین با تمرکز بر تقویت مهارت‌های بخشش و تعهد می‌تواند به بهبود کیفیت زندگی زناشویی کمک کند و به درمانگران و متخصصان بالینی پیشنهاد می‌شود که با بهره‌گیری از مفاهیم اصلی این مطالعه همچون تعهد زناشویی و بخشش، برنامه‌های درمانی ایجاد و به منظور افزایش خرسندی با استفاده از مطالعات آزمایشی اجرا کنند.

منابع

احتشام زاده، پ.، احدی، ح .، عنایتی، م.، و حیدری، ع. (۱۳۹۸). ساخت و اعتباریابی مقیاسی برای بخشودگی بین‌فردی. *روانشناسی بالینی ایران*، ۱۶(۴)، ۴۴۳-۴۵۵. http://ijpcp.iums.ac.ir/article-1-1209-fa.html

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

امیرارجمندی، ز.، جهانگیر، پ.، و نیکنام، م. (۱۴۰۰). تبیین تعهد زناشویی در زنان متأهل براساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه و مکان کنترل؛ بررسی نقش میانجی‌گر معنویت. *فصلنامه پژوهش‌های کاربردی روانشناختی*، ۱۲(۳)، ۳۹۵-۴۰۹. https://doi.org/10.22059/japr.2021.312717.643678

بحرایی، ژ.، حسینی المدنی، س.، و باصری، ا. (۱۴۰۰). نقش میانجی استقامت در رابطه بین شادمانی زناشویی، نیازهای بنیادین روانشناختی و معنویت با تاب آوری خانواده. *خانواده درمانی کاربردی*، ۲(۲)، ۱۲۴-۱۴۹. https://doi.org/10.61838/kman.aftj.2.2.6

تابش، س.، هادی بهرامی، ا.، و رضازاده، س. (۱۴۰۰). طراحی نیمرخ پیش‌بینی کننده رضایت زناشویی زوجین شهر تهران. *مطالعات روان‌شناسی بالینی*، ۱۲(۴۵)، ۱۱۲-۷۸. https://doi.org/10.22054/jcps.2022.61687.2589

زالی، ز.، احمدی، ص.، و صرامی، غ. (۱۳۹۸). نقش واسطه‌ای بخشودگی زناشویی در رابطه میان نستوهی روان‌شناختی با بی‌رمقی زناشویی. *آسیب‌شناسی خانواده*، ۵(۱)، ۱۲۴-۱۰۷. https://doi.org/20.1001.1.24234869.1398.5.1.1.8

طهماسبی، ح.، و خرم آبادی، ی. (۱۴۰۳). پیش‌بینی رضایت زناشویی زنان بر اساس وظیفه شناسی، همدلی زناشویی و بخشش زناشویی. *رویش روان شناسی*، ۱۳(۵)، ۲۲۸-۲۱۹. https://doi.org/10.22034/spr.2024.408676.1851

عباسی، ح.، احمدی، س. ا.، فاتحیزاده، م.، و بهرامی، ف. (۱۳۹۵). تأثیر واقعیت درمانی گلاسر بر تعهد شخصی زوجین. *آسیب شناسی خانواده*، ۲(۱)، ۳۹-۵۳. http://fpcej.ir/article-1-116-fa.html

فاضل همدانی، ن.، اورکی، م.، و آزادی، مهران. (۱۴۰۳) مقایسه اثربخشی درمان تحلیل رفتار متقابل و روایت‌درمانی بر بخشودگی بین‌فردی زنان آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی زناشویی همسران. *رویش روان شناسی*، ۱۳(۳)، ۱۳۱-۱۴۰. http://frooyesh.ir/article-1-4925-fa.html

کوکبی سیوکی، ف.، حمیدی، ف.، فکوری حاجی یار، ح. (۱۴۰۱). شناسایی عوامل موثر بر رضایت زناشویی در زوجین خانواده ناتنی ایرانی: یک پژوهش داده بنیاد. *رویش روان شناسی*، ۱۱(۱۰)، ۱۱۸-۱۰۵. http://dorl.net/dor/20.1001.1.2383353.1401.11.10.10.5

مقیمی، س.، مرادی، ا.، سیدالشهدایی، ا.، و احمدیان، ح. (۱۳۹۹). تدوین مدل ساختاری تعهد زناشویی بر اساس بخشایشگری و خودتمایزیافتگی با میانجی‌گری صمیمیت زناشویی. *نشریه مشاوره و روان درمانی خانواده*، ۱۰(۱)، ۹۰-۶۹. https://doi.org/10.22034/fcp.2020.61655

مقیمی، س.، مرادی، ا.، سیدالشهدایی، س.، و احمدیان، ح. (۱۴۰۱). تدوین مدل علی تعهد زناشویی براساس بخشودگی و تمایزیافتگی با میانجیگری صمیمیت زناشویی و اثربخشی این مدل بر کیفیت روابط زناشویی. *روانشناسی و روانپزشکی شناخت*، ۹(۲)، ۱۵۹-۱۴۶. http://dx.doi.org/10.32598/shenakht.9.2.146

Abdolrahmi, F., Kaboudi, M., Kamerzarin, H., Kaboudi, B., Mohammadi, P., & Horriat, M. (2023). The effect of Fordyce happiness training on marital satisfaction and mental health in women with premenstrual syndrome. *Journal of Holistic Nursing and Midwifery*, *33*(1), 15-24. https://doi.org/10.32598/jhnm.33.1.2273

Adams, J. M., & Jones, W. H. (1997). The conceptualization of marital commitment: An integrative analysis. *Journal of personality and social psychology*, *72*(5), 1177. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.72.5.1177

Aman, J., Abbas, J., Lela, U., & Shi, G. (2021). Religious Affiliation, Daily Spirituals, and Private Religious Factors Promote Marital Commitment Among Married Couples: Does Religiosity Help People Amid the COVID-19 Crisis? *Frontiers in psychology*, *12*, 657400. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.657400

Azrin, N. H., Naster, B. J., & Jones, R. (1973). Reciprocity counseling: A rapid learning-based procedure for marital counseling. *Behaviour research and therapy*, *11*(4), 365-382. https://doi.org/10.1016/0005-7967(73)90095-8

Bafrani, M. A., Nourizadeh, R., Hakimi, S., Mortazavi, S. A., Mehrabi, E., & Vahed, N. (2023). The effect of psychological interventions on sexual and marital satisfaction: a systematic review and Meta-analysis. *Iranian Journal of Public Health*, *52*(1), 49. https://doi.org/10.18502/ijph.v52i1.11666

Bardo, A. R., & Cummings, J. L. (2023). Life, longevity, and the pursuit of happiness: The role of disability in shaping racial and sex disparities in living a long and happy life. *Population Research and Policy Review*, *42*(4), 72. https://doi.org/10.1007/s11113-023-09819-6

Cabras, C., Kaleta, K., Mróz, J., Loi, G., & Sechi, C. (2022). Gender and age differences in forgivingness in Italian and Polish samples. Heliyon, *8*(6). https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09771

Chauhan, S., & Sekher, T. V. (2023). Early marriage and marital satisfaction among young married men in rural Uttar Pradesh, India. *BMC Research Notes*, *16*(1), 6. https://doi.org/10.1186/s13104-023-06271-9

Držťáková, Ž., Záhorcová, L., & Teličák, P. (2025). How We Communicate Forgiveness to Our Partners Matters: Forgiveness-Granting Strategies, Forgiveness Tendency, Commitment, and Relationship Satisfaction in Dating and Married Couples. *Human Affairs*, *35*(1), 100-118. https://doi.org/10.1515/humaff-2024-0022

Eftekhari Moghaddam, N., Shahbazi, M., & Kazemian Moghaddam, K. (2024). Marital Commitment Mediates the Ef-fects of Forgiveness and Alexithymia on Marriage Quality in Nursing Students. *Journal of Client-Centered Nursing Care*, *10*(4), 287-296. https://doi.org/10.32598/JCCNC.10.4.658.1

Fitriani, A., Islamia, I., Isnaini, N., & Salsabila, M. S. (2025). Trust and Communication Quality with Marital Commitment in Husbands Long-distance Marriage. *KnE Social Sciences*, *10*(14), 779-785. https://orcid.org/0000-0002-5401-6329

Huang, C. Y., Shen, A. C. T., Li, X., & Feng, J. Y. (2024). Happy parents, happy kids: Marital happiness, parenting styles, and children's behavioral outcomes in Chinese societies. *Family Relations*, *73*(3), 1763-1780. https://doi.org/10.1111/fare.12997

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

Jia, L., Antonides, G., & Liu, Z. (2025). Spouses' personalities and marital satisfaction in Chinese families. *Frontiers in Psychology*, *16*, 1480570. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1480570

Kaleta, K., & Jaśkiewicz, A. (2024). Forgiveness in marriage: From incidents to marital satisfaction. *Journal of Family Issues*, *45*(7), 1764-1788. https://doi.org/10.1177/0192513X231194294

Kusumawardhani, S. J., Mayangsari, A., Rustyawati, R., & Reswara, I. P. (2024). Staying in Marriage is Not Enough: Influence of Marital Commitment and Adult Attachment Style on Marital Flourishing. *Psympathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *11*(1), 99-106. https://doi.org/10.15575/psy.v11i1.33974

Kline, R. B. (2023). Principles and practice of structural equation modeling. Guilford publications. Principles and Practice of Structural Equation Modeling - Rex B. Kline - Google Books.https://journals.library.ualberta.ca/csp/index.php/csp/article/download/29418/21439

Lahiri, A., & Padmakumari, P. (2025). Beyond apologies: A systematic review of forgiveness in different relationship contexts. *Current Psychology*, *44*(18), 15351-15368. https://doi.org/10.1007/s12144-025-08246-4

Li, Q., Guo, J., Chen, Z., Ju, X., Lan, J., & Fang, X. (2024). Reciprocal associations between commitment, forgiveness, and different aspects of marital well-being among Chinese newlywed couples. *Family process*, *63*(2), 879-896. https://doi.org/10.1111/famp.12909

Lin, L., Guo, H., Duan, L., He, L., Wu, C., Lin, Z., & Sun, J. (2022). Research on the relationship between marital commitment, sacrifice behavior and marital quality of military couples. *Frontiers in psychology*, *13*, 964167. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.964167

Lioe, A. L. (2023). The role of marital commitment and family support for marital satisfaction in childless couples. *Eduvest-Journal of Universal Studies*, *3*(1), 1-8. https://doi.org/10.59188/eduvest.v3i1.712

Mahdavi, M., Mehrinejad, S. A., Karami, A., & Chesli, R. R. (2023). Developing a structural model of women's sense of happiness based on the quality of marital relationship and interpersonal trust with the mediating role of dark personality traits. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies (JAYPS)*, *4*(8), 68-77. https://doi.org/10.61838/kman.jayps.4.8.8

Manoe, E. C. (2024). Phases of Forgiveness in Early Adult Women with Parental Infidelity. *Salasika*, *7*(1), 53-62. https://doi.org/10.36625/sj.v7i1.153

Moghadamnia, M. M., & Farsani, B. H. S. (2023). Relationship between Marital Commitment and Marital Satisfaction with Self-Conscious Emotions and Self-Coherence married female. *Psychology of Woman Journal*, *4*(1), 52-61. https://doi.org/10.61838/kman.pwj.4.1.6

Naghsh, Z. (2024). Prediction of Marital Satisfaction Based On Happiness, Hope, Spiritual Intelligence and Interpersonal Forgiveness in Couples. *International Journal of Medical Investigation*, *13*(3), 88-98. http://intjmi.com/article-1-1185-en.html

Neamatpour, M., & Rowshani Zadeh, A. (2023). Predicting marital happiness based on resilience, spiritual well-being and self-compassion in Women teachers. Biannual Journal of Education Experiences, *6*(1), 44-57. https://journals.iau.ir/article_705302.html

Nihayah, Z., Sururin, S., Choirunnisa, C., Hidayat, D. H. Z., Alim, S., & Fayruz, M. (2023). The Effect of Forgiveness and Spouse Social Support on Marital Satisfaction from the Perspective of Islamic Ethics. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, *6*(1), 99–112. https://doi.org/10.25217/igcj.v6i1.3254

Peltzman, S. (2025). The anatomy of marital happiness (No. 355). New Working Paper Series. https://hdl.handle.net/10419/311858

Rakhshani, T., Ghahremani, L., Ghasemnejad, B. S., Asadollahi, A., Jeihooni, A. K., & Jafarpour, K. (2024). Relationship Between Body Image, Marital Offense-Specific Forgiveness, and Marital Happiness in Urban and Rural Married Women Aged 20-35. *Jundishapur Journal of Health Sciences*, *16*(2). https://doi.org/10.5812/jjhs-143490

Şahan, B. (2022). Does forgiveness affect marital satisfaction? *Spiritual psychology and counseling*, *6*(3), 83-108. https://doi.org/10.37898/spc.2021.6.3.146

Şahin, Y., & Şirin, A. (2025). The Mediating Role of Marital Awareness in the Relationship between Empathy, Satisfaction and Forgiveness in Marriage. *Harran Maarif Dergisi*, *10*(1), 90-107. https://dergipark.org.tr/en/pub/hej/issue/92766/1684759

Samadi, P., Alipour, Z., Salehi, K., Kohan, S., & Hashemi, M. (2021). The keys to a good and lasting marriage: Exploration of Iranian couple's experiences. *Journal of education and health promotion*, *10*, 474. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_1438_20

Valentina, E., Chinwe, E., Blessing, M., & Mathew, A. (2023). Do Emotional Intelligence and Self-Efficacy Correlate with Marital Satisfaction of Married Teachers in Anambra State? *Journal of Education, Society and Behavioural Science*, *36*(8), 111-120. https://doi.org/10.9734/jesbs/2023/v36i81251

Vali Sheikhzahed, E. (2024). Predicting Marital Satisfaction based on Forgiveness and Tolerance in Spouses' Relationships. *Journal of Modern Psychology*, *4*(1), 24-30. https://doi.org/10.22034/jmp.2024.445225.1096

Wang, H. C. (2025). Gender Perspective on the Effects of Husbands' Post-Infidelity Behaviors on Wives' Forgiveness: A Longitudinal Study in Taiwan. *Social Sciences*, *14*(6), 369. https://doi.org/10.3390/socsci14060369

Yang, L., Yang, Z., & Yang, J. (2023). The effect of marital satisfaction on the self-assessed depression of husbands and wives: investigating the moderating effects of the number of children and neurotic personality. *BMC psychology*, *11*(1), 163. https://doi.org/10.1186/s40359-023-01200-8

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

Zarei, M., Bagheri, M. Z., Belyad, M. R., & Ranjbaripour, T. (2025). Explaining Marital Satisfaction Based on Attributional Styles and the Mediating Role of Happiness. *International Journal of Body, Mind & Culture (2345-5802)*, *12*(3). https://doi.org/10.61838/ijbmc.v12i3.894

Zafar, S., Khan, S., But, T. A., & Rehna, T. (2025). Mediating Effect of Cognitive Reappraisal of Emotions Between Marital Commitment and Marital Satisfaction Among Married Couples. *Pakistan Journal of Psychological Research*, *40*(1), 13-29. https://doi.org/10.33824/PJPR.2025.40.1.02

Zhang, C., & Liang, Y. (2023). The impact of education level on marital satisfaction: Evidence from China. *Social Sciences & Humanities Open*, *7*(1), 100487. https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2023.100487

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]