رویش روان شناسی، سال۱۵، شماره ۷، شماره پیاپی ۱۲۴، مهر ۱۴۰۵
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),15(7), 2026

پیش‌بینی رضایت زناشویی مردان براساس اضطراب و خویشتن‌داری همسران

Prediction of Men's Marital Satisfaction Based on Their Wives' Anxiety and Self-Control

نسرین کیقبادی
دانشجوی دکتری، گروه مشاوره، واحد خمینی‌شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، خمینی‌شهر، ایران.
مریم فاتحی زاده
استاد، گروه مشاوره، دانشکدهٔ علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.
مهدی تبریزی (نویسنده مسئول)
استادیار،گروه مشاوره، واحد خمینی‌شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، خمینی‌شهر، ایران.

Nasrin Keyghobadi
PhD student, Department of Counseling, Kho.C., Islamic Azad University, Khomeinishahr, Iran.
Maryam Fatehizade
Professor, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran.
Mehdi Tabrizi*
Assistant Professor, Department of Counseling, Kho.C., Islamic Azad University, Khomeinishahr, Iran.
mehditabr@iau.ac.ir

چکیده

هدف پژوهش حاضر، پیش‌بینی رضایت زناشویی مردان بر اساس اضطراب و خویشتن‌داری همسران آنان بود. روش پژوهش توصیفی ـ همبستگی از نوع تحلیل رگرسیون بود. جامعه آماری پژوهش شامل دانشجویان متأهل شاغل به تحصیل در دانشگاه‌های آزاد اسلامی شهر اصفهان در سال ۱۴۰۲ و همسران آنان بود. بر اساس روش کلاین، ۲۵۶ نفر شامل ۱۲۸ زوج به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ (MSQ؛ اولسون، ۱۹۸۹) و پرسشنامه ۱۶ عاملی شخصیت کتل (۱۶PFQ؛ کتل، ۱۹۹۳) بود. داده‌ها با استفاده از روش تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه هم‌زمان تجزیه و تحلیل شدند. نتایج نشان داد که اضطراب و خویشتن‌داری همسران، در مجموع، با رضایت زناشویی مردان همبستگی چندگانه معناداری دارند و می‌توانند رضایت زناشویی آنان را پیش‌بینی کنند. این دو متغیر در مجموع ۱۲/۱ درصد از واریانس رضایت زناشویی مردان را تبیین کردند. همچنین، اضطراب همسران (۰/۲۵) و خویشتن‌داری آنان به‌صورت منفی (۰/۲۶) رضایت زناشویی مردان را پیش‌بینی کردند. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که کاهش اضطراب و خویشتن‌داری در همسران با افزایش رضایت زناشویی مردان همراه است و این ویژگی‌های شخصیتی می‌توانند در تبیین تفاوت‌های رضایت زناشویی مردان نقش داشته باشند.

واژه‌های کلیدی: اضطراب، خویشتن‌داری، رضایت زناشویی.

Abstract

The present study aimed to predict men's marital satisfaction based on their wives' anxiety and self-control. The research method was descriptive-correlational, using regression analysis. The statistical population consisted of married students studying at Islamic Azad Universities in Isfahan in 2023 and their spouses. Based on Klein's method, 256 participants, including 128 couples, were selected through convenience sampling. The data collection instruments included the ENRICH Marital Satisfaction Questionnaire (MSQ; Olson, 1989) and Cattell's 16 Personality Factor Questionnaire (16PFQ; Cattell, 1973). The data were analyzed using simultaneous multiple regression analysis. The results showed that wives' anxiety and self-control, taken together, had a significant multiple correlation with men's marital satisfaction and were able to predict it. These two variables jointly explained 12.1% of the variance in men's marital satisfaction. In addition, wives' anxiety predicted men's marital satisfaction positively (−0.25), whereas their self-control predicted it negatively (−0.26). Therefore, it can be concluded that lower anxiety and lower self-control in wives are associated with higher marital satisfaction in men, and these personality characteristics may play a role in explaining differences in men's marital satisfaction.

Keywords: *Anxiety, Self-Control, Marital Satisfaction.*

نوع مقاله: پژوهشی | **دریافت:** مرداد ۱۴۰۵ | **پذیرش:** شهریور ۱۴۰۵ | **ویرایش نهایی:** مهر ۱۴۰۵

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-10]

مقدمه

خانواده نخستین محیطی است که بیشتر افراد در آن احساس تعلق، امنیت و حمایت را تجربه می‌کنند و زمانی می‌تواند چنین نقشی داشته باشد که رابطه میان اعضای آن، به‌ویژه زن و شوهر، از کیفیت مناسبی برخوردار باشد (دولو و بولوتو سرین[۱]، ۲۰۲۶). روابط زوجین فقط به زندگی شخصی آن‌ها محدود نمی‌ماند؛ تنش یا آرامش موجود در این رابطه می‌تواند بر فرزندپروری (ایستاری و پودجیاتی[۲]، ۲۰۲۶)، ارتباط عاطفی (نوگراهانی[۳] و همکاران، ۲۰۲۵)، روابط اجتماعی (میاگاوا و تانیگوچی[۴]، ۲۰۲۶) و حتی عملکرد شغلی (آکپان[۵] و همکاران، ۲۰۲۶) آنان اثر بگذارد. از همین رو، رضایت زناشویی[۶] را می‌توان یکی از نشانه‌های مهم سلامت و کارآمدی خانواده دانست (گیلانجار[۷] و همکاران، ۲۰۲۶). رضایت زناشویی ارزیابی است که فرد از زندگی مشترک خود دارد. وقتی شخص احساس می‌کند در رابطه دیده و شنیده می‌شود، نیازهای عاطفی او تا حد قابل قبولی پاسخ می‌گیرند و اختلاف‌ها بدون تحقیر یا آسیب جدی مدیریت می‌شوند، احتمالاً ارزیابی مثبت‌تری از ازدواج خود خواهد داشت (چلیک[۸] و همکاران، ۲۰۲۶). این ارزیابی همیشه ثابت نمی‌ماند و ممکن است تحت تأثیر تجربه‌های روزمره، فشارهای اقتصادی، مسئولیت‌های خانوادگی و نحوه برخورد همسران با مشکلات تغییر کند (کمال[۹]، ۲۰۲۶).

گاهی نیز مسئله اصلی، وجود اختلاف نیست؛ زیرا اختلاف در زندگی مشترک تا اندازه‌ای طبیعی است. آنچه اهمیت بیشتری دارد، شیوه‌ای است که زوجین برای بیان ناراحتی و حل اختلاف در پیش می‌گیرند (کومی مینتاح[۱۰] و همکاران، ۲۰۲۶). کاهش رضایت زناشویی نیز معمولاً در پی یک رویداد واحد به وجود نمی‌آید. در بسیاری از موارد، دلخوری‌های کوچک، گفت‌وگوهای ناتمام و نیازهایی که برای مدت طولانی نادیده گرفته شده‌اند، به‌تدریج رابطه را فرسوده می‌کنند (سو[۱۱] و همکاران، ۲۰۲۶). ممکن است زوجین همچنان در کنار یکدیگر زندگی کنند، اما احساس نزدیکی و همراهی گذشته را نداشته باشند؛ ادامه یافتن این وضعیت، افزون بر آسیب زدن به روابط زناشویی، می‌تواند آرامش سایر اعضای خانواده را نیز مختل کند (ولاندری و هووایی[۱۲]، ۲۰۲۶). به همین دلیل، شناخت عواملی که با رضایت زناشویی ارتباط دارند، یکی از موضوعات مورد توجه پژوهشگران و درمانگران خانواده بوده است.

در بخش زیادی از مطالعات گذشته، پژوهشگران برای توضیح رضایت زناشویی به ویژگی‌های خود فرد توجه کرده‌اند. برای نمونه، نقش شخصیت (جاوايد[۱۳] و همکاران، ۲۰۲۶)، سبک‌های دلبستگی (مارتینز[۱۴] و همکاران، ۲۰۲۵)، سلامت روان (زنگ و یان[۱۵]، ۲۰۲۵) یا مهارت ارتباطی فرد (روسناک و دراگنوا[۱۶]، ۲۰۲۵) بررسی شده است. این مطالعات اطلاعات ارزشمندی فراهم کرده‌اند، اما رابطه زناشویی را نمی‌توان تنها با بررسی جداگانه زن و شوهر شناخت. در زندگی روزمره، رفتار هر یک از زوجین بر احساس و واکنش دیگری اثر می‌گذارد. واکنش طرف مقابل نیز می‌تواند رفتار نخستین را تقویت یا تضعیف کند. به این ترتیب، ممکن است یک گفت‌وگوی ساده به تجربه‌ای صمیمانه یا برعکس، به تعارضی طولانی تبدیل شود (احمد[۱۷] و همکاران، ۲۰۲۶).

دیدگاه سیستمی نیز بر همین وابستگی متقابل تأکید دارد. براساس این دیدگاه، زن و شوهر دو فرد کاملاً جدا از یکدیگر نیستند که هرکدام بدون تأثیر گرفتن از دیگری رفتار کنند. آنان در یک نظام ارتباطی قرار دارند و تغییر در رفتار یا وضعیت هیجانی یکی از آن‌ها می‌تواند کیفیت رابطه را تغییر دهد (سومی و فاطیما[۱۸]، ۲۰۲۳). برای مثال، نگرانی مداوم یکی از زوجین ممکن است دیگری را به فاصله

1 Dürü, Bulut Serin
2 Istari, Pudjiati
3 Nugrahani
4 Miyagawa,Taniguchi
5 Akpan
6 Marital satisfaction
7 Ginanjar
8 Çelik
9 Kamal
10 Commey-Mintah
11 SU
12 Wulandari, Huwae
13 Javaid
14 Martins
15Zheng, Yan
16 Rusnac, Dragneva
17 Ahmed
18 Sumi, Fatema

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-10]

گرفتن سوق دهد. این فاصله گرفتن نیز احتمال دارد نگرانی فرد نخست را بیشتر کند. در نتیجه، چرخه‌ای شکل می‌گیرد که ادامه آن برای هر دو نفر خسته‌کننده است (اوموبویی[1] و همکاران، ۲۰۲۴).

با توجه به این مهم، برای شناخت رضایت زناشویی مردان نباید تنها ویژگی‌های خود آنان بررسی شود. وضعیت روان‌شناختی همسر و رفتاری که او در موقعیت‌های روزمره نشان می‌دهد نیز ممکن است در احساس مرد نسبت به زندگی مشترک سهم داشته باشد. دو متغیری که در پژوهش حاضر مورد توجه قرار گرفته‌اند، اضطراب[2] و خویشتن‌داری[3] همسر هستند. انتخاب این متغیرها از آن جهت اهمیت دارد که یکی از آن‌ها با تجربه نگرانی و احساس ناامنی ارتباط دارد (مالیک[4] و همکاران، ۲۰۲۶) و دیگری، توانایی فرد را در مدیریت واکنش‌های خود نشان می‌دهد (تانچ و سونر[5]، ۲۰۲۶). اضطراب در ظاهر تجربه‌ای شخصی و درونی است، اما آثار آن همیشه در درون فرد باقی نمی‌ماند. نگرانی‌های مکرر می‌توانند وارد گفت‌وگوها، تصمیم‌ها و برخوردهای روزمره زوجین شوند (کوآیگلی[6] و همکاران، ۲۰۲۵). فردی که اضطراب بیشتری دارد، ممکن است نسبت به بی‌توجهی یا طرد شدن حساس‌تر باشد و بعضی از رفتارهای عادی همسر را نشانه‌ای از سردی یا کاهش علاقه تلقی کند (ویسمن و کولازوس[7]، ۲۰۲۵).

در کنار اضطراب، خویشتن‌داری همسر نیز ممکن است در کیفیت رابطه نقش داشته باشد. خویشتن‌داری در روابط صرفاً به معنای کنترل رفتار یا مهار تکانه نیست، بلکه می‌تواند با کاهش ابراز هیجان، محدودیت در بیان احساسات و خودداری از نشان‌دادن محبت و صمیمیت در رابطه همراه باشد (حبیبا و فاهیرا[8]، ۲۰۲۶). افرادی که از خویشتن‌داری بالایی برخوردارند، در برخی موارد ممکن است کمتر هیجان‌های خود را آشکار کنند، در تعامل با همسر کمتر خودجوش باشند و نسبت به ابراز احساسات گرم و صمیمانه مقاومت بیشتری نشان دهند. چنین مهار هیجانی می‌تواند کیفیت تجربه عاطفی و حتی رضایت زناشویی و جنسی را تضعیف کند، به‌ویژه در شرایطی که یکی از زوجین برای احساس امنیت و رضایت در رابطه، نیاز بیشتری به دریافت آشکار عشق، محبت و صمیمیت داشته باشد (ایشینی[9] و همکاران، ۲۰۲۶). در روابط زناشویی، زمانی که زن احساسات واقعی خود را کمتر بروز می‌دهد، درباره نیازهای عاطفیش کمتر سخن می‌گوید یا صمیمیت هیجانی را محدود می‌کند، ممکن است همسر او به‌تدریج احساس فاصله، بیگانگی یا حتی طرد عاطفی را تجربه کند. در چنین شرایطی، مرد ممکن است چنین برداشت کند که همسرش او را به دنیای درونی خود راه نمی‌دهد، با او از نظر هیجانی صادق و گشوده نیست، یا از نزدیکی عاطفی اجتناب می‌کند. این برداشت‌ها می‌توانند به احساس ناکامی، خلأ عاطفی و کاهش رضایت از رابطه منجر شوند و در نهایت صمیمیت زوجین را تضعیف کنند (چیانگ[10] و همکاران، ۲۰۲۲). افزون بر این، خویشتن‌داری بیش از حد ممکن است با ویژگی‌هایی مانند کنترل‌گری، انعطاف‌ناپذیری یا کمال‌گرایی همراه شود. در چنین وضعیتی، فرد ممکن است تلاش کند رفتارها، هیجان‌ها یا حتی فضای کلی زندگی مشترک را به‌شدت تحت کنترل نگه دارد (سارف[11] و همکاران، ۲۰۲۶). این الگو می‌تواند به شکل‌گیری فضایی خشک، مقرراتی و پرتنش در رابطه زناشویی بینجامد؛ فضایی که در آن آرامش عاطفی و احساس امنیت روانی کاهش می‌یابد و زمینه نارضایتی زناشویی بیشتر می‌شود (کاردوسو[12] و همکاران، ۲۰۲۵).

اهمیت پژوهش حاضر از آنجا ناشی می‌شود که اضطراب و خویشتن‌داری زن، افزون بر پیامدهای فردی، می‌توانند کیفیت تعامل‌های زوجین و در نتیجه رضایت زناشویی مرد را تحت تأثیر قرار دهند. اضطراب همسر ممکن است با افزایش نگرانی، حساسیت به تعارض و دشواری در تنظیم هیجان، فضای ارتباطی رابطه را تنش‌آلود کند (حبیبا و همکاران، ۲۰۲۶)؛ در مقابل، خویشتن‌داری او می‌تواند از طریق مهار تکانه‌ها، مدیریت هیجان‌ها و انتخاب پاسخ‌های سازنده هنگام اختلاف، به حفظ صمیمیت و حل تعارض کمک کند (چیانگ و همکاران، ۲۰۲۲). بررسی هم‌زمان این دو متغیر مشخص می‌سازد که کدام‌یک، با کنترل دیگری، سهم مستقل و معنادارتری در پیش‌بینی رضایت زناشویی مردان دارد. چنین یافته‌ای می‌تواند مبنای مداخلات زوجی، غربالگری زوج‌های مستعد نارضایتی و تقویت مهارت‌های تنظیم

1 Omoboye
2 anxiety
3 Self- control
4 Malik
5 Tunç, Soner
6 Quigley
7 Whisman, Collazos
8 Habibah, Fahira
9 Ishienyi
10 Cheung
11 Sarraf
12 Cardoso

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-10]

هیجان و خویشتن‌داری در زنان ایرانی باشد. بر این اساس، هدف پژوهش حاضر پیش‌بینی رضایت زناشویی مردان براساس اضطراب و خویشتن‌داری همسر بود.

روش

روش پژوهش حاضر توصیفی- همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل دانشجویان متأهل و مشغول به تحصیل در دانشگاه-های آزاد اسلامی شهر اصفهان در سال ۱۴۰۲ بود. برای محاسبه حجم نمونه، با در نظر گرفتن قاعده عملی حداقل ۱۵مورد به ازای هر متغیر پیش‌بین و با ۱۶ متغیر مستقل، حجم نمونه ۱۲۸ زوج محاسبه گردید. روش نمونه‌گیری نیز به صورت نمونه‌گیری در دسترس از میان جامعه مورد نظر انجام شد. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بود از مدت ازدواج ۵ سال به بالا، محدوده سنی ۲۵ تا ۶۰ سال، سکونت در شهر اصفهان، عدم سابقه طلاق قانونی، تمایل هر دو همسر به مشارکت در پژوهش، و تکمیل پرسشنامه‌ها توسط زن و شوهر، زندگی در یک خانه و نداشتن سابقه سوءمصرف مواد، الکل یا داروهای روان‌گردان/مخدر، بر اساس پاسخ زوجین به بخش اطلاعات جمعیت‌شناختی و پرسش‌های غربالگری خودگزارشی و ملاک خروج از پژوهش نیز شامل عدم تکمیل پرسشنامه ها بطور کامل و عدم تمایل به همکاری در مسیر پژوهش بود. پس از احراز ملاک‌های ورود و دریافت رضایت آگاهانه از هر دو عضو زوج، برای هر زوج یک کد مشترک و برای هر یک از زن و مرد شناسه‌ای جداگانه تعیین شد. پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ مستقیماً در اختیار مردان و پرسشنامه ۱۶ عاملی شخصیت کتل مستقیماً در اختیار همسران آنان قرار گرفت. پژوهشگر پیش از اجرای ابزارها، هویت و رابطه زوجیت شرکت‌کنندگان را بر اساس اطلاعات جمعیت‌شناختی ثبت‌شده بررسی کرد و درباره اختصاص هر پرسشنامه به زن یا مرد توضیح داد. زن و مرد پرسشنامه‌های مربوط به خود را به‌صورت مستقل و بدون مشورت با یکدیگر تکمیل کردند و هر پرسشنامه پس از تکمیل، مستقیماً به پژوهشگر تحویل داده شد. سپس، داده‌های مرد و همسر او صرفاً از طریق کد مشترک زوج با یکدیگر تطبیق داده شدند. بدین ترتیب، نمره رضایت زناشویی از پاسخ مرد و نمرات اضطراب و خویشتن‌داری از پاسخ همسر او استخراج شد. از ملاحظات اخلاقی این پژوهش می‌توان به این موارد اشاره کرد که پژوهشگر پس از ارائه توضیحاتی در خصوص نحوه تکمیل پرسشنامه‌ها، اهداف پژوهش و محرمانه ماندن اطلاعات، پرسشنامه‌ها را در اختیار شرکت‌کنندگان قرارداد. پژوهشگر به شرکت‌کنندگان این اختیار را داد که هر زمانی که مایل باشند می‌توانند از پژوهش خارج شوند. برای کنترل اثر ترتیب و خستگی دو فرم متفاوت از پرسشنامه‌ها تنظیم و اجرا شد. داده‌های حاصل از پژوهش با استفاده از SPSS ویراست ۲۳ و روش آماری تحلیل رگرسیون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

ابزار سنجش

پرسشنامه رضایت زناشویی[1] (MSQ): پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ[2] که فرم ۱۱۵ سؤالی آن توسط اولسون[3] (۱۹۸۹) تهیه شده است، دارای ۱۲ زیرمقیاس شامل تحریف آرمانی (سؤالات ۱ تا ۵)، رضایت زناشویی (سؤالات ۶ تا ۱۵) مسائل شخصیتی (سؤالات ۱۶ تا ۲۵)، ارتباط (سؤالات ۲۶ تا ۳۵)، حل تعارض (سؤالات ۳۶ تا ۴۵)، مدیریت مالی (سؤالات ۴۶ تا ۵۵)، فعالیت‌های اوقات فراغت (سؤالات ۵۶ تا ۶۵)، رابطه جنسی (سؤالات ۶۶ تا ۷۵)، فرزندان و فرزندپروری (سؤالات ۷۶ تا ۸۵)، خانواده و دوستان (سؤالات ۸۶ تا ۹۵)، نقش‌های مساوات طلبی (سؤالات ۹۶ تا ۱۰۵) و جهت‌گیری مذهبی (سؤالات ۱۰۶ تا ۱۱۵) است. در این ابزار به صورت طیف لیکرت پنج گزینه‌ای به سؤالات پرسشنامه پاسخ داده می‌شود (خیلی زیاد=۴، خیلی کم=۰). با جمع نمرات گویه‌های هر زیرمقیاس نمره آن بعد به دست می‌آید و با جمع نمرات کلیه زیرمقیاس‌ها نمره کلی پرسشنامه به دست می‌آید. حداقل نمره این پرسشنامه ۰ و حداکثر آن ۴۶۰ است و نمرات بالاتر نشان‌دهنده رضایت زناشویی بیشتر است. اولسون و همکاران (۲۰۱۵) با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی روایی عاملی ساختار ۱۲ بعدی این پرسشنامه را تأیید کردند. در این تحلیل عاملی کلیه گویه‌ها دارای بار عاملی بالاتر از ۰/۳۰ بودند و رابطه میان ابعاد پرسشنامه نیز بالاتر از ۰/۳۰ به دست آمد. این مسئله حاکی از تأیید روایی این پرسشنامه است. ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ در گزارش اولسون و همکاران (۲۰۱۵)، برای خرده‌مقیاس‌هایش بین ۰/۷۹ تا ۰/۹۰ و برای نمره کل ۰/۹۴ به دست آمده است. در ایران پایایی بازآزمایی پرسشنامه در فاصله ۴ هفته بین ۰/۷۷ (برای فعالیت‌های اوقات فراغت) تا ۰/۹۲ (برای روابط جنسی) با میانگین

1 Marital Satisfaction Questionnaire
2 Enrich
3 Olson

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-10]

۰/۸۶ بوده است. در ایران اولین همبستگی درونی این آزمون برای فرم بلند ۰/۹۳ و برای فرم کوتاه ۰/۹۵ محاسبه و گزارش شده است. همچنین با بهره‌گیری از تحلیل عاملی تأییدی روایی عاملی فرم فارسی پرسشنامه مورد تأیید قرار گرفته است. در مدل عاملی فرم فارسی پرسشنامه نیز همه سؤالات دارای بار عاملی بالاتر از ۰/۳۰ بودند که نشان‌دهنده تأیید روایی این پرسشنامه در جامعه ایران است. پایایی پرسشنامه نیز بر اساس آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۹ و برای مولفه‌ها بین ۰/۸۳ تا ۰/۹۰ گزارش شد (نجفی و وزیری، ۱۴۰۵). در مطالعه حاضر ضریب آلفای کرونباخ نمره کل پرسشنامه برابر با ۰/۹۱ به دست آمد. این ضریب برای خرده‌مقیاس‌های پرسشنامه بین ۰/۷۸ تا ۰/۰۸۹ بود.

پرسشنامه ۱۶ عاملی شخصیت کتل[1] (16-PFQ): پرسشنامه ۱۶ عاملی شخصیت توسط کتل (۱۹۷۳) و با استفاده از روش تحلیل عاملی تهیه شده است. کتل شخصیت را به ۱۶ بعد اساسی که آن‌ها را صفات عمقی نامید، کاهش داد و برای هر عامل دو نام متضاد، یکی برای نمره‌های بالا و دیگری برای نمره‌های پایین، در نظر گرفت. ویرایش پنجم این پرسشنامه دارای ۱۸۵ سؤال است و ۱۶ عامل اولیه شخصیت و مقیاس مدیریت برداشت (IM) را اندازه‌گیری می‌کند. عوامل اولیه آن شامل گرمی، استدلال، ثبات هیجانی، سلطه‌گری، سرزندگی، پایبندی به قانون، تهور (کمرو در برابر خطرجو)، حساسیت هیجانی، گوش‌به‌زنگ‌بودن، انتزاعی‌بودن، زیرکی، بیم و نگرانی، بازبودن نسبت به تغییر، خودبسندگی، کمال‌گرایی و تنش است. این عوامل در پنج عامل کلی شامل برون‌گرایی/درون‌گرایی، اضطراب بالا/اضطراب پایین، یکدندگی/پذیرندگی، استقلال/همسازی و خویشتن‌داری/عدم بازداری طبقه‌بندی می‌شوند. روایی محتوایی این پریسشنامه ۰/۶۹ گزارش شد. همچنین آلفای کرونباخ آن در ابعاد بین ۰/۷۹ تا ۹۰ گزارش شد (کتل، ۲۰۲۳). به‌جز مقیاس استدلال، سؤال‌های پرسشنامه دارای سه گزینه پاسخ هستند و زمان لازم برای تکمیل آن بین ۳۵ تا ۵۰ دقیقه است. نمره‌های خام با استفاده از جداول هنجاری به نمره‌های ده‌بخشی در یک مقیاس ۱۰ نمره‌ای با میانگین ۵/۵ و انحراف معیار ۲ تبدیل می‌شوند. نمره‌های ده‌بخشی ۴ تا ۷ نشان‌دهنده سطح متوسط و نمره‌های ۱ تا ۳ و ۸ تا ۱۰ نشان‌دهنده دو قطب انتهایی هر عامل شخصیت هستند. مقیاس‌های این پرسشنامه ماهیتی دوقطبی دارند و نمره‌های بالا و پایین، دو قطب مخالف یک بعد شخصیتی را مشخص می‌کنند؛ بنابراین، این نمره‌ها بیانگر ویژگی‌های خوب یا بد نیستند، بلکه تفاوت‌های بهنجار شخصیت را توصیف می‌کنند. اعتباریابی نسخه فارسی این پرسشنامه توسط برزگر (۱۳۷۵) روی دانش‌آموزان دبیرستانی انجام شد. میانگین ضریب پایایی عوامل با استفاده از روش بازآزمایی با فاصله زمانی کوتاه ۰/۷۳، بازآزمایی با فاصله زمانی دو ماهه ۰/۷۱ و روش همسانی درونی با آلفای کرونباخ ۰/۷۷ به دست آمده است. همچنین، میانگین ضریب روایی عوامل پرسشنامه ۰/۷۶ گزارش شده که نشان‌دهنده روایی و پایایی قابل‌قبول این ابزار است (عبادی و همکاران، ۱۳۸۴). آلفای کرونباخ گزارش شده در پژوهش حاضر نیز در ابعاد بین ۰/۸۸ تا ۰/۹۲ بود.

یافته ها

از مجموع ۲۵۶ شرکت‌کننده در پژوهش حاضر، ۱۲۸ نفر، معادل ۵۰ درصد، مرد و ۱۲۸ نفر، معادل ۵۰ درصد،چ زن بودند. میانگین سن مردان شرکت‌کننده ۳۸/۱ سال با انحراف معیار ۷/۹۴ و میانگین سن زنان شرکت‌کننده ۳۴/۸ سال با انحراف معیار ۷/۰۴ گزارش شد. میانگین سن ازدواج در کل نمونه ۲۴/۷۵ سال با انحراف معیار ۵/۰۱ بود. میانگین سن ازدواج مردان ۲۶/۳۰ سال با انحراف معیار ۴/۹۷ و میانگین سن ازدواج زنان ۲۳/۲ سال با انحراف معیار ۴/۵۶ گزارش شد. همچنین، میانگین مدت ازدواج زوجین ۱۱/۸ سال با انحراف معیار ۶/۹۴ بود. از نظر سن ازدواج، از مجموع ۲۵۶ شرکت‌کننده، ۶۳ نفر، معادل ۲۴/۶ درصد، در بازه سنی ۱۵ تا ۲۰ سال ازدواج کرده بودند. همچنین، ۸۸ نفر، معادل ۳۴/۴ درصد، در بازه سنی ۲۱ تا ۲۵ سال؛ ۷۵ نفر، معادل ۲۹/۳ درصد، در بازه سنی ۲۶ تا ۳۰ سال؛ ۲۳ نفر، معادل ۹ درصد، در بازه سنی ۳۱ تا ۳۵ سال؛ ۶ نفر، معادل ۲/۳ درصد، در بازه سنی ۳۶ تا ۴۰ سال و یک نفر، معادل ۰/۴ درصد، در بازه سنی ۴۱ تا ۴۵ سال ازدواج کرده بودند. در بررسی مدت ازدواج زوجین، از مجموع ۱۲۸ زوج، ۷۴ زوج، معادل ۵۷/۸ درصد، بین ۵ تا ۱۰ سال سابقه ازدواج داشتند. همچنین، ۱۸ زوج، معادل ۱۴/۱ درصد، بین ۱۱ تا ۱۵ سال؛ ۱۵ زوج، معادل ۱۱/۷ درصد، بین ۱۶ تا ۲۰ سال؛ ۲۰ زوج، معادل ۱۵/۶ درصد، بین ۲۱ تا ۲۵ سال و یک زوج، معادل ۰/۸ درصد، بیش از ۲۵ سال سابقه ازدواج داشتند. در بررسی تعداد فرزندان، از مجموع ۱۲۸ زوج مورد مطالعه، ۳۳ زوج، معادل ۲۵/۸ درصد، فاقد فرزند بودند. همچنین، ۵۷ زوج، معادل ۴۴/۵ درصد، دارای یک فرزند؛ ۳۱ زوج، معادل ۲۴/۲ درصد، دارای دو فرزند؛ ۴ زوج، معادل ۳/۱ درصد، دارای سه فرزند و ۳ زوج، معادل ۲/۳ درصد، دارای

1 Cattell 16-factor personality questionnaire

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-10]

چهار فرزند بودند. بنابراین، بیشترین فراوانی مربوط به زوج‌های دارای یک فرزند بود. در بررسی میزان تحصیلات مردان، ۴ نفر، معادل ۳/۱ درصد، دارای مدرک دیپلم؛ ۸ نفر، معادل ۶/۳ درصد، دارای مدرک فوق‌دیپلم؛ ۵۹ نفر، معادل ۴۶/۱ درصد، دارای مدرک کارشناسی؛ ۴۵ نفر، معادل ۳۵/۲ درصد، دارای مدرک کارشناسی‌ارشد و ۱۲ نفر، معادل ۹/۴ درصد، دارای مدرک دکتری بودند. بیشترین فراوانی تحصیلی مردان به مقطع کارشناسی اختصاص داشت. در میان زنان نیز ۱۶ نفر، معادل ۱۲/۵ درصد، دارای مدرک دیپلم؛ ۱۹ نفر، معادل ۱۴/۸ درصد، دارای مدرک فوق‌دیپلم؛ ۵۰ نفر، معادل ۳۹/۱ درصد، دارای مدرک کارشناسی؛ ۳۵ نفر، معادل ۲۷/۳ درصد، دارای مدرک کارشناسی‌ارشد و ۸ نفر، معادل ۶/۳ درصد، دارای مدرک دکتری بودند. بیشترین فراوانی تحصیلی زنان نیز مربوط به مقطع کارشناسی بود. از نظر وضعیت اقتصادی، هیچ‌یک از زوجین وضعیت اقتصادی خود را خیلی ضعیف گزارش نکردند. تعداد ۱۶ زوج، معادل ۱۲/۵ درصد، وضعیت اقتصادی ضعیف؛ ۵۸ زوج، معادل ۴۵/۳ درصد، وضعیت اقتصادی متوسط؛ ۴۳ زوج، معادل ۳۳/۶ درصد، وضعیت اقتصادی خوب و ۱۱ زوج، معادل ۸/۶ درصد، وضعیت اقتصادی خیلی خوب داشتند. بنابراین، بیشترین فراوانی به وضعیت اقتصادی متوسط اختصاص داشت. از نظر وضعیت منزل مسکونی، ۷۷ زوج، معادل ۶۰/۲ درصد، دارای منزل شخصی و ۵۱ زوج، معادل ۳۹/۸ درصد، دارای منزل استیجاری بودند. در مجموع، یافته‌ها نشان داد که بیشتر زوج‌های شرکت‌کننده در پژوهش دارای منزل شخصی بودند. نتایج یافته‌های توصیفی پژوهش در جداول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. مشخصه‌های آماری متغیرها و ماتریس همبستگی پیرسون بین متغیرها

	۱	۲	۳
۱. اضطراب	۱		
۲. خویشتنداری	-۰/۱۹**	۱	
۳. رضایت زناشویی	-۰/۲۳**	-۰/۲۰**	۱
میانگین	۵/۶۴	۴/۲۸	۲۷۵/۲۰
انحراف استاندارد	۱/۵۸	۱/۸۱	۶۸/۰۵
چولگی	-۰/۴۳	-۰/۱۵	۱/۱۳
کشیدگی	۰/۲۱	-۰/۶۸	۰/۸۶

نتایج جدول (۱) نشان می‌دهد که بین اضطراب و خویشتنداری در سطح ۰/۰۱ رابطه منفی و معنی‌داری و بین خویشتن داری و رضایت زناشویی در سطح ۰/۰۱ نیز رابطه منفی و معنی‌دار وجود دارد (p<۰/۰۵)؛ نتایج آزمون کالموگراف – اسمیرنف برای اضطراب (۱/۳۵)، خویشتنداری (۰/۹۳) و رضایت زناشویی (۱/۲۹) بزرگ‌تر از ۰/۰۵گزارش شد (p>۰/۰۵). بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که توزیع نمرات متغیرهای پژوهش نرمال است. لذا استفاده از تحلیل رگرسیون چندگانه جهت بررسی رابطه بین متغیرهای پژوهش بلامانع است. همچنین آماره دوربین واتسون نیز ۱/۹۲ گزارش شد که چون مقدار آن بین ۱/۵ تا ۲/۵ است؛ تائید می‌شود. نتایج برقراری مفروضه عدم هم‌خطی را در داده‌ها نشان داد؛ به طوری که مقادیر ضریب تحمل برای تمامی متغیرهای پیش بین بیشتر از ۰/۱ و مقادیر عامل تورم واریانس (VIF) برای همه آنها کمتر از ۱۰ بود. این یافته‌ها، فرض نرمال بودن توزیع چندمتغیری را نیز تأیید کرد.

جدول ۲. خلاصه مدل رگرسیون چندگانه اضطراب و خویشتنداری همسران در پیش بینی رضایت زناشویی مردان

	متغیر پیش‌بین	R	R^2 Adjusted
رضایت زناشویی مردان	اضطراب خویشتنداری	۰/۳۴	۰/۱۲

جدول (۲) نشان می‌دهد در تحلیل رگرسیون، اضطراب و خویشتنداری همسران با رضایت زناشویی مردان دارای همبستگی چندگانه هستند که مقدار ضریب همبستگی برابر با ۰/۳۴ است. با توجه به مقدار مجذور ضریب همبستگی (۰/۱۲) حدود ۱۲/۱ درصد از واریانس رضایت زناشویی مردان توسط اضطراب و خویشتنداری همسران پیش‌بینی می‌شود.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-10]

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه اضطراب و خویشتنداری همسران در پیش‌بینی رضایت زناشویی در مردان

متغیرهای ملاک	متغیر پیش‌بین	B	Beta	t	P
		۳۹۳/۹		۱۳/۱	۰/۰۱
رضایت زناشویی	اضطراب	-۱۲/۴	-۰/۲۵	-۳/۱۲	۰/۰۱
	خویشتنداری	-۱۰/۰۴	-۰/۲۶	-۲/۹۶	۰/۰۱

طبق جدول (۳) نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون چندگانه با روش هم‌زمان نشان داده است که اضطراب (β= -۰/۲۵، p<۰/۰۵) و خویشتنداری (β= -۰/۲۶، p<۰/۰۵) توان پیش‌بینی رضایت زناشویی مردان را دارد. معادله رگرسیون برای پیش‌بینی رضایت زناشویی مردان به شرح زیر است.

$$Y=۳۹۳/۹-۰/۲۵\ (X_۱) -۰/۲۶(x_۲)$$ (رضایت زناشویی مردان)

x1=اضطراب

x2= خویشتنداری

طبق معادله رگرسیون، به ازای هر واحد که از حوزه اضطراب و خویشتن داری کاسته می‌شود؛ ۰/۲۵ و ۰/۲۶ واحد بر رضایت زناشویی مردان افزوده می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف پیش بینی رضایت زناشویی مردان براساس اضطراب و خویشتنداری همسران انجام شد. نتیجه حاصل از آزمون پژوهش نشان داد که اضطراب همسران توانایی پیش بینی رضایت زناشویی در مردان را دارد. این یافته با نتایج پژوهشگرانی چون مالیک و همکاران (۲۰۲۶)، کوآیگلی و همکاران (۲۰۲۵)، اوموبویی و همکاران (۲۰۲۴)، ویسمن و همکاران (۲۰۲۵)، زنگ و یان (۲۰۲۵) سومی و همکاران (۲۰۲۳) همسو است. در تبیین یافته حاصل می‌توان گفت که رضایت زناشویی مردان در بافت خانواده، بیش از آنکه صرفاً حاصل ویژگی‌های شخصی آنان باشد، بازتابی از کیفیت تعامل زوجین و وضعیت هیجانی و رفتاری هر دو طرف است (کوآیگلی و همکاران، ۲۰۲۵). در این میان، اضطراب همسر می‌تواند یکی از عوامل مهمی باشد که به‌صورت مستقیم یا غیرمستقیم بر ارزیابی مرد از زندگی مشترک اثر می‌گذارد. اضطراب معمولاً با نگرانی مداوم، حساسیت بالا، پیش‌بینی تهدید و دشواری در آرام‌سازی خود همراه است؛ بنابراین حضور چنین حالتی در همسر، فضای هیجانی خانه را متأثر می‌کند و ممکن است ارتباط را از حالت امن و قابل پیش‌بینی به فضایی تنش‌زا و فرساینده تبدیل کند (ویسمن و همکاران، ۲۰۲۵). در چنین شرایطی، مرد ممکن است احساس کند رابطه به‌جای منبع آرامش، خود به منبع فشار روانی تبدیل شده است. این برداشت به‌تدریج می‌تواند رضایت او از ازدواج را کاهش دهد؛ زیرا رضایت زناشویی تا حد زیادی به تجربه امنیت، تفاهم و ثبات عاطفی وابسته است (مالیک و همکاران، ۲۰۲۶).

در رویکرد سیستمی، زوجین دو واحد مستقل و جدا از هم نیستند، بلکه هر یک در الگوی رفتاری دیگری اثر می‌گذارد و از آن تأثیر می‌پذیرد. بنابراین، اضطراب همسر تنها یک تجربه درونی باقی نمی‌ماند، بلکه در لحن گفت‌وگو، حساسیت‌های ارتباطی، واکنش به تعارض و حتی تصمیم‌گیری‌های روزمره بازتاب پیدا می‌کند (سومی و همکاران، ۲۰۲۳؛ اوموبویی و همکاران، ۲۰۲۴). به همین دلیل، پژوهش‌هایی که به نقش ویژگی‌های فردی در کیفیت رابطه پرداخته‌اند، از جمله مطالعات مربوط به شخصیت (جاواید و همکاران، ۲۰۲۶)، دلبستگی (مارتینز و همکاران، ۲۰۲۵)، سلامت روان (زنگ و همکاران، ۲۰۲۵) و مهارت ارتباطی (روسناک و همکاران، ۲۰۲۵)، زمینه نظری مناسبی برای فهم این مسئله فراهم کرده‌اند. همچنین توجه به این نکته ضروری است که در روابط زناشویی، ادراک فرد از رفتار همسر اهمیت زیادی دارد؛ زیرا اضطراب می‌تواند باعث تفسیر منفی رفتارهای خنثی یا عادی شده و چرخه‌ای از سوءبرداشت، فاصله‌گیری و کاهش صمیمیت ایجاد کند (کوآیگلی و همکاران، ۲۰۲۵؛ ویسمن و همکاران، ۲۰۲۵).

در کنار اضطراب، خویشتن‌داری همسر نیز از آن جهت مهم است که توانایی مدیریت تکانه، کنترل واکنش‌های هیجانی و جلوگیری از رفتارهای آسیب‌زا را نشان می‌دهد (حبیبا و فاهیرا، ۲۰۲۶؛ ایشینی و همکاران، ۲۰۲۶). هرچه این توانایی ضعیف‌تر باشد، احتمال تشدید تعارض، قهر، پرخاشگری یا گفت‌وگوی مخرب بیشتر می‌شود؛ عواملی که می‌توانند رضایت زناشویی را تضعیف کنند. از این رو، بررسی

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-10]

هم‌زمان اضطراب و خویشتن‌داری همسر برای پیش‌بینی رضایت زناشویی مردان، از نظر نظری و کاربردی موجه است؛ زیرا نشان می‌دهد کیفیت ازدواج فقط به احساسات یک فرد وابسته نیست، بلکه محصول تنظیم هیجان و تعامل متقابل در کل نظام خانواده است (ولانداری و هووایی، ۲۰۲۶؛ احمد و همکاران، ۲۰۲۶).

همچنین، یافته‌ای پژوهش نشان داد که رضایت زناشویی مردان براساس خویشتنداری همسران‌شان قابل پیش‌بینی است. این یافته با نتایج پژوهشگرانی چون احمد و همکاران (۲۰۲۶)، حبیبا و همکاران (۲۰۲۶)، ایشینی و همکاران (۲۰۲۶) و چیانگ و همکاران (۲۰۲۲) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت خویشتن‌داری همسر، در صورتی که به‌صورت افراطی و همراه با محدودکردن ابراز هیجان‌ها بروز کند، می‌تواند بر کیفیت رابطه زناشویی اثرگذار باشد. زندگی مشترک به‌طور طبیعی با اختلاف‌نظر، فشارهای اقتصادی، مسئولیت‌های خانوادگی و ناکامی‌های روزمره همراه است (حبیبا و همکاران، ۲۰۲۶)؛ اما در چنین شرایطی، آنچه اهمیت دارد فقط مدیریت موقعیت نیست، بلکه چگونگی بروز احساسات و میزان گشودگی عاطفی زوجین نیز نقش تعیین‌کننده‌ای دارد. همسری که خویشتن‌داری بالایی دارد، ممکن است کمتر احساسات خود را آشکار کند، از نشان‌دادن محبت و صمیمیت خودداری ورزد یا در بیان نیازهای هیجانی و عاطفی محتاط و بسته باشد (ایشینی و همکاران، ۲۰۲۶). این الگوی هیجانی می‌تواند به‌ویژه در مردان، تجربه رضایت زناشویی و جنسی را تضعیف کند؛ زیرا بسیاری از مردان برای احساس امنیت، نزدیکی و رضایت در رابطه، نیازمند دریافت آشکار عشق، صمیمیت و توجه عاطفی هستند. در چنین وضعی، وقتی زن احساسات واقعی خود را کمتر ابراز می‌کند، خودجوش نیست یا صمیمیت هیجانی را محدود می‌سازد، مرد ممکن است به‌تدریج احساس فاصله، بیگانگی، ناکامی یا حتی طرد عاطفی را تجربه کند. این برداشت می‌تواند به این احساس بینجامد که همسر او را به دنیای درونی خود راه نمی‌دهد یا در رابطه نوعی سردی و احتیاط عاطفی وجود دارد؛ موضوعی که در نهایت رضایت زناشویی را کاهش می‌دهد و صمیمیت زوجین را تضعیف می‌کند (چیانگ و همکاران، ۲۰۲۲).

از سوی دیگر، خویشتن‌داری بیش از حد ممکن است با کنترل‌گری، سخت‌گیری یا کمال‌گرایی نیز همراه شود. در این حالت، فرد ممکن است تلاش کند رفتارها، هیجان‌ها یا حتی فضای کلی زندگی مشترک را به‌شدت تحت کنترل نگه دارد و همین امر به ایجاد فضایی خشک، مقرراتی و پرتنش منجر شود. براساس دیدگاه سیستمی خانواده، این الگوها می‌توانند چرخه‌های ارتباطی بسته و فرساینده‌ای ایجاد کنند که در آن، یکی از زوجین به‌جای بیان آزادانه احساسات، بیشتر به مهار و کنترل روی می‌آورد و طرف مقابل نیز در واکنش به آن، فاصله عاطفی بیشتری تجربه می‌کند (سومی و همکاران، ۲۰۲۳). در نتیجه، مرد ممکن است رابطه را کمتر صمیمی، کمتر قابل‌اعتماد و از نظر هیجانی فقیرتر ارزیابی کند و همین امر بر قضاوت او درباره رضایت از زندگی مشترک اثر منفی بگذارد (اوموبویی و همکاران، ۲۰۲۴). به‌طور کلی، این یافته نشان می‌دهد که خویشتن‌داری همسر، به‌ویژه زمانی که با کاهش ابرازگری عاطفی و محدودشدن صمیمیت همراه شود، می‌تواند بر رضایت زناشویی مردان اثر بگذارد. بنابراین، رضایت از ازدواج تنها به ویژگی‌های فردی مردان وابسته نیست، بلکه از سبک هیجانی و شیوه ابراز احساسات همسر نیز تأثیر می‌پذیرد. در چنین چارچوبی، خویشتن‌داری افراطی ممکن است به‌جای ایجاد ثبات، زمینه‌ساز فاصله عاطفی، کاهش صمیمیت و افت رضایت زناشویی شود (احمد و همکاران، ۲۰۲۶؛ تانج و سونر، ۲۰۲۶).

در مجموع، یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که اضطراب و خویشتن داری همسر می‌تواند رضایت زناشویی مردان را به‌طور معناداری پیش‌بینی کند؛ به‌گونه‌ای که افزایش اضطراب و عدم کنترل خویشتن داری در زنان با کاهش رضایت زناشویی همسران آنان همراه است. این یافته بیانگر آن است که رضایت زناشویی مردان صرفاً تحت تأثیر ویژگی‌های فردی خود آنان قرار ندارد، بلکه وضعیت هیجانی و روان‌شناختی همسر نیز در کیفیت ادراک‌شده رابطه زناشویی نقش دارد. ////

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر آن بود که جامعه آماری تنها به دانشجویان متأهل دانشگاه‌های آزاد اسلامی شهر اصفهان در سال ۱۴۰۲ محدود می‌شد. بنابراین، در تعمیم نتایج به زوج‌های غیردانشجو، دانشجویان سایر دانشگاه‌ها، زوج‌های ساکن شهرهای دیگر و افرادی با شرایط فرهنگی، اجتماعی و جمعیت‌شناختی متفاوت باید احتیاط کرد. همچنین، نمونه‌گیری به‌صورت در دسترس انجام شد و ممکن است افرادی که برای شرکت در پژوهش آمادگی بیشتری داشته‌اند، از نظر ویژگی‌های روان‌شناختی و کیفیت زندگی زناشویی با دیگر زوج‌ها متفاوت بوده باشند. ازاین‌رو، احتمال سوگیری در انتخاب نمونه را نمی‌توان به‌طور کامل نادیده گرفت. محدودیت دیگر پژوهش، استفاده از پرسشنامه‌های خودگزارشی برای بررسی اضطراب و خویشتن‌داری همسران و رضایت زناشویی مردان بود. با توجه به این محدودیت‌ها، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده با نمونه‌های بزرگ‌تر و متنوع‌تر و در میان زوج‌هایی با موقعیت‌های اجتماعی، فرهنگی و شغلی متفاوت انجام شوند. استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی نیز می‌تواند به افزایش اعتبار یافته‌ها و امکان تعمیم بهتر نتایج کمک کند. همچنین، بهتر است در کنار پرسشنامه‌ها از روش‌هایی مانند مصاحبه، مشاهده تعامل زوجین و دریافت گزارش از هر دو همسر استفاده

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-10]

شود تا شناخت دقیق‌تر و واقع‌بینانه‌تری از متغیرهای مورد بررسی به دست آید. در زمینه کاربردی نیز مراکز مشاوره دانشگاه‌ها می‌توانند دوره‌ها و برنامه‌هایی برای مدیریت اضطراب، تقویت خودکنترلی و تنظیم هیجان و آموزش مهارت‌های ارتباطی به زوج‌ها طراحی کنند. اجرای چنین برنامه‌هایی می‌تواند به کاهش تنش‌های زناشویی، بهبود تعامل میان همسران و افزایش رضایت از زندگی مشترک دانشجویان متأهل کمک کند.

منابع

عبادی، غ.ح؛ دلاور، ع؛ نجاریان، ب. (۱۳۸۴). هنجاریابی پرسشنامه ۱۶ عاملی شخصیت کتل فرم E در شهر اهواز. *نشریه دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، ۲۶، ۲۳۶- ۲۲۶. https://www.magiran.com/paper/394432

نجفی، م؛ وزیری، ک. (۱۴۰۵). پیش‌بینی رضایت زناشویی بر اساس همجوشی شناختی، حساسیت اضطرابی و صفات تاریک شخصیت در زوجین شهر تهران. *رویش روان شناسی*، ۱۵ (۲)،۱۴۱-۱۵۰. http://frooyesh.ir/article-1-6630-fa.html

Ahmed, M. F. U., Masud, M., Podder, P. K., Andalib, N., Ferdoush, K. A., Forhad, M. M. K., ... & Hossain, A. (2026). Marital Dissatisfaction among Married Depressed Women: A Cross Sectional Study in a University Hospital of Bangladesh. *Faridpur Medical College Journal*, *21*(1), 38-44. https://banglajol.info/index.php/FMCJ/article/view/87225

Akpan, D. K., Udoh, G. J., & Udom, I. E. (2026). Deceitfulness and forgiveness on the marital satisfaction of Teachers in Akwa Ibom North-West Senatorial District, Nigeria: Implications for Marital Counselling. *International Journal of Education Framework*, *6*(1). https://journals.benchmarkjournals.com/index.php/ijefa/article/view/417

Cattell, R. B. (2023). Validation and intensification of the sixteen personality factor questionnaire. *Journal of Clinical Psychology*, *12*(3), 205. https://doi.org/10.11124/JBIES-25-00084

Çelik, S. B., Özdil, S. Ö., & Ekinci, M. S. (2026). The Effects of Intra-Family Communication Patterns on Marital Satisfaction in Married Couples: An Actor-Partner Interdependence Model (APIM) Analysis. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, *25*(2), 241-258. https://dergipark.org.tr/en/pub/esosder/article/1786849

Cheung, A. K., Chiu, T. Y., & Choi, S. Y. (2022). Couples' self-control and marital conflict: Does similarity, complementarity, or totality matter more?. *Social Science Research*, *102*, 102638. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0049089X21001150

Commey-Mintah, P., Adjei-Boateng, E., Ameko, S., Yeboah, R., Ashun, E. A., Amponsah, K. D., & Dseagu, P. A. (2026). Demographics and Marital Satisfaction among Graduate Students in Ghana. *African Journal of Applied Research*, *12*(2), 207-225. https://doi.org/10.26437/qmjgbr38

Dürü, F. N., & Bulut Serin, N. (2026). Perceived parenting attitudes, perceived parental conflict, parenting stress and marital satisfaction as predictors of family functioning. *Current Psychology*, *45*(3), 264. https://doi.org/10.1007/s12144-025-08604-2

Ginanjar, A. S., Hudiyana, J., Pranawati, S. Y., & Safitri, S. (2026). Marital satisfaction mediates the relationship between dyadic coping and parenting stress among parents of children with autism spectrum disorder. *Discover Psychology*. https://doi.org/10.1007/s44202-026-00712-9

Habibah, S., & Fahira, D. N. (2026). Smartphone Addiction, Self-Control, and Marital Satisfaction on Spousal Phubbing Behavior. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, *10*(03), 2664-2672. https://doi.org/10.31316/g-couns.v10i03.8517

Ishienyi, G. J., Tafida, A. M., & Williams, B. (2026). Domestic Violence, Forgiveness and Self-Regulation as Predictors of Marital Satisfaction among Married Catholic Women in Gwagwalada, Abuja, Nigeria. https://zenodo.org/records/18364972

Istari, S., & Pudjiati, S. R. R. (2026). Just The Two of Us: Dyadic Analysis Parenting Stress and Marital Satisfaction in the Transition to New Parenthood. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, *10*(01), 559-569.https://doi.org/10.31316/g-couns.v10i01.8068

Javaid, I., Subhan, S., Saleem, S., & Khadim, R. (2026). Personality Traits, Burnout Risks, and Marital Satisfaction: A Comparative Study of Single-and Dual-Career Couples. *The Family Journal*, 10664807261415866. https://doi.org/10.1177/10664807261415866

Kamal, A. (2026). Dowry, Marital Coping and Marital Satisfaction in Married Women. *Journal of Behavioural Sciences*, *36*(1). https://doi.org/10.1080/03004279.2023.2171269

Malik, I. A., Bhatti, S. A., & Butt, Z. S. (2026). Exploring the Relationship between Life Satisfaction and Anxiety in Elite Karachi Couples: A Gender-Based Study. *The Critical Review of Social Sciences Studies*, *4*(1), 32-40. https://doi.org/10.1037/1040-3590.19.3.253.

Martins, L. B., Marengo, L. A. S., Casalecchi, J. G. S., de Almeida Figueiredo, M. J., & Silva Júnior, M. D. (2025). A systematic review of the relationship between marital satisfaction and adult's attachment styles: An evolutionary and cross-cultural perspective. *Trends in Psychology*, *33*(4), 1425-1451. https://doi.org/10.1007/s43076-023-00325-4

Miyagawa, Y., & Taniguchi, J. (2026). Dyadic associations among interpersonal goals, self-expression, and relationship satisfaction in marital relationships in Japan. *Current Psychology*, *45*(1), 28. https://doi.org/10.1007/s12144-025-08830-8

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-10]

Nugrahani, A., Prameswari, Y., & Napitupulu, R. P. (2025). Dual-Earner Dynamics: How Emotional Intimacy Shields Marital Satisfaction from Role Conflict. *The Family Journal*, 10664807251346973. https://doi.org/10.1177/10664807251346973

Olson, J. R., Marshall, J. P., Goddard, H. W., & Schramm, D. G. (2015). Shared religious beliefs, prayer, and forgiveness as predictors of marital satisfaction. *Family relations*, *64*(4), 519-533. https://doi.org/10.1111/fare.12129Digital Object Identifier (DOI)

Omoboye, M., Eneh, N. E., & Titor-Addingi, M. C. (2024). Communication patterns and marital satisfaction: A review of English language discourse in family counseling. *World Journal of Advanced Research and Reviews*, *21*(2), 1883-1891. https://doi.org/10.30574/wjarr.2024.21.2.0634

Quigley, A. N., Lickenbrock, D. M., & Bailes, L. G. (2025). Infant Affect Regulation with Mothers and Fathers: The Roles of Parent Mental Health and Marital Satisfaction. *Journal of Child and Family Studies*, *34*(2), 502-517. https://doi.org/10.1007/s10826-024-02991-z

Rusnac, S., & Dragneva, M. (2025). Communication and marital satisfaction in the context of the modern family. In *The contemporary issues of the socio-humanistic sciences* (pp. 174-185). https://doi.org/10.54481/pcss2025.17

SU, W., FANG, X., & HOU, J. (2026). Hearts correspond, love follows: The relationship between couples’ similarity and marital satisfaction. *Acta Psychologica Sinica*, *58*(2), 350. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103640

Sumi, A. B., & Fatema, M. K. (2023). Advanced Computational and Biotechnological Approaches to Systemic Family Therapy: Predicting Marital Satisfaction and Emotional Wellbeing in Couples. *Review of Applied Science and Technology*, *2*(04), 228-265. https://doi.org/10.63125/4sy9qa21

Tunç, E., & Soner, G. (2026). Psychological flexibility, self-control, and self-management skills in marital commitment: A cognitive and motivational perspective from psychiatric nursing. *New Ideas in Psychology*, *82*, 101248. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0732118X26000139

Whisman, M. A., & Collazos, T. (2023). A longitudinal investigation of marital dissolution, marital quality, and generalized anxiety disorder in a national probability sample. *Journal of anxiety disorders*, *96*, 102713. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0887618523000518

Wulandari, B. N. I., & Huwae, A. (2026). The Role of Husband's Social Support and Self-Acceptance in Enhancing Marital Satisfaction among Javanese Women with Involuntary Childlessness: A Cultural and Psychological Perspective. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, *10*(02), 1718-1735. https://orcid.org/0000-0003-2918-3309

Zheng, J., & Yan, L. (2025). The impact of left-behind experience on the mental health and marital satisfaction. *Frontiers in psychology*, *16*, 1603281. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1603281

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-10]