

پدیدار شناسی تجربه زیسته زوجین موفق در مورد عوامل تاثیرگذار بر رضایتمندی زوجی در شهر شیراز

Phenomenology of successful lived experience of couples on factors affecting marital satisfaction in Shiraz

Ebrahim Shirvani*

Master of Family Counseling, Allameh Tabatabai University, Tehran, Iran.

shiroebrahim69@gmail.com

Zahra Akhtari

Master of Clinical Psychology, International University, Qeshm, Iran.

Mehran Heydarinia

Master of Rehabilitation Counseling, Allameh Tabatabai University, Tehran, Iran.

Aida Etehadpour

Master of Educational Psychology, International University, Qeshm, Iran.

ابراهیم شیروانی (نویسنده مسئول)

کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

زهرا اختری

کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه بین الملل، قشم، ایران.

مهران حیدری نیا

کارشناسی ارشد مشاوره توانبخشی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

آیدا اتحادپور

کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه بین الملل، قشم، ایران.

Abstract

Marital satisfaction is the most important component of family stability, and the increasing rate of divorce in today's Iran society, reveals the need to examine factors affecting adjustment and marital satisfaction. The aim of this study was phenomenology the lived experience of successful couples on the factors affecting marital satisfaction in Shiraz. In the present qualitative research; the phenomenological approach is used. This study was performed qualitatively and using a phenomenological approach. Among the couples who were referred to counseling centers in Shiraz in 2020, up to a saturation level of 15 couples who had a high level of satisfaction, were selected to participate in the study. Fifteen semi-structured interviews were conducted and the mean and standard deviation of the time of each interview was 47 minutes and 2.5, respectively. all the interviews were tape-recorded and then transcribed line by line and finally analyzed through the interpretive analysis method of Diekelmann, Allen, & Tanner (1989). analyzed data from interviews led to the identification of 178 primary codes, 7 sub-themes, and 2 central themes including (Interpersonal factors and Intrapersonal factors). The result of this study shows that some of the interpersonal factors (Assertiveness, emotional maturity, self-esteem, and inner stability) and intrapersonal factors (Interpersonal forgiveness, differentiation, and empathy) have effects on marital satisfaction. Identified intrapersonal and interpersonal factors were among the factors influencing the success of the marital relationship of the participating couples. They were factors that raising them in a couple could greatly increase the chances of a successful relationship.

Keywords: Lived experience, Successful couples, Marital satisfaction.

چکیده

رضایتمندی زوجی از مهم‌ترین مولفه‌های ثبات و پایداری خانواده است و بر سازگاری و رضایتمندی زوجی را آشکار می‌کند. پژوهش حاضر با هدف پدیدارشناسی تجربه زیسته زوجین موفق در مورد عوامل تاثیرگذار بر رضایتمندی زوجی در شهر شیراز انجام شده است. این مطالعه به روش کیفی و با استفاده از رویکرد پدیدارشناسی انجام گردید. از بین زوجین مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره شهر شیراز در سال ۱۳۹۹، تا حد اشباع ۱۵ زوج که از سطح رضایتمندی بالای برخوردار بودند، برای شرکت در پژوهش انتخاب شدند و مورد مصاحبه قرار گرفتند. ۱۵ مصاحبه نیمه-ساختاریافته انجام شد و میانگین و انحراف معیار زمان هر مصاحبه به ترتیب ۴۷ دقیقه و ۲/۵ بود. همه مصاحبه‌ها ضبط و سپس خطبه خط دست‌نویس شد و در نهایت با استفاده از روش تحلیل تفسیری دیکلمن، آلن و تابر (۱۹۸۹) تحلیل گردید. تحلیل داده‌های حاصل از مصاحبه منجر به شناسایی ۱۷۸ کد اولیه، ۷ زیرمجموعون و ۲ مضمون اصلی (عوامل درون-فردي و عوامل بین‌فردي) شد. نتایج مطالعه حاضر نشان داد که بنابر ادراک زوجین موفق مجموعه‌ای از عوامل درون‌فردي (جرات‌ورزی، بلوغ عاطفي، عزت‌نفس و ثبات درونی) و بین‌فردي (بخشودگي بین‌فردي، تمایزیافتنی و همدلی) بر موقیت و رضایتمندی زوجی تاثیر دارد. عوامل درون‌فردي و بین‌فردي شناسایی شده از جمله عوامل تاثیرگذار بر موقیت رابطه زناشویی زوجین مشارکت‌کننده بودند. عواملی که پرورش آن‌ها در زوجین می‌تواند امکان موفقی رابطه را تا حد زیادی افزایش دهد.

واژه‌های کلیدی: تجربه زیسته، زوجین موفق، رضایتمندی زوجی.

مقدمه

انسان موجودی اجتماعی و جویایی بقاست، که همین امر منجر به گرایش وی به تبادل و تعامل با سایر افراد بهویژه جنس مخالف می‌گردد، گرایشی که زمینه‌ی شکل‌گیری و تداوم پیوند عاطفی – جنسی بین دو جنس را موجب می‌شود (وانگر^۱ و همکاران، ۲۰۲۰). از زمان شکل‌گیری زندگی اجتماعی و گرایش افراد به سمت تشکیل اجتماعات تا عصر حاضر، افراد در قالب اشکال و روش‌های گوناگونی با یکدیگر پیوند و رابطه برقرار کرده و می‌کنند که اساسی‌ترین و رایج‌ترین این اشکال ارتباطی (بین دو جنس)، ازدواج^۲ می‌باشد (علیزاده‌فرد و رزاقی، ۱۴۰۰)؛ شکلی که به عنوان عالی‌ترین رسم اجتماعی، با ایجاد پیوند عرفی، شرعی و قانونی بین افراد، زمینه‌ی بقا و امنیت آن‌ها را از طریق ارضی نیازهای روانی – جسمانی (نظیر نیازهای عاطفی، نیازه به امنیت و نیازهای مربوط به بقا) فراهم می‌کند و مقدمه‌ای برای شکل‌گیری و تداوم خانواده^۳ به عنوان ابتدایی‌ترین و تاثیرگذارترین سازمان و نهاد اجتماعی می‌گردد (مرادی و کشاورز، ۱۴۰۰).

ازدواج و پیوند زوجی در صورتی موفق خواهد بود و زمینه‌ی شکل‌گیری خانواده‌ای سالم و سازگار را فراهم خواهد کرد که کیفیت روابط زوجی^۴ (در برگیرنده سه بعد سازگاری زوجی^۵، رضایتمندی زوجی^۶، ثبات زوجی^۷) در سطح مطلوبی قرار داشته باشد و جو ارتباطی حاکم بر آن، تا حد ممکن به دور از تعارضات و آشفتگی‌های زوجی^۸ باشد (آیدوگان^۹ و همکاران، ۲۰۲۱؛ پاداش و همکاران، ۱۴۰۰). به عبارت دیگر موفقیت و تداوم رابطه زوجی، تحت تاثیر عوامل مختلف درونی و بیرونی، نظیر ویژگی‌های شخصیتی^{۱۰}، اختلالات روانی^{۱۱}، سن^{۱۲}، جنسیت و ویژگی‌های جنسیتی^{۱۳}، تشابه نگرشی و فرهنگی^{۱۴} قراردارد که یکی از مهم‌ترین این عوامل تاثیرگذار، کیفیت روابط زوجی و داشتن سطح مطلوبی از رضایتمندی زوجی می‌باشد (سایمیری^{۱۵} و همکاران، ۲۰۲۰).

باین حال پیچیده‌ترشدن جامعه و حرکت در مسیر صنعتی‌شدن، جدای از منافعی که برای بشر به دنبال داشته، تمامی ابعاد جامعه‌ی بشری، من جمله پیوند زناشویی و نهاد خانواده را تحت تاثیرات منفی خویش قرارداده و منجر به گسترش انواع مختلفی از آسیب‌های درون‌فردي و بین‌فردي نظیر اختلال در سطح کیفیت روابط زناشویی و افزایش نرخ طلاق^{۱۶} در سطح جامعه شده است (براند^{۱۷} و همکاران، ۲۰۱۹). طبق آمار رسمی سازمان ثبت احوال، آمار طلاق از سال ۱۳۸۶ تا پایان سال ۱۳۹۳ هر سال نسبت به سال ماقبل آن به ترتیب، ۱۶، ۱۰، ۱۳، ۱/۳، ۵/۵، ۹/۹ و ۵/۵ افزایش داشته است که پایین‌بودن سطح کیفیت ارتباطی زوجین بهویژه رضایت و ثبات زناشویی از جمله اصلی‌ترین علل آن می‌باشد (کریمی و همکاران، ۱۳۹۵). پژوهش‌های زیادی نشان می‌دهند که، اختلال در میزان رضایتمندی زناشویی و پایین‌بودن میزان شادمانی زوجین از روابط خویش در چند سال اخیر، یکی از اصلی‌ترین عوامل گرایش زوجین به سمت طلاق و سیر صعودی نرخ آن در جوامع مختلف بوده است (اسچان^{۱۸} و همکاران، ۲۰۱۹).

رضایتمندی زوجی به عنوان یک عامل تاثیرگذار بر موفقیت زناشویی و استحکام سیستم خانواده، مفهومی چند بعدی و گسترده می‌باشد، که بر اساس میزان خشنودی، شادمانی و رضایتمندی زوجین از جنبه‌های مختلف روابط زناشویی خویش، تعریف می‌شود (طیب و قمری، ۱۴۰۰). به عبارت دیگر، رضایتمندی زوجی، خشنودی و رضایتمندی قلبی زوجین از سیستم ارتباطی خویش می‌باشد، که ضمن تاثیرگذاری بر کیفیت روابط زناشویی و ثبات پیوند زناشویی، تحت تاثیر عوامل مختلفی نظیر، ویژگی‌های شخصیتی، بلوغ عاطفی^{۱۹}، سن، خلق و خو.

-
1. Wagner
 2. Marriage
 3. Family
 4. Quality of marital relationship
 5. Marital adjustment
 6. Marital Satisfaction
 7. Marital stability
 8. Conflicts and marital turmoil
 9. Aydogan
 10. Personality characteristics
 11. Mental disorders
 12. Age
 13. Gender and gender characteristics
 14. Attitudinal and cultural similarity
 15. Sayehmiri
 16. Divorce
 17. Brand
 18. Schaan
 19. Emotional maturity

تعهد و میزان وفاداری، خانواده و محیط فرهنگی قرارداد (نورانی و همکاران، ۱۴۰۰). اوپریسان و کریستیا^۱ (۲۰۱۱) ضمن تأکید بر نقش تاثیرگذار رضایتمندی زوجی بر استحکام روابط زوجین، از میزان احساس ارزشمندی و سطح عزت نفس زوجین به عنوان یکی از اصلی‌ترین عوامل تاثیرگذار بر رضایتمندی زناشویی زوجین گزارش کردند. تشابه زوجین در ابعاد مختلف نگرشی (نگرش اقتصادی، سیاسی، مذهبی، جنسی و فرزندپروری^۲) منجر به تقویت ثبات روابط زوجی می‌شود و با کاهش احتمال تعارضات و آشفتگی‌های زناشویی، سطح رضایتمندی زناشویی زوجین را تاحد زیادی افزایش می‌دهد (زارع درخشان و روشن چسلی، ۱۳۹۹). مطالعات بالینی نیز به خوبی نشان داده‌اند زوجینی که از لحاظ نگرشی با یکدیگر تشابه دارند نسبت به زوجینی که از این مزیت برخوردار نیستند، سطوح بالاتری از موقفيت و رضایتمندی زوجی را تجربه می‌کنند و کمتر احتمال دارد به سمت جدایی و طلاق گرایش پیدا بکنند (گیورگی^۳ و همکاران، ۲۰۱۵).

یکی از عوامل تاثیرگذار بر رضایتمندی و موقفيت زوجی میزان احقيق نیازهای جنسی طرفین و رضایتمندی آن‌ها از روابط جنسی خویش می‌باشد (فلین^۴ و همکاران، ۲۰۱۶). مطالعات بالینی حاکی از آن است که زوجین موفق از رابطه جنسی و ارضای خیالپردازی‌های جنسی خویش به عنوان یکی از عوامل تاثیرگذار بر موقفيت زوجی خویش در می‌کنند و زوجینی که در این بعد ارتباطی خویش از رضایتمندی کافی برخوردار نیستند نسبت به سایر زوجین از تعارض و نارضایتمندی بالاتری رنج می‌برند (ذوق‌داری و همکاران، ۱۴۰۰). پلپا^۵ (۲۰۲۰) در پژوهش خویش، ضمن تأکید بر نارضایتمندی زوجی به عنوان یکی از علل اصلی جدایی و طلاق زوجین، از غریزه‌ی جنسی و ارضای رضایتمندی بخش آن در روابط زوجی به عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل تاثیرگذار بر رضایتمندی زوجی یاد کرد و تأکید نمود که اختلال در ارضای مطلوب این نیاز، منجر به احساس محرومیت، ناکامی و عدم احساس امنیت روانی و جسمانی و در نتیجه خلل در رضایتمندی زوجی و از هم‌پاشیدگی خانواده می‌شود.

خودتنظیمی هیجانی^۶ و بیان اصیل خواسته‌ها، احساسات و هیجانات درونی، در موقفيت و ثبات روابط زوجی تاثیر زیادی دارد و زوجینی که از این توانمندی‌ها برخوردار هستند با ابراز صریح عواطف و احساسات خویش در قالب بین‌فردي، ضمن حفظ تعادل ارگانیسمی خویش، نیازهای عاطفی فرد مقابل را نیز ارضا می‌کنند که این امر رضایتمندی و نهایتاً ثبات پیوند زناشویی را به دنبال دارد (momni، ۱۳۹۸). بر عکس زوجینی که نسبت به ارضای نیازهای عاطفی خویش و طرف مقابل در جریان روابط زوجی بی‌تفاوت هستند با دامنه‌ی گستره‌های از تعارضات و آشفتگی‌های زوجی مواجه می‌شوند، تعارضاتی که منجر به بروز نارضایتمندی‌های زوجی و درصورت تداوم منجر به طلاق و جدایی زوجین می‌گردد (آلندورف و گیمری^۷، ۲۰۱۳). معنویت و مذهب و پای‌بندی و تعهد بدان در جریان زندگی، تاثیر زیادی در موقفيت روابط زوجینی دارد و ضمن افزایش پای‌بندی زوجین نسبت به پیوند زناشویی خویش و کاهش انتظارات نامعقول آن‌ها در ابعاد مختلف ارتباطی، به عنوان یک تکیه‌گاه تسبیخ‌بخش، نقش موثری در کاهش تنش‌های درون‌فردي و بین‌فردي دارد (سوروكوسکی^۸ و همکاران، ۲۰۱۹). پژوهش‌های زیادی داشتن اعتقادات مذهبی و پای‌بندی بدان را، از عوامل مهم و تاثیرگذار بر رضایتمندی زوجی معرفی کرده و نشان دادند که، سطح رضایتمندی زناشویی زوجینی که دارای اعتقادات مذهبی می‌باشند، نسبت به سایر زوجین که از این خصیصه برخوردار نیستند، بالاتر می‌باشد (دیوید و استافورد^۹، ۲۰۱۳).

رضایت از زندگی زناشویی مهم‌ترین تجربه‌ی زیسته‌ای است که بر تداوم رابطه شکل‌گرفته نقش زیادی دارد. اینکه چه عواملی سبب می‌شود تا زوجین از زندگی زوجی خویش رضایت داشته باشند مسئله‌ای است که در این پژوهش مبنای بررسی قرار گرفته است. فرض اساسی این پژوهش آن است که زندگی زناشویی زمانی با رضایت توأم خواهد بود که طرفین از توانمندی‌های درون‌فردي و بین‌فردي خاصی برخوردار باشند. توانمندی‌هایی که عبور از مشقات زندگی زناشویی را ممکن ساخته و همچنین مدیریت سازنده ابعاد مختلف آن را ممکن می‌سازد. از این روی پژوهشگر با تمرکز بر تجارب زیسته زوجین رضایتمند تلاش دارد هسته‌های اساسی و تاثیرگذار بر رضایت این گروه از پیوند خویش را شناسایی کند.

1. Oprisan & Cristea

2. Parenting

3. George

4. Flynn

5. Plopa

6. Emotional self-regulation

7. Allendorf & Ghimere

8. Sorokowski

9. David & Stafford

شناسایی عوامل تاثیرگذار بر رضایتمندی زندگی زناشویی، صرفاً زمانی به صورت جامع ممکن خواهد بود که پژوهشگر زمینه را برای گفتگوی عمیق با آن‌ها فراهم کند. در طی این گفتگویها، پژوهشگر پس از ایجاد اعتماد بین‌فردی تلاش خواهد کرد با واکاوی دقیق تجارب زیسته زوجینی که سطح رضایتشان از پیوند خود بالا است، عوامل تاثیرگذار بر رضایتمندی آن‌ها را شناسایی کند. رسیدن به این غایت با استفاده از روش‌های تحقیق کمی چندان ممکن نیست؛ از این روی پژوهشگر بایستی بر روش تحقیق کیفی متمرکر شده و زمینه را برای گفتگوی باز با این گروه از افراد فراهم کند. مسلماً این گفتگو منجر به شناسایی عواملی می‌شود که در رضایت زناشویی مشارکت کنندگان نقش داشته است. عواملی که می‌تواند مبنای طراحی برنامه‌های آموزشی غنی جهت پرورش رضایتمندی زناشویی زوجین قرار گیرد. این پژوهش بر این است تا عوامل و ویژگی‌های تاثیرگذار بر رضایتمندی زوجی زوجین را در قالب روش کیفی و مبتتنی بر دیدگاهی پدیدارشناختانه، مورد بررسی و شناسایی قرار بدد.

روش

مطالعه حاضر به روش کیفی^۱ و با استفاده از رویکرد پدیدارشناسی^۲ انجام شد. پدیدارشناسی هم یک مقوله فلسفی و هم یک روش تحقیق است که جهتِ درک پدیده‌ها از طریق تجارب انسانی گسترش یافت. هدفِ این روش، توصیف و تشریح پدیده‌های خاص به عنوان تجارب زیسته است. در فرآیند کار بر توصیفِ آن‌چه که افراد بیان می‌کنند، تمرکز می‌شود تا منجر به کشف پدیده‌های تازه شود (Gal^۳ و همکاران، ۱۳۹۸؛ ترجمه نصر و همکاران، ۱۴۰۱). مسئله اساسی و لازم برای کاربرد روش پدیدارشناسی پاسخ به این سوال است که آیا پدیده‌ی موردنظر نیاز به روشن‌سازی دارد یا خیر؟ رضایتمندی زوجی مفهومی چندبعدی است و دیدگاه و نگرش افراد مختلف نسبت به این مفهوم و عوامل تاثیرگذار بر آن متفاوت می‌باشد، از این رو پژوهشگران در این مطالعه روش فوق را انتخاب کردند.

از بین زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر شیراز در سال ۱۳۹۹، تعداد ۱۵ زوج که از سطح رضایتمندی بالایی برخوردار بودند، از طریق روش نمونه‌گیری هدفمند برای شرکت در پژوهش انتخاب شدند و مورد مصاحبه قرار گرفتند. تعداد نمونه نیز براساس اصل اشباع مشخص گردید، درواقع فرایند گزینش نمونه‌ها تا هنگامی ادامه پیداکرد که در جریان کسب اطلاعات هیچ داده‌ی جدیدی پدیدار نشد. به عبارت دیگر، جمع‌آوری داده‌ها تا حصول اشباع نظری دادها ادامه یافت که در پایان، تعداد نمونه‌های پژوهش به ۱۵ زوج رسید. در پژوهش حاضر براساس هدف مطالعه، شرکت کنندگان از بین زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهرستان شیراز که معیارها و شرایط ورود به مطالعه را داشتند انتخاب شدند. معیارهای ورود به پژوهش حاضر عبارت بودند از: داشتن سطح بالایی از رضایتمندی زوجی، تمایل به مشارکت در پژوهش و حضور توانمند زوج در فرایند مصاحبه. برای سنجش رضایتمندی زوجین از پرسشنامه رضایت زناشویی کانزاس^۴ (KMMS) استفاده شد. مشارکت کنندگانی که نمره بالاتر از ۱۷ داشتند (نمره بالاتر از ۱۷ در این پرسشنامه نشان از رضایت زناشویی بالا است) برای شرکت در پژوهش انتخاب شدند. کلاک‌های خروج از پژوهش نیز عبارت بودند از عدم پاسخدهی جامع به سوالات مصاحبه و دادن پاسخ‌های کوتاه، مشارکت در پژوهش یا مداخله‌ای همزمان و اعتیاد به مواد مخدر. برای دست‌یابی به اطلاعاتی دقیق و جامع، عرصه‌ی مطالعه در حیطه‌ای گسترده انتخاب شد و مصاحبه‌شوندگان از بین زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهرستان شیراز (حداقل ۴ مرکز)، که شرایط ورود به مطالعه را داشتند، توسط پژوهشگر برای انتخاب مشارکت کنندگان، به صورت حضوری به این مراکز رفته و پس از گفتگو با مستولین و مشاورین شاغل در این مراکز، به صورتی دقیق و حساب‌شده زوجینی را که ملاک‌های ورود به مطالعه را داشتند، برای شرکت در پژوهش انتخاب می‌کرد و همچنین تعدادی از مصاحبه‌شوندگان توسط خود پژوهشگر از بین دوستان و آشنايان انتخاب شدند.

برای گردآوری داده‌ها از روش مصاحبه نیمه‌ساختاریافته^۵ استفاده شد. این روش مصاحبه شرایطی را به وجود می‌آورد تا شرکت کنندگان دیدگاه خود را آن‌گونه که تجربه کرده‌اند با استفاده از زبان و ادبیات خاص خود تشریح کنند. مصاحبه‌ها با یک سوال کلی در مورد رضایتمندی زوجی و عوامل موثر بر آن شروع شد و در طول انجام پژوهش از سوالات کاوش‌گرانه مانند (می‌توانید در این باره توضیح بیشتری

1. Qualitative method

2. Phenomenological approach

3. Gal

4. Kansas marital satisfaction scale

5. Semi-structured interview

بهید؟ یا می‌شود منظور تان را واضح‌تر بیان بکنید؟) جهت دست‌یابی به جزئیات دقیق و اطلاعات غنی‌تر استفاده شد. تعداد ۱۵ مصاحبه‌ی نیمه‌ساختاریافته انجام شد که میانگین و احراز معیار مدت زمان آن‌ها به ترتیب ۴۷ و ۲/۵ بود. داده‌ها در طول یک دوره ۲/۵ ماهه جمع‌آوری، ثبت، کدگذاری و در قالب مضماین اصلی و فرعی طبقه‌بندی گردید. برای رعایت ملاحظات اخلاقی و محافظت از حقوق مشارکت کنندگان، پژوهشگر بعد از اخذ رضایتمندی آگاهانه از شرکت کنندگان و توضیح اهداف پژوهش، به آن‌ها اطمینان داد که مطالب مصاحبه‌شده کاملاً محترمانه و بدون نامبردن از افراد ثبت خواهد شد و امانت‌داری در متن مصاحبه رعایت می‌گردد. همچنین گفت‌وگوی ضبط‌شده پس از اتمام تحلیل و نگارش کامل مقاله و چاپ آن پاک خواهد شد و به آزادی افراد در خروج و عدم‌ادامه‌ی همکاری شرکت-کنندگان نیز تاکید شد. لازم به ذکر است که در صورت تمایل یک نسخه از مقاله چاپ شده به مشارکت کنندگان در پژوهش داده خواهد شد.

ابزار سنجش

مقیاس کوتاه رضایت زناشویی کانزاس^۱ (KMSS): این مقیاس توسط اسچوم^۲ و همکاران (۱۹۸۳) طراحی شده است و میزان رضایت زناشویی زوجین را اندازه می‌گیرد و در ایران نیز توسط عرب‌علیدوستی و همکاران (۱۳۹۴) اعتباریابی شد. این مقیاس ۱۰ سوالی پاسخ‌های این مقیاس مبتنی بر مقیاس هفت‌درجه‌ای لیکرت طراحی گردیده و از یک تا هفت نمره‌گذاری می‌شود (خیلی خیلی ناراضی: ۱؛ خیلی ناراضی: ۲؛ تا حدی ناراضی: ۳؛ نه راضی و نه ناراضی: ۴؛ خیلی راضی: ۵؛ خیلی خیلی راضی: ۶؛ عرب‌علیدوستی و همکاران، ۱۳۹۴). اسچوم و همکاران (۱۹۸۳) بیان کردند که نمره بالاتر از ۱۷ بیانگر رضایت زناشویی است و هرچه نمره فرد از ۱۷ بالاتر برود نشان از بالاترین سطح رضایت زناشویی است و همچنین پایایی این مقیاس را با استفاده از روش آلفای کرونباخ بین ۰/۹۸ تا ۰/۸۴ و روایی سازه مقیاس را بیشتر ۰/۸۹ گزارش کردند. در ایران نیز عرب‌علیدوستی و همکاران (۱۳۹۴) پایایی این مقیاس را با استفاده از روش آلفای کرونباخ بین ۰/۹۸ تا ۰/۷۴ گزارش کردند. همچنین روایی سازه مقیاس را نیز بین ۰/۷۷ تا ۰/۹۱ گزارش کردند. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ تا ۰/۸۹ بدست آمد.

جهت تحلیل اطلاعات، از روش تحلیل تفسیری^۳ استفاده شد (کوربالی و نیل، ۲۰۱۴). در شیوه پدیدارشناسی روش‌های تحلیلی مختلفی وجود دارد که هرچند بین آن‌ها همپوشانی زیادی وجود دارد، اما روش مذکور در مطالعه موضوعات اکتشافی و مبهم ارجحیت دارد. هدف از تحلیل داده‌ها در این شیوه استخراج مفاهیم و سپس مضماین است. مضماین یکسری مشخصه‌های کلی هستند که معنای محوری مفاهیم، تشابهات و تفاوت‌ها را بازنمایی می‌کند. هر مضمون باید یک جزء متفاوت از پدیده را تشریح کند و تعداد مقوله‌ها نباید زیاد باشد بلکه حداقل تعداد مطرح است (بورنس و گرووی، ۲۰۰۶). براساس این روش متن مصاحبه‌ها پس از پیاده‌شدن روی برگه، چندین بار مرور شد تا شناختی کلی از آن حاصل شود. سپس برای هریک از متون مصاحبه‌خواصی تفسیری نوشته شد و نسبت به درک و استخراج معانی نهفته در آن اقدام گردید. در ادامه پژوهشگران در استخراج مضماین به مشارکت و تبادل نظر پرداختند.

با تداوم مصاحبه‌ها، مضمون قبلی روش‌تر می‌شد و تکامل می‌یافت و گاه مضمون جدیدی شکل می‌گرفت. جهت روش‌سازی، مقوله‌بندي و رفع تنافض‌های موجود در تفسیر، فرآیند بازگشت دوباره به متون صورت می‌گرفت و در هر مرحله با ادغام خلاصه‌های تفسیری، تحلیل کلی تری انجام می‌شد تا در نهایت ارتباط بین تفاسیر و مضماین جهت رسیدن به نتیجه‌ی نهایی به بهترین نحو ممکن صورت گرفت. درواقع در جریان تحلیل، مقوله‌بندي براساس بررسی دقیق اطلاعات، تکرار کدگذاری‌ها، طبقه‌بندی‌ها و مقایسه‌ها صورت گرفت و پس از استخراج، کدگذاری و طبقه‌بندی داده‌ها، مضماین مشترک و مرتبط با هم، در قالب مضماین فرعی و در نهایت مضماین اصلی ترکیب و مضماین غیرمرتبط حذف شدند. همچنین برای بررسی ارتباط بین مقوله‌ها و یکپارچه کردن آن‌ها از تلفیق تفکر قیاسی و استقرایی و حرکتی مداوم بین مفاهیم صورت گرفت و بر مبنای اصول نظری حاکم مضماین اصلی و فرعی نامگذاری شدند.

به‌منظور بررسی صحت و اعتبار یافته‌های حاصل از پژوهش از ۴ شاخص اعتبار^۴ گوبا و لینکولن^۵ استفاده شد. برای تضمین اعتبار داده‌ها پس از تحلیل، متون مصاحبه هر فردی (تاجدی که ممکن بود) دوباره به وی داده شد و در صورت لزوم تغییرات لازم در آن اعمال شد. جهت تضمین قابلیت تصدیق، پژوهشگران تلاش کردند که تاحد ممکن از دخالت دادن پیش‌فرض‌های پیشین خود در جریان

1. Kansas marital satisfaction scale

2. Schumm

3. Interpretive analysis

4. Corbally & O'Neill

5. Burns & Grove

6. Guba & Lincoln

تجزیه و تحلیل و تفسیر جلوگیری کنند. جهت تضمین قابلیت اطمینان و کفایت، از نظارت و همکاری متخصصین استفاده شد و متن مصاحبه جهت برسی کدگزاری‌ها در اختیار آن‌ها قرار گرفت. جهت افزایش قابلیت تعمیم و انتقال یافته‌های پژوهشی تلاش شد که مشاورینی در گرایش‌های مختلف انتخاب شوند. لازم به ذکر است در فرایند تحلیل از نظارت یکی از اساتید رشته مشاوره خانواده (دانشیار و متخصص در پژوهش کیفی) استفاده شد و متن مصاحبه و کدهای استخراج شده در اختیار وی قرار داده شد و وی نیز به بررسی کدها، مضامین فرعی و اصلی شناسایی شده پرداخت و با ایجاد تغییرات و اصلاحات ضروری یکپارچگی تحلیل داده‌ها را ممکن ساخت.

یافته‌ها

تعداد ۱۵ زوج (۳۰ نفر) در محدوده سنی ۲۷-۳۵ سال، در مطالعه شرکت کردند که سابقه ازدواج آن‌ها بین ۴-۶ سال بود. ۴ نفر از آن‌ها بی‌سواد، ۶ نفر دیپلم و زیردیپلم، ۱۳ نفر لیسانس و ۷ نفر فوق‌لیسانس بودند و همچنین ۴ نفر از زن‌ها خانه‌دار و بقیه (۲۴ نفر) شاغل بودند. تجزیه و تحلیل داده‌ها منجر به شناسایی ۱۷۸ کد اولیه (که از بیان تمامی آن‌ها به دلیل عدم نیاز و افزایش حجم مطالب امتناع شد)، ۷ زیرمضمون (طبیقه فرعی) و دو طبقه اصلی (عوامل بین‌فردي و عوامل درون‌فردي) شد که در جدول (۱) آمدہ است.

جدول ۱: مضامین محوری و زیرمضمون‌های مربوط به درک زوجین موفق از عوامل تاثیرگذار بر رضایتمندی زوجی

		مضامین اصلی	زیرمضمون	مضامین معنایی
عوامل بین-فردي	بین‌فردي	BXSHODG		عدم تلاش برای جبران بدی‌های طرف مقابل، تلاش و پیشقدم شدن برای رفع کدورت‌ها در بیشتر مواقع، ترجیح نادیده گرفتن فعل ناشایست دیگری به جای رنج دادن خویش به خاطر فعل او، گذشت از منافع شخصی خود برای حفظ رابطه در بیشتر مواقع، فراموش کردن رفتار ناشایست دیگری در صورت توبه قلبی، عدم وسوس افسوسی و طولانی در مورد رفتار ناشایست دیگری
		BYINFRDI		عدم برخورد صرف عاطفی با مسائل، عدم کناره‌گیری کامل از دیگری به خاطر فعل ناشایستش، پذیرش انتقادهای معقول و سازنده و نشان ندادن واکنش نامعقول در مقابل آن، بیان صریح خواسته‌ها و انتظارات و حتی رنجش‌ها، عدم پذیرش خواسته‌های آزارنده و یا توانایی نه گفتن، برقراری رابطه صمیمانه با افراد مایل، ترجیح دادن مشورت گرفتن از دیگری در کارها به جای واستگی کامل به وی، بیان صریح افکار خویش و تلاش برای دخالت ندادن احساسات در آن
		HMDLY		درک دنیای احساسی یکدیگر، درک دنیای فکری و شناختی یکدیگر، درک دنیای عملکردی (رفتاری) یکدیگر، درک دنیای ارتباطی یکدیگر.
		JGRATWRSY		بیان صریح احساسات و خواسته‌ها، بیان صریح رنجش‌ها و ناراحتی‌ها، رد درخواست‌های نامعقول، صحبت واضح در مورد علائق خویش، پذیرش نقایص و عیوب‌های خویشتن، داشتن قدرت اعتراف به خطاهای خویشتن و توانایی مذعرت خواهی
		QLNGUATF		آشنایی با احساسات خویشتن و تشخیص آن‌ها در بیشتر موقعیت‌ها، بیان صریح احساسات، اهمیت قائل شدن به احساسات دیگری، اهمیت دادن به کمک به ارضای نیازها و احساسات طرف مقابل، توانایی کنترل و بیان سازگارانه احساسات منفی مثل عصبانیت، امتناع از انقاد کوبنده و بهره‌گیری از انتقادات سازنده، توانایی تشخیص احساسات لحظه‌ای طرف مقابل.
	عوامل درون-فردي	UZTNFNS		ارزش قائل شدن برای خویشتن، اطمینان نسبت به توانمندی‌های خویش در ابعاد گوناگون، مهی و موجود.
		THBTDRWN		ارزش قائل شدن برای خویشتن، علاقه به خویشتن، پذیرش قلبی خویش با تمام نواقص و ضعف‌های ثبات هیجانی، ثبات رفتاری، ثبات شناختی، ثبات ارتباطی، ثبات در تصمیم‌گیری.

(۱) عوامل بین‌فردي

براساس تجارب شرکت کنندگان، اولین مضمون اصلی شناسایی شده در پژوهش حاضر، عوامل بین‌فردي بود که تحلیل تجارب حاصل از شرکت کنندگان منجر به شناسایي ۳ زیرمضمون آن شد که عبارت‌انداز:

الف) بخشودگی بین فردی: بخشودگی بین فردی به عنوان یکی از زیر مضمون‌های عوامل بین فردی توسط اکثربت مصاحبه شوندگان به عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل تاثیرگذار بر رضایتمندی زوجی آن‌ها و خشنودی‌شان از زندگی کنونی مورد تاکید قرار گرفت. "ی قسمت مهم از زندگی ما به عنوان ی زوج خوشبخت که تا دلتون بخواه از زندگی‌مون راضی هستیم قدر تمون تو بخشیدن همه، وقتی یکی‌مون اشتباهی می‌کنیم، یا در حق دیگری ی بدی می‌کنیم، حالا چه خواسته و چه ناخواسته اون یکی قلبا می‌بخشدش، تا الان به یاد ندارم که به فکر تلافی بوده باشیم نه من نه شوهرم" (شرکت‌کننده شماره ۱۶).

"خدایش اگه بخواه تنها ی عامل یا دلیل یا علت خوبشختمون و به قول شما رضایتمندی‌مون از زندگی رو اسم ببرم تنها به قدرت بخشیدن‌مون اشاره می‌کنم، ببینید ما هم مثل بقیه دعوا و اختلاف داریم ولی به جای تاختن و یکی به دو کردن بیش‌تر همدیگه رو با تمام اشتباها‌تمنون می‌بخشم، درحالی که زوجین دیگه جای بخشنی یکی به دو می‌کنن و کارشون به جلسات مشاوره و دادگاه و خدای نکرده طلاق می‌کشه" (شرکت‌کننده شماره ۱۱).

(ب) تمایزیافتگی: تمایزیافتگی یکی دیگر از زیر مضمون‌های عوامل بین فردی است که تمامی زوجین به صورت مستقیم و غیرمستقیم بدان به عنوان یکی از عوامل تاثیرگذار بر موفقیت زوجی و یا رضایتمندی زناشویشان به کرات مورد تاکید قرار گرفت.

"ببینید ما عقل روی طرف و احساس‌مون هم ی طرف می‌زاریم، باهم قاطیشون نمی‌کنیم، جای خودش ازشون استفاده می‌کنیم همین باعث می‌شے چندان دچار اختلاف نشیم" (شرکت‌کننده شماره ۱).

"من و همسرم هردوتا تحصیل کرده‌ایم و شاید به همین خاطر باشه که همدیگه رو با تمام تفاوت‌هایی که داریم پذیرفتیم، شاید من و زنم هزار تا تفاوت با هم داشته باشیم ولی نه من زور می‌کنم که عقیده من رو پذیریه و نه اون بلکه این تفاوت رو قلبا پذیرفتیم" (شرکت‌کننده شماره ۲۰).

"ببینید ما ی مجموعه ویژگی خاص داریم که سبب شده راضی باشیم از زندگی‌مون، دو تامون رک هستیم یعنی چی، یعنی اونچه که توی دلمونه رو می‌گیم، به فردیت هم احترام می‌زاریم، هیچوقت به خاطر اینکه طرف مقابل ناراحت نشه از انجام کار درست امتناع نمی‌کنیم، خلاصه بگم به قول ی روانشناس ما تفریدی‌تله‌ایم" (شرکت‌کننده شماره ۳۰).

(پ) همدلی: همدلی و درک دنیایی درونی یکدیگر در ابعاد گوناگون یکی دیگر از مفاهیمی بود که اکثربت شرکت‌کننده شوندگان به عنوان یکی دیگر از عوامل تاثیرگذار بر موفقیت زوجی‌شان مورد تاکید قرار گرفت.

"ما پابه‌پای هم راه میریم، به قول بایام با کفش‌های هم راه میریم، همدیگه رو درک می‌کنیم، عمیقا و عینا" (شرکت‌کننده شماره ۲). "درک کردن و فهمیدن همدیگه تو موفقیت زوجی مهمه من و زنم احساسات و افکار و حتی تصمیمات و خیالات هم رو قشنگ درک می‌کنیم، هیچوقت بی تفاوت نیستیم به هم هربار که لازم باشه وارد دنیای هم می‌شیم و همدیگه رو لمس می‌کنیم" (شرکت‌کننده شماره ۱۷).

"من خودم تاحدی طرفدار نظر راجرم ی سری مهرات‌ها رو معرفی کرده و اسه موفقیت ارتباط که یکی‌ش همدلیه، خیلی مهمه، با قطعیت می‌تونم بگم تنها عامل موفقیت‌مون و اینکه تا این حد از زندگی‌مون راضی هستیم همین همدلیه" (شرکت‌کننده شماره ۱۰).

۲ عوامل درون‌فردی

دومین مضمون شناسایی‌شده در پژوهش حاضر عوامل درون‌فردی بود که تحلیل تجارت شرکت‌کننده شوندگان منجر به شناسایی ۴ زیر مضمون آن شد که عبارت‌انداز:

(الف) جرات‌ورزی: جرات‌ورزی و توانایی ابراز وجود در ابعاد مختلف احساسی، فکری و رفتاری اولین زیر مضمون عوامل درون‌فردی می‌باشد که در جریان تحلیل تجارت شرکت‌کننده شوندگان به عنوان یکی دیگر از عوامل تاثیرگذار بر موفقیت و رضایتمندی زوجی زوجین مورد تاکید قرار گرفت.

"ما ی حسن خوبی که داریم و به نظرم خیلی توی رضایتمندی‌مون از زندگی تاثیرگذار بوده اینه که می‌توئیم نه بگیم، می‌توئیم احساس‌مون رو راحت به هم پیگیم، اگه باهم مخالف باشیم توی یک موضوعی بدون اینکه طرف مقابل بهش بربخوره اعلامش می‌کنیم" (شرکت‌کننده شماره ۲۳).

"به نظرز من اینکه دو تامون جرات داریم به خطاهامون اعتراف بکنیم خودش ی عنصر مهمه تو رسیدن به رضایتمندی، جدا از این ما بدون ناراحت‌شدن عیب‌های هم رو بهم می‌گیم و سعی می‌کنیم رفعش کنیم" (شرکت‌کننده شماره ۵).

پدیدارشناسی تجربه زیسته زوجین موفق در مورد عوامل تاثیرگذار بر رضایتمندی زوجی در شهر شیراز
Phenomenology of successful lived experience of couples on factors affecting marital satisfaction in Shiraz

"ابراز وجود خیلی مهمه ما راحت احساسمون رو بهم میگیم، ناراحتی هامون، چه میدونم هرچی به ذهنتم برسه، ای نکته مهم دیگه هم اینکه ما از لحاظ جنسی صریح هستیم یعنی نیازمون رو تو این بعد بدون رودربایستی بهم میگیم" (شرکت‌کننده شماره ۲۹).

ب) بلوغ عاطفی: بلوغ عاطفی یکی دیگر از زیرمضمون‌های عوامل درون‌فردي تاثیرگذار بر رضایتمندی زوجی می‌باشد که تمامی مصاحبه‌شوندگان به صورت مستقیم و غیرمستقیم بدان اشاره داشتند.

"احساس توی زندگی خیلی مهمه، اینکه بتونی احساست رو بگی و احساسات طرف مقابلت رو بشناسی و درک بکنی، البته مهارت میخواهد و بهتر بگم ای نوع بلوغه" (شرکت‌کننده شماره ۱۳).

"بلوغ عاطفی اساس زندگی زوجی موفقه، رضایتمندی‌مون حاصل همینه دوتامون قشنگ میتوانیم احساسات‌مون رو بشناسیم، اسم نزاریم روش و بیانش بکنیم، از طرفی احساسات منفی رو هم کنترل میکنیم و به شیوه درست بیانش میکنیم" (شرکت‌کننده شماره ۱۴).

"طرف میاد طلاق میگیره یا میره پیش مشاور میگه شوهرم تا الان ای دفعه نگفته دوست دارم! خب این طرف به رشد کافی نکرده تو حیطه عواطف، ما دوتامون قشنگک تو حیطه رابطه عاطفی رشد کردیم، ابراز احساسات‌مون عالیه، هم من و هم اون" (شرکت‌کننده شماره ۲۸).

پ) عزت نفس: تحلیل تجارب شرکت‌کنندگان در پژوهش حاضر منجر به شناسایی سومین زیرمضمون عوامل درون‌فردي، شد که توسط اکثریت مصاحبه‌شوندگان به کرات به عنوان دیگر عامل تاثیرگذار در رضایتمندی زوجی ورد تاکید قرار گرفت.

"به نظر من ما خودمون به خودمون احترام میزاریم همین باعث میشه طرف مقابل بهمون احترام بزاره، این خودش توی تقویت رابطه خیلی مهمه باعث میشه، برخورد ها همیشه محترمانه باشه و رضایتمندی زوجی هم مقابلاً بیش تر بشه" (شرکت‌کننده شماره ۲۶).

"زن و مرد بهم ارزش نزارن کارشون زاره، ما هم خودمون به خودمون ارزش و شان فائلیم و هم به همدیگه ارزش میزاریم، ارزش فائلیم برای هم، شان هم رو حفظ میکنیم، وقتی اینطوریه خوب بدیهیه از زندگی‌مون راضی هستیم" (شرکت‌کننده شماره ۲۹).

"اینکه چه عاملی توی افزایش رضایتمندی زوجی ما و اینکه زندگی‌مون موفقه تاثیر داشته اینه که ما به خودمون و توانمندی‌ها مون اطمینان داریم، خودمون رو حقیر نمیدونیم و سرزنش و سرکوفت نمیزنیم" (شرکت‌کننده شماره ۲۲).

ت) ثبات درونی: ثبات درونی آخرين زیرمولفه شناسايی شده در زمينه عوامل درون‌فردي تاثيرگذار بر رضایتمندی زوجی بود که تعداد زیادی از مصاحبه‌شوندگان بر اهمیت آن به صورت مستقیم و غیرمستقیم اشاره داشتند.

"ثبات خیلی مهمه، مادوتامون ثبات داریم، مخصوصاً توی بعد هیجانات، بعضی زن و شوهرها ای روز شادن ای روز غمگین، ولی ما اینطوری نیستیم و بی‌دلیل هیجانات‌مون تغییر نمیکنیم" (شرکت‌کننده شماره ۲۱).

"شاید از دید خیلی‌ها قابل پیش‌بینی بودن یا بهتر بگم ثبات رفتاری مهم نباشه ولی به نظر بندۀ خیلی مهمه، ما ثبات رفتاری داریم و اسه همین رضایتمندی زوجی‌مون خوبه و از زندگی‌مون راضی هستیم، دلیلش اینه که وقتی ثبات رفتاری نداری و هر روز روی ای دندۀ هستی خب مسلم طرف طاقت نمی‌کار و کار به دعوا کشیده میشه" (شرکت‌کننده شماره ۱۸).

"من خودم مطالعه روانشناسیم زیاده به زبان روانشناسی بخواه ای عامل تاثیرگذار بر رضایتمندی زوجی‌مون رو اسم ببرم، به ثبات رفتاری و احساسی اشاره می‌کنم، حتی ثبات تصمیم‌گیری، ای عامل خیلی مهمه بخواه در موردش صحبت کنم ساعت‌ها وقت میره" (شرکت‌کننده شماره ۲۶).

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر پدیدارشناسی تجربه زیسته زوجین موفق در مورد عوامل تاثیرگذار بر رضایتمندی زوجی در شهر شیراز بود. نتایج حاصل از تحلیل نشان داد که مجموعه‌ای از عوامل درون‌فردي شامل جرات‌ورزی، بلوغ عاطفی، عزت نفس و ثبات درونی و عوامل بین‌فردي شامل بخشودگی بین‌فردي، تمایزی‌افغانی و هم‌دلی بر موقفيت و رضایت از زندگی زناشوبي زوجین نقش دارد.

آشکار است که عوامل مختلفی می‌تواند بر رضایتمندی زوجی زوجین تاثیر بگذارد، که از دیدگاه مصاحبه‌شوندگان یکی از اصلی‌ترین این عوامل بخشودگی بین‌فردي زوجین بود. زوجین دارای رضایتمندی زوجی بالا از قدرت بخشودگی مطلوبی برخوردار هستند، برای رفع دورت‌ها پیشقدم می‌شوند، حس انتقام‌جویی ندارند و تلاشی برای جبران بدی‌های طرف مقابل نمی‌کنند و به راحتی فعل ناشایست طرف

مقابل را در صورت اطمینان از پژوهش‌های احمدی و فاطمی (۱۳۹۸)؛ کیانی و همکاران (۱۴۰۰) با نتیجه فوق همسو است. این پژوهشگران بیان کردند زوجینی که کیفیتِ روابطِ زوجی و سطحِ رضایتمندی زوجی آن‌ها بالا می‌باشد از بخشنودگی بین‌فردي مطلوبی برخوردار می‌باشند. بالاودن سطح بخشش در روابط زناشویی می‌تواند تا حد زیادی تداوم رابطه را تضمین کند. زوجین موفق با وجود داشتن اختلافات و تعارضاتِ زوجی به‌مانند سایر زوجین، از قدرتِ بخشنودگی بالایی برخوردار می‌باشند و با نادیده‌گرفتن تعارضاتِ شکل‌گرفته و کنارگذاشتن هرگونه تلافی و حسِ انتقام‌طلبی، زمینه‌ی حلِ اختلافاتِ موجود را فراهم می‌کنند و با بخشش طرفِ مقابل منجر به تسکین هیجاناتِ منفی حاصل از تعارض و تسهیل دست‌یابی به پیوندی موفق و توام با رضایتمندی را فراهم می‌آورند. از طرفِ دیگر زوجین ناموفق با موقعیت هرگونه تعارضی سعی در جبران و تلافی آن دارند و هرگونه بدفتراری نظری پرخاشگری‌های کلامی و غیرکلامی حین تعارض را با پاسخی کوبنده‌تر جبران می‌کنند، عاملی که منجر به تشدیدِ آشفتگی و نارضایتمندی زوجی شده و زمینه‌ی جدایی و طلاقی زوجین را فراهم می‌کند.

زوجین دارایِ رضایتمندی زوجی بالا از سطحِ مطلوبی از تمایزیافتگی برخوردار هستند، درواقع آن‌ها، صرفاً برخوردی عقلانی یا عاطفی با موقعیت‌های مختلف ندارند و از این دوقوه به صورتِ ترکیبی و مناسب با هر موقعیت استفاده می‌کنند و همچنین از فردیتِ کافی توام با حفظِ روابطِ عاطفی خوبیش برخوردار هستند و هیچگاه یکی را قربانی دیگر نمی‌کنند. این نتیجه با نتیجه حاصل از پژوهش‌های گلدنبرگ و گلدنبرگ (۲۰۱۵)؛ مومنی (۱۳۹۸) که تمایزیافتگی را به عنوان یکی از اساسی‌ترین عواملِ تاثیرگذار بر موقیتِ زوجی مورد تاکید قرار می‌دهند همخوانی دارد. به عبارتِ دیگر این پژوهشگران نیز در پژوهش خویش‌گزارش کردن زوجینی که از رضایتمندی زوجی بالایی برخوردار هستند نسبت به سایر زوجین (که رضایتمندی چندانی در زندگی ندارند) از آمیختگی عاطفی – عقلانی بدبور بوده و عملکردی متمايزیافتگی در ابعادِ مختلفِ زندگی دارند. زوجینی که زندگی زوجی آن‌ها توام با موقیت می‌باشد، نسبت به تفاوت‌های یکدیگر احترام می‌گذارند و برای آزادی فردی یکدیگر ارزش قائل هستند. در واقع این زوجین در تعاملاتِ خویش فردیتِ خویش را حفظ کرده و به فردیتِ طرفِ مقابل نیز احترام می‌گذارند و ضمنِ حفظِ پیوندِ عاطفی خویش با دیگران و با یکدیگر عقلانیت و منطق را در فرایندِ ارتباطی خویش اولویت قرار می‌دهند؛ عاملی که با تسهیلِ حلِ تعارضات و اختلافاتِ زوجی منجر به ایجاد و تقویتِ ثبات و رضایتمندی زوجی می‌گردد. از طرفِ دیگر یکی از عوامل موثر در بروز تعارضات و آشفتگی‌های زوجی دخالت‌های بیجای خانواده‌ها و والدین دوطرف می‌باشد و زوجینی که از تمایزیافتگی کافی برخوردار هستند با مشخص کردنِ مرزهای ارتباطی دقیق، از بروزِ هرگونه دخالتِ بی‌مورد و زمینه‌ساز اختلاف پیشگیری می‌کنند و بدین‌شکل ثبات و موقیتِ پیوندِ خویش را تاحدِ زیادی تضمین می‌کنند.

همدلی (درکِ دنیای احساسی، رفتاری، شناختی و عملکردی یکدیگر به صورتی عمیق) از دیگر ویژگی‌های زوجین دارایِ رضایتمندی زوجی بالا و موقیت د زندگی می‌باشد که توسطِ مصاحبه‌شوندگان به عنوان یک اصلِ اساسی و تضمین‌کننده موقیت و رضایتمندی زوجی مورد تاکید قرار گرفت. درواقع زوجین دارایِ رضایتمندی زوجی بالا از قدرتِ همدلی زیادی برخوردار هستند، به‌سادگی و به صورتی عمیق احساساتِ یکدیگر را درک کرده و انتقال می‌دهند، در فهمِ دنیایِ شناختی یکدیگر موقیع عمل می‌کنند و در تمامی ابعادِ زندگی یکدیگر را قلب‌هایی می‌کنند. این نتیجه با نتایج حاصل از پژوهش‌های بوهارت و واتسون (۲۰۱۱)؛ دیوید و استافورد (۲۰۱۳) که در پژوهش‌های خویش، وجودِ همدلی بین زوجی را، اصلی‌ترین عاملِ ثباتِ پیوندِ زوجی و رضایتمندی از زندگی و عدم وجود آن را، زمینه‌ساز انحلالِ روابطِ زوجی و افزایش ناسازگاری گزارش کردن همخوانی دارد. یکی از اصلی‌ترین نیازهای زوجین، نیاز به درک‌شدن و مورد توجه قرارگرفتن می‌باشد، نیازی که عدمِ ارضای آن شکل‌گیری تعارضات و نارضایتمندی‌های زوجی را موجب می‌شود، به عبارتِ دیگر زوجینی که از رضایتمندی زوجی برخوردار هستند و پیوندِ زوجی مستحکمی دارند نسبت به نیازهای عاطفی یکدیگر و ارضای آن حساس و معهد می‌باشند و با ارضای به موقع و مطلوب آن ضمنِ لدتِ درون‌فردی خویش، رضایتمندی طرفِ مقابل را از خویشتن فراهم می‌کنند.

جرات و رزی و توانایی ابراز وجود، از دیگر عواملِ بین‌فردي تاثیرگذار بر رضایتمندی زوجی زوجین می‌باشد که در پژوهشِ حاضر شناسایی شد. زوجین دارایِ رضایتمندی زوجی بالا، توانایی ابرازِ وجودِ کافی دارند و به سادگی احساسات مثبت و منفی خویش را بیان می‌کنند، افکار و نگرش‌های خویش را به صورتی مطلوب و بدون هیچگونه ترسی بیان می‌کنند و در گفتن درخواست‌ها و خواسته‌های خویش هیچ ابایی ندارند، عواملی که ضمنِ مستحکم کردنِ پیوندِ زوجی در افزایشِ رضایتمندی بین‌زوجی از تاثیر معناداری برخوردار می‌باشد. این یافته با نتایج حاصل از پژوهش‌های اوپریسان و کریستیا (۲۰۱۱)؛ فلین و همکاران (۲۰۱۶) همخوان است. این پژوهشگران تصریح کرده‌اند که قدرتِ ابرازِ وجود و بیانِ تمایلات و خواسته‌های خویش به صورتی واضح و روشن، به‌ویژه در بعدِ جنسی، با ایجادِ زمینه‌ی مطلوب جهتِ ارضای نیازهایِ مختلفِ زوجین و پیشگیری از سرکوبی تمایلاتِ وجودی آن‌ها، منجر به بهبود و استحکامِ روابطِ زوجی و

افزایش میزان رضایتمندی زوجی زوجین می‌شود. یکی از علی‌اصلی تعارضات و نارضایتمندی‌های زوجی پنهان کاری‌های زوجین و عدم‌بیان صریح نیازها و خواسته‌های خویش بهویژه در بُعد جنسی می‌باشد، زوجینی که از موفقیت زوجی برخوردار هستند صریح‌بودن خویش و نبود پنهان کاری‌های درون‌فردی و بین‌فردی را یکی از اصلی‌ترین علی‌رضایتمندی و موفقیت زوجی خویش می‌دانند، صراحتی که با آشکارکردن و آگاهاندن طرف‌مقابل از نیازها و خواسته‌های طرف‌مقابل زمینه‌ی ارضا و نهایتاً رضایتمندی و ثبات زوجی را فراهم می‌کند. زوجین دارای رضایتمندی زوجی بالا از بلوغ عاطفی برخوردار هستند و درواقع این زوجین توانایی تشخیص، نام‌گذاری و بیان احساسات مثبت و منفي خویش را به‌گونه‌ای مطلوب و بدون آسیب دارند و همچنین به سادگی می‌توانند احساسات طرف‌مقابل خویش را درک کرده و درک خویش را انتقال بدھند. این یافته با نتایج حاصل از پژوهش‌های فرحبخش (۱۳۹۴)، مولنی (۱۳۹۸) همخوان است. این پژوهشگران بیان کرده‌اند که بلوغ عاطفی نقش زیادی در بهبود موفقیت زوجی و داشتن زندگی سرشار از آرامش و رضایتمندی دارد و نبود این توانمندی در زوجین تداوم زندگی زوجی را با اختلال مواجه کرده و منجر به بروز انواع مختلفی از تعارضات و آشقتگی‌های زوجی می‌گردد. در تبیین این یافته می‌توان گفت افراد دارای بلوغ عاطفی توانایی بالایی در شناخت عاطف خویش و بیان مثبت آن، درک عاطفی طرف‌مقابل و اراضی عاطفی وی برخوردار هستند، عاملی که با تسکین تنش‌های عاطفی و احقاق خواسته‌های فردی در این بُعد، موجب آرامش درونی زوجین شده و موفقیت و رضایتمندی زوجی آن‌ها را تضمین می‌کند.

عزت‌نفس و ثبات درونی از دیگر عوامل درون‌فردی تاثیرگذار بر رضایتمندی زوجی زوجین می‌باشد، که در پژوهشی حاضر و در جریان تحلیل تجارب مشارکت‌کنندگان حاضر در پژوهش، مورد شناسایی قرار گرفت. این یافته با نتیجه حاصل از پژوهش کریمی و همکاران (۱۳۹۵) که عزت‌نفس را به عنوان یکی از مهم‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های موفقیت و رضایت زناشویی مورد تاکید قرار داد همخوان است. زوجین موفق از سطوح بالایی از ارزشمندی و احترام نسبت به خویشن برخوردار هستند، خود را دوست دارند و نسبت به توانمندی خویش، برای اداره زندگی زوجی در ابعاد مختلف، اطمینان قلبی دارند و همچنین این زوجین از ثبات رفتاری، هیجانی و ارتباطی کافی برخوردار هستند و قدرت تصمیم‌گیری مطلوبی دارند و تصمیماتشان توان با ثبات می‌باشد، به‌طور کلی عزت‌نفس بالا و داشتن ثبات درونی از جمله ویژگی‌های زوجین موفق می‌باشد که از تاثیر معناداری در دست‌یابی به زندگی موفق و رضایتمندی قلبی از پیوند زوجی برخوردار است. داشتن سطح مطلوبی از عزت‌نفس و ثبات در ابعاد مختلف عملکردی از جمله عوامل پیش‌بینی‌کننده موفقیت و رضایتمندی زوجی می‌باشد و زوجینی که از این ویژگی‌ها برخوردار هستند نسبت به سایر زوجین ضمن پایین‌بودن سطوح تعارضات و اختلافات زوجی از رضایتمندی زوجی بالاتری برخوردار هستند.

پژوهش حاضر براساس تجارب و ادراک زوجین موفق، به بررسی موضوع پراهمیت رضایتمندی زوجی، در بافت فرهنگی – اجتماعی ایران پرداخت. یافته‌ها نشان داد که عوامل مختلفی در ابعاد درون‌فردی و بین‌فردی نظری بخشودگی بین‌فردی، تمایز‌یافتنگی، همدلی، جرات‌مندی، بلوغ عاطفی، عزت‌نفس و ثبات درونی بر رضایتمندی زوجین از پیوند خویش و موفقیت زندگی آن‌ها تاثیر دارد، عواملی که آموزش آن به زوجین و به‌کارگیری آن در جریان زندگی زوجی می‌تواند تاحد زیادی به سلامتی روابط زوجی و ثبات و استحکام نهاد خانواده کمک بکند. به‌طور کلی این یافته‌ها از یکسو با شناسایی عوامل تاثیرگذار بر رضایتمندی و موفقیت زوجی تاحد زیادی زمینه و اطلاعات کافی را برای تدوین برنامه‌های آموزشی، پیشگیرانه و حتی درمانی مربوط به زوجین جهت داشتن زندگی زوجی موفق و تداوم آن فراهم کرده و از سوی دیگر لزوم هدایت پژوهش‌های بیش‌تر در زمینه سلامت پیوند زوجی و خانواده را به‌جای تمرکز بر آسیب‌شناسی آن، متذکر می‌شود.

در این پژوهش هر زوج به صورت مشترک مورد مصاحبه قرار گرفتند. در این شرایط احتمال این می‌رود که طرفین بخارط حضور یکدیگر از بیان پاره‌ای از تجربیات امتناع کرده و بیش‌تر بر بیان تجربه‌های مثبت متمرکز شوند. انتظار می‌رود در پژوهش‌های آتی عوامل موثر بر رضایتمندی زوجی به‌گونه‌ای بررسی شود که هر یک از طرفین به صورت جدایانه مورد مصاحبه قرار گیرند. هیچ تفکیکی بین عوامل تاثیرگذار بر رضایتمندی زوجی از دیدگاه زنان و مردان صورت نگرفت و یافته‌ها به صورت ترکیبی و ادغام‌شده ارائه گشت. بهتر است در پژوهش‌های آتی بین تجارب زیسته زن و مرد مزدوج نوعی تفکیک حاصل شود.

منابع

- احمدی، ز.، و فاطمی، ن. (۱۳۹۸). رابطه سبک‌های دلیستگی و رضایتمندی زناشویی با میانجی‌گری بخشش و همدلی: بررسی یک مدل. *مجله دانشکده علوم پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد*, ۱۵(۶۲)، ۲۵_۱۵.
- پاداش، ز.، یوسفی، ز.، عابدی، م.، و ترکان، ه. (۱۴۰۰). اثربخشی مشاوره زوجی به روش گاتمن بر رضایت زناشویی و سازگاری زناشویی زنان متاهل متمایل به طلاق. *مجله علوم روانشناسی*, ۲۰(۱۰۴)، ۱۴۲۳_۱۴۳۶.
- ذوالفقاری، س.، مرادی، ا.، احمدیان، ح.، و علیزاده، ن. (۱۴۰۰). تاثیر آموزش مدل رضایت جنسی بر کاهش دلزدگی زوجین مراجعت‌کننده به مراکز مشاوره. *مجله دانشگاه علوم پزشکی اراک*, ۲۴(۲)، ۲۴۶_۲۵۵.
- زارع درخشنان، ا.، و روشن چسلی، ر. (۱۳۹۹). رابطه بین رضایت جنسی، خودکارآمدی جنسی و شادکامی بر رضایت زناشویی: نقش میانجی ناگویی هیجانی. ۱۸(۱)، ۲۹۱_۱۶۰.
- طیب، م.، و قمری، م. (۱۴۰۰). نقش خود متمایزسازی در پیش بینی رضایت زناشویی زنان شاغل. *نشریه پیشرفت‌های نوین در روانشناسی، علوم تربیتی و آموزش و پرورش*, ۴۰(۴)، ۲۳۷_۲۴۸.
- علیزاده‌فرد، س.، و رزاقی، م. (۱۴۰۰). بررسی مدل ساختاری رابطه رضایت زناشویی با بنیان‌های شناختی - اخلاقی و تعهد زناشویی. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و رواندرمانی*, ۴۷(۱)، ۲۵۹_۲۸۲.
- عرب‌علیدوستی، ع؛ نجعی، ن؛ خانجانی، ن. (۱۳۹۴). پایابی و روایی پرسشنامه‌های رضایت زناشویی کانزاس و انتریج کوتاه‌شده به زبان فارسی. *مجله بهداشت و توانعه*, ۴(۲)، ۱۵۸_۱۶۷.
- کریمی، ی.، الماسی، س.، محمدی، رزگار، و فاضلی، حسن. (۱۳۹۵). مطالعه بسترها طلاق در افراد مطلقه: پژوهشی پدیدارشناسانه. *مطالعات روان‌شناسی بالینی*, ۷(۲۵)، ۱۹۱_۲۱۱.
- کیانی، ا.، نوایی نژاد، ش.، احمدی نوده، خ.، و تقوایی، د. (۱۴۰۰). فراتر کیب عوامل استحکام بخش و خطرساز ازدواج در دهه اخیر در ایران، ۲۰(۷۷)، ۴_۳۷.
- گال، م.، بورگ، و.، و گال، ج. (۱۳۹۸). روش‌های تحقیق کمی و کیفی در روانشناسی. ترجمه نصر و همکاران، ۱۳۹۸، تهران: انتشارات دانشگاه شهید بهشتی.
- مرادی، ز.، و کشاورز، ح. (۱۴۰۰). کیفیت زندگی، رضایت زناشویی و صمیمیت زناشویی در بین کارکنان نیروی انتظامی (پژوهش کیفی). *فصلنامه روانشناسی نظامی*, ۱۲(۴۷)، ۳۱_۴۸.
- مومنی، م. (۱۳۹۸). بررسی رابطه خودتضمیمی هیجانی و دلزدگی زوجی با رضایتمندی زوجی زنام مراجع دارای اختلاف زوجی به مراکز مشاوره سطح شهر مشهد. *پایان‌نامه کارشناسی ارشد، رشته روانشناسی، موسسه آموزش عالی بهار*, تهران، ایران.
- نورانی، م.، جزایری، ر.، و فاتحی‌زاده، م. (۱۴۰۰). اثربخشی زوج‌درمانی سیستمی - سازه‌گرا بر صمیمیت و رضایتمندی زناشویی زوجین دارای سن معکوس. *مجله علوم روانشناسی*, ۲۰(۱۰۵)، ۱۵۶۹_۱۵۸۶.
- Allendorf, K., & Ghimire, D. J. (2013). Determinants of marital quality in an arranged marriage society Keera Allendorf a, Dirgha J. Ghimire. *Social Science Research*, 42(1), 59–70. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2012.09.002>
- Aydogan, D., Kara, E., & Kalkan, E. (2021). Understanding relational resilience of married adults in quarantine days. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02224-2>
- Bohart, A. C., & Watson, J. C. (2011). *Person-centered psychotherapy and related experiential approaches*. In S. B. Messer., A. S. Gurman, *Essential psychotherapies: Theory and practice* (3rd ed., pp. 223-260). New York, NY: Guilford press. <https://psycnet.apa.org/record/2011-14204-007>
- Brand, J. E., Moore, R., Song, X., & Xie, Y. (2019). Parental divorce is not uniformly disruptive to children's educational attainment. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 116(15), 1_11. <https://doi.org/10.1073/pnas.1813049116>
- Campbell, S., Greenwood, M., Prior, S., Shearer, T., Walkem, K., Young, S., ... & Walker, K. (2020). Purposive sampling: complex or simple? Research case examples. *Journal of Research in Nursing*, 25(8), 652-661. <https://doi.org/10.1177%2F1744987120927206>
- Corbally, M., & O'Neill, C. S. (2014). An introduction to the biographical narrative interpretive method. *Nurse Researcher*, 21(5). <https://doi.org/10.7748/nr.21.5.34.e1237>
- David, P., & Stafford, L. (2013). A Relational Approach to Religion and Spirituality in Marriage: The Role of Couples' Religious Communication in Marital Satisfaction. *Journal of Family Issues*, 36(2), 232-249. <https://doi.org/10.1177%2F0192513X13485922>
- Flynn, K. E., Lin, L., Bruner, D. W., Cyranowski, J. M., Hahn, E. A., Jeffery, D. D., Reese, J. B., Reeve, B. B., Shelby, R. A., & Weinfurt, K. P. (2016). Sexual Satisfaction and the Importance of Sexual Health to Quality of Life throughout the Life Course of U.S. Adults. *The Journal of Sexual Medicine*, 13(11), 1642-1650. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2016.08.011>

- Gal, M., Borg, W., & Gal, J. (2015). *Quantitative and qualitative research methods in psychology*. Translation by Nasr esfahani, Tehran, Iran: Shahid Beheshti University Publication. <http://ihej.ir/article-1-1652-en>.
- George, D., Lou, Sh., Webb, J., Pugh, J., Martinez, A., & Foukston, J. (2015). Couple similarity on stimulus characteristics and marital satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 86(1), 126–131. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.06.005>
- Goldenberg, H., & Goldenberg, I. (2015). *The revolution and evolution of family therapy and family psychology*. In J. H. Bray & M. Stanton (Eds.), *The Wiley-Blackwell handbook of family psychology* (pp. 21–36). Wiley Blackwell. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/14772-010>
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1989). *Fourth generation evaluation*. New York, NY: Sage Publications.
- Oprisan, E. M., & Cristea, D. (2011). A few variables of influence in the concept of marital Satisfaction. *Journal of Social and Behavioral Sciences*, 33(1), 468-472. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.01.165>
- Plopka, M. (2020). Partners' Sexual Satisfaction in Partnership and Marriage: A Study Method. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 46(1), 78-98. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2019.1654578>
- Sayehmiri, K., Kareem, K. I., Abdi, K., Dalvand, S., & Gheshlagh, R. G. (2020). The relationship between personality traits and marital satisfaction: a systematic review and meta-analysis. *BMC Psychology*, 8(1), 15_25. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-0383-z>
- Schumm, W. R., Nichols, C. W., Schectman, K. L., & Griggsby, C. C. (1983). Characteristics of responses to the Kansas Marital Satisfaction Scale by a sample of 84 married mothers. *Psychol Rep*, 53(1), 567–72. <https://doi.org/10.2466/pr0.1983.53.2.567>
- Schaan, V. K., Schulz, A., Schächinger, H., & Vögele, C. (2019). Parental divorce is associated with an increased risk to develop mental disorders in women. *Journal of Affective Disorders*, 257, 91-99. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.06.071>
- Sorokowski, P., Kowal, M., & Sorokowska, A. (2019). Religious Affiliation and Marital Satisfaction: Commonalities among Christians, Muslims, and Atheists. *Frontiers in Psychology*, 10(1), 1_11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02798>
- Wagner, B. G., Choi, K. H., & Cohen, P. N. (2020). Decline in Marriage Associated with the COVID-19 Pandemic in the United States. *Socius: Sociological Research for a Dynamic World*, 6(1), 1_10. <https://doi.org/10.1177%2F2378023120980328>