

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

**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.

**Fateme 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](mailto:ghasemi.r@lu.ac.ir)

زهره 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.

**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.

**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 نمونه‌گیری 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 ( $P<0.05$ ). علاوه‌براین، تعهد زناشویی بین بخشش و خرسندی زناشویی نقش میانجی داشت ( $P<0.05$ ). 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.

## مقدمه

ازدواج به عنوان یکی از مهم ترین رویدادهای زندگی منبعی برای رضایت و خوشبختی محسوب می شود و تأثیر قابل توجهی بر سلامت روان و جسم افراد دارد (ژانگ و لیانگ<sup>۱</sup>، ۲۰۲۳). افراد متأهل معمولاً سطوح بالاتری از شادکامی و خرسندی<sup>۲</sup> را نسبت به افراد مجرد گزارش می دهند (وانگ<sup>۳</sup>، ۲۰۲۵؛ پلترمن<sup>۴</sup>، ۲۰۲۵). نتایج مطالعه لویی<sup>۵</sup> (۲۰۲۳) نشان داده است که یک ازدواج سالم، شاد و رضایت بخش می تواند 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<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). از این رو، بررسی عوامل مؤثر بر رضایت زناشویی<sup>۷</sup> و ارائه راهکارهایی برای تقویت این روابط از اهمیت بسزایی برخوردار است. خرسندی زناشویی<sup>۸</sup>، به عنوان یکی از قویترین پیش بینی کننده های رضایت زناشویی اثرات رویدادهای منفی را کاهش داده و تاب آوری<sup>۹</sup> رابطه را تقویت کند (زارعی و همکاران، ۲۰۲۵)، و به عنوان یکی از شاخص های کلیدی سلامت روان، افراد را در برابر ناامیدی و افسردگی مقاوم می سازد (عبدالرحیمی<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). همچنین، یافته ها نشان می دهند که خرسندی زناشویی والدین نقش اساسی در رشد سالم کودکان دارد (هوانگ<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۴).

خرسندی زناشویی به عنوان منبعی برای خوشبختی کل خانواده (جیا و همکاران<sup>۱۲</sup>، ۲۰۲۵)، شامل طیف وسیعی از احساسات مثبت نظیر رضایت، آرامش، شادی و هیجان است. این احساس نه تنها به وضعیت عاطفی فرد وابسته است، بلکه با ارزیابی ذهنی او از شرایط زندگی نیز ارتباط دارد (باردو و کامینگز<sup>۱۳</sup>، 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<sup>۱۴</sup>، ۲۰۲۳) و به معنای احساس شادمانی و خوشبختی زوجین در زندگی مشترک تعریف می شود (بافرانی<sup>۱۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). خرسندی زناشویی همچنین یکی از عوامل مؤثر در حل تعارضات زناشویی محسوب می شود و به عنوان رایج ترین نقطه قوت زوج های رضایت مند در فرآیند حل تعارض شناسایی شده است (رخشانی و همکاران، ۲۰۲۴). یک ازدواج خرسند نیازمند عواملی چون تعهد<sup>۱۶</sup>، احترام، صمیمیت و اعتماد است و فقدان این عوامل می تواند 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<sup>۱۷</sup> (صمدی و همکاران، ۲۰۲۱)، وظیفه شناسی<sup>۱۸</sup>، همدلی<sup>۱۹</sup> و بخشش زناشویی<sup>۲۰</sup> قرار دارد (طهماسبی و خرم آبادی، ۱۴۰۳؛ یانگ<sup>۲۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۳).

عوامل مختلفی در خرسندی زناشویی تأثیر دارند. یکی از این عوامل بخشش است که به عنوان یک راهبرد ترمیمی، نقش مهمی در بهبود روابط بین فردی، به ویژه روابط زناشویی، ایفا می کند (سهان<sup>۲۲</sup>، ۲۰۲۲؛ مانو<sup>۲۳</sup>، ۲۰۲۴؛ نقش<sup>۲۴</sup>، ۲۰۲۴؛ شتاکووا<sup>۲۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۵؛

1 Zhang &amp; Liang

2 Happiness

3 Wang

4 Peltzman

5 Lioe

6 Valentina

7 Marital satisfaction

8 Marital happiness

9 Resilience

10 Abdolrahmi

11 Huang

12 Jia

13 Bardo &amp; Cummings

14 Chauhan &amp; 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

کابراس<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۲؛ لاهیری و پادماکوماری<sup>۲</sup>، ۲۰۲۵). کالتا و یاسکیویچ<sup>۳</sup> (۲۰۲۴) دریافتند که بخشش نه تنها به حفظ ازدواج کمک می کند، بلکه رضایت زناشویی را نیز افزایش می دهد. به بیان دیگر، بخشش با تقویت پیوند عاطفی زوجین، به عنوان راهبردی سازنده، به بهبود روابط و افزایش خوشبختی آن ها منجر می شود. همچنین، ویژگی های اخلاقی مانند بخشش و حمایت متقابل می توانند از بروز اختلافات بزرگ پیشگیری کرده و آرامش را در زندگی مشترک حفظ کنند (نیپها<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). توانایی بخشش همسر به عنوان عاملی کلیدی در دوام و رضایت زناشویی شناخته شده است؛ به طوری که افرادی که همسر خود را می بخشند، به تقدس رابطه زناشویی باور دارند و این امر به استحکام رابطه و افزایش رضایت منجر می شود (مقیمی و همکاران، ۱۳۹۹). پژوهش ها همچنین نشان می دهند که بخشش و تعهد به طور مشترک بر رضایت زناشویی اثر می گذارند و تعهد نیز به عنوان عاملی کلیدی در پایداری و کیفیت روابط زناشویی مطرح است (لی<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۴؛ ساهین و شیرین<sup>۶</sup>، ۲۰۲۵).

در راستای عوامل مرتبط و موثر بر خصیصه های 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 می رسد می تواند به عنوان متغیر میانجی باشد، تعهد زناشویی است. تعهد زناشویی به عنوان انگیزه زن یا شوهر برای چشم پوشی از نیازها و اولویت های شخصی خود به نفع ازدواجشان تعریف شده است (ظفر<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۲۵). مطالعات نشان داده اند که تعهد زناشویی قوی ترین و پایدارترین پیش بین کیفیت و ثبات ازدواج است (کوکبی سیوکی و همکاران، ۱۴۰۱؛ لین<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۲؛ اما<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۲۱؛ مقیمی و همکاران، ۱۳۹۹؛ لئو<sup>۱۰</sup>، ۲۰۲۳) و یک ازدواج سالم نیازمند عناصری مانند تعهد، رضایت زناشویی و عاری از خشونت و خیانت است (مقدم نیا و فارسانی، ۲۰۲۳). پلتزمن (۲۰۲۵) نشان می دهد افراد در ازدواج رسمی که با تعهد همراه است، به طور مداوم هم شادتر و هم کمتر غمگین هستند؛ به طوری که حدوداً دو برابر افراد مجرد، احساس شادکامی دارند و کمتر از نیمی از آن ها احساس غمگین بودن می کنند. تعهد زناشویی بالا باعث می شود زوجین با وجود اختلافات یا شرایط دوری (ازدواج از راه دور)، در رابطه باقی بمانند (فیتریان<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۵) و همچنین سطوح بالای تعهد با ابراز عشق بیشتر، سازگاری زناشویی، مهارت های حل مسئله بهتر و رضایت بیشتر همراه است (مقدم نیا و فارسانی، ۲۰۲۳). در مقابل، کاهش تعهد به اختلافات خانوادگی (فیتریان<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۵)، روابط ناپایدار و افزایش احتمال طلاق منجر می شود (لین و همکاران، ۲۰۲۲). بنابراین، تقویت تعهد زناشویی می تواند کیفیت روابط و رضایت زوجین را به طور قابل توجهی 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، می شود (افتخاری مقدم و همکاران، ۲۰۲۴). تعهد زناشویی منبع قدرت زوج ها (کوسوماواردانی<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۴) و عامل کلیدی بهزیستی زناشویی است و مانند چسبی عمل می کند که زوج ها را در چالش ها کنار هم نگه می دارد (لی و همکاران، ۲۰۲۴).

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

1 Cabras

2 Lahiri &amp; Padmakumari

3 Kaleta &amp; Jaśkiewicz

4 Nihayah

5 Li

6 Şahin &amp; Şirin

7 Zafar

8 Lin

9 Aman

10 Lioe

11 Fitriani

12 Kusumawardhani

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 (چاوهران و سکر، 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؛ کوکی 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<sup>۱</sup> (۲۰۲۳) محاسبه شد. با توجه 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 شرکت‌کنندگان 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. در نهایت، تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS نسخه ۲۶ و AMOS نسخه ۲۴ و به‌کارگیری روش مدل‌سازی معادلات ساختاری و تکنیک بوت‌استرپ انجام شد.

## ابزار سنجش

**سیاهه ابعاد تعهد (DCI):**<sup>۱</sup> این سیاهه توسط آدامز و جونز<sup>۲</sup> (۱۹۹۷) طراحی شده و شامل ۴۴ سوال است که سه بعد تعهد شخصی<sup>۳</sup>، تعهد اخلاقی<sup>۴</sup> و تعهد ساختاری<sup>۵</sup> را ارزیابی می کند. نمره گذاری این سیاهه بر اساس مقیاس ۵ درجه ای لیکرت از کاملاً مخالفم (نمره ۱) الی کاملاً موافقم (نمره ۵) انجام می شود. بالاترین نمره ای که فرد می تواند کسب کند ۲۲۰ و پایین ترین 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 مقیاس های تعهد شخصی، تعهد اخلاقی و تعهد ساختاری را به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۸۹ و ۰/۸۶ گزارش کرده اند. عباسی و همکاران (۱۳۹۵) به منظور بررسی روایی سازه، همبستگی خرده مقیاس ها با کل آزمون را محاسبه کردند. نتایج نشان داد که این همبستگی در بازه ای 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 مقیاس های 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 مولفه های آن از روش آلفای کرونباخ استفاده گردید که ضریب ۰/۹۰ برای کل پرسشنامه و برای خرده مقیاس های شخصی، اخلاقی و ساختاری به ترتیب ۰/۸۸، ۰/۸۹ و ۰/۹۱ به دست آمد.

**سیاهه بخشودگی بین فردی (IFI):**<sup>۶</sup> این سیاهه توسط احتشام زاده و همکاران (۱۳۸۹) به منظور ارزیابی بخشودگی بین فردی در ایران طراحی شده است. این ابزار شامل ۲۵ گویه و سه زیرمقیاس ارتباط مجدد و کنترل انتقام جویی<sup>۷</sup>، کنترل رنجش<sup>۸</sup> و درک واقع بینانه<sup>۹</sup> است. نمره گذاری این مقیاس ۲۵ گویه ای به صورت طیف لیکرت چهار درجه ای از کاملاً مخالف (۴) تا کاملاً موافق (۱) انجام می شود. برای سوالات مربوط به عامل سوم (سوالات ۱۹ تا ۲۵)، نمره گذاری به صورت معکوس انجام می گیرد. حداکثر نمره ای که می توان 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 بین فردی، از روش بازآزمایی پس از دو هفته بر روی نمونه ای متشکل از ۱۰۰ دانشجو استفاده شد. ضرایب بازآزمایی برای کل مقیاس و زیرمقیاس های آن به ترتیب ۰/۷۱، ۰/۷۰، ۰/۶۸ و ۰/۵۸ گزارش شده است. به منظور بررسی روایی ملاکی، مقیاس های ملاکی شامل مقیاس پرخاشگری اهواز، خرده مقیاس توافق پذیری پرسشنامه ویژگی های شخصیتی مک کری و کاستا<sup>۱۰</sup> (۱۹۹۲) و خرده مقیاس بخشودگی در خانواده اصلی پولارد<sup>۱۱</sup> و همکاران (۱۹۹۸) مورد استفاده قرار گرفتند و ضرایب همبستگی بین مقیاس بخشودگی بین فردی و این سه به ترتیب ۰/۶۲، ۰/۴۵ و ۰/۲۷ محاسبه شد که همگی در سطح ۰/۰۵ تا ۰/۰۱ معنادار بودند. همچنین، ضریب پایایی با استفاده از آزمون آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۱ به دست آمد (احتشام زاده و همکاران، ۱۳۹۸). در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ این مقیاس برابر با ۰/۹۱ به دست آمد.

**مقیاس خرسندی زناشویی (MHS):**<sup>۱۲</sup> این ابزار توسط آزرین<sup>۱۳</sup> و همکاران (۱۹۷۳) با ۱۰ سوال طراحی شده است که به صورت تک عاملی است. نمره گذاری این گزاره ها به صورت طیف لیکرت از کاملاً موافق (۱۰) تا کاملاً مخالف (۱) تنظیم شده اند. دامنه نمرات در این مقیاس بین ۱۰ الی ۱۰۰ است و نمرات بیشتر نشان دهنده خرسندی بالاتر در رابطه زناشویی است. آزرین 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 نعتی پور و روشنی زاده (۲۰۲۳) روایی ملاکی این مقیاس با پرسشنامه تاب آوری 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

## یافته ها

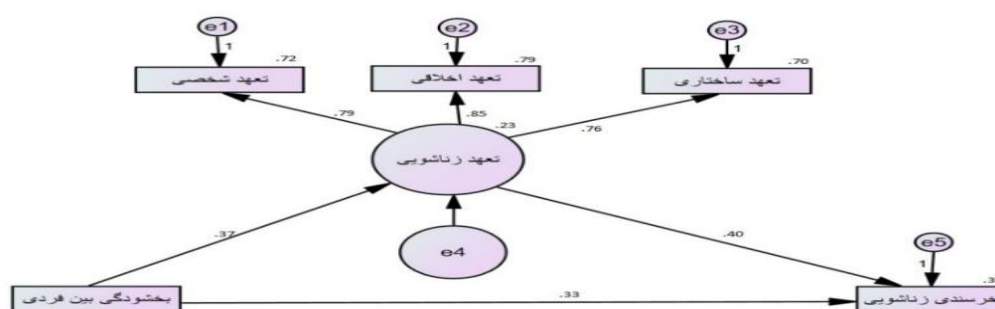
در مطالعه حاضر ۲۷۰ نفر مشارکت داشتند. شرکت کنندگان در میانگین سنی ۳۳/۹۸ و انحراف معیار ۴/۰۷ سال قرار داشتند. ۱۷۰ نفر (۶۲/۹۶ درصد) زن، ۱۰۰ نفر (۳۷/۰۴ درصد) مرد بودند. ۲۵ نفر (۹/۲۵ درصد) دارای مدرک فوق دیپلم و پایین تر، ۱۲۴ نفر (۴۵/۹۲ درصد) دارای مدرک کارشناسی، ۱۲۱ نفر (۴۴/۸۳ درصد) دارای مدرک کارشناسی 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 ( $r=0/33$ ) و با خرسندی زناشویی ( $r=0/47$ ) رابطه مثبت و معنادار داشت؛ همچنین بین تعهد و خرسندی زناشویی ( $r=0/50$ ) همبستگی مثبت و معنادار وجود داشت ( $P < 0/01$ ). 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

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 می کند.

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 معنی داری |
|--------------------------------|-----------|------------------|----------------------|------------|-------------|----------|---------|---------------|
| 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 ( $\beta=0/37$ ) رابطه مستقیم مثبت و معنادار داشت؛ بخشش به صورت مثبت بر خرسندی زناشویی ( $\beta=0/33$ ) رابطه مستقیم داشت؛ همچنین تعهد زناشویی به طور مثبت بر خرسندی زناشویی ( $\beta=0/40$ ) رابطه مستقیم داشت ( $P<0/01$ ). 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 | ۰/۱۰                   | ۰/۱۴                | ۰/۰۲۷          | ۰/۱۰۸    | ۰/۱۹۸   | ۰/۰۰۱    |
| از طریق تعهد زناشویی   |                        |                     |                |          |         |          |

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 شاخص های برازش ارائه شده است.

جدول ۴. شاخص های برازندگی مدل

| شاخص های برازش | $\chi^2$ | Df | $\chi^2/df$ | 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    | $P>0/05$ | -  | $<5$        | $>0/9$ | $>0/9$ | $>0/9$ | $>0/9$ | $>0/9$ | $<0/08$ |

همان طور که نتایج مندرج در جدول ۴ نشان می دهد، شاخص های نیکویی برازش شامل مجذور کای نسبی ( $\chi^2/df=4/36$ )، شاخص برازش افزایشی ( $IFI=0/98$ ) و برازش تطبیقی ( $CFI=0/98$ )، شاخص نیکویی برازش ( $GFI=0/97$ )، شاخص توکر - لویس ( $TLI=0/97$ )، شاخص بنتلر - بونت یا شاخص نرم شده برازندگی ( $NFI=0/98$ ) و شاخص ریشه میانگین مجذورات خطای تقریب ( $RMSEA=0/06$ )، حاکی از برازش معقول مدل پیشنهادی یا فرضی با داده هاست. بنابراین مدل از برازندگی مطلوبی برخوردار است.

## بحث و نتیجه گیری

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 می شود. یافته حاضر با پژوهش های سهان (۲۰۲۲)، مانو (۲۰۲۴)، نقش (۲۰۲۴)، شتا کووا و همکاران (۲۰۲۵) و لاهییری و پادماکوماری (۲۰۲۵) همسو است. این یافته را می توان بر اساس نتایج مطالعات اینگونه تبیین کرد که بخشش بین فردی، به عنوان یک عامل مهم در کیفیت روابط زناشویی، نقش بسزایی در رضایت زناشویی ایفا می کند. بخشش فرآیندی دویخشی، شامل رها کردن احساسات و انگیزه های منفی

(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 (لاهییری و پادماکوماری، 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 (گیورگا، 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 (سپان، 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 کوکی 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، امری 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 لاهییری و پادماکوماری (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

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. بخشش 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 می‌تواند 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 در نتیجه احتمال خرسندی زندگی زناشویی آن‌ها نیز افزایش می‌یابد. در واقع این رابطه به واسطه تأثیری 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 به صورت 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 پژوهش‌های 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.iuums.ac.ir/article-1-1209-fa.html>

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.، حسینی‌المدنی، 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)، ۷۸-۱۱۲.

<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)، ۱۰۷-۱۲۴.

<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 وظیفه‌شناسی، همدلی زناشویی و بخشش زناشویی. رویش روان‌شناسی، ۱۳(۵)، ۲۱۹-۲۲۸.

<https://doi.org/10.22034/spr.2024.408676.1851>

عباسی، ح.، احمدی، س. ا.، فاتحیزاده، م. و بهرامی، ف. (۱۳۹۵). تأثیر واقعیت درمانی گلاسز بر تعهد شخصی زوجین. آسیب‌شناسی خانواده، ۲(۱)، ۵۳-۳۹.

<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 روان‌شناسی، 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 روان‌شناسی، ۱۱(۱۰)، ۱۰۵-۱۱۸.

<http://dorl.net/dor/20.1001.1.2383353.1401.11.10.10.5>

مقیم، س.، مرادی، ا.، سیدالشهدایی، ا. و احمدیان، ح. (۱۳۹۹). تدوین مدل ساختاری تعهد زناشویی بر اساس بخشایشگری و خودتمایزافتگی با میانجی‌گری صمیمیت زناشویی. نشریه مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۱۰(۱)، ۶۹-۹۰.

<https://doi.org/10.22034/fcp.2020.61655>

مقیم، س.، مرادی، ا.، سیدالشهدایی، س. و احمدیان، ح. (۱۴۰۱). تدوین مدل علی تعهد زناشویی براساس بخشودگی و تمایزافتگی با میانجی‌گری صمیمیت زناشویی و اثربخشی این مدل بر کیفیت روابط زناشویی. روانشناسی و روانپزشکی شناخت، ۹(۲)، ۱۴۶-۱۵۹.

<http://dx.doi.org/10.32598/shenakht.9.2.146>

Abdolrahmi, F., Kaboudi, M., Kazerzarin, 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](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>

Dršťáková, 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 Effects 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>

- 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. *Psymphatic: 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](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](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>

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

- 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>