رویش روان شناسی، سال۱۵، شماره ۱، شماره پیاپی ۱۱۸، فروردین ۱۴۰۵
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),15(1), 2026

تدوین مدل خود-خاموشی بر اساس رضایت زناشویی و سه‌گانه تاریک شخصیت با نقش واسطه-ای تنظیم هیجان در زنان متاهل

The Development of a self-silencing model based on marital satisfaction and dark triad personality with the mediating role of emotion regulation in married women

یگانه نظری
گروه روان شناسی، واحد خمینی شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، خمینی شهر، ایران.
اعظم بختیاری رنانی (نویسنده مسئول)
استادیار، گروه علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.
هادی براتی
گروه روان شناسی، واحد خمینی شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، خمینی شهر، ایران.

Yeganeh Nazari
Department of Psychology, Kho.C., Islamic Azad University, Khomeinishahr, Iran.
Azam Bakhteyari Reneni *
Assistant professor, Department of Educational Sciences, Payame Noor University, Tehran, Iran.
bakhtyari@pnu.ac.ir
Hadi Barati
Department of Psychology, Kho.C., Islamic Azad University, Khomeinishahr, Iran.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تدوین مدل خود-خاموشی بر اساس رضایت زناشویی و سه‌گانه تاریک شخصیت با نقش واسطه‌ای تنظیم هیجان در زنان متاهل انجام شد. پژوهش حاضر توصیفی_همبستگی از نوع تحلیل مسیر بود. جامعه آماری پژوهش زنان متاهل شهر اصفهان در سال ۱۴۰۴ بودند. به روش نمونه‌گیری در دسترس نمونه‌ای به تعداد ۲۵۳ نفر انتخاب شدند و پرسشنامه‌های پژوهش را تکمیل کردند. ابزارهای این پژوهش شامل پرسشنامه مقیاس خود-خاموشی (STSS، جک و دیل، ۱۹۹۲)، مقیاس زناشویی انریچ (EMS، فاورز و السون، ۱۹۸۹)، مقیاس سه صفت شخصیت تاریک (DTDDS، جانسون و وبستر، ۲۰۱۰) و پرسشنامه تنظیم هیجان (ERQ، گراس و جان، ۲۰۰۳) بودند. داده‌ها با استفاده از روش تحلیل مسیر تجزیه و تحلیل شدند. نتایج تحلیل مسیر حاکی از برازش مناسب مدل بود. یافته‌ها نشان داد که رضایت زناشویی هم به صورت مستقیم و هم غیر مستقیم از طریق ابعاد ارزیابی مجدد و سرکوبی متغیر تنظیم هیجان قادر به پیش‌بینی خود-خاموشی بودند. همچنین ویژگی‌های شخصیتی سه‌گانه تاریک ماکیاولیسم و جامعه ستیزی به صورت غیر مستقیم و از طریق سرکوبی، قادر به پیش‌بینی خود-خاموشی بودند (p‹۰/۰۰۱). این نتایج نشان می‌دهد که رضایت زناشویی و ویژگی‌های شخصیتی سه‌گانه تاریک، با نقش کلیدی تنظیم هیجان، می‌توانند خود-خاموشی در زنان متأهل را تبیین کنند و بنابراین درک این مکانیسم‌ها می‌تواند به توسعه مداخلات روان‌شناختی برای بهبود کیفیت روابط زناشویی کمک شایانی کند.

واژه‌های کلیدی: *رضایت زناشویی، سه‌گانه تاریک شخصیت، تنظیم هیجان، خود-خاموشی.*

Abstract

This study was conducted with the aim of developing a self-silencing model based on marital satisfaction and the dark triad of personality, considering the mediating role of emotion regulation in married women. The present research was a descriptive-correlational study of the path analysis type. The statistical population consisted of married women in the city of Isfahan in the year 2025. Using a convenience sampling method, a sample of 253 participants was selected, and they completed the research questionnaires. The instruments used in this study included the Self-Silencing Scale (STSS, Jack & Dill, 1992), the Enrich Marital Satisfaction Scale (EMS, Fowers & Olson, 1989), the Dark Triad Trait Scale (DTDDS, Johnson & Webster, 2010), and the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ, Gross & John, 2003). Data were analyzed using path analysis. The results of the path analysis indicated a good fit of the model. The findings showed that marital satisfaction could predict self-silencing both directly and indirectly through the dimensions of reappraisal and suppression of the emotion regulation variable. Additionally, the dark triad personality traits of Machiavellianism and psychopathy were able to predict self-silencing indirectly through suppression ($p<0.001$). These results suggest that marital satisfaction and dark triad personality traits, with the key role of emotion regulation, can explain self-silencing in married women, and therefore, understanding these mechanisms can significantly contribute to the development of psychological interventions aimed at improving the quality of marital relationships.

Keywords: *Marital Satisfaction, Dark Triad of Personality, Emotion Regulation, Self-Silencing.*

نوع مقاله : پژوهشی | **دریافت: مهر ۱۴۰۴** | **پذیرش: مهر ۱۴۰۴** | **ویرایش نهایی: فروردین ۱۴۰۵**

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-06-14]

[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.1.271]

مقدمه

خودخاموشی[1] به‌عنوان یک پدیده‌ی روان‌شناختی ـ اجتماعی، به گرایش فرد برای سرکوب نیازها، افکار و احساسات شخصی در راستای حفظ رابطه یا اجتناب از تعارض اطلاق می‌شود. این مفهوم نخستین بار توسط جک (۱۹۹۱) مطرح شد و از آن زمان تاکنون به‌ویژه در روابط صمیمی و زناشویی توجه بسیاری از پژوهشگران را جلب کرده است (اینمان و لاندن[2]، ۲۰۲۲). خودخاموشی در اصل راهبردی است که فرد، به‌ویژه زن، در شرایطی که می‌خواهد رابطه عاطفی خود را حفظ کند یا از طرد و تعارض اجتناب ورزد، احساسات و نیازهای واقعی‌اش را سرکوب می‌کند (مام شریفی و همکاران، ۱۴۰۳). مطالعات نشان می‌دهند این رفتار با پیامدهایی همچون افسردگی، اضطراب، کاهش عزت‌نفس، افت کیفیت زندگی، کاهش رضایت از رابطه و تضعیف سلامت روانی همراه است (باوکر[3] و همکاران، ۲۰۲۳). نظریه‌ی خودخاموشی بر این فرض بنا شده است که زنان در روابط صمیمانه، برای آنکه ارزشمند به نظر برسند، ممکن است احساسات و افکار خود را قربانی سازند (پارکر[4] و همکاران، ۲۰۲۵). در عمل، زنان ممکن است در ظاهر رابطه‌ای هماهنگ و بدون تعارض داشته باشند، اما در درون با احساساتی نظیر خشم، تنهایی و سردرگمی دست‌به‌گریبان باشند (آکارسو و ساکالی[5]، ۲۰۲۳). این پدیده، به‌تدریج می‌تواند منجر به احساس بیگانگی از خود شود؛ به این معنا که فرد نه تنها ارتباطش با شریک زندگی سست می‌شود، بلکه رابطه‌ی درونی او با احساسات و خواسته‌های خودش نیز مختل می‌گردد. چنین وضعیتی می‌تواند توانایی زنان در تصمیم‌گیری، قاطعیت در مسائل جنسی و ابراز نیازها را کاهش دهد (بیزا[6] و همکاران، ۲۰۲۲). خودخاموشی در بافت‌های فرهنگی سنتی و جوامعی که انتظارات نقش جنسیتی پررنگ است، بیشتر دیده می‌شود. زنان در این فضاها غالباً برای ایفای نقش زن خوب تشویق یا حتی مجبور می‌شوند هیجانات خود را مهار کنند و نیازهای شخصی‌شان را فدای خواسته‌های همسر و خانواده نمایند (هارست[7] و همکاران، ۲۰۲۵).

از جمله عوامل کلیدی مرتبط با خودخاموشی، رضایت زناشویی[8] است. رضایت زناشویی به‌عنوان یکی از شاخص‌های بنیادین سلامت رابطه، ارزیابی ذهنی فرد از کیفیت، پایداری و مطلوبیت زندگی مشترک محسوب می‌شود و ابعاد گوناگونی نظیر رضایت جنسی، عاطفی، هیجانی، اقتصادی و حتی ادراک عدالت و حمایت در رابطه را دربرمی‌گیرد (کولاک[9] و همکاران، ۲۰۲۵). افرادی که سطح رضایت بیشتری را تجربه می‌کنند، معمولاً از سلامت روانی بهتر، کیفیت زندگی بالاتر، احساس امنیت عاطفی بیشتر و حتی طول عمر طولانی‌تری برخوردارند (رخشانی[10] و همکاران، ۲۰۲۴). رضایت زناشویی فرآیندی ایستا نیست، بلکه پویشی تدریجی و مداوم است که در آن زوجین با گذشت زمان ویژگی‌های شخصیتی، ارزش‌ها، نیازها و سلیقه‌های یکدیگر را بهتر می‌شناسند، قواعد رفتاری متناسب ایجاد می‌کنند، مهارت‌های ارتباطی مؤثر می‌آموزند و الگوهای تعاملی سازگارانه پرورش می‌دهند (دانگ[11] و همکاران، ۲۰۲۲). برعکس، کاهش رضایت زناشویی می‌تواند پیامدهای متعددی داشته باشد. در چنین شرایطی احتمال افزایش تعارض، کاهش صمیمیت، ضعف در حل مسئله و در نهایت توسل به راهبردهای انفعالی همچون خودخاموشی بیشتر می‌شود (پروایی و همکاران، ۱۴۰۲). پژوهش‌ها نشان داده‌اند زنانی که به‌طور مکرر احساسات، نیازها و ترجیحات شخصی خود را نادیده می‌گیرند تا رابطه را حفظ کنند، به‌تدریج دچار افت صمیمیت عاطفی، کاهش همدلی متقابل و احساس بی‌ارزشی می‌شوند و در نتیجه رضایت کمتری از زندگی مشترک خواهند داشت (نئیم و چامان[12]، ۲۰۲۲). علاوه بر این، خودخاموشی در کوتاه‌مدت ممکن است به‌عنوان مکانیسمی دفاعی یا استراتژی مقابله‌ای برای اجتناب از مشاجره و تنش در روابط زناشویی عمل کند، اما در بلندمدت، استمرار آن نه‌تنها به احساس بیگانگی عمیق از خویشتن، بلکه به کاهش کیفیت و انسجام رابطه، افزایش احساس تنهایی و حتی فرسایش بنیان خانواده منجر می‌شود. به بیان دیگر، خودخاموشی اگرچه ممکن است ظاهراً آرامش موقتی ایجاد کند، در نهایت چرخه‌ای معیوب از نارضایتی، سرخوردگی و فاصله عاطفی را به وجود می‌آورد که پیامدهای آن هم فرد و هم رابطه را دربرمی‌گیرد (دمیرکایا و کایا[13]، ۲۰۲۴).

1 self-silencing
2 Inman & London
3 Bowker
4 Parker
5 Akarsu & Sakallı
6 Baeza
7 Hurst
8 marital satisfaction
9 Kulak
10 Rakhshani
11 Dong
12 Naeem & Chaman
13 Demir Kaya & Kaya

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-06-14]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.1.271]

عامل مهم دیگری که نقش مهمی در خود-خاموشی دارد، سه‌گانه تاریک شخصیت[1] است که شامل سه ویژگی متمایز اما مرتبط یعنی خودشیفتگی، ماکیاولیانیسم و جامعه‌ستیزی می‌شود (جوناسون[2] و همکاران، ۲۰۲۱). افراد دارای این ویژگی‌ها اغلب خودمحور، فاقد همدلی، سلطه‌جو و در پی کسب منافع شخصی خویش هستند، حتی اگر این امر به زیان دیگران تمام شود (آکات[3] و همکاران، ۲۰۲۳). خودشیفتگی با نیاز افراطی به تحسین، تمایل به برتری‌جویی و سلطه‌گری در روابط همراه است؛ ماکیاولیانیسم بیشتر به دستکاری و فریب روانی دیگران برای رسیدن به اهداف شخصی اشاره دارد؛ و جامعه‌ستیزی به بی‌توجهی به قواعد اخلاقی، تکانش‌گری و رفتارهای پرخطر یا خصمانه مربوط می‌شود (راتیلال و وان نیکرک[4]، ۲۰۲۵). در بستر روابط زناشویی، حضور پررنگ این ویژگی‌ها می‌تواند ارتباط سالم میان زوجین را به‌طور جدی مختل کند، احساس امنیت روانی را کاهش دهد و فضایی آکنده از تنش، سلطه‌گری و بی‌اعتمادی ایجاد نماید. زنانی که خودشان دارای سطوح بالایی از این صفات‌اند یا به‌ویژه آنانی که شریک زندگی‌شان چنین ویژگی‌هایی دارد، بیشتر در معرض خودخاموشی قرار می‌گیرند (ربیعی و همکاران، ۱۴۰۲). آنان ممکن است برای اجتناب از مشاجره، به دلیل کنترل‌گری و سلطه‌ی همسر یا ترس از پیامدهای منفی مخالفت، نیازها و احساسات واقعی خود را سرکوب کنند و در نهایت به سکوت وادار شوند. در واقع، وجود این صفات در روابط زناشویی، چرخه‌ای معیوب ایجاد می‌کند که در آن یکی از زوجین برای بقا و حفظ رابطه ناچار به خاموش کردن خود می‌شود، در حالی که همین راهبرد در بلندمدت رضایت و کیفیت رابطه را بیش‌ازپیش تضعیف می‌کند (منصوبی‌فر و همکاران، ۱۴۰۳).

اگر چه به نظر می‌رسد رضایت زناشویی و سه گانه تاریک شخصیت به میزان قابل توجهی در خودخاموشی زنان متأهل نقش دارد، اما مسیرهای دیگری نیز وجود دارند که می‌توانند نقش مهمی را در خودخاموشی زنان ایفا کنند و به نوعی نقش میانجی داشته باشند. تنظیم هیجان[5] به توانایی فرد در شناسایی، درک، تعدیل و در نهایت ابراز مناسب هیجان‌ها اشاره دارد و دربرگیرنده‌ی مجموعه‌ای از مهارت‌های پیچیده است که در بستر تعاملات خانوادگی، روابط صمیمی و فرآیند اجتماعی شدن پرورش می‌یابند (مک کان و سیلورز[6]، ۲۰۲۵). این سازه چندبعدی شامل مراحلی همچون آگاهی و شناخت هیجانی، پذیرش و درک احساسات، انتخاب راهبردهای مقابله‌ای مناسب برای مدیریت موقعیت‌های استرس‌زا و همچنین کنترل رفتارهای تکانشی و ناسازگارانه است (گراس[7]، ۲۰۲۴). افرادی که از راهبردهای سازگارانه نظیر بازنگری شناختی، حل مسئله یا جست‌وجوی حمایت اجتماعی بهره می‌گیرند، معمولاً روابط سالم‌تر و رضایت بیشتری در زندگی شخصی و زناشویی دارند. در مقابل، هنگامی که افراد از راهبردهای ناکارآمد مانند سرکوب، اجتناب یا پرخاشگری استفاده می‌کنند یا در کنترل هیجان‌ها ناتوان‌اند، دچار بدتنظیمی هیجانی می‌شوند؛ حالتی که در آن میان هیجان‌های تجربه‌شده، اهداف فردی و الزامات اجتماعی نوعی ناسازگاری و تعارض شکل می‌گیرد (کوچیگیت و اوزان[8]، ۲۰۲۴). چنین وضعیتی نه‌تنها می‌تواند موجب تشدید مشکلات روان‌شناختی مانند اضطراب، افسردگی و فرسودگی هیجانی شود، بلکه در حوزه روابط بین‌فردی نیز به بروز سوءتفاهم، کاهش صمیمیت و افزایش تعارض منجر می‌گردد (برونو[9] و همکاران، ۲۰۱۹). دشتی و همکاران (۱۴۰۲) نشان دادند دشواری در تنظیم هیجان رابطه‌ای مثبت و معنادار با خودخاموشی دارد. همچنین، فاضلی‌راد و همکاران (۱۴۰۳) گزارش کردند سه‌گانه تاریک شخصیت به‌طور مثبت با مشکلات تنظیم هیجان مرتبط است.

در مجموع می‌توان بیان کرد که خودخاموشی به‌عنوان پدیده‌ای روان‌شناختی ـ اجتماعی، فرآیندی است که در آن فرد، به‌ویژه زنان، برای حفظ رابطه و اجتناب از تعارض، نیازها، احساسات و افکار شخصی خود را سرکوب می‌کنند. این رفتار با پیامدهایی چون کاهش رضایت زناشویی، افت کیفیت زندگی، افزایش اضطراب و افسردگی و حتی احساس بیگانگی از خود همراه است. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که عواملی همچون رضایت زناشویی، سه‌گانه تاریک شخصیت و مهارت‌های تنظیم هیجان نقش مهمی در شکل‌گیری و تشدید خودخاموشی ایفا می‌کنند؛ به‌طوری که کاهش رضایت زناشویی و وجود ویژگی‌های شخصیتی تاریک، زمینه‌ساز استفاده از راهبردهای انفعالی مانند خودخاموشی هستند و دشواری در تنظیم هیجان می‌تواند این اثرات را تقویت کند. با وجود مطالعات انجام‌شده، هنوز به‌طور کامل نقش واسطه‌ای تنظیم هیجان در رابطه بین رضایت زناشویی و سه‌گانه تاریک شخصیت با خودخاموشی بررسی نشده است. بررسی این موضوع اهمیت زیادی دارد، زیرا خودخاموشی علاوه بر تهدید سلامت روان، می‌تواند کیفیت و استحکام روابط زناشویی را کاهش دهد و پیامدهای

1 dark triad personality
2 Jonason
3 Akat
4 Rathilal & Van Niekerk
5 emotion regulation
6 McCann & Silvers
7 Gross
8 Koçyiğit & Uzun
9 Bruno

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-06-14]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.1.271]

منفی طولانی‌مدت برای زنان و خانواده‌ها ایجاد کند. شناخت دقیق عوامل مؤثر و مسیرهای میانجی مانند تنظیم هیجان می‌تواند به طراحی مداخلات روان‌شناختی، برنامه‌های آموزشی و مشاوره‌ای منجر شود که هدف آن کاهش خودخاموشی و ارتقای سلامت روان و رضایت زوجین در زندگی مشترک است، و بدین ترتیب تأثیرات مثبت اجتماعی و خانوادگی گسترده‌ای خواهد داشت. بنابراین این پژوهش با هدف تدوین مدل خود-خاموشی بر اساس رضایت زناشویی و سه‌گانه تاریک شخصیت با نقش واسطه‌ای تنظیم هیجان در زنان متاهل انجام شد.

روش

پژوهش حاضر توصیفی- همبستگی از نوع تحلیل مسیر بود. جامعه آماری پژوهش زنان متاهل شهر اصفهان در سال ۱۴۰۴ بودند. روش نمونه‌گیری به صورت در دسترس بود. برای تعیین حجم نمونه لوهلین (۱۹۹۲) پیشنهاد می‌کند که برای بررسی مدل ساختاری که در آن ۴-۲ عامل شرکت دارند، پژوهشگر باید روی گردآوری دست کم ۱۰۰ تا ۲۰۰ مورد برنامه‌ریزی کند. کاربرد نمونه‌های کوچک‌تر می‌تواند موجب عدم حصول همگرایی و به دست آوردن نتایج نامناسب و یا دقت پایین برآورد پارامترها و به ویژه خطاهای استاندارد شود (هومن، ۱۳۸۴)؛ بنابراین با توجه به مطلب مذکور و به دلیل احتمال ناقص بودن بعضی از پرسشنامه‌ها تعداد ۲۵۳ پرسشنامه برای پژوهش حاضر در نظر گرفته شد. ملاک ورود به پژوهش عبارت بود از رضایت آگاهانه جهت شرکت در پژوهش، داشتن سواد خواندن و نوشتن (حداقل مدرک سیکل)، حداقل یک سال از ازدواج آن‌ها سپری شده باشد، عدم مراجعه به روان‌شناس و روان‌پزشک در یک سال گذشته و ملاک‌های خروج از پژوهش نیز عدم تمایل به ادامه شرکت در پژوهش و پاسخ ندادن به بیش از پنج درصد سوال‌ها بود. در تمامی پرسشنامه‌ها به منظور رعایت ملاحظات اخلاقی، تصریح شده بود که اطلاعات ارائه‌شده توسط شرکت‌کنندگان به‌صورت کامل محرمانه باقی می‌ماند. پژوهشگران تمامی جنبه‌های اخلاقی را مدنظر قرار دادند تا از بروز هرگونه آسیب جسمانی، عاطفی یا روانی مرتبط با شرکت در مطالعه جلوگیری شود. همچنین به شرکت‌کنندگان اطلاع داده شد که در صورت تمایل، پس از پایان پژوهش، نتایج آن در اختیارشان قرار خواهد گرفت. همچنین این پژوهش با شناسه اخلاق IR.IAU.KHSH.REC.1404.204 در دانشگاه اسلامی آزاد مرکز خمینی شهر مصوب گردید. در پایان، داده‌های جمع‌آوری‌شده با استفاده از روش تحلیل مسیر و به کمک نرم‌افزارهای SPSS نسخه ۲۷ و AMOS نسخه ۲۴ مورد پردازش و تحلیل قرار گرفتند.

ابزار سنجش

مقیاس خود خاموشی[1] (STSS): مقیاس خود خاموشی توسط جک و دیل[2] (۱۹۹۲) تدوین شده است که شامل ۳۱ گویه پنج گزینه‌ای (کاملاً درست =۵ تا کاملاً نادرست =۱) که شامل چهار خرده مقیاس درک ظاهری از خود، قربانی کردن آگاهانه خود، خود خاموشی و تقسیم کردن خود است. حداقل نمره خود خاموشی ۳۱ و حداکثر نمره ۱۵۵ است. نمره‌ی بیشتر معادل میزان خود خاموشی بیشتر و نمره‌ی کمتر معادل میزان خود خاموشی کم‌تر است. جک و دیل (۱۹۹۲) ضریب پایایی آلفای کرونباخ این پرسشنامه را در زنان دانشجو ۰/۸۶، در زنان باردار ۰/۸۹ و در زنان پناهنده ۰/۹۴ و ضریب همبستگی معناداری (۰/۸۱) بین این پرسشنامه با پرسشنامه افسردگی بک ۲۱ ماده‌ای به دست آورند (جک و دیل، ۱۹۹۲). در ایران پروایی و همکاران (۱۴۰۲) در پژوهش خود ضریب پایایی به وسیله آلفای کرونباخ این پرسشنامه را ۰/۸۳ به دست آوردند. رجبی و همکاران (۱۳۹۴) در پژوهش خود ضریب روایی واگرا آن با مقیاس پرسشنامه‌ی ۱۲ ماده‌ای مهارت‌های هیجانی باگبی و همکاران (۱۹۹۴) بر روی ۵۰ نفر ۰/۱۹- به دست آمد. در پژوهش حاضر ضریب پایایی آلفای کرونباخ مقیاس خود خاموشی ۰/۸۵ بدست آمد.

مقیاس رضایت زناشویی انریچ[3] (EMS): این مقیاس در سال ۱۹۸۹ توسط فاورز و السون[4] طراحی شد و در سال ۱۹۹۳ مورد بازنگری قرار گرفت. این پرسشنامه شامل ۳۵ سؤال و چهار خرده مقیاس است که شامل رضایت زناشویی (رضایت از جنبه‌های مختلف ارتباط با همسر)، ارتباطات (مهارت‌های ارتباطی)، حل تعارض (روش‌های انحلال اختلافات) و تحریف آرمانی (ایده‌آل‌سازی روابط زناشویی) است. نمره‌گذاری این پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای انجام می‌گیرد. دامنه نمرات سه خرده مقیاس اول بین ۱۰ تا ۵۰ و برای خرده مقیاس چهارم بین ۵ تا ۲۵ است. نمره کل از مجموع نمرات چهار خرده مقیاس محاسبه می‌شود. فاورز و السون (۱۹۹۳) روایی

1 Silencing the Self Scale
2 Jack & Dill
3 Enrich Marital Satisfaction Scale
4 Fowers & Olson

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-06-14]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.1.271]

محتوایی این ابزار را ۰/۸۱ و پایایی به روش آلفای کرونباخ را برای کل پرسشنامه ۰/۸۶ و برای خرده‌مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۰، ۰/۸۴ و ۰/۸۳ گزارش کردند. عربعلیدوستی و همکاران (۱۳۹۴) به منظور بررسی روایی همگرا، از پرسشنامه رضایت زناشویی کانزاس (۱۹۸۶) و پرسشنامه کوتاه‌شده ده‌سؤالی انریچ (۱۹۹۳) استفاده کردند. نتایج نشان داد که ضرایب همبستگی به ترتیب ۰/۸۲ و ۰/۳۲ به دست آمد. همچنین پایایی ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۴ گزارش شد. در پژوهش حاضر ضریب پایایی آلفای کرونباخ مقیاس رضایت زناشویی ۰/۸۹ بدست آمد.

مقیاس سه صفت شخصیت تاریک[1] (DTDDS): مقیاس شخصیت تاریک توسط جانسون و وبستر[2] (۲۰۱۰) ساخته شده است و شامل ۱۲ گویه است که سه صفت تاریک ماکیاول‌گرایی، سایکوپاتی و خودشیفتگی را می‌سنجد. آزمودنی‌ها به گویه‌های این آزمون در مقیاس لیکرت ۹ نقطه‌ای از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۹ (کاملاً موافقم) پاسخ می‌دهند که نمره بالا نشان‌دهنده بیشتر بودن آن صفت در فرد است و بالعکس. در این مقیاس، هرکدام از سه صفت تاریک شخصیت توسط ۴ گویه سنجیده می‌شود و نمره افراد می‌تواند برای هر بعد بین ۴ تا ۳۶ باشد. خرده آزمون‌های این ابزار همبستگی خوبی با پرسشنامه‌های خودشیفتگی، ماکیاول‌گرایی و مقیاس سایکوپاتی دارند. ضریب پایایی بازآزمایی در فاصله زمانی ۳۰ روزه برای کل مقیاس ۰/۸۹، برای ماکیاول‌گرایی ۰/۸۶، برای سایکوپاتی ۰/۷۶ و برای خودشیفتگی ۰/۸۷ گزارش شده است. روایی سازه این مقیاس با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی برای هر سه عامل ماکیاول‌گرایی، سایکوپاتی و خودشیفتگی به ترتیب ۰/۶۸، ۰/۷۱ و ۰/۷۳ مورد تأیید قرار گرفت (جانسون و وبستر، ۲۰۱۰). سؤالات ۱ تا ۴ در این مقیاس به صفت ماکیاول‌گرایی، سؤالات ۵ تا ۸ صفت خودشیفتگی و سؤالات ۹ تا ۱۲ صفت سایکوپاتی را اندازه‌گیری می‌کند. در ایران روایی پرسشنامه از طریق تحقیقات قبلی و همچنین نظر اساتید دانشگاهی قابل تأیید بوده و پایایی آن نیز به وسیله ضریب آلفای کرونباخ برای هر سه عامل ماکیاول‌گرایی، سایکوپاتی و خودشیفتگی به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۶۸ و ۰/۶۹ گزارش شده است (بشرپور و شفیعی، ۱۳۹۴). بشرپور و شفیعی (۱۳۹۴) پایایی این پرسشنامه را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای هر سه عامل ماکیاول‌گرایی، سایکوپاتی و خودشیفتگی به ترتیب برابر با ۰/۷۵، ۰/۷۱ و ۰/۶۹ گزارش کرده‌اند. در این پژوهش ضرایب آلفای کرونباخ خرده مقیاس‌های خودشیفتگی ۰/۷۹، ماکیاولیسم ۰/۸۲ و جامعه‌ستیزی ۰/۸۷ به دست آمد.

پرسشنامه تنظیم هیجان[3] (ERQ): این پرسشنامه توسط گراس و جان[4] (۲۰۰۳) به منظور اندازه‌گیری راهبردهای تنظیم هیجان تهیه شده است. مقیاس فوق از ۱۰ گویه تشکیل شده است که دارای دو زیر مولفه ارزیابی مجدد (۶ گویه) و سرکوبی (۴ گویه) است. پاسخ‌ها بر اساس مقیاس لیکرت (هفت درجه‌ای)، از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۷) است. در پژوهش گراس و جان (۲۰۰۳) روایی سازه پرسشنامه از طریق تحلیل عاملی اکتشافی به روش مؤلفه‌های اصلی مؤید دو عامل بود که روی هم رفته توانایی تبیین ۷۸ درصد از واریانس را داشت، ضمن اینکه روایی تشخیصی این پرسشنامه نیز از طریق برآورد همبستگی خرده مقیاس سرکوبی پرسشنامه با نشانگان افسردگی و اضطراب به ترتیب ۰/۸۱ و ۰/۷۷ بدست آمد و مورد تأیید قرار گرفته است و پایایی بازآزمایی بعد از سه ماه برای کل پرسشنامه ۰/۶۹ گزارش شده است (گراس و جان، ۲۰۰۳). حسینی و خیر (۱۳۸۹) میزان آلفای کرونباخ پرسشنامه را ۰/۷۰ و روایی محتوایی کل پرسشنامه را ۰/۶۸ گزارش کردند. در پژوهش حاضر پایایی این پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ برای سرکوبی ۰/۸۶ و برای ارزیابی مجدد ۰/۸۰ به دست آمد.

یافته ها

در پژوهش حاضر ۲۵۳ زن متاهل با میانگین و انحراف معیار سنی به ترتیب برابر با ۳۵/۴۹ و ۷/۶۵ سال شرکت کردند. تعداد ۹۸ نفر از آن‌ها دارای مدرک زیرریپلم و دیپلم، ۱۱۰ نفر کارشناسی، ۳۴ کارشناسی ارشد و ۱۱ نفر دکتری بودند. همچنین میانگین و انحراف معیار مدت زمان ازدواج آن‌ها به ترتیب ۸/۱۷ و ۲/۷۲ بود. جدول ۱ میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

1 Scale Dark personality triad traits
2 Jonason & Webster
3 Emotion Regulation Questionnaire
4 Gross & John

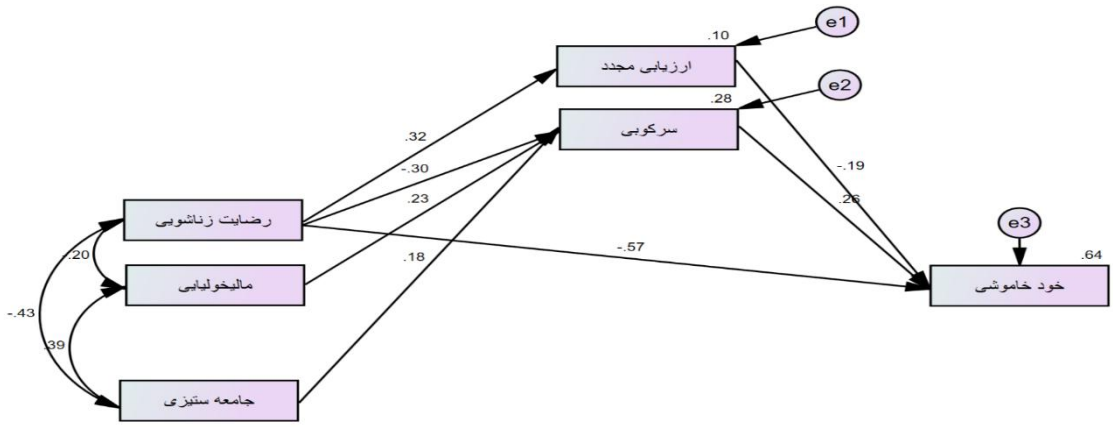
[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-06-14]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.1.271]

جدول ۱. ضرایب همبستگی پیرسون و شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱. رضایت زناشویی	-					
۲. ماکیاولیسم	-۰/۱۹**	-				
۳. خودشیفته	-۰/۴۷**	۰/۴۰**	-			
۴. جامعه ستیزی	-۰/۴۳**	۰/۳۹**	۰/۶۰**	-		
۵. تنظیم هیجان (ارزیابی مجدد)	۰/۳۲**	-۰/۱۳*	-۰/۱۴*	-۰/۲۴**	-	
۶. تنظیم هیجان (سرکوبی)	-۰/۴۲**	۰/۳۶**	۰/۳۷**	۰/۴۰**	-۰/۱۱	-
۷. خود-خاموشی	-۰/۷۴*	۰/۱۹**	۰/۴۰**	۰/۳۸**	-۰/۴۰**	۰/۵۲**
میانگین	۱۰۰/۲۴	۶/۰۲	۱۹/۰۹	۱۵/۶۱	۲۷/۵۲	۱۸/۴۷
انحراف معیار	۲۹/۶۰	۱/۷۹	۲/۹۹	۵/۱۶	۵/۶۹	۵/۶۱
کجی	۰/۱۷۷	۱/۰۲۷	-۰/۰۴۴	۰/۲۱۳	-۰/۰۱۹	-۰/۱۵۹
کشیدگی	-۰/۸۸۷	-۰/۴۸۸	-۱/۳۳۷	-۰/۳۶۶	-۰/۸۶۴	-۰/۸۷۱

* P‹۰/۰۵ **P‹۰/۰۱

جدول ۱ نشان داد که بین رضایت زناشویی و تنظیم هیجان (ارزیابی مجدد) با خود-خاموشی رابطه منفی معنادار و بین سه گانه تاریک شخصیت و تنظیم هیجان (سرکوبی) با خود-خاموشی، رابطه مثبت معناداری وجود دارد (p=۰/۰۱). مقادیر چولگی و کشیدگی تمامی مؤلفه‌ها در محدوده ۲± قرار داشت، بنابراین مفروضه نرمال بودن توزیع داده‌های تک‌متغیری تأیید شد. جدول ۱ نیز نشان می‌دهد که مفروضه هم‌خطی بودن بین متغیرها برقرار است، زیرا ضریب تحمل تمامی متغیرهای پیش‌بین بالاتر از ۰.۱ و مقادیر عامل تورم واریانس (VIF) کمتر از ۱۰ بودند. برای ارزیابی نرمال بودن توزیع چندمتغیری، تحلیل فاصله مهلنوبایس انجام شد که مقادیر چولگی و کشیدگی آن به ترتیب ۰/۸۷ و ۱/۰۷ به‌دست آمد و در محدوده ۲± قرار داشت، بنابراین مفروضه نرمال بودن چندمتغیری داده‌ها برقرار بود. همچنین بررسی نمودار پراکندگی واریانس‌های استانداردشده خطاها نشان داد که مفروضه همگنی واریانس‌ها نیز رعایت شده است. همان‌طور که پیش‌تر ذکر شد، داده‌ها با استفاده از تحلیل مسیر مورد بررسی قرار گرفتند. ابتدا برازش مدل اندازه‌گیری با بهره‌گیری از نرم‌افزار AMOS نسخه ۲۴ و روش برآورد بیشینه احتمال (ML) ارزیابی شد. جدول ۲ مسیرهای مستقیم بین متغیرهای پژوهش در مدل ساختاری را نشان می‌دهد.



شکل ۱. مدل اصلاح شده خود-خاموشی زنان بر اساس رضایت زناشویی و سه‌گانه تاریک شخصیت با نقش واسطه‌ای تنظیم هیجان

در شکل ۱ مدل اصلاح شده‌ی پژوهش حاضر پس از حذف مسیرهای غیر معنادار رسم شده است. بدین معنا که مسیرهایی که معنادار نبودند (مسیر خودشیفته به تنظیم هیجانی و خود-خاموشی؛ مسیر مالیخولیایی و جامعه‌ستیزی به ارزیابی مجدد و خود-خاموشی) اصلاح و حذف شدند (p>۰/۰۰۱) و همچنین مسیرهای مستقیم و غیرمستقیم بین متغیرهای پژوهش با خود-خاموشی در جدول ۲ و ۳ ذکر شده است.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-06-14]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.1.271]

جدول ۲. ضرایب مسیر مستقیم اثرات متغیرها و معنی‌داری پارامترهای برآورد شده

متغیر پیش‌بین	متغیر ملاک	برآورد	انحراف استاندارد	آماره (t)	سطح معناداری
رضایت زناشویی	ارزیابی مجدد	۰/۰۶۱	۰/۰۱۱	۵/۳۲۴	۰/۰۰۱
رضایت زناشویی	سرکوبی	-۰/۰۵۶	۰/۰۱۱	-۵/۰۱۹	۰/۰۰۱
مالیخولیا	سرکوبی	۰/۴۶۳	۰/۱۱۶	۳/۹۷۳	۰/۰۰۱
جامعه ستیزی	سرکوبی	۰/۲۰۰	۰/۰۶۹	۲/۹۱۶	۰/۰۰۱
رضایت زناشویی	خود خاموشی	-۰/۴۰۳	۰/۰۳۱	-۱۳/۱۴۵	۰/۰۰۱
سرکوبی	خود خاموشی	۰/۹۵۵	۰/۱۵۴	۶/۲۰۲	۰/۰۰۱
ارزیابی مجدد	خود خاموشی	-۰/۷۰۲	۰/۱۴۵	-۴/۸۳۶	۰/۰۰۱

جدول ۲ مسیرهای مستقیم بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. به‌طور مشخص، رضایت زناشویی بر ارزیابی مجدد و سرکوبی اثر معکوس و مستقیم دارد، ویژگی‌های سه‌گانه تاریک شخصیت مانند مالیخولیا و جامعه‌ستیزی اثر مثبت بر سرکوبی دارند، و همچنین مسیرهای سرکوبی و ارزیابی مجدد به خودخاموشی نیز معنادار هستند، که بیانگر نقش میانجی و اثرات مستقیم این متغیرها بر خودخاموشی است. همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود تمام متغیرهایی که مسیرهای مستقیم آن‌ها به متغیر ملاک دارای مقدار T بزرگ‌تر یا کوچک‌تر از ۱/۹۶± است تأثیر معنی‌داری (p‹۰/۰۰۱) بر متغیر ملاک دارند و مسیرهای غیر معنادار از مدل حذف شدند.

جدول ۳. ضرایب مسیر غیرمستقیم اثرات متغیرها و معنی‌داری پارامترهای برآورد شده با بوت استراپ

مسیر	Bootstrap	حد بالا	حد پایین	سطح معناداری
رضایت زناشویی ← ارزیابی مجدد ← خود خاموشی	-۰/۰۹۷	-۰/۰۶۳	-۰/۱۳۹	۰/۰۰۱
رضایت زناشویی ← سرکوبی ← خود خاموشی	۰/۱۲۵	۰/۲۶۷	۰/۰۷۷	۰/۰۰۱
مالیخولیایی ← سرکوبی ← خود خاموشی	۰/۱۹۱	۰/۳۳۴	۰/۰۸۴	۰/۰۰۱
جامعه ستیزی ← سرکوبی ← خود خاموشی	۰/۴۴۲	۰/۶۹۵	۰/۲۴۰	۰/۰۰۱

جدول ۳ مسیرهای غیرمستقیم با استفاده از بوت‌استراپ را نشان می‌دهد. به‌طور خاص، سرکوبی و ارزیابی مجدد به‌عنوان مکانیسم‌های میانجی، اثر متغیرهای پیش‌بین مانند رضایت زناشویی و ویژگی‌های سه‌گانه تاریک شخصیت بر خودخاموشی را توضیح می‌دهند و نقش واسطه‌ای آن‌ها در این روابط تایید شده است. در جدول ۴ شاخص‌های برازش مدل اصلاح شده ذکر شده است.

جدول ۴. شاخص‌های برازش مدل

شاخص برازندگی	دامنه قابل‌پذیرش	مدل اصلاح شده
نسبت خی‌دو به درجه آزادی	کم‌تر از ۵	۱/۲۷
شاخص برازندگی تطبیقی (CFI)	بزرگ‌تر از ۰/۹۰	۰/۹۹
شاخص برازندگی فزاینده (IFI)	بزرگ‌تر از ۰/۹۰	۰/۹۹
شاخص نیکویی برازش (GFI)	بزرگ‌تر از ۰/۹۰	۰/۹۹
شاخص برازش هنجار نشده (NFI)	بزرگ‌تر از ۰/۹۰	۰/۹۸
ریشه دوم برآورد واریانس خطای تقریب (RMSEA)	کم‌تر از ۰/۰۸	۰/۰۳

جدول ۴ شاخص‌های برازش را نشان می‌دهد که مدل اصلاح شده با داده‌های پژوهش همخوانی بسیار مناسبی دارد. نسبت خی‌دو به درجه آزادی کمتر از محدوده قابل‌پذیرش است و نشان‌دهنده تناسب مدل با داده‌هاست، در حالی که شاخص RMSEA پایین بوده و وجود خطای تقریب را در حد قابل قبول نشان می‌دهد. علاوه بر این، شاخص‌های تطبیقی و فزاینده مانند CFI، IFI، GFI وNFI همگی مقادیر بالایی دارند که بیانگر تطابق قوی مدل با ساختار داده‌ها است. در مجموع، این نتایج تأیید می‌کند که مدل ساختاری پیشنهادی، توانایی توضیح روابط بین متغیرهای پژوهش را به‌طور مطلوب دارد و برازش آماری آن با داده‌ها قابل اتکا است.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-06-14]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.1.271]

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تدوین مدل خود-خاموشی بر اساس رضایت زناشویی و سه‌گانه تاریک شخصیت با نقش واسطه‌ای تنظیم هیجان در زنان متاهل انجام شد. نتایج حاکی از آن بود که متغیر رضایت زناشویی هم به صورت مستقیم و هم غیر مستقیم از طریق تنظیم هیجان قادر به پیش‌بینی خود-خاموشی در زنان بود. این یافته با پژوهش‌های دمیرکایا و کایا (۲۰۲۴)؛ نئیم و چامان (۲۰۲۲)؛ دانگ و همکاران (۲۰۲۲) و پروایی و همکاران (۱۴۰۲) همسو بود. در تبیین یافته پژوهش حاضر می‌توان گفت که نخست باید توجه داشت که رضایت زناشویی به طور طبیعی با کیفیت روابط عاطفی و روانی زوجین گره خورده است. وقتی زنان از رابطه‌ی زناشویی خود رضایت بیشتری دارند، احساس امنیت، صمیمیت و ارزشمندی بیشتری را تجربه می‌کنند. در چنین فضایی احتمال این که خود را خاموش کرده و نیازها، خواسته‌ها یا حتی نارضایتی‌های خود را پنهان کنند، کاهش می‌یابد. برعکس، در شرایط نارضایتی زناشویی، زنان برای پرهیز از تعارض یا جلوگیری از طرد شدن، بیشتر به خود-خاموشی متوسل می‌شوند. بنابراین مسیر مستقیم میان این دو متغیر قابل انتظار است (کولاک و همکاران، ۲۰۲۵). از سوی دیگر، تنظیم هیجان به عنوان یک فرایند روان‌شناختی واسطه‌ای عمل می‌کند. زنان در روابط زناشوییِ رضایت‌بخش معمولاً فرصت و فضای بیشتری برای یادگیری و تمرین راهبردهای سالم تنظیم هیجان پیدا می‌کنند. حمایت عاطفی همسر، امکان گفت‌وگو و وجود صمیمیت، همگی باعث می‌شوند فرد بهتر بتواند احساسات منفی مانند خشم، اضطراب یا غم را مدیریت کند. توانایی در تنظیم هیجان به نوبه خود مانع از گرایش به خود-خاموشی می‌شود، زیرا فرد قادر است هیجانات خود را ابراز کرده و با آنها کنار بیاید، بدون آن‌که مجبور به سرکوب یا انکارشان شود (دمیرکایا و کایا، ۲۰۲۴). این یافته همچنین با جنبه‌های هویتی و جنسیتی در فرهنگ‌های مختلف پیوند دارد. در بسیاری از زمینه‌های اجتماعی، از زنان انتظار می‌رود نقش سازگاری بیشتری در خانواده داشته باشند. در نتیجه اگر رضایت زناشویی پایین باشد و مهارت تنظیم هیجان ضعیف، احتمال خود-خاموشی افزایش می‌یابد؛ زیرا زن برای حفظ رابطه یا اجتناب از مناقشه، خود را ناچار به خاموشی می‌بیند. اما وقتی رضایت زناشویی بالا و تنظیم هیجان قوی باشد، این الگو تضعیف شده و زنان احساس می‌کنند می‌توانند صدای خود را بیان کنند. یکی دیگر از دلایل این یافته، نقش رضایت زناشویی در شکل‌گیری سرمایه‌ی روان‌شناختی است. زنانِ راضی از زندگی مشترک، خودکارآمدی بیشتری در تعاملات عاطفی تجربه می‌کنند و همین باعث می‌شود به جای خاموش‌کردن خود، به شیوه‌های فعال‌تری برای مواجهه با تنش‌ها متوسل شوند. این سرمایه روان‌شناختی از طریق تنظیم هیجان به شکل غیرمستقیم عمل می‌کند، زیرا خودکارآمدی بالا به فرد امکان می‌دهد در لحظات دشوار هیجانات خود را بازشناسی، برچسب‌گذاری و مدیریت کند. در نهایت، می‌توان گفت که این الگو نشان‌دهنده‌ی یک چرخه‌ی مثبت یا منفی در روابط زناشویی است. اگر رضایت زناشویی پایین باشد، مشکلات تنظیم هیجان بیشتر می‌شود و این دو عامل دست به دست هم می‌دهند تا خود-خاموشی افزایش یابد. در مقابل، رضایت زناشویی بالا با تقویت توان تنظیم هیجان، احتمال خاموشی خود را به حداقل می‌رساند. به همین دلیل هم مسیر مستقیم و هم غیرمستقیم در نتایج تحقیق معنادار شده است (نئیم و چامان، ۲۰۲۲).

یافته دیگر پژوهش حاکی از آن بود که متغیر ماکیاولیسم و جامعه‌ستیزی به صورت غیر مستقیم از طریق تنظیم هیجان قادر به پیش‌بینی خود-خاموشی در زنان بود. این یافته با پژوهش‌های راتیلال و وان نیکرک (۲۰۲۵)؛ منصوبی‌فر و همکاران (۱۴۰۳)؛ ربیعی و همکاران (۱۴۰۲) و جوناسون و همکاران (۲۰۲۱) همسو بود. در تبیین این یافته از پژوهش حاضر می‌توان بیان کرد که افراد با صفات ماکیاولیستی معمولاً تمایل دارند روابط خود را بر اساس کنترل، دستکاری یا منافع شخصی مدیریت کنند. این گرایش به تنهایی الزاماً به خود-خاموشی نمی‌انجامد، زیرا چنین افرادی اغلب در ابراز نیازها و خواسته‌های خود تردیدی ندارند. اما اگر توانایی تنظیم هیجان در آن‌ها ناکافی باشد، ممکن است برای دستیابی به اهدافشان به راهبردهای اجتنابی مثل خاموش‌کردن خود یا سرپوش گذاشتن بر احساسات متوسل شوند. بنابراین نقش واسطه‌ای تنظیم هیجان در اینجا کلیدی است. از سوی دیگر، جامعه‌ستیزی با ویژگی‌هایی همچون تکانشگری، فقدان همدلی و تمایل به نقض هنجارها شناخته می‌شود. این خصوصیات به طور مستقیم به خود-خاموشی منجر نمی‌شوند، زیرا افراد جامعه‌ستیز معمولاً ابرازگری بالایی دارند و کمتر تمایل به سکوت یا انفعال دارند. اما وقتی ضعف در تنظیم هیجان با این ویژگی‌ها همراه شود، فرد برای کنترل پیامدهای هیجانی منفی (مثل خشم یا اضطراب ناشی از واکنش دیگران) به خاموشی خود روی می‌آورد. در واقع، ناتوانی در مدیریت هیجان‌های منفی است که این صفات را به بروز خود-خاموشی پیوند می‌دهد (منصوبی‌فر و همکاران، ۱۴۰۳). خاموش‌کردن خود غالباً برای حفظ رابطه یا اجتناب از تعارض صورت می‌گیرد. در زنان با گرایش ماکیاولیستی یا جامعه‌ستیز، اگر تنظیم هیجان کارآمد نباشد، احتمال دارد فرد برای رسیدن به اهدافش یا جلوگیری از پیامدهای ناخوشایند روابط، استراتژی خود-خاموشی را

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-06-14]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.1.271]

انتخاب کند. به عبارتی، تنظیم هیجان ضعیف آن‌ها را به سمت سازوکارهایی می‌برد که از نظر سطحی محافظت‌کننده‌اند، هرچند در بلندمدت آسیب‌زا خواهند بود. این مسیر غیرمستقیم همچنین بیانگر آن است که صفات شخصیتی به خودی خود تعیین‌کننده‌ی رفتارهای رابطه‌ای نیستند، بلکه کیفیت فرایندهای هیجانی است که جهت و شدت این تأثیر را مشخص می‌کند. بنابراین، در زنان با سطوح بالای ماکیاولیسم یا جامعه‌ستیزی، اگر توانایی تنظیم هیجان بالا باشد، احتمال خاموشی خود کاهش می‌یابد، اما در صورت ضعف تنظیم هیجان، این گرایش‌ها به سمت افزایش خود-خاموشی هدایت می‌شوند (راتیلال و وان نیکرک، ۲۰۲۵).

در مجموع یافته‌ها نشان دادند که رضایت زناشویی هم به‌طور مستقیم و هم از طریق تنظیم هیجان خود-خاموشی زنان را پیش‌بینی می‌کند، در حالی‌که ماکیاولیسم و جامعه‌ستیزی تنها از مسیر غیرمستقیم تنظیم هیجان مؤثرند. بدین ترتیب، تنظیم هیجان نقش کلیدی در پیوند کیفیت رابطه و ویژگی‌های شخصیتی با خود-خاموشی ایفا می‌کند و می‌تواند محور اصلی مداخلات بالینی برای کاهش این الگو باشد.

با توجه به روش پژوهش حاضر که از نوع توصیفی-همبستگی و مبتنی بر نمونه‌گیری در دسترس از زنان متأهل شهر اصفهان بود، نتایج باید با احتیاط تفسیر شوند؛ زیرا استفاده از نمونه‌گیری غیرتصادفی و محدودیت جغرافیایی تعمیم‌پذیری یافته‌ها را کاهش می‌دهد. همچنین ماهیت همبستگی و تحلیل مسیر امکان استنتاج علی قطعی را فراهم نمی‌سازد و اتکای صرف بر پرسشنامه‌های خودگزارشی احتمال سوگیری پاسخ‌دهی را افزایش می‌دهد. پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده با بهره‌گیری از طرح‌های طولی یا مداخله‌ای، استفاده از نمونه‌های متنوع‌تر از نظر فرهنگی و جمعیت‌شناختی، و به‌کارگیری روش‌های چندمنبعی (مانند مشاهده یا گزارش همسر) به غنای نتایج بیفزایند. از نظر کاربردی، یافته‌ها بر اهمیت آموزش و تقویت تنظیم هیجان در مداخلات بالینی و مشاوره خانواده تأکید دارند، به‌ویژه در زمینه ارتقای رضایت زناشویی و کاهش اثرات منفی صفات شخصیتی تیره بر روابط؛ بنابراین طراحی کارگاه‌های مهارت‌آموزی هیجانی برای زنان و زوجین می‌تواند رویکردی اثربخش در پیشگیری و کاهش خود-خاموشی باشد.

منابع

بشرپور، س؛ و شفیعی، م. (۱۳۹۴). ویژگی‌های روانسنجی نسخه فارسی فرم کوتاه مقیاس سه صفت تاریک شخصیت در دانشجویان. *فصلنامه پژوهش در سلامت روانشناختی*، ۹(۱)، ۱۱-۱. http://dorl.net/dor/20.1001.1.20080166.1394.9.1.1.9

پروایی، ش؛ مام شریفی، پ؛ شهامت ده سرخ، ف. (۱۴۰۲). مدل خود خاموشی و گرایش به طلاق با نقش واسطه‌ای تعارض زناشویی در زنان متأهل. *رویش روان شناسی*، ۱۲ (۹)، ۱۷۸-۱۶۹.http://frooyesh.ir/article-1-4750-fa.html

حسینی، ف؛ و خیر، م. (۱۳۸۹). بررسی نقش معلم در هیجانات تحصیلی ریاضی و تنظیم هیجانی دانش‌آموزان. *فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی*، ۵(۲۰)، ۴۱-۶۳. https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_4176.html

دشتی، آ؛ زرگر، ی؛ داودی، ا؛ و ارشدی، ن. (۱۴۰۲). ارتباط بین ذهن‌آگاهی، دشواری در تنظیم هیجان، خودخاموشی و استرس ادراک شده با سندرم پیش از قاعدگی: رویکرد مدلیابی معادلات ساختاری. *روان شناسی بالینی*، ۱۵(۱)، ۲۷-۳۷. https://doi.org/10.22075/jcp.2023.27545.2467

ربیعی، ن؛ کوچک انتظار، ر؛ قنبری پناه، ا؛ و کوشکی، ش. (۱۴۰۲). پیش بینی تعهد زناشویی بر مبنای صفات سه گانه تاریک و پنج عامل بزرگ. *شخصیت مجله علوم روانشناختی*، ۲۲ (۱۲۶)، ۱۱۰۳-۱۱۲۰.http://dx.doi.org/10.52547/JPS.22.126.1103

رجبی، غ؛ ملک محمدی، ف؛ امان الهی فر، ع؛ و سودانی، م. (۱۳۹۴). خودانتقادی، جهت‌گیری مذهبی درونی، افسردگی و احساس تنهایی با میانجی‌گری خودخاموشی در دانشجویان درگیر رابطه‌ی رمانتیک: یک مدل تحلیل مسیر. *مجله اصول بهداشت روانی*، ۱۷(۶)، ۲۸۴-۲۹۱. https://doi.org/10.22038/jfmh.2015.5450

فاضلی راد، ه؛ پیرزاده، م؛ بروکی میلان، ب؛ و نوری قاسم آبادی، ر. (۱۴۰۳). بررسی روابط ساختاری سه‌گانه تاریک شخصیت و پرستش افراد مشهور با تأکید بر نقش میانجی دشواری در تنظیم هیجان. *پژوهش های روانشناسی اجتماعی*، ۱۴(۵۴)، ۱۵-۲۸. https://doi.org/10.22034/spr.2024.426259.1885

عرب علیدوستی، ع؛ نخعی، ن؛ و خانجانی، ن. (۱۳۹۴). پایایی و روایی پرسشنامه های رضایت زناشویی کانزاس و اینریچ کوتاه شده به زبان فارسی. *بهداشت و توسعه*، ۴(۲)، ۱۵۸-۱۶۷. https://sid.ir/paper/233606/fa

مام شریفی، پ؛ اسدی، م؛ و دادور ممقانی، ا. (۱۴۰۳). مدل خود خاموشی و افسردگی در زنان متأهل با نقش واسطه‌ای تنظیم هیجان. *رویش روان شناسی*، ۱۳ (۶)، ۲۱۱-۲۲۰. http://frooyesh.ir/article-1-5167-fa.html

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-06-14]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.1.271]

منصوبی فر، م؛ پشمک چی نوبری، ز؛ و طهمورسی، ن. (۱۴۰۳). پیش‌بینی دلزدگی زناشویی بر اساس سه گانه تاریک شخصیت در زوجین متقاضی طلاق. فصلنامه ایده های نوین روانشناسی، ۲۰ (۲۴)، ۱۳-۱. http://jnip.ir/article-1-1141-fa.html

Akat, M., Arslan, C., & Hamarta, E. (2023). Dark Triad Personality and Phubbing: The Mediator Role of Fomo. *Psychological reports*, *126*(4), 1803–1821. https://doi.org/10.1177/00332941221109119

Akarsu, A. S., & Sakallı, N. (2023). The associations among self-silencing, ambivalent sexism, and perceived devaluation of women in Turkey. *Current Psychology*, *42*(13), 10693-10705. http://doi.org/10.1007/s12144-021-02353-8

Baeza, M. J., De Santis, J. P., & Cianelli, R. (2022). A concept analysis of self-silencing. *Issues in Mental Health Nursing*, *43*(8), 766–775. https://doi.org/10.1080/01612840.2022.2053009

Bowker, J. C., Richard, C. L., Stotsky, M. V., Weingarten, J. P., & Shafik, M. I. (2023). Understanding shyness and psychosocial difficulties during early adolescence: The role of friend shyness and self-silencing. *Personality and Individual Differences*, *209*, 112209. https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112209

Bruno, A., Celebre, L., Torre, G., Pandolfo, G., Mento, C., Cedro, C., Zoccali, R. A., & Muscatello, M. R. A. (2019). Focus on Disruptive Mood Dysregulation Disorder: A review of the literature. *Psychiatry research*, *279*, 323–330. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2019.05.043

Demir Kaya, M., & Kaya, F. (2024). Irrational romantic relationship beliefs and self-silencing: Mediating role of emotion regulation. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, *42*(3), 610–623. https://doi.org/10.1007/s10942-023-00535-w

Dong, S., Dong, Q., & Chen, H. (2022). Mothers' parenting stress, depression, marital conflict, and marital satisfaction: The moderating effect of fathers' empathy tendency. *Journal of affective disorders*, *299*, 682–690. https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.12.079

Fowers, B. J., & Olson, D. H. (1993). ENRICH Marital Satisfaction Scale: A brief research and clinical tool. *Journal of Family Psychology*, *7*(2), 176–185. https://doi.org/10.1037/0893-3200.7.2.176

Gross, J. J. (2024). Conceptual foundations of emotion regulation. In J. J. Gross & B. Q. Ford (Eds.), *Handbook of emotion regulation* (3rd ed., pp. 3–12). The Guilford Press.

Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of personality and social psychology*, *85*(2), 348–362. https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348

Hurst, K. F., Sintov, N. D., Hobbs, L., & Donnelly, G. E. (2025). Self-silencing predicts behavioral conformity in sustainability contexts. *Journal of Environmental Psychology*, *102*, 102555. https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2025.102555

Inman, E. M., & London, B. (2022). Self-silencing Mediates the Relationship Between Rejection Sensitivity and Intimate Partner Violence. *Journal of interpersonal violence*, *37*(13-14), NP12475–NP12494. https://doi.org/10.1177/0886260521997948

Jack, D. C., & Dill, D. (1992). *Silencing the Self Scale (STSS)* [Database record]. APA PsycTests. https://doi.org/10.1037/t07263-000

Jonason, P. K., Kaźmierczak, I., Campos, A. C., & Davis, M. D. (2021). Leaving without a word: Ghosting and the Dark Triad traits. *Acta psychologica*, *220*, 103425. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2021.103425

Jonason, P. K., Webster, G. D. (2010). The Dirty Dozen: A Concise Measure of the Dark Triad. *Psychological Assessment*. 22, 2, 420–432. https://doi.org/10.1037/a0019265

Koçyiğit, M., & Uzun, M. (2024). Couple burnout and marital satisfaction: Serial mediation by mindfulness and emotion regulation. *American Journal of Family Therapy*, *52*(5), 575–593. https://doi.org/10.1080/01926187.2024.2322461

Kulak, J. A., Heavey, S. C., Marsack, L. F., & Leonard, K. E. (2025). Alcohol Misuse, Marital Functioning and Marital Instability: An Evidence-Based Review on Intimate Partner Violence, Marital Satisfaction and Divorce. *Substance Abuse and Rehabilitation*, 39-53.

McCann, C. F., & Silvers, J. A. (2025). Emotion regulation: Foundational abilities for optimal youth development. *Positive youth development: Integrating research and practice*, 303-319. https://doi.org/10.1007/978-3-031-85110-0_18

Naeem, B., & Chaman, A. (2022). The Association of Adverse Self-Silencing and Marital Conflict with Symptoms of Depression and Dissociation in Married Madrassa and Non-Madrassa Women: A Crosssectional Study. *Nature-Nurture Journal of Psychology*, *2*(2), 30-40. https://doi.org/10.53107/nnjp.v2i2.23

Parker, J. E., Enders, C. K., Tomiyama, A. J., & Hunger, J. M. (2025). Gendered racial microaggressions, self-silencing, and disordered eating in Black women. *Body image*, *54*, 101901. https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2025.101901

Rakhshani, T., Amirsafavi, M., Motazedian, N., Harsini, P. A., Kamyab, A., & Jeihooni, A. K. (2024). Association of quality of life with marital satisfaction, stress, and anxiety in middle-aged women. *Frontiers in psychology*, *15*, 1357320. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1357320

Rathilal, A., & Van Niekerk, R. L. (2025). The relationship between the dark triad personality traits, motivation, mood states, and exercise dependence. *South African Journal of Psychology*, *55*(3), 417-431. https://doi.org/10.1177/00812463251365477

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-06-14]

[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.1.271]