

## بررسی قدرت پیش‌بینی‌کنندگی توافق‌پذیری، همدلی زناشویی و بخشش زناشویی بر رضایت زناشویی در زنان متأهل

### Investigating the Predictive Power of Agreeableness, Marital Empathy and Marital Forgiveness on Marital Satisfaction in Married Women

Hossein Tahmasby, MSc<sup>✉</sup>

Yadollah Khorramabadi, PhD

حسین طهماسبی<sup>۱</sup>

یداله خرم‌آبادی<sup>۲</sup>

#### Abstract

This study was conducted with the aim of determining the predictive power of agreeableness, marital empathy, and marital forgiveness on marital satisfaction in married women. In this investigation, employing the correlational methodology of the regression type, an assemblage of 840 wedded women domiciled within the geographic confines of Lorestan province, was chosen through the multi-stage cluster random sampling. The Enrich Marital Satisfaction Scale, the NEO-FFI Questionnaire, the Marital Empathy Scale, and the Marital Forgiveness Scale were used as standard questionnaires for data collection. The collected data was analyzed using SPSS software. The coefficient of determination with a value of 0.373 in the multiple linear regression test showed that the model explains 37.3% of the changes in marital satisfaction. The standardized coefficients showed that agreeableness, empathy, and forgiveness are significant predictors of marital satisfaction. The results indicate that marital satisfaction is positively affected by agreeableness, empathy, and forgiveness, so a one-unit increase in agreeableness, empathy, and forgiveness corresponds to an increase of 0.101, 0.252, and 0.433 units in marital satisfaction, respectively. Forgiveness played the most important role in marital satisfaction, followed by empathy, and then agreeableness. In conclusion, in order to increase the satisfaction of married couples, especially women, it is recommended to hold workshops focusing on increasing knowledge of agreeableness personality trait and strengthening positive traits such as empathy and forgiveness.

**Keywords:** Agreeableness, Empathy, Forgiveness, Marital Satisfaction, Married Women

#### چکیده

این مطالعه با هدف تعیین قدرت پیش‌بینی‌کنندگی توافق‌پذیری، همدلی زناشویی و بخشش زناشویی بر رضایت زناشویی در زنان متأهل انجام شد. در این پژوهش، با استفاده از روش تحقیق همبستگی از نوع رگرسیون، مجموعه‌ای متشکل از ۸۴۰ زن متأهل ساکن محدوده جغرافیایی استان لرستان به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. مقیاس رضایت زناشویی انریچ، سیاهه NEO-FFI، مقیاس همدلی زناشویی و مقیاس بخشش زناشویی به‌عنوان پرسشنامه‌های استاندارد برای جمع‌آوری داده‌ها استفاده شدند. با استفاده از نرم‌افزار SPSS، تجزیه و تحلیل داده‌ها انجام شد. ضریب تعیین با مقدار ۰/۳۷۳ در آزمون رگرسیون خطی چندگانه نشان داد که مدل ۳۷/۳ درصد از تغییرات رضایت زناشویی را تبیین می‌کند. ضرایب استاندارد نشان دادند که توافق‌پذیری، همدلی و بخشش پیش‌بینی‌کننده‌های معنادار رضایت زناشویی هستند. نتایج حاکی از آن است که رضایت زناشویی به‌طور مثبت تحت تأثیر توافق‌پذیری، همدلی و بخشش قرار می‌گیرد، به‌طوری که افزایش یک واحدی در توافق‌پذیری، همدلی و بخشش به‌ترتیب با افزایش ۰/۱۰۱، ۰/۲۵۲، ۰/۴۳۳ واحدی در رضایت زناشویی مطابقت دارد. بخشش مهمترین نقش را در وضعیت رضایت زناشویی ایفا می‌کرد و پس از آن همدلی و سپس توافق‌پذیری نقش داشتند. به‌عنوان نتیجه‌گیری، به‌منظور افزایش رضایت زوج‌های متأهل، به‌ویژه زنان، برگزاری کارگاه‌هایی با تمرکز بر افزایش آگاهی در مورد ویژگی شخصیتی توافق‌پذیری و تقویت ویژگی‌های مثبت مانند همدلی و بخشش، توصیه می‌شود.

**واژه‌های کلیدی:** توافق‌پذیری، همدلی، بخشش، رضایت زناشویی، زنان متأهل

دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۵/۱ تصویب نهایی: ۱۴۰۲/۱۱/۲۵

۱. گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران. (نویسنده مسئول)

۲. گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

## ● مقدمه

مطالعات بین‌المللی اخیر افزایش هشداردهنده‌ای را در میزان جدایی و طلاق نشان داده‌اند، به این صورت که تقریباً دو سوم ازدواج‌های اول به طلاق ختم می‌شوند که ماهیت چالش‌برانگیز دستیابی و حفظ رضایت زناشویی که به شادی و رضایت کلی تجربه شده در یک ازدواج اشاره دارد را روشن کرده و نشان داده‌اند که در سال‌های اخیر میزان رضایت زناشویی رو به کاهش بوده است (چکوسکا-بیلوگا و لوئیکا-زلنت، ۲۰۲۱). از آنجایی که عوامل مختلفی می‌توانند به صورت مستقیم یا غیرمستقیم بر رضایت افراد تأثیر بگذارند (صلایانی و همکاران، ۱۳۹۹؛ نعیمی و محمودی کیا، ۱۳۹۸؛ بشرپور و میری، ۱۳۹۷)، بنابراین، با به دست آوردن اطلاعات کاربردی در مورد جنبه‌های اساسی زندگی زناشویی، از جمله به واسطه تحقیقات در مورد عوامل مؤثر بر رضایت زناشویی می‌توان توصیه‌ها و استراتژی‌های مدیریتی مبتنی بر شواهد ارزشمندی ارائه داد که بر دیدگاه مشاوران خانواده، درمانگران و سیاست‌گذاران تأثیر گذارد و به تبع آن می‌تواند منجر به کاهش نرخ نگران‌کننده طلاق شود.

مجموعه تحقیقات موجود به طور مداوم بر نقش محوری توافق‌پذیری (agreeableness) در رضایت از روابط زناشویی تأکید دارند (سایه‌میری و همکاران، ۲۰۲۰؛ هلر، واتسون، و ایلز، ۲۰۰۴؛ مالوف و همکاران، ۲۰۱۰؛ بوتوین و همکاران، ۱۹۹۷؛ بوچارد و همکاران، ۱۹۹۹؛ گرازیانو و همکاران، ۱۹۹۶؛ واتسون و همکاران، ۲۰۰۰). توافق‌پذیری یک ویژگی شخصیتی است که با تمایل به همدل بودن، گرم بودن، مراقبت کردن و اعتماد کردن به جای ویژگی‌هایی همچون دوری‌گزینی، دوست‌نداشتن و نبود همکاری مشخص می‌شود (نتل، ۲۰۰۷). این ویژگی به طور مثبت با ارزش‌هایی مانند خیرخواهی و مردم‌دوستی مرتبط است، اما به طور منفی با ارزش‌هایی مانند قدرت و موفقیت در ارتباط است (روکاس و همکاران، ۲۰۰۲؛ اندرسون و کوان، ۲۰۱۴). بنابراین، در زمینه ازدواج، شریکی که سطوح بالایی برای رسیدن به اهداف مشترک است. این امر به نوبه خود می‌تواند به سطوح بالاتر رضایت زناشویی و مشارکت قوی‌تر و رضایت‌بخش‌تر منجر شود. تحقیقات نشان داده است که توافق‌پذیری می‌تواند تأثیر قابل توجهی بر تعارض‌ها بین فردی و رضایت از رابطه داشته باشد. افراد موافق بیشتر از تاکتیک‌های سازش استفاده می‌کنند و احتمال کمتری وجود دارد که از استراتژی‌های نداشتن مشارکت و ابراز قدرت در طول تعارض‌ها استفاده کنند (گرازیانو و همکاران، ۱۹۹۶). این امر، ممکن است به این دلیل باشد که افراد موافق بهتر می‌توانند رفتار خود را مدیریت کنند و با عواطف منفی کمتر به تعارض‌ها پاسخ دهند (گرازیانو و آیزنبرگ، ۱۹۹۷؛ جنسن-کمپبل و همکاران، ۲۰۰۲). آنها همچنین ممکن است برداشت‌های مثبت بیشتری در مورد رفتارهای تحریک‌آمیز داشته باشند که می‌تواند به راهبردهای حل تعارض سازنده‌تر منجر شود (گرازیانو و همکاران، ۱۹۹۶) و در نهایت رضایت زناشویی را افزایش دهد. علاوه بر این، افراد موافق ممکن است انگیزه بیشتری برای حفظ روابط مثبت داشته باشند و افراد را به شیوه‌هایی مطابق با انگیزه‌هایشان درک کنند (جنسن-کمپبل و گرازیانو، ۲۰۰۱؛ گرازیانو و همکاران، ۱۹۹۶). این نظام انگیزشی می‌تواند منجر به الگوهای سازنده‌تر مخالفت کردن در طول تعارض‌ها و در کل به تعارض‌های ادراک شده کم‌تر منجر شود (گرازیانو و همکاران، ۱۹۹۶). بر این اساس، این نظام انگیزشی می‌تواند به ازدواجی هماهنگ‌تر و رضایت‌بخش‌تر منجر شود.

مطالعات علمی متعدد در حوزه روابط زناشویی، همبستگی قوی و غیرقابل انکاری را بین سطوح بالای همدلی (empathy) و افزایش قابل ملاحظه در رضایت کلی از پیوندهای زناشویی به اثبات رسانده‌اند (ون و همکاران، ۲۰۲۲؛ رجبی و همکاران، ۱۴۰۱؛ غفوریان قهرمانی و مهدویان، ۱۴۰۰؛ فتوت و همکاران، ۱۳۹۸؛ پلپا و همکاران، ۲۰۱۹؛ احمدی اردکانی و فاطمی عقدا، ۱۳۹۸؛ لادا و کازمیرچاک، ۲۰۱۹؛ نادری و همکاران، ۱۳۹۴) مفهوم همدلی، به دلیل پیچیدگی و چندبعدی بودن، در مطالعات مختلف مورد بررسی و تحلیل قرار گرفته است؛ بر اساس این مطالعات، ابعاد شناختی و عاطفی را در بر می‌گیرد که در این راستا، همدلی شناختی به تمرکز بر فهم و تشخیص دقیق احساسات و افکار دیگران می‌پردازد، درحالی‌که همدلی عاطفی شامل به اشتراک گذاشتن و تجربه احساسات و افکار مشترک با دیگران است (سورگولادزه و برگن-سیکو، ۲۰۲۰). با همدلی کردن، افراد می‌توانند به درک بالاتری از دیدگاه‌ها و عواطف همسر خود دست پیدا و مهارت‌های ارتباطی و حل مسئله را بیشتر تقویت کنند (مک کالو و ورثینگتون، ۱۹۹۵؛ ورثینگتون، ۲۰۰۶). احتمال رضایت از رابطه زمانی افزایش می‌یابد که زوج‌ها توانایی درک و پذیرش دیدگاه‌ها و نیازهای یکدیگر را داشته باشند (لاور،

لاور و کر، ۱۹۹۰). از این رو، می‌توان نتیجه گرفت که زوج‌هایی که نسبت به یکدیگر همدلی نشان می‌دهند، تمایل بیشتری به افزایش تجربه رضایت زناشویی دارند. علاوه بر این، فیلدز (۱۹۸۳) پی برد که زوج‌هایی که از رابطه خود راضی هستند، دارای توانایی سازگاری با نیازهای در حال تغییر شریک زندگی خود هستند. برای سازگاری نیز، داشتن تمایل به همدلی با شریک زندگی و درک دیدگاه او بسیار مهم است.

مطالعات متعدد در قلمرو روابط زناشویی گویای وجود همبستگی قابل ملاحظه‌ای بین سطح بالای بخشش (forgiveness) و ارتقای چشمگیر رضایت کلی از زندگی مشترک است (فوپوشوا و زاهورکوا، ۲۰۲۲؛ مندس-تیسیرا و دوارت، ۲۰۲۱؛ جهان و همکاران، ۱۴۰۰؛ کاوه فارسانی، ۱۴۰۰؛ رابرتز و همکاران، ۲۰۲۱). در حالی که تعاریف گوناگونی از مفهوم بخشش ارائه شده است و در مورد تعریف دقیق آن اختلاف نظر وجود دارد؛ با این وجود، در تحقیقات متعدد، عدم بخشش که با طیف وسیعی از واکنش‌های عاطفی و رفتاری منفی از جمله خشم، رنجش، کناره‌گیری و سرزنش مشخص می‌شود، به‌عنوان عاملی مهم در تأثیر منفی بر رضایت کلی در روابط زناشویی مطرح شده است (گوردون و همکاران، ۲۰۰۹؛ فینچام و لینفیلد، ۱۹۹۷). فقدان بخشش در یک رابطه می‌تواند منجر به الگوهای زیان‌بار تعامل شود، حل تعارض‌ها را مختل کند و احتمال پرخاشگری روانی و ارتباط غیرسازنده را تقویت کند (فینچام و همکاران، ۲۰۰۴؛ فینچام و بیچ، ۲۰۰۲؛ مورفی و اولری، ۱۹۸۹؛ رابرتس و کروکف، ۱۹۹۰). ظرفیت طلب بخشش و بخشش تا حد زیادی بر طول عمر روابط زناشویی و رضایت تجربه شده در روابط زناشویی تأثیر می‌گذارد (فیل، ۱۹۹۳). بخشش منجر به تقویت آشتی، صمیمیت و ارتباط سازنده می‌شود (فینچام و بیچ، ۲۰۰۲). امتناع از بخشش تخلفات شریک زندگی می‌تواند مانع حل و فصل سازنده تعارض شده و کناره‌گیری و تلافی کردن می‌تواند پیامد آن باشد و تأثیر مخربی بر حسن نیت به همسر، تلاش برای حل تعارض و رضایت زناشویی داشته باشد (فینچام، بیچ و داویلا، ۲۰۰۴). بخشش بالاتر با بهبود سازگاری زوجین و صمیمیت و کاهش پرخاشگری روانی همراه است (گوردون و باوکوم، ۲۰۰۳؛ پالاری، رگالیا، و فینچام، ۲۰۰۵؛ فینچام و بیچ، ۲۰۰۲؛ فینکل و همکاران، ۲۰۰۲). بخشش می‌تواند منجر به التیام عاطفی و صمیمیت قوی‌تر شود (فینکل و همکاران، ۲۰۰۲؛ انرایت و فیتزگیبونز، ۲۰۱۵؛ مناهم و لائو، ۲۰۱۳). علاوه بر این، بخشش با رضایت و تعهد قوی‌تر در روابط عاشقانه و همچنین روابط با کیفیت بالاتر مرتبط است (آلگارد و همکاران، ۲۰۱۶؛ فینکل و همکاران، ۲۰۰۲؛ بری و ورثینگتون، ۲۰۰۱).

در مورد ضرورت انجام این پژوهش می‌توان گفت که، روند رو به افزایش طلاق و کاهش رضایت زناشویی در سال‌های اخیر، اهمیت بررسی بیشتر عوامل مؤثر بر رضایت زناشویی را برجسته می‌کند. تا آنجا که ما می‌دانیم، هیچ‌کدام از تحقیقات پیشین، متغیرهای پیشنهادی در این تحقیق را به‌عنوان پیش‌بینی‌کننده‌های همزمان رضایت زناشویی بررسی نکرده‌اند. از این رو، بر اساس این فرضیه که توافق‌پذیری، همدلی زناشویی و بخشش زناشویی نقش محوری در پیش‌بینی رضایت زناشویی در زنان متأهل دارند، این پژوهش با هدف تعیین قدرت پیش‌بینی‌کنندگی آنها انجام شد.

## • روش

در این پژوهش، با استفاده از روش تحقیق همبستگی از نوع رگرسیون، نمونه‌ای متشکل از ۸۴۰ زن متأهل ساکن در محدوده جغرافیایی استان لرستان، به شیوه نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شد. استفاده از این حجم نمونه بزرگ به منظور به حداکثر رساندن قدرت آماری، بازنمایی جامعه هدف، جمع‌آوری تجربه‌ها و دیدگاه‌های متنوع، تعیین فاصله‌های اطمینان محدودتر و ایجاد تعادل میان محدودیت‌های عملی نظیر زمان، بودجه و امکان‌سنجی، با هدف تخصیص کارآمد منابع با حفظ دقت علمی صورت گرفت. پیش‌نیازهای لازم جهت احراز شرایط ورود به مطالعه به‌دقت تعیین شد. بدین منظور، علاوه بر خودشناسی به‌عنوان زن و متأهل بودن، تسلط بر سواد خواندن و نوشتن نیز به‌عنوان معیاری ضروری در نظر گرفته شد. این امر به‌منظور حصول اطمینان از مهارت شناختی لازم برای درک پرسش‌ها و نظرسنجی‌های به‌دقت طراحی‌شده و ارائه پاسخ‌های آگاهانه و معنادار از سوی مشارکت‌کنندگان، ضروری بود. رضایت آگاهانه و داوطلبانه شرکت‌کنندگان نیز به‌عنوان عامل تعیین‌کننده‌ای در فرآیند انتخاب، مورد توجه قرار گرفت. با وجود این، معیارهای مشخصی برای حذف احتمالی افراد از مطالعه نیز وجود داشت. به‌عنوان مثال، افرادی که در درک و پاسخگویی به پرسش‌ها با چالش‌هایی مواجه بودند، به دلیل احتمال ایجاد سوگیری یا نادرستی در داده‌ها، از مطالعه حذف

شدند. همچنین، عدم تمایل یا علاقه به ادامه مشارکت در مطالعه نیز منجر به حذف فرد از مطالعه می‌شد. پیش از آغاز مرحله تکمیل پرسشنامه، توضیحات جامعی برای تمامی شرکت‌کنندگان ارائه شد تا از آگاهی و درک کامل آنها از ابعاد مختلف مطالعه اطمینان حاصل شود. در ابتدا، اهمیت اساسی محرمانگی و حفاظت از اطلاعات شخصی شرح و به شرکت‌کنندگان اطمینان داده شد که با داده‌های آنها با نهایت دقت و احترام به حریم خصوصی رفتار خواهد شد و پاسخ‌های آنها به صورت ناشناس و صرفاً برای اهداف تحقیقاتی و با رعایت کامل دستورالعمل‌های اخلاقی و الزامات قانونی مورد استفاده قرار خواهد گرفت. علاوه بر این، حق صریح شرکت‌کنندگان برای انصراف از مطالعه در هر مقطعی بدون هیچ‌گونه پیش‌داوری یا پیامد منفی، به‌طور شفاف به آنها اطلاع داده شد. هدف اصلی از ارائه این توضیحات، ایجاد چارچوبی مبتنی بر اعتماد و احترام به استقلال مشارکت‌کنندگان در طول تمام مراحل تحقیق بود. به‌منظور حصول اطمینان از دقت و انسجام در پاسخ‌های شرکت‌کنندگان، دستورالعمل‌های صریحی برای تکمیل پرسشنامه‌ها ارائه شد. در این توضیحات، بر نبود پاسخ‌های درست یا غلط در پرسش‌ها تأکید شد و فضایی بی‌طرفانه برای ارائه پاسخ‌های معتبر و بدون قید و شرط فراهم گردید. اهمیت دقت و صراحت در پاسخگویی به سؤالات به‌طور شفاف به شرکت‌کنندگان گوشزد شد و بر نقش حیاتی سهم هر فرد در مطالعه و تأثیر پاسخ‌های صادقانه بر نتایج تحقیق تأکید گردید. پس از بررسی جامع نرمال بودن داده‌های جمع‌آوری‌شده، از آزمون همبستگی پیرسون برای ارزیابی روابط بین متغیرهای مورد بررسی در این تحقیق استفاده شد. علاوه بر این، آزمون رگرسیون نیز به‌منظور بررسی فرضیه تحقیق، مبنی بر نقش مؤثر توافق‌پذیری، همدلی زناشویی و بخشش زناشویی در پیش‌بینی سطوح رضایت زناشویی در بین زنان متأهل، به‌کار گرفته شد. در نهایت، برای ساده‌سازی فرآیند تجزیه و تحلیل داده‌ها، از نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۲۷ استفاده شد.

## • ابزارها

**الف) مقیاس رضایت زناشویی انریچ (ENRICH marital satisfaction scale- EMSS):** پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ، تدوین شده توسط اولسون و همکاران (۱۹۸۷)، با ضریب آلفا ۰/۹۲ اعتبارسنجی شد. نسخه کوتاه‌تر مقیاس مورد استفاده در جامعه ایرانی با ۴۷ ماده، توسط سلیمانان (۱۳۷۳) با ضریب آلفای ۰/۸۴ تأیید شد (ساعتچی، کامکاری و عسگریان، ۱۳۹۵).

**ب) سیاه پنج عاملی نئو (NEO five-Factor inventory- NEO-FFI):** سیاه NEO-FFI برای ارزیابی توافقی‌پذیری مورد استفاده قرار گرفت. ضریب آلفای کرونباخ برای عوامل آن در محدوده ۰/۶۸ تا ۰/۸۶ توسط کاستا و مک کرا (۱۹۹۲) گزارش شده است. در ایران نیز گروسی (۱۳۷۷) و ملازاده (۱۳۸۱) اعتبار پرسشنامه را رضایت‌بخش گزارش کرده‌اند (فتیحی آشتیانی و داستانی، ۱۳۹۱).

**ج) مقیاس همدلی (empathy scale):** مقیاس همدلی جولیف و فرینگتون (۲۰۰۶) عوامل همدلی شناختی و عاطفی را در برمی‌گیرد. آلبرو و همکاران (۲۰۰۹) ضریب آلفای کرونباخ را برای مقیاس کل ۰/۸۷ و برای خرده‌مقیاس عاطفی و شناختی به ترتیب ۰/۸۶ و ۰/۷۴ گزارش کردند. ضریب آلفای کرونباخ مقیاس کل و خرده‌مقیاس‌های شناختی و عاطفی گزارش شده در ایران توسط نوروزی (۱۳۸۹) به ترتیب ۰/۷۸، ۰/۸۴ و ۰/۷۲ بود.

**د) مقیاس بخشش (forgiveness scale):** مقیاس بخشش، ایجاد شده توسط پالاری و همکاران (۲۰۰۹)، بخشش را در زندگی زناشویی با استفاده از دو خرده‌مقیاس خیرخواهی و خشم-اجتناب می‌سنجد. پالاری و همکاران (۲۰۰۹) گزارش دادند که این مقیاس اعتبار مناسبی داشت، به‌نحوی که خرده‌مقیاس خیرخواهی ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۸۰ برای مردان و ۰/۷۵ برای زنان و خرده‌مقیاس خشم-اجتناب ضرایب ۰/۸۳ برای مردان و ۰/۷۹ را برای زنان نشان داد. مطالعه آنان وجود دو عامل مجزا یعنی خیرخواهی و خشم-اجتناب را به‌واسطه تحلیل عاملی تأییدی، تأیید کرد و نشان داد که پرسشنامه از اعتبار و روایی قابل قبولی برخوردار است. بررسی‌های صورت گرفته در ایران، حاکی از تأیید روایی و اعتبار مقیاس مورد نظر است. در پژوهشی که توسط آذرکیش و همکاران در سال ۱۳۹۶ انجام شد، ضریب آلفای کرونباخ برای مقیاس مذکور در مرحله پس‌آزمون، ۰/۷۴ به‌دست آمد. این در حالی است که در مطالعه‌ای جداگانه، رجبی و همکاران در سال ۱۳۹۵، ضریب اعتبار آلفای کرونباخ را برای همین مقیاس ۰/۹۱ گزارش نمودند.

## ● یافته‌ها

جهت تبیین خصوصیات جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان، تحلیل آماری روی شاخص‌های گوناگونی از جمله سن، سنوات ازدواج و سطح تحصیلات مورد بررسی قرار گرفتند. تجزیه و تحلیل داده‌های مربوط به سن شرکت‌کنندگان نشان داد که میانگین سنی آنان ۳۶/۵۹ سال است. این شاخص که به‌عنوان معیاری از تمایل مرکزی داده‌ها در گروه‌های سنی مختلف عمل می‌کند، تصویری روشن از توزیع سنی شرکت‌کنندگان ارائه می‌دهد. به‌منظور واکاوی دقیق‌تر پراکندگی داده‌ها از میانگین، انحراف معیار نیز محاسبه شد. مقدار ۷/۹۲ برای انحراف معیار، بیانگر آن است که سن شرکت‌کنندگان تا حدی از میانگین سنی فاصله داشته و تنوع قابل قبولی در این زمینه وجود دارد. بررسی دقیق‌تر داده‌ها نشان می‌دهد که جوان‌ترین شرکت‌کننده در این مطالعه ۱۵ سال و مسن‌ترین فرد نیز ۶۲ سال سن داشته است. این گستردگی سنی، بر تنوع موجود در میان شرکت‌کنندگان تأکید می‌کند و نشان‌دهنده آن است که افراد با سنین مختلف در این مطالعه مشارکت داشته‌اند. یافته‌های این تحقیق در خصوص میانگین سنوات ازدواج، حاکی از آن است که به‌طور متوسط، افراد مورد مطالعه ۱۴/۷۲ سال زندگی مشترک را تجربه کرده‌اند. این رقم، بیانگر تعهد و تمایل قابل توجه افراد به حفظ و تداوم روابط زناشویی است. همانند تحلیل سن، انحراف معیار سنوات ازدواج نیز محاسبه شد. مقدار ۸/۱۹ برای انحراف معیار، نشان‌دهنده پراکندگی قابل قبول داده‌ها از میانگین سنوات ازدواج است. به‌عبارت دیگر، زوج‌ها در طول دوره‌های مختلف زندگی مشترک، از ۱ تا ۴۳ سال، در این مطالعه حضور داشته‌اند. گستردگی سنوات ازدواج در میان شرکت‌کنندگان، بر تنوع و جامعیت این مطالعه تأکید می‌کند. این تنوع، امکان بررسی دقیق‌تر ارتباط بین دوره‌های مختلف ازدواج و سایر متغیرهای مورد مطالعه را فراهم می‌کند. تجزیه و تحلیل داده‌های مربوط به سطح تحصیلات نشان داد که بیشترین تعداد شرکت‌کنندگان دارای مدرک دیپلم بوده‌اند. پس از آن، گروهی با مدرک کارشناسی و سپس گروهی با مدرک کارشناسی ارشد یا بالاتر در رتبه‌های بعدی قرار داشتند. کمترین تعداد شرکت‌کنندگان نیز دارای مدرک تحصیلی زیر دیپلم بودند. به‌منظور تبیین بصری و آسان‌تر نتایج بررسی شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در قالب جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱: شاخص‌های توصیفی متغیرهای مورد بررسی

رضایت زناشویی	بخشش	همدلی	توافق‌پذیری	
۱۴۶/۷۸	۳۴/۵۷	۸۰/۳۰	۲۹/۰۱	میانگین
۱۴۳	۳۵	۸۰	۲۹	میانه
۱۳۶	۳۴*	۸۰	۳۰	مد
۳۱/۲۱	۶/۲۵	۹/۳۰	۵/۵۴	انحراف معیار
۰/۲۸	-۰/۱۱	-۰/۲۱	-۰/۰۱	چولگی
-۰/۴۵	-۰/۱۰	۰/۲۴	-۰/۱۵	کشیدگی

\*. مدهای متعدد وجود دارد و کوچکترین مقدار به نمایش درآمده است.

همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، مقادیر انحراف معیار بیانگر تنوع و تفاوت‌های فردی قابل توجهی در سطوح توافق‌پذیری، همدلی زناشویی، بخشش زناشویی و رضایت زناشویی بین افراد مورد مطالعه هستند. این امر، گویای تمایز و پراکندگی قابل توجه در خصوصیات و نگرش‌های افراد در رابطه با مؤلفه‌های مذکور است. علاوه بر این، تحلیل مقادیر کشیدگی و چولگی برای تمامی متغیرهای مورد بررسی در این تحقیق، نشان‌دهنده قرارگیری آنها در محدوده مطلوب و قابل قبول است. این موضوع، بیانگر نبود انحراف و نبود تعادل نامطلوب در توزیع داده‌ها و انطباق داشتن آنها با الگوی توزیع نرمال است. به‌عبارت دیگر، داده‌ها به‌طور نسبتاً یکنواخت در اطراف میانگین توزیع شده‌اند و از پراکندگی متناسب و قابل اتکا برخوردارند. با اتکا به یافته‌های مذکور، می‌توان با اطمینان خاطر و بدون نگرانی از وجود نقص یا مغایرت در داده‌ها، از آنها در مراحل بعدی تجزیه و تحلیل، از جمله محاسبه همبستگی پیرسون (مطابق با جدول ۲) و رگرسیون (مطابق با جداول ۳ و ۴) استفاده نمود.

جدول ۲. ضرایب همبستگی

همبستگی بخشی	همبستگی جزئی	سطح معناداری	همبستگی مرتبه صفر	
۰/۰۹	۰/۱۲	۰/۰۰۱	۰/۲۶**	توافق‌پذیری
۰/۲۳	۰/۲۷	۰/۰۰۱	۰/۴۳**	همدلی
۰/۳۹	۰/۴۴	۰/۰۰۱	۰/۵۴**	بخشش

\*\* همبستگی در سطح ۰/۰۱ معنادار است.

همانطور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، نتایج حاصل از آزمون همبستگی پیرسون نشان‌دهنده همبستگی بین رضایت زناشویی و توافق‌پذیری بود ( $p < 0/01$ ،  $0/26$ )، این مطالعه نشان داد که توافق‌پذیری به‌طور مثبت با رضایت زناشویی مرتبط است، که نشان می‌دهد کسانی که دارای توافق‌پذیری بالاتری هستند احتمالاً سطوح بالاتری از رضایت را در ازدواج خود تجربه می‌کنند. یافته‌ها حاکی از آن است که افراد می‌توانند با پرورش توافق‌پذیری، رضایت زناشویی خود را بهبود بخشند. همچنین، یافته‌ها بیانگر آن است که بین همدمی زناشویی و رضایت زناشویی همبستگی مثبت و معنادار ( $p < 0/01$ ،  $0/43$ ) وجود دارد که نشان می‌دهد، افرادی که ظرفیت همدمی بالاتری دارند، در زندگی زناشویی خود رضایت بیشتری را تجربه می‌کنند، درحالی‌که آنهایی که درجه همدمی پایین‌تری دارند، در زندگی زناشویی خود رضایت کمتری را تجربه می‌کنند. از این‌رو، افراد با پرورش ویژگی‌هایی همچون بخشش و بخشش رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ( $p < 0/01$ ،  $0/54$ )، که نشان می‌دهد، افرادی که توانایی بخشش بالاتری دارند، در زندگی زناشویی خود رضایت بیشتری را تجربه می‌کنند، درحالی‌که آنهایی که درجه بخشش پایین‌تری دارند، در زندگی زناشویی خود رضایت کمتری را تجربه می‌کنند. از این‌رو، افراد با پرورش ویژگی‌هایی همچون بخشش، می‌توانند رضایت زناشویی خود را افزایش دهند.

جدول ۳. خلاصه‌ای از عملکرد مدل رگرسیون<sup>۱</sup>

ضریب همبستگی چندگانه	ضریب تعیین	ضریب تعدیل	خطای انحراف			آمار تغییر		دوربین	
			از برآورد	تغییر ضریب تعیین	تغییر F	df1	df2		معناداری تغییر F
0/61 <sup>a</sup>	0/373	0/371	24/74	0/373	166/11	3	836	0/001	1/94

<sup>a</sup>. پیش‌بینی‌کننده‌ها: توافق‌پذیری، همدمی، بخشش

<sup>b</sup>. متغیر وابسته: رضایت زناشویی

جدول ۳، به‌صورت خلاصه، عملکرد مدل آماری در پیش‌بینی سطوح رضایت زناشویی بر اساس تعدادی از پیش‌بینی‌کننده‌های مختلف از جمله توافق‌پذیری، همدمی و بخشش را ارائه می‌دهد. وجود سطح معناداری بالا ( $p < 0/01$ ) در این مطالعه، به ما نشان می‌دهد که متغیرهای مستقل با یکدیگر، تأثیر معناداری در پیش‌بینی سطوح رضایت زناشویی دارند. مقدار دوربین واتسون با میزان 1/94 نشان می‌دهد که خودهمبستگی معناداری در بین خطاها وجود ندارد. به‌عبارت دیگر، می‌توان با اطمینان بالایی نتیجه گرفت که هر خطای مشاهده‌شده در داده‌ها تصادفی بوده و به هیچ خطای دیگری مرتبط نیست. این موضوع از نظر اعتبار و قابلیت اعتماد نتایج حائز اهمیت است، زیرا نشان می‌دهد که خطاها به‌طور نظام‌ماتیک در داده‌ها رخ نداده‌اند و برآوردهای نهایی را مخدوش نکرده‌اند. به‌منظور تعیین واریانس تبیین‌شده در متغیر وابسته رضایت زناشویی توسط متغیرهای مستقل توافق‌پذیری، همدمی و بخشش، از شاخص ضریب تعیین ( $R^2$ ) استفاده شد. نتایج نشان داد که مقدار  $R^2$  برابر با 0/373 است. این بدین معناست که 37/3 درصد از تغییرات در رضایت زناشویی، تحت تأثیر ترکیبی از متغیرهای توافق‌پذیری، همدمی و بخشش قرار دارد.

جدول ۴. یافته‌های حاصل از تحلیل رگرسیون خطی چندگانه<sup>۱</sup>

ضرایب غیراستاندارد	ضرایب استاندارد	B	خطای استاندارد	ضرایب استاندارد		آمار هم‌خطی	
				ت	سطح معناداری	ضریب تحمل	عامل تورم واریانس
0/16	0/101	0/56	0/16	3/53	0/001	0/91	0/108
0/10	0/252	0/84	0/10	8/39	0/001	0/83	1/19
0/14	0/433	2/15	0/14	14/50	0/001	0/84	1/18

<sup>a</sup>. متغیر وابسته: رضایت زناشویی

جدول ۴ به‌منظور تبیین رابطه بین متغیرهای پیش‌بین شامل توافق‌پذیری، همدمی و بخشش و متغیر وابسته رضایت زناشویی، نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون را ارائه می‌دهد. تجزیه و تحلیل بخش آمار هم‌خطی در این جدول، که به بررسی چندخطی بودن بین متغیرهای پیش‌بین از طریق شاخص‌هایی نظیر ضریب تحمل و عامل تورم واریانس (VIF) می‌پردازد، نشان‌دهنده نبود نگرانی‌های جدی در خصوص مسائل هم‌خطی و تناسب مناسب مدل رگرسیون است. این یافته، قابلیت اعتماد به اثرات هر یک از متغیرهای پیش‌بین در رضایت زناشویی در این مدل را تقویت می‌کند. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که رضایت زناشویی رابطه‌ای مستقیم و مثبت با سه

متغیر توافق‌پذیری، همدلی و بخشش دارد، به گونه‌ای که افزایش یک واحدی در هر یک از این مؤلفه‌ها به ترتیب با افزایش ۰/۱۰۱، ۰/۲۵۲ و ۰/۴۳۳ واحدی در رضایت زناشویی همراه خواهد بود. بررسی نتایج حاکی از آن است که بخشش در مقایسه با توافق‌پذیری و همدلی، نقش پررنگ‌تر و تعیین‌کننده‌تری در ارتقای سطح رضایت زناشویی ایفا می‌کند و پس از آن، همدلی در رتبه دوم اهمیت قرار دارد و به دنبال آن، توافق‌پذیری نیز به‌عنوان سومین متغیر اثرگذار بر رضایت زناشویی، نقشی حائز اهمیت ایفا می‌کند. یافته‌های حاصل از این پژوهش، مؤید فرضیه اصلی مطالعه حاضر مبنی بر نقش مؤثر و حائز اهمیت متغیرهای مورد بررسی در سنجش رضایت کلی از ازدواج است.

## • بحث

هدف از انجام این پژوهش، تعیین قدرت پیش‌بینی‌کنندگی سه متغیر توافق‌پذیری، همدلی زناشویی و بخشش زناشویی در مقوله رضایت زناشویی در میان زنان متأهل بود. مطالعه حاضر نشان می‌دهد که توافق‌پذیری به‌طور مثبت و معناداری با رضایت زناشویی رابطه دارد که با تحقیقات قبلی انجام‌شده که اهمیت توافق‌پذیری در روابط بین فردی و ازدواج برجسته می‌کنند؛ منطبق است (سایه‌میری و همکاران، ۲۰۲۰؛ هلز، واتسون، و ایلز، ۲۰۰۴؛ مالوف و همکاران، ۲۰۱۰؛ بوتوین و همکاران، ۱۹۹۷؛ بوچارد و همکاران، ۱۹۹۹؛ گرازیانو و همکاران، ۱۹۹۶؛ واتسون و همکاران، ۲۰۰۰). علاوه بر این، تحقیقات اخیر این ایده را بیشتر تأیید کرده است که افرادی که توافق‌پذیر هستند، بیشتر محتمل است که در ازدواج خود احساس رضایت کنند. به‌عنوان مثال، برودک و کالتا (۲۰۲۳) گزارش دادند که توافق‌پذیر بودن با رضایت زناشویی رابطه مثبت دارد. به‌همین ترتیب، پارایی و همکاران (۱۴۰۱) و هوسنی و زکریا (۲۰۲۲) گزارش دادند که توافق‌پذیر بودن همبستگی مثبت با رضایت زناشویی داشته است. بنابراین، نتایج این مطالعه با تحقیقات قبلی مطابقت دارد که نشان می‌دهد خودگزارشی‌های توافق‌پذیر بودن با ارزیابی‌های جهانی ازدواج همبستگی مثبت دارد (دانلان و همکاران، ۲۰۰۴). در توصیف چگونگی رابطه بین توافق‌پذیری و رضایت زناشویی می‌توان چنین بیان کرد که توافق‌پذیری یک ویژگی شخصیتی است که با تمایل به همدل بودن، گرم بودن، مراقبت کردن و اعتماد کردن به جای ویژگی‌هایی همچون دوری‌گزینی، دوست نداشتن و نبود همکاری مشخص می‌شود (نتل، ۲۰۰۷). این ویژگی به‌طور مثبت با ارزش‌هایی مانند خیرخواهی و مردم‌دوستی مرتبط است، اما به‌طور منفی با ارزش‌هایی مانند قدرت و موفقیت در ارتباط است (روکاس و همکاران، ۲۰۰۲؛ اندرسون و کوان، ۲۰۱۴). بنابراین، در زمینه ازدواج، شریکی که سطوح بالایی از توافق را از خود نشان می‌دهد، احتمالاً بیشتر در رابطه سرمایه‌گذاری می‌کند، با همسرش همدلی می‌کند و مایل به سازش و تلاش برای رسیدن به اهداف مشترک است. این امر به نوبه خود می‌تواند به سطوح بالاتر رضایت زناشویی و مشارکت قوی‌تر و رضایت‌بخش‌تر منجر شود. تحقیقات نشان داده است که توافق‌پذیری می‌تواند تأثیر قابل توجهی بر تعارض‌های بین فردی و رضایت از رابطه داشته باشد. افراد موافق، بیشتر از تاکتیک‌های سازش استفاده می‌کنند و احتمال کمتری وجود دارد که از استراتژی‌های نداشتن مشارکت و ابراز قدرت در طول تعارض‌ها استفاده کنند (گرازیانو و همکاران، ۱۹۹۶). این امر، ممکن است به این دلیل باشد که افراد موافق بهتر می‌توانند رفتار خود را مدیریت کنند و با عواطف منفی کمتر به تعارض‌ها پاسخ دهند (گرازیانو و آیزنبرگ، ۱۹۹۷؛ جنسن - کمپیل و همکاران، ۲۰۰۲). آنها همچنین ممکن است برداشت‌های مثبت بیشتری در مورد رفتارهای تحریک‌آمیز داشته باشند که می‌تواند به راهبردهای حل تعارض سازنده‌تر منجر شود (گرازیانو و همکاران، ۱۹۹۶) و در نهایت رضایت زناشویی را افزایش دهد. علاوه بر این، افراد موافق ممکن است انگیزه بیشتری برای حفظ روابط مثبت داشته باشند و افراد را به شیوه‌هایی مطابق با انگیزه هایشان درک کنند (جنسن - کمپیل و گرازیانو، ۲۰۰۱؛ گرازیانو و همکاران، ۱۹۹۶). این نظام انگیزشی می‌تواند منجر به الگوهای سازنده‌تر مخالفت کردن در طول تعارض‌ها و در کل به تعارض‌های ادراک شده کمتر منجر شود (گرازیانو و همکاران، ۱۹۹۶). بر این اساس، این نظام انگیزشی می‌تواند به ازدواجی هماهنگ‌تر و رضایت‌بخش‌تر منجر شود.

نتایج به‌دست آمده از مطالعه ما، که رابطه مثبت و معنادار بین همدلی و رضایت زناشویی را نشان می‌دهد، با نتایج مطالعات اخیر سازگار است. به‌عنوان مثال، اهمیت همدلی در تقویت روابط صمیمانه در مطالعه ون و همکاران (۲۰۲۲) برجسته شده است. تحقیق انجام شده توسط رجبی و همکاران (۱۴۰۱)، نیز رابطه معنادار و مثبتی بین همدلی زناشویی و رضایت زناشویی نشان داد. پژوهش انجام شده توسط غفوریان قهرمانی و مهدویان (۱۴۰۰)، اهمیت همدلی را در پیش‌بینی میزان رضایت زناشویی زنان متأهل شهر تهران نشان

می‌دهد. در تحقیق فتوت و همکاران (۱۳۹۸)، نشان داده شد رضایت از ازدواج در مادران دارای کودک مبتلا به اختلال بیش فعالی - نقص توجه با سطح همدلی عاطفی آنها همبستگی مثبت و معناداری دارد. مطالعه پلپا و همکاران (۲۰۱۹)، نشان داد که همدلی هر دو شریک برای زوجینی که در دوران نامزدی به سر می‌برند و همچنین برای شوهران، پیش‌بینی‌کننده معنادار رضایت از رابطه است. همانطور که در مطالعه احمدی اردکانی و فاطمی عقدا (۱۳۹۸)، نشان داده شده است همدلی می‌تواند به‌طور مستقیم یا غیرمستقیم بر افزایش رضایت زناشویی تأثیر بسزایی داشته باشد. مطالعه لادا و کازمیرچاک (۲۰۱۹)، بر اهمیت همدلی در تعیین سطح رضایت در یک رابطه تأکید می‌کند. پژوهش نادری و همکاران (۱۳۹۴)، نشان داد که می‌توان از میزان همدلی بین زوج‌ها برای پیش‌بینی رضایت شناختی آنها استفاده کرد. این مطالعات در مجموع بر نقش مهم همدلی در ایجاد روابط رضایت بخش تأکید دارند. در توصیف چگونگی رابطه بین همدلی و رضایت زناشویی می‌توان چنین بیان کرد که به وسیله همدلی، افراد می‌توانند به درک بهتری از دیدگاه‌ها و عواطف شریک زندگی خود دست یابند که می‌تواند منجر به افزایش ارتباط مؤثر و حل مسئله شود (مک کالو و ورثینگتون، ۱۹۹۵؛ ورثینگتون، ۲۰۰۶). رضایت از رابطه زمانی محتمل‌تر است که زوج‌ها ظرفیت درک و پذیرش دیدگاه‌ها و خواسته‌های یکدیگر را داشته باشند (لاور، لاور و کر، ۱۹۹۰). بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت زوج‌هایی که نسبت به یکدیگر همدلی نشان می‌دهند، مستعد برخورداری از سطوح بالاتری از رضایت زناشویی هستند. علاوه بر این، فیلدز (۱۹۸۳)، مشاهده کرد زوج‌هایی که از رابطه خود راضی هستند، می‌توانند با نیازهای در حال تغییر شریک زندگی خود سازگار شوند. اساس سازگاری نیز روی میل به همدلی با شریک زندگی و درک واقعی دیدگاه او بنا شده است.

مطالعه ما رابطه مثبت و معناداری را بین بخشش و رضایت زناشویی نشان داد که بیانگر این است، کسانی که بخشش بیشتری نشان می‌دهند رضایت بیشتری را در ازدواج خود تجربه می‌کنند. یافته‌های این مطالعه با مطالعات قبلی که رابطه مثبتی بین بخشش و رضایت در یک رابطه را نشان داده‌اند، همخوانی دارد. به‌عنوان مثال، در مطالعه فویشوا و زاهورکوا (۲۰۲۲)، اهمیت بخشش شریک زندگی در ارتقای یک رابطه رضایت‌بخش برجسته شد. آنها پس از بررسی متغیرهای متعدد، دریافتند که در مدل مورد بررسی، بخشش مهم‌ترین پیش‌بینی‌کننده رضایت از رابطه است و بر نقش اساسی بخشش در تقویت رضایت زناشویی تأکید کردند. در مروری نظام‌تیک از ۲۵ مطالعه، مندس - تیسیرا و دوارت (۲۰۲۱)، رابطه‌ای مثبت و به شکل تقویت‌کننده متقابل، بین بخشش و رضایت زناشویی یافتند، به این شکل که بخشش با میزان بالاتر رضایت زناشویی همراه بود و بالعکس. جهان و همکاران (۱۴۰۰)، از طریق مطالعه خود وجود همبستگی مثبت و قوی بین بخشش و رضایت زناشویی را نشان دادند و همچنین دریافتند که بخشش پیش‌بینی‌کننده‌ای مهم در رضایت زناشویی است. در مطالعه انجام شده توسط کاوه فارسانی (۱۴۰۰)، مشخص شد که بین بخشش و رضایت زناشویی رابطه مستقیم و مثبت وجود دارد. همچنین، بر اساس تحقیقات رابرتز و همکاران (۲۰۲۱)، بین بخشش و میزان رضایت در روابط، رابطه معناداری وجود داشت. در مجموع، این مطالعات اهمیت بخشش را در افزایش رضایت در روابط زناشویی نشان می‌دهند. در توصیف چگونگی رابطه بین بخشش و رضایت زناشویی می‌توان چنین بیان کرد که فقدان بخشش در یک رابطه می‌تواند منجر به الگوهای زیان‌بار تعامل شود، حل تعارض‌ها را مختل کند و احتمال پرخاشگری روانی و ارتباط غیرسازنده را تقویت کند (فینچام و همکاران، ۲۰۰۴؛ فینچام و بیچ، ۲۰۰۲؛ مورفی و اولری، ۱۹۸۹؛ رابرتس و کروکف، ۱۹۹۰). ظرفیت طلب بخشش و بخشش تا حد زیادی بر طول عمر روابط زناشویی و رضایت تجربه شده در روابط زناشویی تأثیر می‌گذارند (فنل، ۱۹۹۳). بخشش منجر به تقویت آشتی، صمیمیت و ارتباط سازنده می‌شود (فینچام و بیچ، ۲۰۰۲). امتناع از بخشش تخلفات شریک زندگی می‌تواند مانع حل و فصل سازنده تعارض شده و کناره‌گیری و تلافی‌کردن پیامد آن باشد و تأثیر مخربی بر حسن نیت به همسر، تلاش برای حل تعارض و رضایت زناشویی داشته باشد (فینچام، بیچ و داویلا، ۲۰۰۴). بخشش بالاتر با بهبود سازگاری زوجین و صمیمیت و کاهش پرخاشگری روانی همراه است (گوردون و باوکوم، ۲۰۰۳؛ پالاری، رگالیا، و فینچام، ۲۰۰۵؛ فینچام و بیچ، ۲۰۰۲؛ فینکل و همکاران، ۲۰۰۲). سطوح پایین‌تر رضایت زناشویی با بخشش منفی (نبخشیدن) مرتبط است که با خشم، رنجش، کناره‌گیری و سرزنش مشخص می‌شود (گوردون و همکاران، ۲۰۰۹؛ فینچام و لینفیلد، ۱۹۹۷). بخشش می‌تواند منجر به التیام عاطفی و صمیمیت قوی‌تر شود (فینکل و همکاران، ۲۰۰۲؛ انرایت و فیتزگیبونز، ۲۰۱۵؛ منام و لاول، ۲۰۱۳). علاوه بر این، بخشش با رضایت و تعهد قوی‌تر در روابط عاشقانه و همچنین روابط با کیفیت بالاتر مرتبط است (آلگارد و همکاران، ۲۰۱۶؛ فینکل و همکاران، ۲۰۰۲؛ بری و ورثینگتون، ۲۰۰۱).



## • نتیجه گیری

به‌عنوان نتیجه‌گیری، این پژوهش، ضرورت توجه به سه مؤلفه کلیدی شامل توافق‌پذیری، همدلی زناشویی و بخشش زناشویی را در ارتقای رضایت زناشویی به روشنی نشان می‌دهد. زوج‌هایی که در سطوح بالایی از توافق‌پذیری به سر می‌برند، به دلیل تمایل به همکاری، همدلی و درک متقابل در مسائل زناشویی، احتمالاً با چالش‌های کمتری در حفظ رضایت زناشویی خود مواجه خواهند شد. همچنین، ارتباط مثبت مشاهده شده بین همدلی و رضایت زناشویی، بر نقش محوری درک و شفقت در پویایی روابط زناشویی صحنه می‌گذارد، به‌نحوی که زوج‌هایی که قادر به همدلی با تجربه‌ها، احساس‌ها و دیدگاه‌های شریک زندگی خود هستند، به احتمال زیاد ارتباطات عاطفی قوی‌تری برقرار می‌کنند که این امر، به نوبه خود، تسهیل‌کننده ارتباط مؤثر و حمایت متقابل خواهد بود و در نهایت می‌تواند منجر به افزایش رضایت زناشویی شود. در واقع، همدلی به‌عنوان یک عنصر کلیدی در روابط رضایت‌بخش عمل کرده و به زوج‌ها کمک می‌کند تا با چالش‌ها و مشکلات زندگی مشترک به‌طور مؤثرتری کنار بیایند. علاوه‌براین، توانایی زوجین در بخشش یکدیگر، رهایی از کینه‌ها و رنجش‌های گذشته، دروازه‌ای به سوی بازسازی اعتماد و تعمیق ارتباطات عاطفی می‌گشاید که می‌تواند بستر لازم را برای ایجاد و پرورش محیطی مثبت فراهم آورد که در نهایت، منجر به افزایش رضایت زناشویی شود. یافته‌های این مطالعه، دریچه‌ای به سوی درک عمیق‌تر عوامل مؤثر بر رضایت زناشویی می‌گشاید که می‌تواند مورد استفاده طیف وسیعی از افراد، از جمله زوجین، مشاوران خانواده، درمانگران و سیاست‌گذاران حوزه خانواده قرار گیرد. در این راستا، پیشنهاد می‌شود مشاوران از تکنیک‌هایی مانند آموزش همدلی و تمرین‌های بخشش برای کمک به زوج‌ها در توسعه این مهارت‌ها استفاده کنند. همچنین، توصیه می‌شود که درمانگران به زوج‌ها در درک علل ریشه‌ای مسائل همدلی یا مشکل در بخشش کمک کنند و به آنها یاری رسانند تا نگرش‌های دلسوزانه‌تری ایجاد کنند. علاوه بر این، توصیه می‌شود که سیاست‌گذاران با حمایت از برنامه‌های ارتقای ارتباطات سالم و حل تعارض در ازدواج و افزایش رضایت زناشویی، گام‌های مؤثر بیشتری در جهت تقویت بنیان خانواده بردارند. محدودیت قابل ذکر در این مطالعه شامل تمرکز آن تنها بر زنان متأهل است. بنابراین پیشنهاد می‌شود تحقیقات آتی، تجربیات مردان متأهل را نیز برای به دست آوردن درک جامع‌تری از عواملی که بر رضایت زناشویی و تفاوت‌های جنسیتی بالقوه، مؤثرند، در برگیرند.

## • تعارض منافع

هیچ تعارض منافی بین نویسندگان گزارش نشده است.

## • تقدیر و تشکر

نویسندگان از تمامی افرادی که در این پژوهش همکاری داشتند، نهایت سپاسگزاری را دارند.

## • منابع

- احمدی اردکانی، زهرا، فاطمی عقدا، نسرين. (۱۳۹۸). رابطه‌ی سبک‌های دلبستگی و رضایت زناشویی با میانجی‌گری بخشش و همدلی: بررسی یک مدل. *مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد*، ۶۲(۴۱)، ۱۵-۲۵
- آذرکیش، مریم، نادری، فرح، عسکری، پرویز و حیدری، علیرضا. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش جنسی بر بخشش رنجش خاص زناشویی و پایداری ازدواج زنان متأهل شهر آبادان. *سلامت جامعه*، ۱۱(شماره ۳ و ۴)، ۲۰-۲۹.
- بشروپور، سجاد، میری، میراندر. (۱۳۹۷). نقش واسطه‌ای بی‌اشتیاقی اخلاقی در رابطه بین صفات تاریک شخصیت و استعداد خیانت زناشویی. *مجله روان‌شناسی*، ۳(۲۲)، ۲۸۶-۲۷۱.
- پارپایی، رزیتا، امیری، حسن و عارفی، مختار. (۱۴۰۱). الگوی علی رضایتمندی زوجین بر اساس مولفه‌های ویژگی شخصیتی با میانجی ارتباط مادر-فرزند. *خانواده و بهداشت*، ۱۱(۴)، ۲۷-۳۹.
- جهان، محمدرضا، محمدی، اکبر و قدمی، مجید. (۱۴۰۰). نقش کیفیت زندگی، سازش‌یافتگی و بخشایشگری در پیش‌بینی رضایت زناشویی مادران کودکان آهسته‌گام. *توانمندسازی کودکان استثنایی*، ۱۲(۲)، ۹۶-۱۰۷.

- رجبی، غلامرضا، حریرزادی، مهدی، تقی پور، منوچهر. (۱۳۹۵). ارزیابی مدل رابطه خوددلسوزی، همدلی زناشویی و افسردگی با میانجی‌گری بخشش زناشویی در زنان. *مشاوره کاربردی*، ۶(۲)، ۱-۲۲.
- رجبی، غلامرضا، کاظمی، فرزاد و شیرالی نیا، خدیجه. (۱۴۰۱). ارزیابی مدل رابطه بین ذهن‌آگاهی و رضایت زناشویی با میانجی‌گری همدلی زناشویی. *فصل‌نامه پژوهش‌های کاربردی روانشناختی*، ۱۳(۱)، ۱۸۳-۱۹۸.
- ساعتچی، محمود، کامکاری، کامبیز، عسگریان، مهناز. (۱۳۹۵). آزمون‌های روانشناختی. تهران: انتشارات ویرایش.
- صلایانی، فائزه، اصغری‌ابراهیم‌آباد، محمدجواد، رسول‌زاده طباطبائی، کاظم، عباسزاده‌روگوشویی، رضیه. (۱۳۹۹). نقش واسطه‌ای سبک‌های عشق ورزی در رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و رضایت زناشویی. *مجله روان‌شناسی*، ۱(۲۴)، ۲۳-۴۰.
- غفوریان قهرمانی، صفورا و مهدویان، علیرضا. (۱۴۰۰). پیش‌بینی رضایت زناشویی بر مبنای متغیرهای همدلی، تعهد زناشویی و سبک‌های دلبستگی در زنان متأهل شهر تهران. *روان‌شناسی بالینی و شخصیت*، ۱۹(۲)، ۷۱-۸۰.
- فتحی آشتیانی، علی، داستانی، محبوبه. (۱۳۹۱). آزمون‌های روانشناختی: ارزشیابی شخصیت و سلامت روان. تهران: انتشارات بعثت.
- فتوت، فاطمه، قهاری، شهربانو، و سالمی خامنه، علیرضا. (۱۳۹۸). سبک‌های ابرازگری هیجانی، همدلی عاطفی، رضایت زناشویی با میانجی‌گری سبک دلبستگی در مادران کودکان‌ای دی‌اچ‌دی. *پرستار و پزشک در رزم*، ۷(۲۵)، ۳۳-۴۰.
- کاوه فارسانی، ذبیح الله. (۱۴۰۰). نقش واسطه‌ای اسناد ارتباطی و بخشش زناشویی در رابطه بین روان رنجوری، سبک‌های دلبستگی و رضایت زناشویی. *پژوهش‌های مشاوره*، ۲۰(۷۹)، ۳۱-۶۰.
- نادری، لیلا، مولوی، حسین، و نوری، ابوالقاسم. (۱۳۹۴). پیش‌بینی رضایت زناشویی زوجین شهر اصفهان بر اساس همدلی و بخشودن. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۶(۴ (پیاپی ۶۲))، ۶۹-۷۵.
- نعامی، عبدالزهره، محمودی کیا، مریم. (۱۳۹۸). رابطه تعارض کار- خانواده با فشار روانشناختی و رضایت از زندگی. *مجله روان‌شناسی*، ۱(۲۳)، ۹۹-۱۱۱.
- Aalgaard, R. A., Bolen, R. M., & Nugent, W. R. (2016). A literature review of forgiveness as a beneficial intervention to increase relationship satisfaction in couple therapy. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 26(1), 46-55.
- Ahmadi Ardakani, Z., & Fatemi Oghada, N. (2019). Examining the model of relationship between attachment styles and marital satisfaction: The mediating roles of forgiveness and empathy. *Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences*, 62(December), 15-25.
- Albiero, P., Matricardi, G., Speltri, D., & Toso, D. (2009). The assessment of empathy in adolescence: A contribution to the Italian validation of the "Basic Empathy Scale". *Journal of Adolescence*, 32(2), 393-408.
- Anderson, C., & Cowan, J. (2014). Personality and status attainment: A micropolitics perspective. *The psychology of social status*, 99-117.
- Berry, J. W., & Worthington Jr, E. L. (2001). Forgiveness, relationship quality, stress while imagining relationship events, and physical and mental health. *Journal of Counseling Psychology*, 48(4), 447.
- Botwin, M. D., Buss, D. M., & Shackelford, T. K. (1997). Personality and mate preferences: Five factors in mate selection and marital satisfaction. *Journal of personality*, 65(1), 107-136.
- Bouchard, G., Lussier, Y., & Sabourin, S. (1999). Personality and marital adjustment: Utility of the five-factor model of personality. *Journal of Marriage and the Family*, 651-660.
- Brudek, P., & Kaleta, K. (2023). Marital offence-specific forgiveness as mediator in the relationships between personality traits and marital satisfaction among older couples: Perspectives on Lars Tornstam's theory of gerotranscendence. *Ageing & Society*, 43(1), 161-179.
- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1992). Revised NEO Personality Inventory (NEO PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) Professional Manual. Odessa, FL: *Psychological Assessment Resources*.
- Czechowska-Bieluga, M., & Lewicka-Zelent, A. (2022). Marital satisfaction—a literature review. *Wychowanie w Rodzinie*, 27(2/2022), 155-172.
- Donnellan, M. B., Conger, R. D., & Bryant, C. M. (2004). The Big Five and enduring marriages. *Journal of Research in personality*, 38(5), 481-504.
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2015). Forgiveness therapy: An empirical guide for resolving anger and restoring hope. *American Psychological Association*. Washington, DC.
- Fenell, D. L. (1993). Characteristics of long-term first marriages. *Journal of Mental Health Counseling*, 15, 446-460.
- Fields, N. S. (1983). Satisfaction in long-term marriages. *Social Work*, 28(1), 37-41.
- Fincham, F. D., & Beach, S. R. (2002). Forgiveness in marriage: Implications for psychological aggression and constructive communication. *Personal Relationships*, 9(3), 239-251.
- Fincham, F. D., & Linfield, K. J. (1997). A new look at marital quality: Can spouses feel positive and negative about their marriage? *Journal of Family Psychology*, 11(4), 489-502.
- Fincham, F. D., Beach, S. R., & Davila, J. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of family psychology*, 18(1), 72.
- Fincham, F. D., Paleari, F. G., & Regalia, C. (2002). Forgiveness in marriage: The role of relationship quality, attributions, and empathy. *Personal Relationships*, 9(1), 27-37.
- Finkel, E. J., Rusbult, C. E., Kumashiro, M., & Hannon, P. A. (2002). Dealing with betrayal in close relationships: Does commitment promote forgiveness? *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 956-974.

- Fotovat, F., Ghahari, S., & Salemi, K. A. (2021). Investigate different style of emotional expressiveness, affective empathy, material satisfaction by the mediation of attachment styles of the mothers of children with ADHD. *NPWJM* 2020; 7 (25) :33-40
- Fupšová, T., & Záhorcová, L. (2022). Empathy and Humility as Predictors of Forgiveness towards One's Partner and Relationship Satisfaction in Young Adults. *Studia Psychologica*, 64(3), 243-255.
- Gordon, K. C. (2003). Forgiveness and marriage: Preliminary support for a measure based on a model of recovery from a marital betrayal. *American Journal of Family Therapy*, 31(3), 179-199.
- Gordon, K. C., Hughes, F. M., Tomcik, N. D., Dixon, L. J., & Litzinger, S. C. (2009). Widening spheres of impact: The role of forgiveness in marital and family functioning. *Journal of Family Psychology*, 23(1), 1-13.
- Graziano, W. G., & Eisenberg, N. (1997). Agreeableness: A dimension of personality. In *Handbook of personality psychology* (pp. 795-824). Academic Press.
- Graziano, W. G., Jensen-Campbell, L. A., & Hair, E. C. (1996). Perceiving interpersonal conflict and reacting to it: the case for agreeableness. *Journal of personality and social psychology*, 70(4), 820-835.
- Heller, D., Watson, D., & Ilies, R. (2004). The role of person versus situation in life satisfaction: a critical examination. *Psychological bulletin*, 130(4), 574-600.
- Hoesni, S. M., & Zakaria, S. M. (2022). Exploring Relationships Between Personality Traits and Marital Satisfaction among Urban Malays Using Malaysian Samples: A Preliminary Study. *Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 12(4), 1419-1428.
- Jensen-Campbell, L. A., & Graziano, W. G. (2001). Agreeableness as a moderator of interpersonal conflict. *Journal of personality*, 69(2), 323-362.
- Jensen-Campbell, L. A., Adams, R., Perry, D. G., Workman, K. A., Furdella, J. Q., & Egan, S. K. (2002). Agreeableness, extraversion, and peer relations in early adolescence: Winning friends and deflecting aggression. *Journal of Research in Personality*, 36(3), 224-251.
- Jolliffe, D., & Farrington, D. P. (2006). Development and validation of the Basic Empathy Scale. *Journal of Adolescence*, 29(4), 589-611.
- Łada, A., & Kaźmierczak, M. (2019). Negative arousability and relationship satisfaction: The mediating role of empathy. *Roczniki Psychologiczne*, 22(1), 73-90.
- Lauer, R. H., Lauer, J. C., & Kerr, S. T. (1990). The long-term marriage: Perceptions of stability and satisfaction. *The International Journal of Aging and Human Development*, 31(3), 189-195.
- Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Schutte, N. S., Bhullar, N., & Rooke, S. E. (2010). The five-factor model of personality and relationship satisfaction of intimate partners: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 44(1), 124-127.
- McCullough, M. E., & Worthington Jr, E. L. (1995). Promoting forgiveness: A comparison of two brief psychoeducational group interventions with a waiting-list control. *Counseling and Values*, 40(1), 55-68.
- Menahem, S., & Love, M. (2013). Forgiveness in psychotherapy: The key to healing. *Journal of Clinical Psychology*, 69(8), 829-835.
- Mendes-Teixeira, A. I., & Duarte, C. (2021). Forgiveness and Marital Satisfaction: A Systematic Review. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 41.
- Murphy, C. M., & O'Leary, K. D. (1989). Psychological aggression predicts physical aggression in early marriage. *Journal of consulting and clinical psychology*, 57(5), 579-582.
- Nettle, D. (2007). *Personality: What makes you the way you are*. OUP Oxford.
- Olson, D. H., Fournier, D. G., & Druckman, J. M. (1987). *Counselor's manual for PREPARE/ENRICH* (rev ed.). Minneapolis, MN: PREPARE/ENRICH, Inc.
- Paleari, F. G., Regalia, C., & Fincham, F. (2005). Marital quality, forgiveness, empathy, and rumination: A longitudinal analysis. *Personality and social psychology Bulletin*, 31(3), 368-378.
- Paleari, F. G., Regalia, C., & Fincham, F. D. (2009). Measuring offence-specific forgiveness in marriage: the Marital Offence-Specific Forgiveness Scale (MOFS). *Psychological Assessment*, 21(2), 194-209.
- Plopa, M., Kaźmierczak, M., & Karasiewicz, K. (2019). The quality of parental relationships and dispositional empathy as predictors of satisfaction during the transition to marriage. *Journal of Family Studies*, 25(2), 170-183.
- Roberts, K., Jaurequi, M. E., Kimmes, J. G., & Selice, L. (2021). Trait mindfulness and relationship satisfaction: The role of forgiveness among couples. *Journal of Marital and Family Therapy*, 47(1), 196-207.
- Roberts, L. J., & Krokoff, L. J. (1990). A time-series analysis of withdrawal, hostility, and displeasure in satisfied and dissatisfied marriages. *Journal of Marriage and the Family*, 95-105.
- Roccas, S., Sagiv, L., Schwartz, S. H., & Knafo, A. (2002). The big five personality factors and personal values. *Personality and social psychology bulletin*, 28(6), 789-801.
- 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), 1-8.
- Surguladze, S., & Bergen-Cico, D. (2020). Empathy in a broader context: development, mechanisms, remediation. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 529.
- Watson, D., Hubbard, B., & Wiese, D. (2000). General traits of personality and affectivity as predictors of satisfaction in intimate relationships: Evidence from self-and partner-ratings. *Journal of personality*, 68(3), 413-449.
- Wen, X., Zhang, Q., Zhou, Y., Du, J., & Xu, W. (2022). Mindfulness and intimate relationship satisfaction in daily life: The role of empathy. *Psych Journal*, 11(4), 500-509.
- Worthington Jr, E. L. (2006). *Forgiveness and reconciliation: Theory and application*. Routledge.