Journal of Research in Psychological Health
September 2024, Volume 18, Issue 2

The relationship between couples' romantic perfectionism and the quality of married life in women: the moderating role of self-compassion

Masoumeh Barzegari Soltanahmadi[1], Simin Hosseinian*[2], Abbas Abdollahi[3]

[1]. Master of family counseling, faculty of education and psychology, Alzahra University, Tehran, Iran
[2]. Professor, Department of counseling, faculty of education and psychology, Alzahra University, Tehran, Iran. hosseinian@alzahra.ac.ir
[3]. Assistant professor of counseling department, faculty of education and psychology, Alzahra University, Tehran, Iran.

Citation: Barzegari Soltanahmadi, M, Hosseinian, S, Abdollahi, A. The relationship between couples' romantic perfectionism and the quality of married life in women: the moderating role of self-compassion. *Journal of Research in Psychological Health*. 2024; 18 (2):1-15 [Persian].

Article Info:

Key words

Couple's romantic perfectionism, Quality of Marital Life, Self-compassion, Women

Abstract

The purpose of the present study was to determine the moderating role of self-compassion in relation between couple's romantic perfectionism (self-centered and other-centered) with quality of marital life in the women. This study was of a descriptive-correlation type and the statistical population included married women of Tabriz city. 321 samples were selected using convenience sampling method and the link of the questionnaires was provided to them. The tools of this research included: Rees et al.'s self-compassion scale (2011), Abdollahi and Allen's (2002) romantic perfectionism scale (self-centered and other-centered), and Busby et al.'s marital quality measurement scale. After entering the data into the computer, the data were analyzed using SPSS26 and PLS3 software using the structural equation modeling method. The results showed that self-compassion has a significant relationship with the quality of married life ($P<0.001, \beta=0.384$),on the other hand self-centered romantic perfectionism hasa significant relationship with the quality of married life ($P<0.001, \beta=0.361$),also other- centered romantic perfectionism has a significant relationship with the quality of married life ($P<0.001, \beta=-0.713$). Self-compassion played a moderating role between self-oriented perfectionism and marital life quality, but it did not play a moderating role in relation to other- oriented perfectionism and marital life. According to these findings, the importance of getting to know the dimensions of romantic perfectionism and teaching the skills of self-compassion in pre-marriage and post-marriage counseling, both in preventing the decrease in the quality of marital life and in increasing the quality of marital life, doubles.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.20080166.1403.18.2.2.5]

رابطه کمالگرایی عاشقانه زوجین با کیفیت زندگی زناشویی در زنان : نقش تعدیلگر خود شفقت ورزی

معصومه برزگری سلطان احمدی [۱] سیمین حسینیان* [۲] عباس عبداللهی* [۳]

۱. کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه الزهرا، تهران ، ایران.
۲. استاد تمام گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه الزهرا، تهران ، ایران.Hosseinian@alzahra.ac.ir
۲. استادیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه الزهرا ، تهران ، ایران.

تاریخ دریافت
۱۴۰۳/۰۱/۰۳

تاریخ پذیرش نهایی
۱۴۰۳/۰۵/۳۱

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تعیین نقش تعدیل‌گری خودشفقت‌ورزی در رابطهٔ بین کمال‌گرایی عاشقانهٔ زوجین (خودمحور و دیگر محور) و کیفیت زندگی زناشویی در زنان انجام شد. روش پژوهش این مطالعه از نوع توصیفی-همبستگی بود. جامعهٔ آماری شامل زنان متاهل شهرستان تبریز بود که ابتدا از مناطق ۱۰گانهٔ شهر تبریز ۴ منطقه به‌صورت تصادفی انتخاب و به‌طور تصادفی ۴ پارک، فرهنگسرا، سرای محله و باشگاه ورزشی انتخاب شدند. سپس از میان زنان مراجعه‌کننده به این اماکن ۳۲۱ نفر به روش نمونه‌گیری دردسترس پرسشنامه‌های خودشفقت‌ورزی ریس و همکاران (۲۰۱۱)، کمال‌گرایی عاشقانهٔ (خودمحور و دیگرمحور) عبداللهی و آلن (۲۰۲۲) و کیفیت زندگی زناشویی باسبی و همکاران (۱۹۹۵) را تکمیل کردند.نتایج نشان داد خودشفقت‌ورزی ($P<۰/۰۰۱, \beta=۰/۳۸۴$) و کمال‌گرایی عاشقانهٔ خودمحور ($P<۰/۰۰۱, \beta=۰/۳۶۱$) با کیفیت زندگی زناشویی رابطهٔ مثبت معنادار دارند و کمال‌گرایی عاشقانهٔ دیگر محور با کیفیت زندگی زناشویی رابطهٔ منفی معناداری دارد ($P<۰/۰۰۱, \beta=-۰/۷۱۳$). همچنین نتایج نشان دادخودشفقت‌ورزی بین کمال‌گرایی عاشقانهٔ خودمحور با کیفیت زندگی زناشویی نقش تعدیل‌گری ایفا می‌کند، اما در رابطه بین کمال‌گرایی عاشقانه دیگر محور با کیفیت زندگی زناشویی نقش تعدیل‌گری ندارد. با توجه به این یافته‌ها خودشفقت‌ورزی به‌عنوان یک ویژگی روانشناختی نقش موثری در کاهش اثرات منفی کمال‌گرایی در روابط زناشویی دارد. بنابراین آموزش مهارت خودشفقت‌ورزی در مشاوره‌های پیش از ازدواج و پس از ازدواج چه در پیشگیری از افت کیفیت زندگی زناشویی و چه در افزایش آن، موثر است.

واژگان کلیدی
خودشفقت‌ورزی، کمال‌گرایی عاشقانهٔ زوجین، کیفیت زندگی زناشویی، زنان متاهل

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.20080166.1403.18.2.2.5]

مقدمه

خانواده با برقراری رابطه زناشویی بین زوجین هستهٔ اصلی جامعه را تشکیل می‌دهد (کارنی و باردبوری، ۲۰۲۰). از این رو خانواده و جامعهٔ سالم وابسته به روابط و کیفیت زندگی زناشویی[1]است (مام‌شریفی، سهرابی و برجعلی، ۱۴۰۰). کیفیت زندگی زناشویی مولفه‌ای مهم در روابط بین زوجین و رضایت از زندگی زناشویی محسوب می‌گردد (طحان، سالم، مشتاق، فتاحی و رحیمی، ۲۰۲۰). سازه‌ای که از پیامدهای ازدواج موفق و موثر و یکی از پیش‌بینی کننده‌های مهم پایداری و تداوم روابط زناشویی است (آیلس، ۲۰۰۴؛ به نقل از هو، جیانگ و وانگ، ۲۰۱۹). در واقع کیفیت‌زندگی زناشویی متغیری است که در طول زندگی زوجین بوجود می‌آید و لازمه مناسب بودن آن انطباق سلیقه‌ها، شناخت ویژگی‌های شخصیتی، ایجاد قواعد رفتاری و شکل‌گیری الگوهای مراوده ای است. بدین ترتیب می‌توان گفت زوجین دارای کیفیت‌زندگی زناشویی مناسب، در حوزه‌های گوناگون زندگی با همدیگر توافق دارند (لاینت و کیبوسکی، ۲۰۱۸).

خانواده درمانگرها و زوج درمانگران غالباً در پی‌شناخت و آگاهی از پیشایندها و پیش‌بینی کننده‌های کیفیت زندگی زناشویی بوده‌اند. به نظر می‌رسد یکی از عوامل موثر بر کیفیت رابطه زناشویی، کمال‌گرایی[2] زوجین است. کمال‌گرایی یک ویژگی شخصیتی است که دارای چند بعد بوده و با عناصر مرتبط با روابط زناشویی و بین‌فردی همبسته است. این سازه اختلال نیست، ولی به‌عنوان عاملی آسیب‌زننده مطرح شده است (لاینت و کیبوسکی، ۲۰۱۸). انواع متعددی از کمال‌گرایی مطرح شده است از جمله کمال‌گرایی خودمحور[3] ، کمال‌طلبی دیگر محور[4] و کمال‌گرایی توصیه شده از سوی اجتماع[5](باهورمن و همکاران، ۲۰۲۰). کمال‌گرایی در بعد خودمحوری اشاره به نیاز فرد برای کامل‌بودن دارد. کمال‌گرایی در بعد دیگرمحور تأکید بر این است که دیگران همچون فرزندان، همسر و... باید کامل باشند. در نهایت کمال‌گرایی در بعد توصیه شده از سوی دیگران اشاره به کامل‌بودن بر اساس نگاه و انتظارات از سوی دیگران است (مهر و آدامز، ۲۰۱۶). این الگوی کمال‌گرایی که از نگاه دیگران باید کامل به نظر رسید زمینه را برای مشکلات در روابط زناشویی و عدم سازگاری و رضایت در رابطه را فراهم می‌سازد (ساه، گنیکا و رایس، ۲۰۱۷).زوجین کمال‌گرا معیار و ملاک‌های غیرواقع‌بینانه از همسر خود دارند، متوقع و ایرادگیر هستند و از آنجا که. انتقادناپذیرند، نسبت به تغییر مقاوم‌اند. همین امر در طول زمان منجر به تعارض و کاهش کیفیت زندگی زناشویی می‌گردد. ازاین‌رو مطالعات متعددی چون رایگانی و همکاران (۱۴۰۱)، خشتی‌پور و کاظمی (۱۳۹۳)؛ وونگ و وو (۲۰۲۲)، پترسون (۲۰۱۷)، فو، حسن، طالب و زکریا، (۲۰۱۷)، باهورمن و همکاران (۲۰۲۰) و یووانی و روماندور، (۲۰۲۱) نشان داده‌اند که کمال‌گرایی کیفیت رابطهٔ زناشویی را تضعیف می‌کند.

اگرچه شواهد متعددی رابطهٔ بین کمال‌گرایی را با کیفیت زناشویی بررسی کرده‌اند، اطلاعات اندکی در مورد مکانیزم ارتباط این عامل بر کیفیت زندگی زناشویی زوجین در دسترس است (ساه و همکاران ۲۰۱۷). به بیان دیگر به نظر می‌رسد بین کمال‌گرایی و کیفیت زندگی زناشویی رابطهٔ خطی ساده‌ای وجود ندارد، بلکه ممکن است برخی جنبه‌های کمال‌گرایی نه به‌صورت مستقیم بلکه با تأثیرگذاری بر روی نگرش فرد نسبت به خود و به طور مشخص تحت‌تأثیر قراردادن خود شفقت‌ورزی بر روی کیفیت زندگی زناشویی زوجین تأثیرگذار باشند. به‌عنوان‌مثال، احتمال آن وجود دارد که افراد کمال‌گرا وقتی با تفاوت بین استاندارد و عملکرد مواجه شوند (مؤلفه تعارض کمال‌گرایی) شروع به خود انتقادی و سرزنش خود نمایند و از این طریق کیفیت و سازگاری زناشویی آنان کاهش یابد؛ بنابراین خودشفقت‌ورزی[6]مؤلفه مهمی است که در ارتباط کمال‌گرایی باکیفیت زندگی زناشویی زوجین مورد بررسی قرار خواهدگرفت(شارعی و همکاران ،۲۰۲۳).

خود شفقت‌ورزی بصورت نگاه غیر ارزیابانه نسبت به ضعف‌ها و عدم موفقیت خود و نگرش مراقبت و مهربانانه نسبت به خود در تجربیات معمول و رایج زندگی فرد تعریف

[1] Marital quality
[2] perfectionism
[3] Self-centered perfectionism
[4] Other-oriented perfectionism
[5] Socially Prescribed Perfectionism
[6] Self-compaction

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1403.18.2.2.5]

می‌شود (ژانگ و همکاران، ۲۰۱۹). ازاین‌رو این سازه بر اساس یک پایهٔ درون روانی تأثیر فزاینده‌ای بر بهبود مشکلات مربوط به‌سلامت روان و روان‌شناختی و تنظیم و تعدیل هیجانات دارد. به هر میزان در افراد خودشفقتی و ابعاد آن از جمله مهربانی، پذیرش و آگاهی از افکار و احساسات افزایش و بهبود یابد، راهبردهای مقابله در برابر مشکلات روان‌شناختی و مدیریت تنش در راستای رسیدن به‌سلامت روان بهبودیافته و همین امر منجر به بهبود کیفیت زندگی در روابط زناشویی می‌گردد نف و برتواز، ۲۰۱۳).خود شفقت‌ورزی ارتباطات زناشویی و در ادامه کیفیت رابطه را متأثر می‌سازد. این سازه نگرش‌های منفی در رابطه چون همچون خشم و شرم را به ارزیابی مثبت و مهربانی و شفقت به خود و همسر تبدیل و تعدیل می‌سازد (نف، ۲۰۲۳). خودشفقت‌ورزی انعطاف‌پذیری هیجانی را شکل می‌دهد که مهربانی نسبت به خود را به همراه داشته و عواطف منفی را به سوی عواطف مثبت‌تر هدایت می‌سازد. و از این طریق می‌تواند الگوی تفکری غیرمنعطف و خشک افراد کمال‌گرا را تعدیل کند که نسبت به اشتباهات خود مهربانانه‌تر برخورد کنند. (کایا و همکاران، ۲۰۲۲).

تازه‌ترین آمارها از گزارشاتی که در خصوص طلاق مطرح گردیده نشان می‌دهد که از ابتدای سال ۱۴۰۰ ۱۸۳۱۹۳ طلاق در داخل کشور ایران تأیید شده است . همچنین بر اساس اعلام سازمان ثبت احوال کشور، ایران در نیمه نخست همان سال هر روز شاهد ثبت ۳۵۴ فقره طلاق بوده است (سازمان ثبت احوال کشور، ۱۴۰۰). فقدان یا کاهش کیفیت و رضایت زناشویی، یکی از مؤلفه‌های ایجاد محرک برای این اتفاق تلخ بوده که تبعات آسیب زای آن غیر قابل پنهان است (ویمز و پینا ، ۲۰۱۳). از طرفی از آنجا که زنان به نوعی قلب تپنده خانواده محسوب می‌شوند و نقش ویژه‌ای در عشق ورزی به همسر و فرزندان و تربیت نسلهای آینده دارند، اهمیت مطالعه شفقت به خود و نقش تعدیلگری آن در رابطه با کمالگرایی عاشقانه زوجین و تاثیر آن در کیفیت زندگی زناشویی آنان، دوچندان می‌شود. لذا باتوجه به مباحث مطرح شده به نظر می‌رسد با مطالعاتی همچون تحقیق حاضر، علل و عواملی که کیفیت زندگی زناشویی را متأثر می‌سازد شناسایی می‌شوند و با نتایجی که از این یافته‌ها به دست خواهد آمد از یک جنبه بار روانی و مادی ناشی از تنش‌ها و آمار طلاق را کاهش داده و از جنبه‌ای دیگر شناخت و آگاهی از این مسئله، سیاست‌گذاری‌ها و برنامه‌ریزی‌های منسجم در ابعاد بزرگ تر در راستای تحکیم خانواده را قابل اجرا می‌سازد، از سویی دیگر توانایی پیش‌بینی هر چه دقیق‌تر عوامل مؤثر در یک ازدواج موفق، می تواند نقش بسیار مؤثری در سوق دادن افراد بسوی زندگی مشترک دارای کیفیت، ثبات خانواده بالاتر و نیز کاستن از تعارضات زناشویی و کاهش طلاق و افزایش میزان کیفیت زندگی زناشویی و اعتلای سلامت روانی جامعه داشته باشد. بنابراین با استفاده از نتایج این پژوهش و مشخص شدن نقش ویژگی‌های شخصیتی همچون کمال‌گرا بودن بر کیفیت زندگی زوجین، می‌توان با آموزش‌هایی در زمینه مشاوره پیش از ازدواج یا در سطحی عمیق‌تر آموزش خانواده‌ها در زمینه تغییر، تبدیل و یا تعادل سازی کمال‌گرایی منفی از بروز آسیب به استحکام خانواده یا وارد شدن به ازدواج‌های پرچالش پیشگیری کرد. بعلاوه ازآنجاکه شکست در ازدواج و یا طلاق آسیب‌های جدی فردی، خانوادگی و اجتماعی به دنبال دارد و ازآنجاکه پیشگیری همیشه به صرفه و بهینه‌تر از درمان است؛ در پژوهش حاضر تلاش بر آن است که مؤلفه‌های مهم و زمینه ساز و تاثیرگذار بر کیفیت زندگی زناشویی شناسایی و مکانیسم ارتباط و تبیین آن مورد بررسی و روشنگری قرار گیرد.

با توجه به جدید بودن و کاربردی بودن مطالعه حاضر، نهادهای آموزشی، پژوهشی، درمانی و کلینیک‌ها و مراکز مشاوره پیش از ازدواج قادر خواهند بود از نتایج این پژوهش در جهت افزایش دانش و آگاهی و پیشگیری و کاهش آسیب‌ها استفاده کنند. همچنین می‌توان توان و ظرفیت درمانگران را در حوزه روابط زناشویی و حل مشکلات مربوط به این حوزه از جمله ناسازگاری‌ها، نارضایتی و جدایی، افزایش تاب‌آوری و بهزیستی روان‌شناختی به کار بست تا از این طریق زمینه برای ایجاد تغییر و تعدیل کیفیت زندگی زناشویی فراهم شود و بدینوسیله قدم بزرگی در جهت افزایش کیفیت زندگی زناشویی زنان برداشته شود. لذا مطالعه حاضر با هدف تبیین نقش تعدیلگری خودشفقتی در ارتباط بین کمال‌گرایی عاشقانه زوجین وکیفیت زندگی زناشویی زنان و نیز در جهت پُرکردن خلاء پژوهشی مطالعات قبلی ، دارای اهمیت بوده و جنبه کاربردی بودن آن مطرح است.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.20080166.1403.18.2.2.5]

از سوی دیگر تاکنون پژوهشی در خود کیفیت زندگی زناشویی به‌عنوان متغیر ملاک در ارتباط با کمال‌گرایی و با در نظر گرفتن نقش تعدیل گری خود شفقت‌ورزی انجام نگرفته است. پژوهش حاضر در راستای جبران خلاء پژوهش‌های پیشین به دنبال پاسخگویی به این است که آیا خودشفقت‌ورزی در رابطه‌با کمال‌گرایی زوجی و کیفیت زندگی زناشویی در زنان متاهل نقش تعدیل‌گری دارد؟

روش

پژوهش حاضر به لحاظ هدف کاربردی و طرح اصلی آن توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری مطالعه حاضر کلیه زنان متاهل شهر تبریز در سال ۱۴۰۲ بود. به دلیل وسیع بودن جامعه آماری و عدم دسترسی به فهرست آن و باتوجه به ۱۱ خرده مقیاس برای متغیر پیش بین و با در نظر گرفتن اینکه به ازای هرخرده مقیاس متغیر پیش بین، بین ۱۰ تا ۴۰ نمونه لازم است؛ همچنین با در نظر گرفتن ریزش و برای اطمینان بالای تحقیق ۴۰۰ نفر به‌عنوان حجم نمونه برگزیده شد. برای انتخاب شرکت‌کنندگان ابتدا از مناطق ۱۰ گانه شهر تبریز ۴ منطقه باتوجه به ناحیه جغرافیایی (شمال، جنوب، غرب و شرق) بصورت تصادفی انتخاب و از هر منطقه ۱۰۰ نفر نمونه با مراجعه به پارک‌ها، فرهنگسراها و سرای محله‌ها به‌صورت دردسترس انتخاب شدند. پس از جلب رضایت و اطمینان از اینکه اطلاعات آن‌ها محرمانه خواهد ماند از آن‌ها خواسته شد که پرسشنامه‌های پژوهش را تکمیل کنند. ملاک‌های ورود به مطالعه شامل؛ رضایت آگاهانه، تاهل، سکونت در شهر تبریز، تاهل به‌صورت ازدواج دائم، ازدواج اول و زندگی زیر یک سقف، داشتن حداقل دو سال سابقه زندگی مشترک و ملاک خروج نیز شامل مخدوش بودن و عدم تکمیل پرسشنامه، اعتیاد به مواد مخدر، سابقه مشکلات روان‌شناختی بود.

ابزار پژوهش

۱. پرسشنامه خودشفقتی ریس: این پرسشنامه توسط (ریس،۲۰۱۱) در دو فرم بلند و کوتاه ساخته شده‌است. فرم بلند این مقیا با ۲۶ گویه و فرم کوتاه آن ۱۲ گویه دارد که در پژوهش حاضر از فرم کوتاه استفاده شد. سوالات آن در طیف ۵گزینه‌ای لیکرت از ۱(تقریباً هرگز) تا ۲ (غالباً) طراحی شده است. سه سازه دو بعدی در چارچوب شش خرده مقیاس به‌صورت مهربانی با خود در مقابل قضاوت خود (معکوس)، ذهن‌آگاهی در مقابل یکسان‌سازی افراطی (معکوس) و روابط بین‌فردی در مقابل انزوا (معکوس) مورد سنجش قرار می‌دهد. ریس (۲۰۱۱)، پایایی ابزار را ۰/۸۸ و روایی آن را ۰/۷۸ گزارش کرده‌است. در ایران نیز (مومنی، شهیدی، موتابی و حیدری (۱۳۹۲) روایی این پرسشنامه از طریق تحلیل عاملی چهار مؤلفه با قدرت تبیین ۰/۴۷ را برای این مقیاس مطرح ساختند. پایایی درونی ابزار نیز با ضریب ۰/۷۰ مورد تأیید قرار گرفت. در پژوهش (واحدی،۱۴۰۰) نیز ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۵۸ به دست آمد. شهبازی، رجبی، مقامی و جلوداری (۱۳۹۴) برای کل مقیاس ضریب آلفای ۰/۹۱ را گزراش نمودند و این ضریب برای چهار خرده مقیاس این ابزار که در فوق به آن اشاره شده به ترتیب برابر با ۰/۸۳، ۰/۸۷، ۰/۹۱، ۰/۸۸، ۰/۹۲ و ۰/۷۷ است. در پژوهش حاضر نیز پایایی کل ابزار با محاسبهٔ آلفای کرونباخ ۰/۸۸ به دست آمد.

۲. پرسشنامه کیفیت زناشویی باسبی و همکاران: این ابزار مقیاسی معتبر جهت ارزیابی و سنجش روابط زناشویی در نظر گرفته شده است. ۱۴ ماده و ۳ زیرمولفه توافق، رضایت و انسجام دارد که در یک ترکیب کلی میزان کیفیت زندگی زناشویی را برآورد می‌کند. نمرات بالا بیانگر کیفیت زندگی بالا و بالعکس است. نمره‌دهی به‌صورت طیف لیکرت شش بعدی از داشتن اختلاف دائمی با نمره صفر تا توافق دائم با نمره ۵ است. با استفاده از تحلیل تمایزات، حداقل امتیاز ممکن ۰ و حداکثر ۷۰ خواهد بود. باسبی، کرانه، لارسون و چریستیان‌سن (۱۹۹۵) پایایی ابزار به روش آلفای کرونباخ را در سه زیرمولفه به ترتیب برابر با ۰/۷۹ ۰/۸۰ و ۰/۹۰ مطرح نمودند (به نقل از یوسفی، ۱۳۹۰). یوسفی (۱۳۹۰) اعتبار درونی ابزار به روش دونیمه سازی برای کل ابزار بالاتر از ۰/۷۰ و همسانی درونی با ضریب آلفای کرونباخ برای سه خرده مؤلفه به ترتیب برابر با ۰/۸۲، ۰/۸۳، ۰/۸۶ و ۰/۹۲ گزارش کرده‌است. همبستگی خرده

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.20080166.1403.18.2.2.5]

مقیاس‌ها با هم بین ۰/۴۹ تا ۰/۷۱ است. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ ۰/۸۹ محاسبه شده‌است.

۳. پرسشنامه کمال‌گرایی عاشقانه زوجین: این پرسشنامه جهت ارزیابی کمال‌گرایی عاشقانه در زوج‌های ایرانی توسط عبداللهی و آلن (۲۰۲۲) تدوین و هنجاریابی شده است. این مقیاس شامل ۱۴ گویه است و دو بعد کمال‌گرایی عاشقانه خودمحور و دیگرمحور را ارزیابی می کند. نمره دهی این مقیاس از یک مقیاس لیکرت ۷ درجه-ای از ۱(به شدت مخالفم) تا ۷ (بسیار موافقم) است. ۴ گویه (ماده‌های ۵، ۸، ۱۱ و ۱۳) نیز بصورت معکوس نمره گذاری می‌شود. نمره بیشتر نشان دهنده سطح بالاتری از کمال‌گرایی است. مدودو، پراتچر و بتنکورت (۲۰۲۰) روایی درونی مقیاس را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۶ گزارش نمودند. روایی صوری سنجه‌ها به‌صورت کمی و با استفاده از روش تأثیر آیتم اندازه‌گیری شد. مقادیر امتیاز تأثیر برای همه موارد بیشتر از ۱,۵ بود که نشان دهنده روایی صوری مناسب است. یافته‌های عبداللهی و آلن (۲۰۲۲) نشان داد این دو خرده مقیاس روایی درونی قابل قبولی دارد به‌نحوی‌که مقادیر پایایی سازه برای کمال‌گرایی عاشقانه خودگرا (۰/۸۱)، کمال‌گرایی عاشقانه دیگرگرا (۰/۷۲) و کل مقیاس (۰/۷۴) بیشتر از ۰/۷ بود. بنابراین نتایج از ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه ایرانی این ابزار پشتیبانی می‌کند به‌نحوی‌که قابلیت کاربرد توسط محققان و پزشکان آینده برای ارزیابی کمال‌گرایی عاشقانه در زوج‌های ایرانی را دارد. از سویی دیگر ارزیابی روایی همگرا و همسانی درونی بین آیتم‌های اندازه‌گیری نشان داد که مقادیر میانگین واریانس استخراج شده (AVE) بیشتر از ۰,۵ است که بیانگر اعتبار همگرای قابل قبولی برای اندازه گیری دو خرده مقیاس است. در پژوهش حاضر نیز مقدار آلفای کرونباخ برای کمال‌گرایی خودمحور و دیگرمحور به ترتیب ۰/۸۲ و ۰/۸۴ محاسبه شده‌است.

روند اجرای پژوهش: پس از حذف پرسشنامه‌های پرت و مخدوش شده تعداد کل شرکت‌کنندگان به ۳۲۱ نفر کاهش یافت. اطلاعات جمع‌آوری شده توسط نرم‌افزار SPSS-26و AMOSS- با روش مدل‌سازی معادلات ساختاری، ضرایب مسیر، و روش تحلیل چندگروهی تحلیل شدند.

یافته‌ها

نمونهٔ پژوهش حاضر شامل ۳۲۱ زن متاهل با با دامنهٔ سنی ۳۲ سال و میانگین سنی ۱۶/۵۴ ± ۴۱/۲۲ سال و میانگین طول مدت ازدواج آن‌ها کمتر از یک سال تا بیشتر از ۱۵ سال بود. از بین آن‌ها ۱۵ نفر (۴/۶۷٪) زیردیپلم، ۴۵ نفر (۱۴/۰۲٪) دیپلم، ۲۴ نفر فوق‌دیپلم (۷/۴۸٪)، ۱۳۷ نفر(۴۲/۶۸٪) کارشناسی، ۸۱ نفر کارشناسی‌ارشد (۲۵/۲۳٪) و ۱۹ نفر (۵/۹۲٪) دکترا داشتند. و ۱۱۴ نفر (۵۳/۵۱٪) شاغل، ۱۳۸ نفر (۴۳/۳٪) خانه‌دار و ۱۳۷ نفر (۴۲/۶۸٪) دانشجو بودند.

هیر، هالت، رینگل و سارستد (۲۰۱۷) یک فرآیند چهار مرحله‌ای را برای ارزیابی مدل ساختاری پیشنهاد کرده‌اند. گام اول: ارزیابی ضرایب معناداری مسیر. هدف از ارزیابی ضرایب معناداری مسیر، بررسی معناداری روابط مفروض بین سازه‌های پژوهش است.نتایج ارزیابی ضرایب معناداری مسیر برای هریک از روابط مستقیم مفروض در جدول ۱ آمده است.

جدول۱. ارزیابی ضرایب معناداری مسیر برای روابط مستقیم بین متغیرها

	فرضیه ها	ضرایب مسیر	آمارهٔ t	سطح معناداری
فرضیهٔ اول	شفقت به خود ← کیفیت زناشویی	۰,۳۸۴	۵,۲۱	۰,۰۰۱
فرضیهٔ دوم	کمال گرایی خودمحور← کیفیت زناشویی	۰,۳۶۱	۴,۲۳	۰,۰۰۱
فرضیه سوم	کمال گرایی دیگر محور ← کیفیت زناشویی	-۰,۷۱۳	۱۸,۳۶	۰,۰۰۱
P<۰/۰۰۱				

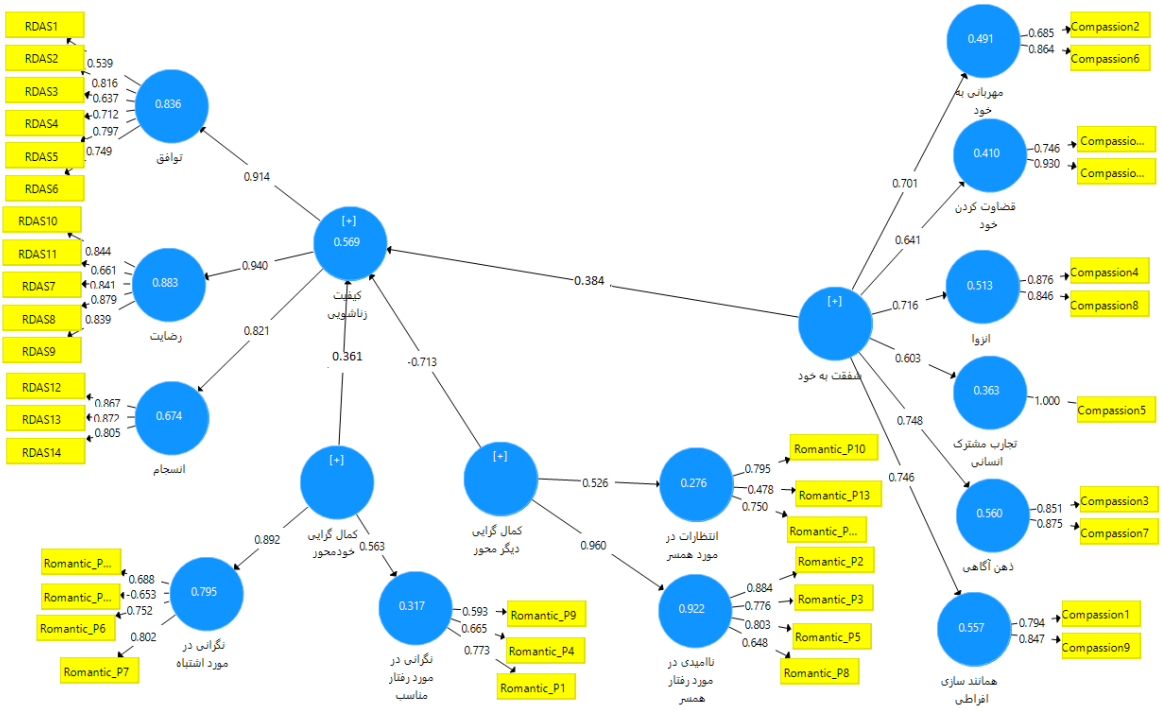
[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.20080166.1403.18.2.2.5]

براساس نتایج جدول ۱، روابط مفروض بین سازه‌های پژوهش معنادار است. شفقت به خود و کمال‌گرایی خودمحور با کیفیت زندگی زناشویی رابطهٔ مثبت و کمال‌گرایی ودیگرمحور رابطهٔ منفی معناداری با کیفیت زندگی زناشویی دارند.

گام دوم در ارزیابی مدل ساختاری پژوهش، ارزیابی ضریب تعیین متغیرهای درون‌زا است. در این پژوهش، متغیردرون‌زا کیفیت زندگی زناشویی است. ضریب تعیین، دقت پیش‌بینی مدل مفروض را بررسی می‌کند. به عبارت دیگر، ضریب تعیین مشخص می‌کند که چه مقدار از واریانس متغیرهای درون‌زای مدل توسط متغیرهای برون‌زا تبیین می‌شوند. مقدار ضریب تعیین ۰٫۱۹، ۰٫۳۳ و ۰٫۶۷ به‌ترتیب بیانگر ضریب تعیین ضعیف، متوسط و قوی است (هیر و همکاران، ۲۰۱۷). همان‌طور که در شکل ۱ مشاهده می‌شود، ضریب تعیین ۰٫۵۶۹ برای متغیر درون‌زا نشان می‌دهد که شفقت به خود، کمال گرایی خودمحور و کمال گرایی دیگر محور ۵۶۹٪ از واریانس کیفیت زناشویی را تبیین می‌کند.

شکل ۱ : مدل ساختاری کیفیت زناشویی



گام سوم در ارزیابی مدل ساختاری ارزیابی اندازهٔ اثر (f^2)است. هدف از ارزیابی اندازهٔ اثر بررسی این موضوع است که آیا حذف یک متغیر برون‌زا از مدل بر مقدار ضریب تعیین متغیر درون‌زای مربوط به آن تأثیرگذار است. بنابراین، اندازهٔ اثر نشان‌دهندهٔ شدت رابطهٔ بین متغیرهای برون‌زا با متغیرهای درون‌زای مدل است (هیر و همکاران، ۲۰۱۷). بر اساس معیار کوهن (۱۹۸۸)، اندازهٔ اثر ۰٫۰۲، ۰٫۱۵ و ۰٫۳۵ به‌ترتیب نشانگر اندازهٔ اثر کوچک، متوسط و بزرگ است. ارزش عددی f^2 برای متغیرهای کمال گرایی دیگر محور، کمال گرایی خود محور و شفقت به خود به ترتیب برابر با ۰٫۸۵، ۰٫۳۷ و ۰٫۳۶ بود. بنابراین، نتایج نشان می‌دهد کمال‌گرایی دیگر محور نقش مهم‌تری در تبیین کیفیت زناشویی دارد و حذف آن از مدل کاهش قابل‌توجهی را در مقدار ضریب تعیین (R^2) کیفیت زناشویی ایجاد می‌کند.

گام چهارم ارزیابی معیار قدرت پیش‌بینی (Q^2)است. هدف از ارزیابی معیار قدرت پیش‌بینی (Q^2) (گیسر، ۱۹۷۴). بررسی این موضوع است که آیا متغیرهای پنهان برون‌زای مدل نسبت به متغیرهای درون‌زا قدرت پیش‌بینی دارند. در مدل ساختاری، مقدار Q^2 بیشتر از صفر برای هر متغیر

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1403.18.2.2.5]

درون‌زا نشان‌دهندهٔ قدرت پیش‌بینی متغیر برون‌زای مربوط به آن است. هنسلر، رینگل و سینکوویچ (۲۰۰۹) سه خط برش ۰،۰۲، ۰،۱۵ و ۰،۳۵ را به‌ترتیب برای قدرت پیش‌بینی ضعیف، متوسط و قوی پیشنهاد کردند. مقدار Q^2 برای متغیرهای درون‌زای برای متغیر کمال گرایی دیگر محور، کمال گرایی خود محور و شفقت برابر با ۰،۳۷، ۰،۳۱ و ۰،۲۹ بود که متغیر کمال گرایی دیگرمحور پیش بینی کننده قوی ای برای کیفیت زناشویی محسوب می‌شوند.

در پایان برای بررسی آخرین فرضیهٔ پژوهش نقش تعدیل‌گری شفقت به خود با استفاده روش تحلیل چند گروهی بررسی شد. دامنه نمرات متغیر شفقت به خود بین ۱۵ تا ۵۳ با میانه ۳۰ می باشد و بر اساس میانه افراد با شفقت کم شامل ۱۶۳ نفر و افراد با شفقت زیاد شامل ۱۵۸ نفر هستند. متغیر تعدیلگر در صورتی نقش تعدیل‌گری ایفا می‌کند که یا مسیر برای یک گروه معنادار باشد و برای گروه دیگر معنادار نباشد و یا اینکه جهت ضریب بتا برای یگ گروه با گروه دیگر متفاوت باشد. همانطور که جدول ۳ نشان می‌دهد رابطه بین کمال‌گرایی خودمحور با کیفیت زناشویی در بین گروه با شفقت کم برابر با ۰،۱۵- و در گروه با شفقت زیاد برابر با ۰،۱۴ است و سطح معناداری این رابطه در گروه شفقت کم برابر با ۰،۵۱۶ و در گروه با شفقت زیاد برابر با ۱،۹۸ است که بیانگر نقش تعدیل‌گری شفقت به خود در این رابطه است. لازم به ذکر است که شفقت به خود نقش تعدیل‌گری بین کمال‌گرایی دیگرمحور با کیفیت زناشویی ایفا نکرد، زیرا در هر دو گروه شفقت کم و شفقت زیاد، علایم ضریب رگرسیون و سطح معناداری تغییر نداشتند.

جدول ۲. نقش تعدیل گری شفقت به خود در رابطهٔ بین کمال‌گرایی عاشقانه و کیفیت زندگی زناشویی

سازه	سازه	شفقت کم	شفقت زیاد
		ضریب بتا (سطح معناداری)	ضریب بتا (سطح معناداری)
کمال گرایی خودمحور	کیفیت زناشویی	۰،۱۵-(۰،۵۱۶)	**۰،۱۴۱ (۱،۹۸)**
کمال گرایی دیگر محور	کیفیت زناشویی	۰،۷۵۴-(۱۴،۴۶۸)	**۰،۶۹۳- (۱۳،۲۷۹)**

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر به هدف بررسی نقش تعدیل‌گری خودشفقت ورزی دررابطه با کمال‌گرایی عاشقانه زوجین و کیفیت زندگی زناشویی در زنان متاهل انجام شد که بدین منظور ۳۲۱ نفر از زنان متاهل به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و پرسشنامه‌های پژوهش را تکمیل کردند. نتایج با استفاده از آزمون ضرایب همبستگی، رگرسیونی و معادلات ساختاری تحلیل شدند. نتایج نشان داد بین شفقت به خود، کمال‌گرایی خودمحور و دیگر محور ارتباط معناداری با کیفیت زندگی زناشویی زنان متاهل وجود دارد. همچنین در این پژوهش مشخص شد کمال‌گرایی دیگر محور در مقایسه با متغیر کمال‌گرایی خودمحور نقش مهم‌تری در تبیین کیفیت زناشویی دارد و حذف آن از مدل کاهش قابل‌توجهی را در مقدار ضریب تعیین (R^2) کیفیت زناشویی ایجاد می‌کند.

نتایج این پژوهش با یافته‌های رایگانی و همکاران (۱۴۰۱)، خشتی‌پور و کاظمی (۱۳۹۳)؛ وونگ و وو (۲۰۲۲)، یووانی و روماندور، (۲۰۲۱)؛ باهورمن و همکاران (۲۰۲۰)؛ پترسون (۲۰۱۷) و فو و همکاران، (۲۰۱۷) که نشان دادند کمال‌گرایی کیفیت زناشویی را تضعیف می‌کند، همسو است. کمال‌گرایی افراطی با نگرانی‌های آرمان‌گرایانه مانند نگرانی در مورد اشتباهات، تردید در مورد اعمال، ترس از تایید نشدن توسط دیگران و عدم هماهنگی بین انتظارات و نتایج مرتبط است. این بعد با شاخص‌های ناسازگاری مانند احساسات منفی همبستگی مثبت دارد (استوبر، ۲۰۱۲). کمال‌گرایان از خود، شریک زندگی و نزدیکانشان انتظار دارند که کامل باشند، در نتیجه کوچکترین خطا یا سهل‌انگاری را تاب نیاورده و برای بهبود و اصلاح آن به دیگران تذکر می‌دهند که این کنترلگری و امرو نهی‌های آزاردهده موجب خشم و کدروت در روابطشان می‌شود

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.20080166.1403.18.2.2.5]

(یووانی و روماندور، ۲۰۲۱).

همچنین نتایج این پژوهش نشان داد خودشفقت‌ورزی با کیفیت زندگی زناشویی رابطهٔ مثبت معناداری دارد. زنانی که خود شفقت‌ورزی بالاتری دارند، کیفیت زناشویی بهتری را نیز تجربه می‌کنند. این نتایج با پژوهش‌های (رخشانی و همکاران، ۱۴۰۱، اکبرزاده و زهراکار، ۱۴۰۱، نوری‌پرگو و فروزنده، ۱۴۰۱؛ واحدی، ۱۴۰۰؛ احمدی و مرادی، ۱۳۹۷؛ باکر و ماکنولتی، ۲۰۱۱؛ ساهین، ۲۰۲۱؛ ریچاردسون، تروستی و گروک، ۲۰۲۰) که نشان دادن شفقت به خود روابط میان فردی به‌خصوص روابط عاطفی را بهبود می‌بخشد همسو است. برای تبین این یافته‌ها می‌توان گفت خودشفقتی با نشانه گرفتن عزت نفس مانع آن می‌شود که افراد در هنگام اشتباهات یا تنش‌ها دست به خودتخریبی و خودسرزنشی بزنند تا در نتیجهٔ این احساسات ناخوشایند به جای اصلاح اشتباه یا تنش، شدت تنش‌های میان فردی را افزایش دهند.

شفقت به خود در مقابل احساس گناه مخرب قرار دارد. در احساس گناه فرد با رفتارهای خودتخریب‌گرانه فرصت جبران را از خود می‌گیرد چرا که ذهن، سرزنش را معادل جبران کار انجام شده در نظر می‌گیرد (نف، ۲۰۲۳) اما شفقت خود که معرف آگاهی متعادل نسبت به هیجانات خود و توانایی مواجهه با افکار و احساسات رنج‌آور بدون بزرگ‌نمایی یا احساس غم و تاسف برای خود است (نف و برتواز، ۲۰۱۳). فرد نواقص و اشتباهات خود را با آغوش باز می‌پذیرد. به خودش این حق را می‌دهد که می‌تواند اشتباه کند و سپس آن را جبران نماید. بدین‌ترتیب زوجینی که خود شفقتی بالاتری دارند، رفتارهای اصلاحی بالاتری را هم در روابط خود تجربه می‌کنند(فردی و همکاران ،۲۰۲۳).

در پایان در این پژوهش مشخص شد خودشفقت‌ورزی نقشی تعدیل‌کننده در رابطه با کمال‌گرایی خودمحور و کیفیت زندگی زناشویی دارد. این یافته با پژوهش‌هایی که نقش تعدیل‌کنندگی خودشفقت‌ورزی را در رابطه با کمال‌گرایی و رضایت از زندگی زناشویی نشان داده‌اند (ریچاردسون و همکاران، ۲۰۲۰ و ساهین، ۲۰۲۱ و وانگ و وو، ۲۰۲۲) همسو است. در این پژوهش هر دو مولفهٔ کمال‌گرایی دیگر محور و خودمحور مورد مطالعه قرار گرفت که نشان داد کمال‌گرایی دیگر محور نقش مهم‌تری در رابطه با کیفیت زندگی زناشویی دارد. در کمال‌گرایی دیگر محور فرد به دنبال کامل بودن دیگران چون همسر، فرزند و غیره است. این افراد نمی‌تواند اشتباهات دیگران را تاب بیاورند و انتظارات و توقعات مکرر آنان موجب دور شدن آنان از شریک عاطفی‌شان می‌شود. خودشفقت ورزی سازه‌ای است درون فردی که فرد را در مقابل پذیرش اشتباهات خود یاری می‌کند. افراد با کمال‌گرایی دیگر محور حتی اگر خودشفقت ورز نیز باشند، این خودشفقت ورزی را در رابطه با خود خواهند داشت نه در رابطه با دیگری. آنان ممکن است به خود حق اشتباه کردن بدهند و درصدد جبران آن برآیند اما حق خطا و جبران را به افراد دیگر نمی‌دهند(موسویان و همکاران ،۲۰۲۳).

در مجموع نتایج حاصل از این پژوهش نشان داد که کمال‌گرایی روابط عاشقانه و خودشفقت ورزی می‌توانند کیفیت زندگی زناشویی را در زنان متاهل پیش‌بینی کنند. زوج درمانگران و مشاوران می‌توانند در فرایند مشاورهٔ قبل از ازدواج، این ویژگی‌ها را در افراد ارزیابی کنند و به افراد در آستانهٔ ازدواج بینش و آگاهی کافی را بدهند. همچنین زوج درمانگران و مشاوران در جلسات زوج درمانی میتوانند ویژگی های کمال‌گرایی زوجین را بررسی وباورهای آنان را به چالش بکشند. و با توجه به به نقش موثر خودشفقت ورزی در روابط عاطفی و اینکه شواهد پژوهشی متعددی نشان داده است، خودشفقت ورزی مهارتی است آموختنی که می‌توان آن را آموزش داد و یاد گرفت (نف، ۲۰۲۳ و جیمز و ریمز، ۲۰۱۸) آموزش تکنیک‌های خودشفقت‌ورزانه به زوجین می‌تواند یک عامل تقویتی موثر در کیفیت و رضایت زناشویی باشد.

موازین اخلاقی

در این پژوهش موازین اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه، حریم خصوصی و رازداری رعایت شدند. با توجه به نحوهٔ جمع‌آوری داده‌ها شرکت‌کنندگان مختار بودند هر زمان که خواستند از پژوهش خارج شوند. در این پژوهش به افراد

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.20080166.1403.18.2.2.5]

اطمینان داده شد که اطلاعات آن‌ها محرمانه می‌ماند و این موضوع به‌طور کامل رعایت شد.

سپاسگزاری

از همکاری تمامی شرکت‌کنندگان در این پژوهش تشکر و قدردانی می‌شود.

مشارکت نویسندگان

این مقاله برگرفته از پایان‌نامهٔ کارشناسی ارشد نویسندهٔ اول است که توسط معاونت پژوهشی دانشگاه الزهرا به تصویب رسیده و با هزینهٔ شخصی انجام شده‌است. در تهیه این مقاله همه نویسندگن در طراحی، مفهوم‌سازی، گردآوری داده‌ها، روش‌شناسی، تحلیل آماری داده‌ها و نهایی‌سازی آن نقش یکسانی داشته‌اند.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد

References

Abdollahi, A., & Allen, K. A. (2022). Psychometric Assessment of the Persian Translated Version of the Romantic Perfectionism Scale Among Couples. *Psychological Reports*, *125*(6), 3224-3237.

Ahmadi, S., & Moradi, O. (2018). Predicting marital adjustment based on components of psychological health and self-compassion in Buchanan couples. *Women and Family Studies*, *11*(41), 43-55.

Akbarzadeh, S., & Zahrakar, K. (2022). The Prediction of Marital Adjustment based on Cognitive Flexibility and Self-Compassion in Couples.

Baker, L. R., & McNulty, J. K. (2011). Self-compassion and relationship maintenance: the moderating roles of conscientiousness and gender. Journal of personality andsocial psychology, 100(5), 853.

Buhrman, M., Gelberg, O., Jovicic, F., Molin, K., Forsström, D., Andersson, G., & Rozental, A. (2020). Treating perfectionism using internet-based cognitive behavior therapy: A study protocol for a randomized controlled trial comparing two types of treatment. *Internet Interventions*, 21(2), 37-64.

Cohen, J. (1988). Statistical power analysis for the behavioral sciences. Cambridge, MA: Academic Press.

Fardi, G., Tajabadi, S., & Abooei, Z. A. (2023). Prediction of lifestyle based on emotion regulation and self-compassion with the mediating role of belief in a just world in MS patients. *Journal of*.

Ferrari, M., Yap, K., Scott, N., Einstein, D., Ciarrochi, J. (2018). Self-compassion moderates the perfectionism and depression link in both adolescentce and adaulthood.*PLoS ONE*, 13, 2, 1-19.

Foo, F. M., Hassan, S. A., Talib, M. A., & Zakaria, N. S. (2017). Perfectionism and marital satisfaction among graduate students: A multigroup invariance analysis by counseling help-seeking attitudes. Polish Psychological Bulletin

Geisser, S. (1974). A predictive approach to the random effect model. Biometrika, 61(1), 101–107. https: //doi.org/10.1093/biomet/61.1.101

Hair Jr, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2017). A primer on partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM) (2th Editio). Sage publications

Henseler, J., Ringle, C. M., & Sinkovics, R. R. (2009). The use of partial least squares path modeling in international marketing. In New challenges to international marketing (pp. 277–319). Emerald Group Publishing Limited.

Hiçdurmaz, D., & Aydin, A. (2017). The relationship between nursing students' selfcompassion and multidimensional perfectionism levels and the factors that inlfuence them..*Journal of Psychiatric Nursing*, 8, 2, 86–94.

Hou, Y., Jiang, F., & Wang, X. (2019). Marital commitment, communication and marital satisfaction: An analysis based on actor–

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.20080166.1403.18.2.2.5]

partner interdependence model. *International Journal of Psychology*, 54(3), 369-376.

James, K., & Rimes, K. A. (2018). Mindfulness-based cognitive therapy versus pure cognitive behavioral self-help for perfectionism: A pilot randomized study. Mindfulness 9(3), 801–814. https://doi.org/10.1007/s12671-017-0817-8

Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2020). Research on marital satisfaction and stability in the 2010s: Challenging conventional wisdom. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 100-116.

Kawamoto, A., Sheth, R., Yang, M., Demps, L., & Sevig, T. (2023). The role of self-compassion among adaptive and maladaptive perfectionists in university students. *The Counseling Psychologist*, *51*(1), 113-144

Kaya, F., Uluman, O. T., Sukut, O., & Balik, C. H. (2022, March). The predictive effect of self-compassion on relationship satisfaction and conflict resolution styles in romantic relationships in nursing students. In Nursing Forum

Khashtipour, Bab Allah; Kazemi, Seyyedah Fatemeh. (2013). The relationship between the dimensions of perfectionism and the couple's attachment style with marital compatibility, the first national congress of family psychology, a step in drawing the ideal family model, Ahvaz, Iran.

Linnett, R.J. & Kibowski, K. (2018). A multidimensional approach to perfectionism and self-compassion. *Self and Identity*, 7, *3*, *1*-27.

Mam Sharifi, P; Sohrabi, F. and Barjali, A. (1400). The mediating role of coping strategies in the relationship between family communication pattern and readiness for addiction. Addiction Studies Scientific Quarterly, 15(59), 311-334.

Medvedev, O.N., Pratscher, S.D., & Bettencourt, A.(2020). Psychometric evaluation of the interpersonal mindfulness scale using Rasch analysis. Mindfulness, 11(8), 2007–2015.

Mehr K.E., Adams, A.C. (2016). Self-compassion as a mediator of maladaptive perfectionism and depressive symptoms in college students. Journal of College Student Psychotherapy; 30, 2,132–45

Momeni, Ferishte, Shahidi, Shahryar, Mutabi, Ferishte, and Heydari, Mahmoud. (2012). Psychometric characteristics of Persian version of self-compassion scale. Contemporary Psychology, 8(2 (serial 6)), 27-40.

Moosavian, E. (2023). Investigating the Effectiveness of Experiential-Dynamic Emotion Regulation (EDER) and Mindfull Self-Compassionate (MSC) Eclectic Therapy with Focusing on Core Shame on Introjective and Anaclitic Depression.

Neff, K. D. (2023). Self-compassion: Theory, method, research, and intervention. *Annual review of psychology*, *74*, 193-218.

Neff, K. D., & Beretvas, S. N. (2013). The role of self-compassion in romantic relationships. *Self and identity*, *12*(1), 78-98.

Noripergo, Maryam and Faruzandeh, Elham (1400). Self-compassion and marital adjustment: a review. The first national scientific conference of psychology students

Petersen, M. (2017). The Impact of Perfectionism In Couple Conflict and Relationship Satisfaction: An Exploration of the Mediating Influence of Perfectionism in Gottman's Conflict Model (Doctoral dissertation, Azusa Pacific University.

Raes F. (2011). The Effect of Self-Compassion on the Development of Depression Symptoms in a Non-clinical Sample. Mindfulness.;2(1):33

Raygani, F. S., Esazadeghan, A., & Zeinali, S. (2022). The Structural Relationships of Perfectionism with Marital Satisfaction: The Mediating Role of Psychological Flexibility and Metacognitive Beliefs. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*, *11*(7), 67-78.

Richardson, C. M., Trusty, W. T., & George, K. A. (2020). Trainee wellness: Self-critical perfectionism, self-compassion, depression, and burnout among doctoral trainees in psychology. Counselling Psychology Quarterly, 33(2), 187-198.

Sahin, E. E. (2021). Self-Compassion as a Mediator between Perfectionism and Life-Satisfaction among University Students. *International Journal of Progressive Education*, *17*(6), 201-214.

Sh, M. (2015). Confirmatory factor analysis of the Persian version of the self-compassion rating scale-revised. *Psychological methods and models*, *6*(19), 31-46.

Sharei, A., Ebrahimi, M., Ahmadi Ochtapeh, P., Mahdavirad, H., & Jamshiddoust Miyanroudi, F. (2023). The Effectiveness of Strength-Based Therapy in Improving Self-Esteem and Reducing Suicidal Thoughts of Women Affected by Domestic Violence in Ardebil. Preventive Counseling, 4(1), 31-44.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.20080166.1403.18.2.2.5]

Stoeber, J. (2012). Dyadic Perfectionism in Romantic Relationships: Predicting Relationship Satisfaction and Longterm Commitment. *Personality and Individual Differences*, 53, 300-350.

Stone, M. (1974). Cross-Validatory Choice and Assessment of Statistical Predictions. Journal of the Royal Statistical Society: Series B (Methodological), 36(2), 111–133. https: //doi.org/10.1111/j.2517-6161.1974.tb00994.x

Suh, H., Gnilka, p. B., Rice, C. (2017). Perfectionism and well-being: A positive psychology framework. Personality and Individual Differences, 11, 25-30

Tahan, M., Saleem, T., Moshtagh, M., Fattahi, P., & Rahimi, R. (2020). Psychoeducational Group Therapy for sexual function and marital satisfaction in Iranian couples with sexual dysfunction disorder. *Heliyon*, 6(1), 45-58.

Vahedi, E. (2021). Predication of couple's affective intimacy on based self compassion, emotional dysregulation and early maladaptive schema. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*, *10*(9), 173-185.

Wang, Q., & Wu, H. (2022). The mediating role of self-compassion and its components in the relationship between maladaptive perfectionism and life satisfaction among Chinese medical students. *Current Psychology*, 1-13.

YOUSEFI, N. (2012). Psychometric properties of the revised dyadic adjustment scales (rdas).

Yovani, M. C., & Rumondor, P. C. (2021). Perfectionistic Concerns, Other-Oriented Perfectionism and Marital Satisfaction. *Jurnal Ecopsy*, *8*(2), 119-128.

Zhang, H., Natalie, N, Watson, Pollard, S. E., Pittman, D. M., Lamis, D.M., Fisher, L.N.,Patterson, B. and Kaslow, N.J. (2019). Self-Criticism and Depressive Symptoms: Mediating Role of Self-Compassion. Death and Dying, 80, 2,202-223.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1403.18.2.2.5]