Journal of Research in Psychological Health
September 2023, Volume 19, Issue 3

Spousal love and quality of married life: The mediating role of marital adjustment among married teachers in Yazd city

Sanaz dehghan marvasti[1*], Ali Jafari Nodushan[2]

[1]. *Department of Psychology and Counselling, Farhangian University, P.O. Box 14665-889, Tehran, Iran.* (*S.dehghan@cfu.ac.ir*)
[2]. *PhD in Educational Psychology, Imam Reza International University (AS)*

Citation: dehghan marvasti, S., & Jafari nodushan. Spousal love and quality of married life: The mediating role of marital adjustment among married teachers in Yazd city. Journal of Research in Psychological Health. 2023; 19 (3):1-15 [Persian].

Article Info:

Received:
2023/09/30

Accepted:
2023/12/18

Key words
marital adjustment, love for spouse, quality of married life, job burnout, teachers

Abstract

The purpose of this research was to investigate the mediating role of marital adjustment in the relationship between love for spouse and the quality of married life of teachers. The research was descriptive in terms of purpose, application, and correlation type. The statistical population of the present study included all male and female teachers working in Yazd city (approximately 5500 people). The sampling method was multi-stage cluster random. Among 45 schools of district 1, 3۶0 teachers were selected as research samples. His research tools were Sternberg's Love Questionnaire (1987), Busby et al.'s Quality of Marital Life (1995) and Spouse Compatibility Scale of Spanier and Crowley (1986). Path analysis method and Lisrel software were used for data analysis. The findings showed that there is a direct and meaningful relationship between the variable of love for spouse and compatibility of spouses (r=0.731). There is a direct and significant relationship (r=0.89) between the spouses' compatibility variable and the quality of married life. The variable of love for spouse does not have a direct and significant relationship with the quality of married life (r=0.07). There is a direct and meaningful relationship between the variable of love for one's wife and the quality of married life due to the mediating role of spouses' compatibility. According to the obtained results, it can be said that love for one's spouse is not enough to improve the quality of married life, but agreement and loving expression facilitates the process of love and causes the beginning of loving discourse and behavior. In other words, love and affection should be manifested in the speech and behavior of the couple in order to find meaning for the love parties.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

عشق به همسر و کیفیت زندگی زناشویی با علائم فرسودگی شغلی: نقش میانجی‌گری سازگاری زناشویی

ساناز دهقان مروستی[۱]*، علی جعفری ندوشن[۲]

[۱]. گروه آموزش روانشناسی و مشاوره، دانشگاه فرهنگیان، صندوق پستی ۸۸۹-۱۴۶۶۵ تهران، ایران. (s.dehghan@cfu.ac.ir)

[۲]. دکتری روانشناسی تربیتی دانشگاه بین المللی امام رضا (ع)

تاریخ دریافت
۱۴۰۲/۰۷/۰۸

تاریخ پذیرش نهایی
۱۴۰۲/۰۹/۲۷

چکیده

هدف از انجام این پژوهش، بررسی نقش میانجی‌گری سازگاری زناشویی در رابطه‌ی بین عشق به همسر و کیفیت‌زندگی زناشویی معلمان دچار فرسودگی شغلی بود. تحقیق بر حسب هدف، بنیادین و روش پژوهش، توصیفی ازنوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر، شامل کلیه معلمان زن و مرد متأهل شاغل درشهر یزد (تقریباً ۵۵۰۰ نفر) بود. روش نمونه‌گیری، تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای بود. ازمیان ۴۵ مدرسه ناحیه ۱، ۳۶۰ معلم به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. ابزارپژوهش، پرسشنامه‌ی عشق استرنبرگ (۱۹۸۷)، کیفیت زندگی زناشویی باسبی و همکاران (۱۹۹۵) و مقیاس سازگاری همسران اسپانیر و کرولی (۱۹۸۶) بود. برای تحلیل داده‌ها ازروش مدل معادلات ساختاری و نرم‌افزار لیزرل استفاده شد. یافته‌ها نشان داد، بین متغیر عشق به همسر و سازگاری همسران رابطه‌ی مستقیم ومعنی‌دار (r= ۰/۷۳۱) وجود دارد. بین متغیر سازگاری همسران و کیفیت‌زندگی زناشویی رابطه مستقیم ومعنی‌دار (r= ۰/۸۹) وجود دارد. متغیر عشق به همسر با کیفیت‌زندگی زناشویی رابطه‌ی مستقیم ومعنی‌دار (r=-۰/۰۷) ندارد. بین متغیر عشق به همسر و کیفیت‌زندگی زناشویی باتوجه به نقش میانجی سازگاری همسران رابطه‌ی مستقیم ومعنی‌دار وجود دارد. ضمناً نتایج نشان داد، خرده مقیاس‌های عشق به همسر شامل مؤلفه‌های صمیمت، اشتیاق، تعهد با خرده مقیاس‌های کیفیت زندگی زناشویی شامل توافق، رضایت، انسجام کمترین همبستگی (بین ۰/۲۷ تا ۰/۳۸)، و با خرده مقیاس‌های متغیر سازگاری زناشویی شامل رضایت دوجانبه، همبستگی دوجانبه، توافق دوجانبه و بیان محبت‌آمیز بیشترین همبستگی (۰/۴۹ تا ۰/۸۲)، را دارد. با توجّه به نتایج بدست آمده می‌توان گفت، عشق به همسر به تنهایی موجب بهبود کیفیت‌زندگی زناشویی نمی‌شود، بلکه توافق و بیان محبت‌آمیز فرآیند عشق‌ورزی را تسهیل می‌کند و سبب آغاز گفتمان و رفتار مهرورزی می‌شود. به عبارتی، عشق و محبت باید برکلام و در رفتار زوجین جلوه‌گر شود تا برای طرفین عشق معنا یابد.

واژگان کلیدی
سازگاری زناشویی، عشق به همسر، کیفیت زندگی زناشویی، فرسودگی شغلی، معلمان

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

مقدمه

فرسودگی شغلی، پدیده‌ای رو به رشد در میان معلمان است و بر کارآیی، عملکرد و اشتیاق شغلی اثر می‌گذارد (ژاو، لیااو، لی، ژیانگ و دینگ، ۲۰۲۲). یکی از دلایل فرسودگی شغلی، نبود حس اشتیاق و شایستگی شغلی است که موجب ضعف مهارت تشخیص، عملکرد سازمانی و ابهام نقش می‌شود و اثرات سوئی بر کیفیت زندگی شخصی معلمان دارد (دهقان مروستی و رسولی، 2015). نتایج پژوهش‌ها نشان داده، بهبود محیط‌های شغلی، حمایت‌های سازمانی، ایجاد جوّ اخلاقی و توجّه به عدالت سازمانی بر بهبود کیفیت زندگی شخصی و اشتیاق و شایستگی در زندگی شخصی مؤثر است (ژاو و همکاران، ۲۰۲۲؛ دهقان مروستی، ۲۰۱۷). تاکنون پژوهش‌هایی که به بررسی ابعاد کیفیت زندگی زناشویی معلمان دچار فرسودگی شغلی بپردازد، اندک بوده است. بنابراین در این پژوهش، سازگاری زناشویی و ابعاد روابط این دسته از معلمان و تأثیر آن بر کیفیت زندگی زناشویی بررسی می‌شود.

یکی از مهمترین ابعاد کیفیت زندگی، کیفیت زندگی زناشویی[1] است که تعیین‌کننده بنیان خانواده و بهزیستی آن است. پژوهش‌های مختلف از نظر مفهومی، اصطلاحات زیادی همچون؛ شادی زناشویی[2] رضایت زناشویی[3] ثبات زناشویی[4](واهیونینگسیه، کوسومانینگروم و نویتاساری، ۲۰۲۰)، موفقیت زناشویی[5] سازگاری زناشویی[6] دوستی[7] و چندین اصطلاح دیگر که کیفیت رابطه را توصیف می‌کنند، به کار رفته است (دلاتور و واگنر، ۲۰۲۱) و اغلب برای توصیف کیفیت زناشویی رد و بدل می‌شوند (فینچام و روگ، ۲۰۱۰). با نگاهی به این تغییرات، به نظر می‌رسد که کیفیت زناشویی یک اصطلاح کلی است، بنابراین تفاسیر مختلفی دارد. برای مثال، رضایت زناشویی به یک ارزیابی ذهنی جهانی از یک فرد در مورد کیفیت ازدواجش اشاره دارد (واهیونینگسیه و همکاران، ۲۰۲۰). در همین حال، شادکامی زناشویی به عنوان سطح شادی که یک زوج متأهل در ازدواج خود احساس می‌کنند، تعریف می‌شود (کورا، کارتر، کارتر، و ناکس، ۲۰۰۹). در این میان، سازگاری زناشویی به ویژگی‌های روابط زناشویی اشاره دارد، در حالی که زن و شوهر بر سر مسائل مهم توافق دارند، با یکدیگر ارتباط مؤثر برقرار می‌کنند، با هم فعالیت می‌کنند، کمترین تعارض دارند و در لحظه بروز تعارض آن را حل می‌کنند و از ازدواج خود احساس رضایت دارند (بودن، فیشر و نیهویس، ۲۰۱۰). جدایی یا طلاق معمولاً نشانگر تداوم پیوند زناشویی است و با موفقیت یا ثبات پیوند زناشویی مرتبط است (گلن، یوکر و لاو جونیور، ۲۰۱۰).

کیفیت زندگی زناشویی افراد تحت تاثیر عواملی چون؛ طلاق والدین[8](وانگ، یین، کااو، وانگ، ژانگ، یان و تانگ، ۲۰۲۲)، تجارب استرس مالی در زندگی زناشویی (کلی، لبارون و هیل، ۲۰۱۸)، تماشای فیلم‌های مستهجن (وبستر، ۲۰۲۲؛ پری، ۲۰۱۷)، تجربیات جنسی، رفتارهای جنسی پرخطر، پیامدهای بیماری‌های ناخواسته و سوءاستفاده جنسی در دوران کودکی (وانگ و همکاران، ۲۰۲۲)، تجربه بدرفتاری در دوران کودکی، به ویژه آزار جنسی برای هر دو جنس و غفلت عاطفی برای زنان (واگنر، ۲۰۲۲)، حسادت عاشقانه همراه با کنترل زناشویی (خضایی، سلیمی، نامجو و چمگردانی، ۲۰۲۲)، نازایی (طباطبایی، فلاحی، شاکری، باقی و غنی قشلاق، ۲۰۲۲)، یائسگی (زامان، شاکور و یوسف، ۲۰۲۲)، ماهیت جنسیتی ازدواج[9]و شدت اختلاف‌نظرها (آلندورف و قیمیر، ۲۰۱۳)، بیکاری، از دست‌دادن شغل و تناقضات فرهنگی (هلمز، ساپل، سو، رودریگز، کاوانوق، هنزبگ، ۲۰۱۴)، کاهش می‌یابد و تحت تأثیر عوامل تحصیلات بیشتر، مشارکت در انتخاب همسر (آلندورف و قیمیر، ۲۰۱۳)، آگاهی عمومی از ناباروری و ارتباطات اجتماعی، دسترسی به خدمات درمانی ـ مشاوره‌ای و برخورد مسئولانه کادر درمان و امکانات اقتصادی جامعه (خان آبادی، مهدی زاده، مقدم و مهدی زاده، ۲۰۲۲)، داشتن تصویر

[1] - The quality of marriage
[2] - marital happiness
[3] - marital satisfaction
[4] - marital stability
[5] - marital success
[6] - marital adjustment
[7] - friendship
[8] - Divorce of parent
[9] - gendered nature of marriage

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

بدنی مثبت از خود که منجر به تنظیم هیجانات شود (کشاورز افشار و معصومی، ۲۰۲۲)، افزایش می‌یابد.

متغیری که تعیین‌کننده کیفیت زندگی زناشویی است، سازگاری زناشویی[1]است (کارنی و برادبری، ۲۰۲۰؛ آتان و بولای، ۲۰۱۹؛ براندااَو، بریتیز، هیپولیتو، پیرز و نونز، ۲۰۲۰). بر اساس نظریه اسپانیر و کولی (۱۹۷۶)، سازگاری زناشویی از نظر مفهومی چندبعدی است و از نظر ساختاری، فرآیندی است که طی آن میزان و شدّت تعارضات بین‌فردی، اختلافات، تنش‌ها، اضطراب بین‌فردی، میزان رضایت زناشویی، میزان مشارکت و همکاری و هم‌فکری زوجین را تعیین می‌کند. سازگاری زناشویی، به چهار مؤلفهٔ رضایت دوجانبه[2]، بیان محبت‌آمیز[3]، همبستگی دوجانبه[4]و توافق دوجانبه[5] تقسیم می‌شود. رضایت دوجانبه به معنای میزان شادکامی/تعارضات تجربه شده در روابط بین‌فردی زوجین است. بیان محبت‌آمیز، به میزان ابراز علاقه، عشق بین زوجین، میزان شادبودن و بروز تعارضات بین‌فردی زوجین اشاره دارد. همبستگی دوجانبه، به معنای درگیرشدن در فعالیت‌ها و تصمیمات مشترک است. توافق دوجانبه، به میزان توافق زوجین روی مسائل زندگی مشترک، همچون، نحوه اداره‌کردن منزل، پرداختن به امور خانه و نحوه تصمیم‌گیری اشاره دارد (هاستون و ملز، ۲۰۰۴). سازگاری زوجی عنصر مهمّی برای توسعه روابط بین‌فردی مؤثر است و زوجینی که در رفتار خود همدلی نشان می دهند و احساس و خواسته همسرانشان را درک می‌کنند و به احساس متقابل با او می‌رسند، قادرند کیفیت زناشویی خود را بهبود بخشند (ترون، مگنیاتوری، اسکالیا، کانتیانو و همکاران، ۲۰۲۰). رضایت، بیان محبت‌آمیز، وجود همبستگی و هماهنگی در عقاید و سبک زندگی و توافق، جزء راهبردهای مقابله‌ای هستند که زوجین به عنوان حمایت‌های روان‌شناختی برای بهبود کیفیت زناشویی به کار می‌برند (براندااَو و همکاران، ۲۰۲۰). هر چه میزان تناسب زوجین در سازه های فرهنگی، آموزشی، اخلاقی و نگرشی و سبک زندگی بیشتر باشد، سازگاری و در نتیجه کیفیت زناوشیی بیشتر است (منرل، قرایبه و آل علی، ۲۰۲۲).

یکی دیگر از متغیرهایی که با کیفیت زندگی زناشویی رابطه نزدیکی دارد، عشق به همسر[6]است (دلاتوره و واگنر، ۲۰۲۱؛ آفونسو، ۲۰۲۲). روابط صمیمانه و محبت‌آمیز جنبه مهمّی از زندگی زناشویی را شامل می‌شود (روزادو و واگنر، ۲۰۱۵). نظریه مثلثی عشق[7](استرنبرگ، ۱۹۸۶)، دیدگاهی یکپارچه از روابط را پیشنهاد می‌کند، اگرچه تمرکز بر عشق است و نه خود روابط. به گفته استرنبرگ، عشق از سه جزء: صمیمیت، اشتیاق، و تصمیم/تعهّد[8]تشکیل شده است. این مؤلفه‌ها به ترتیب از سرمایه‌گذاری عاطفی[9]، درگیری انگیزشی[10]و تصمیم شناختی[11]ناشی می‌شوند. هر یک از این اجزاء در فرآیند عاشق‌شدن و تشکیل رابطه زوجی، از طریق توسعه پیوند زناشویی تا حفظ و ثبات رابطه، نقش خاصی دارند. بنابراین، همانطور که مدل آسیب‌پذیری ـ استرس- انطباق[12]تمایز بین فرآیندهای انطباقی[13]و کیفیت زناشویی را ممکن می‌سازد، نظریه مثلثی عشق چارچوبی برای درک اجزای سازه ارائه می‌دهد (به نقل از دلاتوره و واگنر، ۲۰۲۱). استرنبرگ در تعریف صمیمیت که هر دو جنبه هیجانی و عاطفی را در نظر می‌گیرد و به ده مورد: میل به رفاه شخص مورد علاقه، تجربه کردن خوشحالی در کنار او، توجّه کردن زیاد به او، توانایی اتکاء به شخص مورد علاقه در هنگام نیازمندی، درک متقابل، درمیان گذاشتن مسائل شخصی، دریافت و ارائه حمایت عاطفی، برقراری رابطه صمیمانه با فرد مورد علاقه و ارج نهادن به وی اشاره می‌کند. منظور از اشتیاق یا دلباختگی که بیشتر جنبه انگیزشی دارد، شور و اشتیاق است که مبتنی بر انگیزش‌های شهوانی و جذابیت‌های جسمانی است و شامل اشتغالات ذهنی مثبت نسبت به معشوق می‌شود. در بحث تصمیم/تعهّد که جنبه شناختی دارد، به تصمیم‌های خودآگاهانه و غیرخودآگاهانه‌ای اشاره می‌کند که فرد برای داشتن یک رابطه طولانی‌مدّت همراه با وفاداری، پایبندی به اخلاقیات، حفظ و نگهداری از معشوق و عدم خیانت و بی‌توجّهی به او اشاره می‌کند.

---

[1] - marital adjustment
[2] - reciprocal satisfaction
[3] - affective expression
[4] - reciprocal correlation
[5] - reciprocal agreement

[6] - Spouse love
[7] - the Triangular Theory of Love
[8] - intimacy, passion, and decision/commitment
[9] - emotional investment
[10] - motivational involvement
[11] - cognitive decision
[12] - Vulnerability-Stress-Adaptation Model
[13] - adaptive processes

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

عشق به همسر با سازگاری زناشویی رابطه دارد (کومار، متیو و ساسیکالا، ۲۰۲۰؛ پریادارشینی و گوپالان، ۲۰۱۹؛ لارنس، بارت و رووین، ۲۰۰۵). نتایج پژوهش‌ها نشان داده، ازدواج پیوند بین دو نفر و فراتر از آن، پیوند بین خانواده‌ها با سنت‌ها، نظام ارزشی و سبک زندگی کاملاً متفاوت است که گاه به تعارض، ناهماهنگی و مشاجره می‌انجامد، یکی از دلایل اصلی این ناهماهنگی می‌تواند ناسازگاری‌هایی باشد که افراد با شرکای خود در رابطه با شناخت، نگرش و رفتارشان تجربه می‌کنند (پریادارشینی و گوپالان، ۲۰۱۹). در واقع عشق اگر در قالب میزان هماهنگی در نگرش‌ها و دیدگاه‌های زوجین نسبت به ازدواج نمود یابد، به سازگاری و حل تعارض منجر می‌شود. از نظر راهبردهای حل تعارض، بعد از مدّتی که از ازدواج زوجین می‌گذرد، الگوی بی‌تفاوتی و ناآگاهی نسبت به حل مشکلات شکل می‌گیرد. اگرچه در ابتدا زوج‌ها برای حل تعارض‌ها وقت می‌گذارند، اما زمانی که تلاش‌های آنها به طور مکرر مورد تأیید قرار نمی‌گیرد یا نادیده گرفته می‌شود، در سکوت خود را درپوسته خود فرو می‌برند و شروع به نادیده‌گرفتن همسرشان می‌کنند. اگرچه این یک الگوی ناسالم است، اما بیشتر افراد اظهار کرده‌اند که علاقه و انرژی برای حل مشکلات و حل تعارض پس از مدتی کاهش می‌یابد و آنها فقط می‌خواهند به روال زندگی عادی خود ادامه دهند و زمانی خوشحال می‌شوند که دیگر مورد آزار و اذیت از سوی شریک زندگی خود قرار نگیرند و به حال خودشان رها شوند (کومار و همکاران، ۲۰۲۰). البته برخی دیگر از پژوهش‌ها نشان داده است، سازگاری زناشویی، عشق، صمیمیت شخصی، شخصیت، مقابله زوجی و معنویت در ثبات زناشویی نقشی ندارند و بین صمیمیت جنسی و ثبات زناشویی همبستگی منفی وجود دارد (پریادارشینی و گوپالان، ۲۰۱۹). این دوگانگی نتایج در پژوهش‌های مختلف، در مطالعه حاضر ارزیابی می‌شود.

اهمیت و ضرورت پژوهش از این جهت است که معلّمانی که دچار فرسودگی شغلی هستند، تعارضات بیشتری در زندگی زناشویی تجربه می‌کنند. در حقیقت، روابط ناکارآمد در منزل به کیفیت زندگی کاری و روابط بین‌فردی با همکاران گسترش می‌یابد. از طرفی، نحوه تجربه روابط عاشقانه در سال‌های اخیر، دستخوش دگرگونی‌هایی شده است، و محققان را برانگیخته است تا ترتیبات زناشویی جدید را بررسی کنند، مانند زوج‌های بدون فرزند یا با انتخاب فرزندخواندگی (سیلوا و فریزو[1]، ۲۰۱۴)، زوج‌های ازدواج سفید[2](عبدی نیان و علامت‌ساز، ۱۳۹۸)، زوج‌های همجنس‌گرا[3](ملیتی و اسکورولین ـ کومین[4]، ۲۰۱۵) و زوج‌های شغلی دوگانه[5]که هر یک از زوجین، شاغلند و رشد شغلی برای آنها در اولویت است و در حقیقت با شغل خود ازدواج کرده‌اند (هکلر و موسمن[6]، ۲۰۱۶). نتایج پژوهش‌ها نشان داده است، سبک‌های عشق‌ورزی دوستانه، رومانتیک و واقع‌گرایانه با کیفیت و انسجام زندگی زناشویی رابطه مثبت و سبک‌های عشق‌ورزی شهوانی، بازیگرانه و فداکارانه با کیفیت و انسجام زندگی زناشویی رابطه منفی دارد (یوسفی، بشلیده، عیسی نژاد، اعتمادی و شیربگی، ۱۳۹۰) و تعهّد و همدلی به کیفیت زندگی زناشویی کمک می‌کند (محمدی و آقاجانی، ۱۴۰۰). اما برخی پژهش‌ها نشان داده‌اند، علاوه بر عشق و صمیمت در روابط زوجین، مفاهیمی چون توافق و همکاری دوجانبه که جزء **مفهوم سازگاری** قرار می‌گیرند، باید در روابط زوجین مشهود باشند تا کیفیت زندگی زناشویی بهبود یابد. توافق و همکاری همچون؛ فرآیندهای انطباقی و سازگارانه عمل می‌کنند و موجب تسهیل کیفیت زناشویی می‌شوند (دلاتوره و واگنر، ۲۰۲۱). گاهی عشق به همسر به صورت انگیزه درونی و در قالب سبک‌های انگیزشی خودتعیین‌کننده‌ای عمل می‌کند که به رفتارهای انطباقی و سازگارانه زوجین شکل می‌دهد و به حل تعارضات زناشویی کمک می‌کند (آفونسو، ۲۰۲۲) و گاهی، عشق در قالب تعهّد زوجین به یکدیگر جلوه‌گر می‌شود و یک بعد رفتاری می‌یابد که در روابط و گفتگوی طرفین نمود می‌یابد (دلاتوره و واگنر، ۲۰۲۱).

آنچه در این نتایج متفاوت حائز اهمیت است، این است که برای داشتن زندگی زناشویی مطلوب، فقط عاشق بودن کافی نیست و عشق نباید تنها به عنوان یک حس درونی

[1] - Silva & Frizzo
[2] - White married couples
[3] - homosexual couples
[4] - Meletti & Scorsolini-Comin
[5] - dual career couples
[6] - Heckler & Mosmann

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

برداشت شود، بلکه برای مؤثر بودن، لازم است در قالب سازگاری زناشویی نمود یابد. پژوهش‌های گذشته به نقش عشق بر کیفیت زندگی زناشویی اذعان کرده‌اند اما برخی پژوهش‌ها آن را کافی نمی‌دانند و در این بین به رفتارهای سازگارانه، توافق و همکاری طرفین اهمیت بیشتری داده‌اند، بنابراین، به نظر می‌رسد، عشق به همسر (صمیمت، تعهد، اشتیاق) به تنهایی موجب بهبود کیفیت‌زندگی زناشویی نمی‌شود، بلکه وجود سازگاری زناشویی (رضایت، توافق، همبستگی و بیان محبت‌آمیز) است که کیفیت زندگی زناشویی (فرآیند عشق‌ورزی) را تسهیل می‌بخشد و سبب آغاز گفتمان مهرورزی، شکل‌گیری رفتار مراقبت‌کننده، و تنظیم‌هیجان می‌شود و لحظات رضایت‌بخش می‌سازد. به عبارتی، به نظر می‌رسد، صرفاً وجود صمیمت، تعهد و اشتیاق قلبی، زمینه‌ساز کیفیت زناشویی نیست و عشق و محبت باید برکلام و گفتار زوجین جلوه‌گر شود تا برای طرفین عشق معنی یابد و سبب بهبود کیفیت زناشویی شود. برای پاسخ به این ابهام پژوهش حاضر به دنبال مطالعه نقش میانجی سازگاری همسران در رابطه بین عشق به همسر و کیفیت زندگی زناشویی است. پس، براساس نتایج پژوهش‌های گذشته سؤال پژوهشی این است که آیا سازگاری زناشویی در رابطه بین کیفیت زندگی زناشویی و عشق به همسر نقش میانجی ایفا می‌کند.

روش

جامعه و روش نمونه گیری

جامعه پژوهش، شامل کلیه معلّمان زن و مرد متأهل ساکن یزد به تعداد تقریباً ۵۵۰۰ نفر در مقاطع تحصیلی مختلف ابتدایی تا دبیرستان بودند. تعداد نمونه بر اساس جدول نمونه گیری مورگان ۳۶۰ نفر تعیین شد. روش نمونه‌گیری از نوع تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای بود. با توجّه به تعداد گسترده مدارس دخترانه و پسرانه، ابتدا از بین دو ناحیه ۱ و ۲، ناحیه ۱ به تصادف انتخاب شد. سپس از میان مدارس مقاطع تحصیلی مختلف ناحیه ۱، که بالغ بر ۱۱۴ مدرسه بودند، تعداد ۴۵ مدرسه انتخاب شدند. پرسشنامه فرسودگی شغلی مسلش، بین ۳۶۰ نفر از معلّمان توزیع شد، بعد از نمره‌گذاری، ۲۵ درصد پایین و ۲۵ تا ۵۰ درصد متوسط نمرات پرسشنامه در نظر گرفته شد. تعداد ۲۱۰ معلم این نمرات را کسب کردند. بعد از توافق از آنها خواسته شد به پرسشنامه‌های مثلثی عشق، مهارت‌های ارتباطی و کیفیت زندگی زناشویی با دقت، بدون ذکر نام و صادقانه پاسخ دهند. شرایط رازداری و پاسخگویی به سؤالات آنها با ذکر یک شماره تلفن توضیح داده شد. **ملاک‌های ورود، شامل،** معلم (قراردادی، پیمانی و یا رسمی) و متأهل بودن همه شرکت کنندگان و تمایل آنها به شرکت در پژوهش و تکمیل پرسشنامه‌ها بود و **ملاک‌های خروج**، نبود اختلافات شدید خانوادگی (متارکه، جدا زندگی کردن زوجین)، مستخدمین و کارکنان آموزش و پرورش، تکمیل پرسشنامه‌ها به صورت ناقص انتخاب شد.

ابزار پژوهش

پرسشنامه فرسودگی شغلی مسلش: این آزمون توسط مسلش (۱۹۸۱)، این پرسشنامه شامل سه خرده مقیاس، خستگی عاطفی، احساس عدم کفایت و مسخ شخصیت و 23 گویه است. حداقل نمره در این آزمون ۲۲ و حداکثر نمره ۱۱۰ می باشد. برای سنجش امتیاز هر گویه از نمره‌گذاری با طیف لیکرت هفت لیکرت استفاده شده است. امتیاز هر سازه نیز با استفاده از میانگین امتیازات گویه‌های مربوط به آن سازه قابل محاسبه است. سئوالات (۲۰، ۱۶، ۱۴، ۱۳، ۸، ۶، ۱،۲،۳)، مربوط به خرده مقیاس خستگی عاطفی می باشند. سئوالات (۲۲، ۱۵، ۱۱، ۱۰، ۵)، نیز مربوط به خرده مقیاس شخصیت زدایی می باشند و همچنین سئوالات (۲۱، ۱۹، ۱۸، ۱۷، ۱۲، ۹، ۷، ۴)، مربوط به خرده مقیاس فقدان موفقیت فردی می باشند. مسلش و جکسون ضریب پایایی درونی را برای خستگی عاطفی ۰/۹، شخصیت زدایی ۰/۷۹ و موفقیت فردی را ۰/۷۱، گزارش کرده‌اند. اعتبار و پایایی این پرسشنامه برای اولین بار در ایران توسط فیلیان (۱۳۷۱)،با روش آلفای کرونباخ، ۰/۷۸ و بهنیا (۱۳۷۹)، بین ۰/۵۵ تا ۰/۸۷ گزارش کرده اند.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

مقیاس مثلثی عشق استرنبرگ[1] پرسشنامه ۴۵ سؤالی عشق توسط استرنبرگ در سال ۱۹۸۹ ساخته شد. این پرسشنامه دارای سه خرده مقیاس صمیمیّت (۱۵ سوال اول)، اشتیاق (۱۵ سوال دوم) و تعهّد (۱۵ سوال سوم) است. این پرسشنامه ۹ لیکرتی است و از ۱ به معنای اصلاً تا ۹ به معنی خیلی زیاد نمره‌گذاری می‌شود. دامنه‌ی نمره کلی پرسشنامه بین ۴۵ تا ۴۰۵ است. نمره‌ی بالا در پرسشنامه به معنای عشق حقیقی زوج نسبت به همسرش است. پایایی پرسشنامه ۰/۹۲ (قمرانی و سادات جعفر طباطبایی، ۱۳۸۵) و روایی با استفاده از محاسبه همبستگی مؤلفه‌ها با نمره کل برای سه خرده مقیاس به ترتیب؛ ۰/۶۶، ۰/۹۲ و ۰/۷۷ به به دست آمده است (نادری و حیدری، ۱۳۸۸). در پژوهش حاضر، آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۷۱، ۰/۸۳، و ۰/۶۹ محاسبه شد.

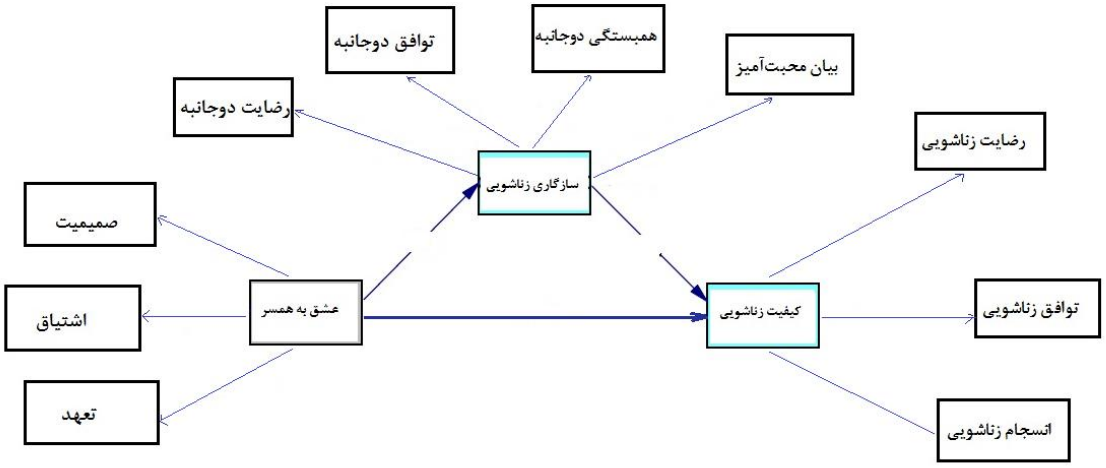
پرسشنامه سازگاری همسران[2] پرسشنامه ۳۲ سؤالی سازگاری همسران اسپانیر و کرولی (۱۹۸۶) با هدف ارزیابی کیفیت رابطه‌ی زناشوئی ساخته شده است. این پرسشنامه شامل خرده مقیاس‌های: رضایت دوجانبه (۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۳۱، و ۳۲)، همبستگی دوجانبه (۲۴، ۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸)، توافق دوجانبه (۱، ۲، ۳، ۵، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵)، و بیان محبت‌آمیز (۴، ۶، ۲۹ و ۳۰) است. این پرسشنامه شش لیکرتی است و از همیشه موافق (۰) تا همیشه مخالف (۵)، نمره‌گذاری می شود و دامنه‌ی نمرات بین ۰ تا ۱۵۱ است و نمرات بیشتر نشان‌دهنده‌ی سازگاری زناشوئی بهتر است. آلفای کرونباخ در نسخه خارجی برای هر یک از خرده مقیاس‌ها به ترتیب: ۰/۹۴، ۰/۸۱، ۰/۹ و ۰/۷۱ می باشد. آلفای کرونباخ این پرسشنامه در پژوهش ستاری (۱۳۸۷)، بین ۰/۷۴ تا ۰/۹۱ گزارش شده است. آلفای کرونباخ در این پژوهش، بین ۰/۶۸ تا ۰/۹۱ می باشد.

پرسشنامه‌ی کیفیت زندگی زناشوئی[3] پرسشنامه ۱۴ سؤالی تنظیم دوتایی تجدیدنظر شده، با هدف ارزیابی کیفیت زندگی زناشیویی، توسط باسبی و همکاران (۱۹۹۵) ساخته شد و شامل سه مؤلفه توافق (عبارت ۱ تا ۶)، رضایت (عبارت ۷ تا ۱۰)، و انسجام (عبارت ۱۱ تا ۱۴) است. همچنین هر سؤالی در یک طیف ۶ درجه‌ای لیکرت از صفر (همیشه اختلاف) تا (۵) توافق دائم، نمره‌گذاری می‌گردد و دامنه‌ی نمره کل پرسشنامه برای هر فرد از ۰ تا ۷۰ می‌باشد (موسوی، ۱۳۹۴). ضرایب پایایی همسانی درونی از جمله آلفای کرونباخ و تصنیف برای ۱۴ ماده و سه عامل در کل پرسشنامه به ترتیب با مقدار ۰/۹۲ و ۰/۸۹ رضایت‌بخش بود. همچنین ضرایب روایی همگرا کیفیت زناشوئی با پرسشنامه‌ی رضایتمندی زناشوئی، پرسشنامه‌ی ارزیابی همبستگی زوجین، مقیاس سازگاری توافق دو نفری به ترتیب (۰/۳۹، ۰/۳۶ و ۰/۳۳) بدست آمده است که در سطح (۰۰۰۱/) معنی‌دار گزارش شده است (یوسفی، ۱۳۹۰). در این پژوهش، آلفای کرونباخ بین ۰/۸۲ تا ۰/۸۷ بود.

[1] - Sternberg's Triangular Love Scale (STLS)
[2] - Dyadic Adjustment Scale (DAS-32)
[3] - the revised dyadic adjustment scale (RDAS)

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

نمودار ۱. مدل مفهومی پژوهش



یافته‌ها

یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش اعم از میانگین، انحراف واریانس و کجی و کشیدگی محاسبه شد. سپس، پیش‌فرض‌های مدل معادلات ساختاری مورد بررسی قرار گرفتند. مقادیر پرت تک‌متغیّری از طریق شاخص‌های مانده استودنت شده (کمتر از ۲) و مقادیر پرت چندمتغیّری از طریق شاخص فاصله‌ی کوک مورد بازبینی قرار گرفت. مقادیر پرت تک متغیّری دیده نشد. مقادیر داده‌های گمشده از قبل کنار گذاشته شده بودند. کلیه مفروضه‌ها، اعم از خطی‌بودن رابطه به کمک آزمون بوت استرپ، نرمال‌بودن توزیع‌های شرطی، عدم وجود هم‌خطی چندگانه از آزمون آماره تحمل استفاده شد که مقادیر آن به شرح ۰/۴۳ تا ۰/۸۲۱ گزارش شد و استقلال خطاها به کمک آزمون دوربین واتسون، ۱/۳۴ برقرار بود. بعد از ارزیابی مفروضه‌ها، جداول آماری به شرح زیر گزارش می‌شوند.

یافته‌های جمعیت‌شناختی

جدول۱. یافته های جمعیت شناختی متغیرهای پژوهش

جنسیت	فراونی	درصد	درصد تراکمی
زن	۱۷۷	۵۵/۳۱	۵۵/۳۱
مرد	۱۴۳	۴۴/۶۹	۱۰۰
مدت ازدواج (بالاتر از ۱۵ سال)	۱۶۱	۵۰/۳۱	۵۰/۳۱
مدت ازدواج (بین۱۱ تا ۱۵ سال)	۶۰	۱۸/۷۵	۶۹/۰۶
مدت ازدواج (بین۵ تا ۱۰ سال)	۵۶	۱۷/۵۰	۸۶/۵۶
مدت ازدواج (زیر ۵ سال)	۴۳	۱۳/۴۴	۱۰۰
مجموع	۳۲۰	۱۰۰	

در جدول۱. یافته‌های جمعیت شناختی متغیرهای پژوهش گزارش شده‌اند.

جدول۲. یافته های توصیفی متغیرهای پژوهش

نام متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	حداقل نمره	حداکثر نمره	کجی	کشیدگی
عشق به همسر	۱۰۳/۸۳۴	۱۴/۲۷۶	۱۰۲	۳۲۳	-۰/۰۳	-۰/۹۳۴
صمیمیت	۲۹/۳۴	۳/۳۴	۲۴	۹۶	-۰/۱۳۵	-۰/۳۲۹

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

اشتیاق	۴۸/۵۶	۵/۷۶	۳۶	۱۰۴	-۰/۲۸۶	-۰/۵۳۶
تعهد	۳۹/۰۳	۳/۴۹	۴۱	۹۸	-۰/۰۹۸	-۰/۶۸۹
کیفیت زندگی زناشویی	۷۰/۵۱	۱۶/۴۷۴	۲۷	۵۱	-۰/۳۰۴	-۰/۶۸۶
توافق	۲۹/۳۹	۳/۷۳	۱۹	۲۶	-۰/۱۳۵	-۰/۳۲۹
رضایت	۸/۷۲	۱/۱۲	۸	۱۳	-۰/۴۶	-۰/۸۳۶
انسجام	۷/۴۸	۰/۹۸	۱۰	۱۵	-۰/۲۹۸	-۰/۷۸۹
سازگاری زناشویی	۹۶/۱۰۷	۱۵/۶۹۲	۳۹	۱۰۳	-۰/۲۵	-۰/۷۸۲
رضایت دوجانبه	۲۲/۳۴	۲/۳۵	۱۸	۳۴	-۰/۵۴۷	-۰/۳۰۹
همبستگی دوجانبه	۸/۸۳	۱/۲۳	۹	۱۹	-۰/۲۳۰	-۰/۹۳۶
توافق دوجانبه	۳۲/۰۹	۲/۲۹	۲۲	۴۸	-۰/۳۶۷	-۰/۶۰۹
بیان محبت‌آمیز	۶/۲۴	۰/۹۸	۸	۱۶	-۰/۱۵۷	-۰/۹۲۲

** P<۰/۰۱

جدول۲، یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش گزارش شده‌اند. میانگین‌های عشق به همسر (m=۱۴/۲۷۶)، کیفیت زندگی زناشویی (m= ۷۰/۵۱) و سازگاری ارتباطی زناشویی (m= ۱۴/۲۷۶) است و سایر مقادیر را می‌توان در جدول مشاهده کرد.

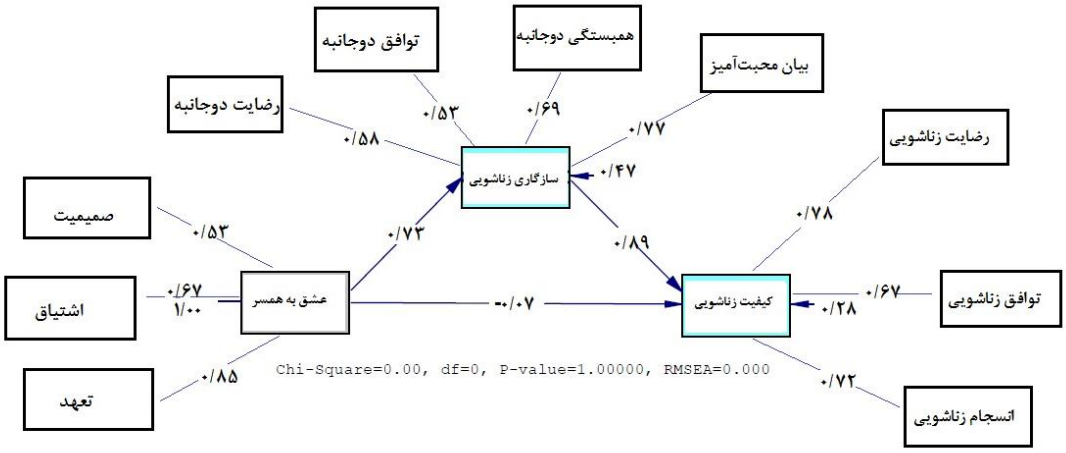
جدول۳. همبستگی متغیرهای پژوهش

نام متغیر	عشق	صمیمیت	اشتیاق	تعهد	کیفیت	توافق	رضایت	انسجام	سازگاری	همبستگی	رضایت	توافق	محبت
عشق به همسر	۱												
صمیمیت	۰/۵۳**	۱											
اشتیاق	۰/۶۷**	۰/۳۴۲*	۱										
تعهد	۰/۸۵**	۰/۲۴۹	۰/۲۵	۱									
کیفیت زندگی	۰/۵۸۴**	۰/۱۳	۰/۱۴	۰/۱۹	۱								
توافق	۰/۵۷**	۰/۳۳*	۰/۴۳*	۰/۲۷	۰/۶۷	۱							
رضایت	۰/۳۸*	۰/۳۶*	۰/۳۸*	۰/۳۱*	۰/۷۸**	۰/۲۵	۱						
انسجام	۰/۴۸*	۰/۴۹*	۰/۲۹	۰/۲۸	۰/۷۲**	۰/۱۳	۰/۲۲	۱					
سازگاری زناشویی	۰/۷۲۷**	۰/۶۵**	۰/۵۹**	۰/۷۵۲**	۰/۸۵**	۰/۸۱**	۰/۷۸**	۰/۷۶۱**	۱				
رضایت دوجانبه	۰/۶۹**	۰/۶۲**	۰/۶۶**	۰/۵۵**	۰/۷۹**	۰/۵۴**	۰/۴۵*	۰/۶۹**	۰/۵۸**	۱			
همبستگی دوجانبه	۰/۷۳**	۰/۷۲**	۰/۸۲**	۰/۴۹*	۰/۶۹**	۰/۶۲**	۰/۵۶**	۰/۷۳**	۰/۶۹**	۰/۲۱	۱		
توافق دوجانبه	۰/۵۶**	۰/۴۹*	۰/۷۴**	۰/۵۳**	۰/۸۱**	۰/۶۶**	۰/۶۴**	۰/۶۲**	۰/۵۳**	۰/۱۲	۰/۱۳۹	۱	
بیان محبت‌آمیز	۰/۵۹۱**	۰/۶۹۳**	۰/۵۸۲**	۰/۶۱**	۰/۷۸**	۰/۸۲**	۰/۶۷**	۰/۵۹**	۰/۷۷**	۰/۱۳۸	۰/۱۹۴	۰/۱۸۷	۱

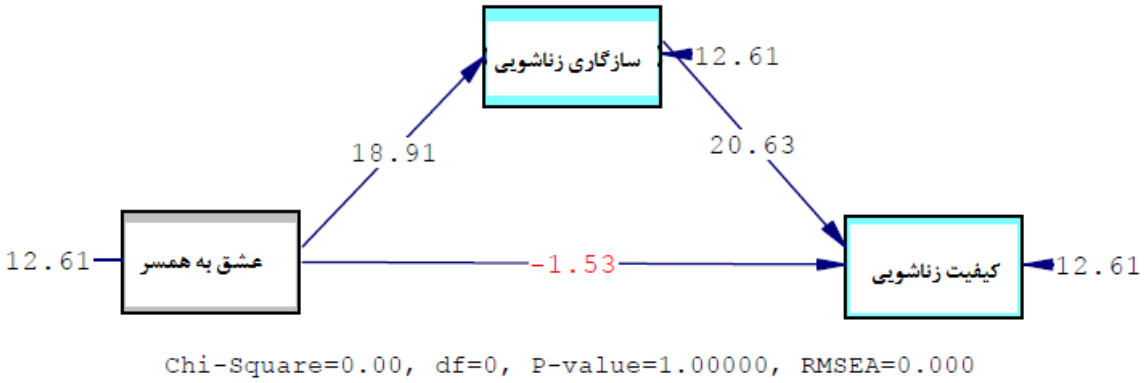
جدول۳، همبستگی متغیرهای پژوهش گزارش شده‌اند. عشق به همسر با کیفیت زندگی زناشویی رابطه مثبت معنی‌دار دارد (آزمون یک دامنه، P= ۰/۰۱، n = ۳۶۰)، مقادیر همبستگی r= ۰/۵۸۴، می‌باشد که متغیر کیفیت زندگی زناشویی، ۳۴ درصد واریانس عشق به همسر را تبیین می‌کند. عشق به همسر با سازگاری زناشویی رابطه مثبت معنی‌دار دارد (آزمون یک دامنه، P= ۰/۰۱، n = ۳۶۰)، مقادیر همبستگی r= ۰/۷۲۷ ، می‌باشد که سازگاری زناشویی، ۵۳ درصد واریانس عشق به همسر را تبیین می‌کند. کیفیت زندگی زناشویی با سازگاری زناشویی رابطه مثبت معنی‌دار دارد (آزمون یک دامنه، P= ۰/۰۱، n= ۳۶۰)، مقادیر همبستگی r= ۰/۸۴۶، می‌باشد که کیفیت زندگی زناشویی، ۵۳ درصد واریانس سازگاری

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

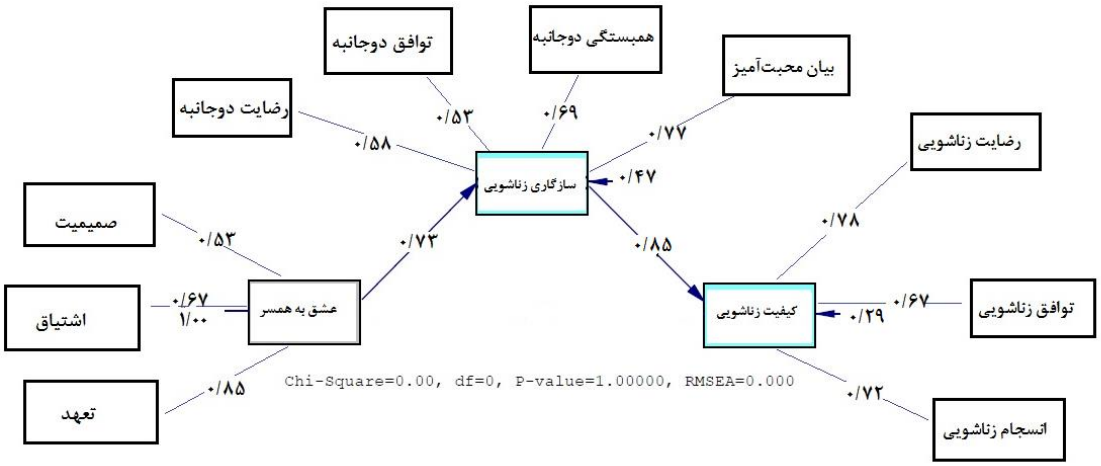
زناشویی را تبیین می‌کند. سایر اطلاعات جدول شامل همبستگی خرده مقیاس‌های پرسشنامه‌ها است.



نمودار۳. مدل آزمون شده پژوهش در حالت استاندارد

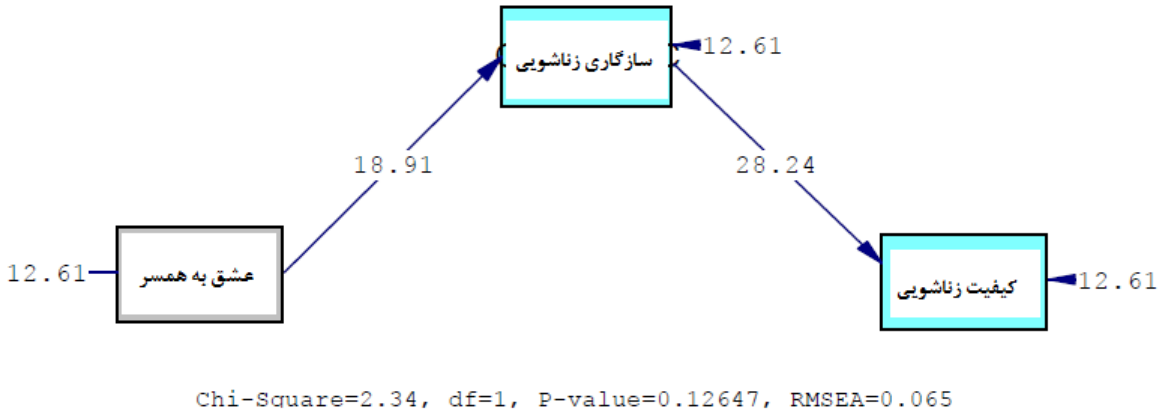


نمودار۴. مدل آزمون شده پژوهش در حالت معنی‌داری



[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

نمودار۵. مدل اصلاح شده پژوهش در حالت استاندارد



نمودار۶. مدل اصلاح شده پژوهش در حالت معنی‌داری

مقدار واریانس تبیین شده (R^2) در رابطه بین سازگاری همسران و عشق به همسر، ۰/۵۳، مقدار واریانس تبیین شده (R^2) در رابطه بین کیفیت زندگی زناشویی و عشق به همسر، ۰/۳۴، مقدار واریانس تبیین شده (R^2) در رابطه بین عشق به همسر و کیفیت زندگی زناشویی با نقش میانجی سازگاری همسران، ۰/۷۲، گزارش شده است.

برای تعیین شدت اثر غیرمستقیم از طریق متغیر میانجی از آماره‌ای به نام VAF استفاده می شود:

$$VAF = \frac{a \times b}{(a \times b) + c}$$

شدت اثر غیرمستقیم از طریق متغیر میانجی‌گری سازگاری زناشویی با استفاده از شاخص VAFمقدار ۰/۹۰۲۷ محاسبه شد. بنابراین، ۸۱ درصد واریانس کیفیت زندگی زناشویی از طریق غیرمستقیم توسط متغیر میانجی سازگاری زناشویی تبیین می‌شود.

جدول ۳. نتایج بوت استرپ

متغیر	داده ها	بوت	سوگیری	خطای استاندارد	حد بالا	حد پایین
عشق به همسر ⇐ سازگاری زناشویی ⇐ کیفیت زناشویی	۳۸/۵	۶/۸۳	-۰/۲۷۱	۳/۱۸۴	۲۶/۳۶	۳۲/۸۵

سطح اطمینان ۹۵ و اندازه نمونه ۱۰۰۰ است. فاصله‌های اطمینان (حد بالا و پایین) حاکی از آن است که صفر در فاصله‌های اطمینان مسیرهای غیرمستقیم قرار نمی‌گیرد و هر رابطهٔ واسطه‌ای معنی‌دار هستند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی‌گری سازگاری زناشویی در رابطه‌ی بین عشق به همسر و کیفیت‌زندگی زناشویی معلّمان با علائم فرسودگی شغلی انجام گرفت. نتایج پژوهش نشان داد، **عشق به همسر به طور مستقیم بر کیفیت زندگی زناشویی اثر نمی‌گذارد**. این یافته با نتایج پژوهش‌های (کشاورز افشار

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

و معصومی، ۲۰۲۲؛ وبستر[1] ۲۰۲۲؛ پری[2] ۲۰۱۷) همخوان و با نتایج پژوهش‌های (دلاتوره و واگنر، ۲۰۲۱؛ آفونسو[3] ۲۰۲۲) ناهمخوان است. عشق از دیدگاه استرنبرگ به سه مقوله صمیمیّت، اشتیاق و تعهّد تقسیم می‌شود. نتایج پژوهش نشان داد، وجود سه اصل تعهّد، صمیمیّت و اشتیاق، در روابط زوجین تضمین کننده کیفیت زندگی زناشویی نیست. در تبیین این نتایج می‌توان گفت، علائم فرسودگی شغلی شامل بی تفاوتی، بی‌حسی عاطفی، حس بیهودگی، بی‌مسئولیتی و بی اعتمادی نسب به همکاران، دانش‌آموزان و والدین است و احتمالاً این علائم به زندگی شخصی معلمان گسترش می‌یابد. این معلمان در روابط خود با خانواده دچار بی‌اعتمادی‌اند و آنگونه که باید در ابراز هیجان و احساسات خود موفق نیستند، احتمالاً به همین سبب است که ابعاد تعهّد، صمیمیّت و اشتیاق، تنها زمانی که با توافق، رضایت و همبستگی که یک بعد رفتاری و عینی دارد، همراه شود، باورپذیر و مؤثر خواهد بود و به تنهایی بر کیفیت زندگی زناشویی اثر نمی‌گذارد.

در تبیین دیگر می‌توان به این نکته اشاره کرد که احتمالاً دلیل نبود رابطه بین عشق و کیفیت زناشویی به این دلیل است که بیشتر ازدواج‌های ایرانی ماهیت جنسیتی دارند و نقش‌های جنسی ـ سنّتی از پیش تعیین‌شده، بر ارزیابی زوجین از یکدیگر اثر گذاشته و در مورد میزان صمیمیّت طرف مقابلشان دچار تردید می‌شوند. نتایج پژوهش آلندورف و قیمیر (۲۰۱۳) نشان می‌دهد، ماهیت جنسیتی ازدواج، زنان را معمولاً در سلسله مراتب خانواده، پایین‌تر از شوهرانشان قرار می‌دهد و از آنها انتظار می‌رود که خود را وقف مراقبت از همسر و سایر اعضای خانواده کنند. بنابراین، جای تعجب نیست که زنان نسبت به مردان که مسئولیت‌های مشابهی در قبال همسران خود ندارند، از ازدواج خود رضایت کمتری دارند. هولتر و همکاران (۲۰۰۴) دریافتند که در جوّی که ماهیت جنسیتی ازدواج حاکم است، زنان در رابطه با پدیده فرزندآوری تعارضات بیشتر و عشق و تبادل نظر کمتر با همسران خود گزارش داده‌اند و این ویژگی‌ها زنان را به سمت کاهش کیفیت زناشویی سوق می‌دهد. اگر در کانون خانواده زنان به این نتیجه برسند که همسرانشان به دلیل ارضای میل جنسی، نیاز به حضور یک زن در خانه برای انجام وظایف منزل، فرار از تنهایی یا بچه‌دار شدن ازدواج کرده‌اند، کیفیت زندگی زناشویی آن‌ها به شدّت کاهش می‌یابد. این در مورد مردان نیز صدق می‌کند، فرار از خانه پدری، رسیدن به آرزوها پس از ازدواج و آرزوی بچه‌دار شدن از دلایلی است که گاه مردان برای ازدواج انتخاب می‌کنند و این اهداف کیفیت زندگی زناشویی مردان را با خطر جدی مواجه کرده است. هر دو این دیدگاه‌ها در مقوله دیدگاه ابزاری نسبت به همسر قرار می‌گیرد.

تبیین دیگر عدم رابطه عشق و کیفیت زناشویی این است که در نظریه استرنبرگ، اصل اشتیاق به جذابیت‌های جنسی و کشش جنسی اشاره دارد، ظاهر آراسته و زیبایی ذاتی یا زیبایی که طی عمل‌های جراحی به دست آمده، اگرچه در شروع رابطه زناشویی مؤثر است، اما آنچه باعث تداوم رابطه زناشویی می‌شود، مهارت تنظیم هیجان است، هرچه زوجین در تنظیم هیجان خود و دیگری مؤثرتر عمل کنند، کیفیت زندگی زناشویی بهتری خواهند داشت (کشاورز افشار و معصومی، ۲۰۲۲). عشق به همسر باید یک جنبه رفتاری ـ عاطفی داشته باشد تا حس تعلّق در روابط زوجین شکل بگیرد و کیفیت زناشویی بهبود یابد. اقدامات کوچک روزانه همچون ابراز لطف و محبت در رفتار و گفتار، نشان‌دهنده این موضوع است که شرکاء نسبت به یکدیگر محبت، مراقبت و توجّه نشان می‌دهند. این اظهارات به ویژه در فرآیند رابطه زناشویی مهم هستند، زیرا می‌توانند کاهش شور و اشتیاق و تمایلات جنسی را که معمولاً در طول زمان در روابط زناشویی رخ می‌دهند، جبران کنند. ساخت و طراحی اهداف همسران، به ویژه اهداف مشترک، نقش مهمّی را نه تنها در کیفیت رابطه، بلکه در رشد زوجین ایفا می‌کند، به ویژه زمانی که هدف، غنی‌سازی رابطه باشد.

نتایج پژوهش نشان داد، **عشق به همسر با سازگاری زناشویی رابطه مثبت، مستقیم و معنی‌دار** دارد. این نتیجه با نتایج پژوهش‌های (کومار و همکاران، ۲۰۲۰؛ پریادارشینی و گوپالان، ۲۰۱۹؛ لارنس و همکاران، ۲۰۰۵)، همخوان است. در تبیین نتایج می‌توان گفت،

[1] - Webster
[2] - perry
[3] - Afonso

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

صمیمیت یک نتیجه تجربی (اغلب لحظه‌ای) از یک فرآیند صمیمیت بین‌فردی و معامله‌ای است که منعکس‌کننده دو جزء اصلی است: افشای خودآشکار[1] و پاسخگویی شریک.[2] فرآیند صمیمیت (عشق‌ورزی) زمانی آغاز می‌شود که یکی شرکای عاطفی (گوینده) اطلاعات شخصی مرتبط و آشکار را با شریک دیگر (شنونده) در میان بگذارد. در مقابل، شنونده باید احساسات و رفتارهایی را افشا کند که به محتوای خاص افشای اولیه شریک خود پاسخ دهد و پیام آن باید درک متقابل، اعتبارسنجی و مراقبت از گوینده باشد (به عنوان مثال، پاسخگویی شریک). به بیان دیگر، زوجین در تعامل با یکدیگر باید پاسخگوی نیازها، احساسات و هیجانات یکدیگر باشند. رفتار مراقبت‌کننده و تعهّد باید در بیان محبت‌آمیز و در رفتار هم‌آغوشی نمود یابد و برای اینکه گوینده تعامل را صمیمی تجربه کند، گوینده باید پاسخ‌های شنونده را به عنوان نشانه‌ای از درک متقابل، پذیرش، اعتبارسنجی و مراقبت درک کند (یعنی پاسخگویی شریک درک‌شده). بنابراین، یکی از مکانیسم‌های مهمی که واسطه ارتباط بین خودافشایی گوینده و تجربه مربوطه از صمیمیت است، میزان پاسخگویی شریک است که توسط گوینده درک می‌شود. نقش گوینده و شنونده (زوجین) در این فرآیند پویا و روان است. به دلیل ماهیت معاملاتی این فرآیند، زمانی که هر یک از طرفین توسط دیگری شناخته و تأیید می‌شود، تجربه صمیمیت متقابل و عشق افزایش می‌یابد. بسیاری از محققین دریافته‌اند که این پدیده در رضایت از روابط زناشویی و ثبات آن نقش تعیین‌کننده‌ای دارد (لارنس و همکاران، ۲۰۰۵). ضمناً تبیین دیگر این رابطه از این جهت است که عشق، می‌بخشد، فراموش می‌کند، خاطرات نامطلوب را با تجارب شیرین جایگزین می‌کند، لحظات جدید خلق می‌کند و در این بین بسیاری از تفاوت‌ها را نادیده می‌گیرد. زوجینی که به یکدیگر عشق می‌ورزند، هم پای هم حرکت می‌کنند و در این تکاپو و در مسیر چالش‌های پیش رو، یکدیگر را تکمیل کرده و در حل ناسازگاری‌ها یاری‌رسان هم هستند (کومار و همکاران، ۲۰۲۰).

نتایج پژوهش نشان داد، **کیفیت زندگی زناشویی با سازگاری زناشویی رابطه مثبت، مستقیم و معنی‌دار** دارد. این نتیجه با نتایج پژوهش‌های (کارنی و برادبری، ۲۰۲۰؛ آتان و بولای، ۲۰۱۹؛ براندااَو و همکاران، ۲۰۲۰)، همخوان است. در تبیین نتایج می‌توان گفت، زوجینی که در روابط بین‌فردی خود توافق، همبستگی، رضایت و بیان محبت‌آمیز دارند، چون تعامل بیشتری با هم دارند، از نظر سبک‌های رفتاری و باورهای ارزشی به هم نزدیک می‌شوند. این نوع ارتباط نسبت به زوجینی که رابطه نزدیکی باهم ندارند، مکانیسم‌های حل‌مسأله بیشتری را در موقعیت‌های چالش برانگیز فعال می‌کند. آنها به جای کشمکش‌های بیهوده و مقصّر جلوه‌دادن دیگری، به دنبال راه حل مشکلات خود می‌گردند، این زوجین به دلیل شناختی که ازهم دارند، در تنظیم هیجان خود و دیگری بهتر عمل می‌کنند و احساسات و هیجانات یکدیگر را در شرایط بحرانی و استرس‌زا می‌شناسند و با بیان محبت‌آمیز سعی در کاهش نگرانی‌ها و رنج‌ها یا افزودن شادی‌های یکدیگر می‌کنند.

نتایج پژوهش نشان داد، **عشق به همسر با میانجی‌گری سازگاری همسران بر کیفیت زندگی زناشویی اثر می‌گذارد**. در تبیین این نتیجه می‌توان گفت، عشق معمولاً با گذشت زمان کاهش می‌یابد و گاهی رابطه‌ای که با عشق و تعلّق زیاد طرفین به یکدیگر شروع شده به سردی می‌گراید و منجر به طلاق می‌شود. زمانی که زوجین به ارزیابی مجدّد و مثبت از همسر خود می‌پردازند و یا احساسات مثبت مرتبط یا غیرمرتبط با همسر خود را مجدداً تنظیم می‌کنند، باعث افزایش دوباره شیفتگی، دلبستگی، رضایت، توجّه و انگیزه به همسر می‌شوند و پتانسیل مثبت ازدست‌رفته، دوباره بازسازی می‌شود. در حقیقت، این لحظات کوچک احساسی و هیجانی هستند که یک رابطه را از افول و روزمرگی نجات می‌دهند. ساختن حس مشترک در یک لحظه و تجربه دوباره هیجانات گذشته مانند، مشاهده تصاویر همسر یا تصاویر خاطرات خوش گذشته باعث افزایش شیفتگی، دلبستگی و رضایت زناشویی می‌شود.

[1] - selfrevealing disclosure
[2] - partner responsiveness

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

نتایج نشان داد، صمیمیت، تعلّق و اشتیاق اگر با توافق، همبستگی، رضایت و بیان محبت‌آمیز همراه شود، به رضایت، انسجام و کیفیت زناشویی می‌انجامد. طراحی اهداف همسران، به ویژه اهداف مشترک، نقش مهمّی نه تنها در کیفیت رابطه، بلکه در رشد و توسعه هیجانات بین‌فردی زوجین ایفا می‌کند، به ویژه زمانی که غنی‌سازی رابطه یک هدف اصلی باشد. مضامینی چون، اهداف مشترک، برنامه‌ریزی و یادگیری مشترک در روابط زوجین، به شکلی منسجم با یکدیگر تعامل دارند، زیرا یادگیری مشترک با نحوه سازماندهی زوجین برای دستیابی به اهداف مشترک و همزیستی و مقابله با ناملایمات زندگی مرتبط است (دلاتوره و واگنر، ۲۰۲۱). می‌توان اینگونه بیان کرد که از طریق این فرآیندها است که هویّت زناشویی از طریق مبادلات بین زوجین و با ساختن خاطرات و معانی مشترک ساخته می‌شود.

حفظ فردیّت، لازمه ساخت اهداف مشترک توسط زوجین و به توافق رسیدن بر سرآن است. حفظ فردیّت، وجود فضای شخصی و دنبال کردن اهداف فردی به بهبود کیفیت زناشویی کمک می‌کند. در واقع به نظر نمی‌رسد که فردیّت با ساخت یک واقعیت زناشویی ناسازگار باشد، بلکه به عنوان ارزشی است که باید توسط همسران حفظ شود و می‌تواند روابط را تقویت کند، زیرا این جنبه‌های فردی همچنان در طول زمان علایق جدیدی را برمی‌انگیزند. بنابراین، به نظر می‌رسد که صمیمیت، تعهّد و اشتیاق در یک بستر توافق و رضایت دوجانبه بر سر تعیین مرزهای فردیّت و همسرداری می‌تواند باعث بهبود کیفیت زندگی زناشویی شود. البته ویژگی‌های شخصیتی زوجین، با محیط اطراف، عوامل استرس‌زا و منابع موجود، با فرآیندهای انطباقی و کیفیت رابطه در تعامل است. برخی از زوجین می‌توانند به راحتی با همسران خود به توافق برسند و در پذیرش تفاوت‌های یکدیگر عملکرد بهتری دارند. پذیرش تفاوت‌ها از بروز تعارضات زناشویی و ادامه‌دار شدن اختلافات جلوگیری می‌کند.

پیشنهادهای پژوهشی این است که از آنجا که پژوهش تحلیل مسیر بود، پیشنهاد می‌شود، در پژوهش‌های بعدی از خرده مقیاس‌ها با هدف طراحی مدل کیفیت زندگی زناشویی بهره گرفته شود. رابطه مستقیم و غیرمستقیم عشق به همسر با کیفیت زندگی زناشویی بررسی شده و در صورت نبود رابطه چرایی و دلایل آن مورد ارزیابی قرار گیرد. پیشنهاد کاربردی این است که برای بهبود کیفیت زندگی زناشویی از آموزش مهارت‌های ارتباطی به منظور حل تعارضات زوجین بهره گرفته شود. محدودیت‌های تحقیق، شرکت‌کنندگان معلمان متأهل مدارس یزد بودند و امکان دسترسی به آنها در ساعات کلاس درس محدود بود. از آنجا که برخی سؤالات پرسشنامه‌ها درمورد مسائل خصوصی و زناشویی بود، شرکت‌کنندگان به این سؤالات پاسخ ندادند و پرسشنامه‌ها کنار گذاشته شد.

ملاحظات اخلاقی

منابع مالی

این مطالعه با هزینه شخصی پژوهشگران انجام گرفته و در هیچ‌یک از مراحل انجام این پژوهش هیچ‌گونه منابع مالی دریافت نشده است.

دسترسی به مواد و داده‌ها

داده‌ها محرمانه بوده و نتایج آن در اختیار هیچ‌کسی قرار نخواهد گرفت.

تائید اخلاقی و رضایت مشارکت‌کنندگان

در این مطالعه، علاوه بر نوشتن راهنما در ابتدای پرسشنامه، هدف از پژوهش برای شرکت‌کنندگان در پژوهش توضیح داده‌شده است. سپس آن‌ها فرم رضایت از شرکت در پژوهش را تکمیل کردند.

سهم نویسندگان

۱۰۰ درصد نگارش و انجام تحلیل آماری توسط نویسنده اول مقاله انجام شده است. انتخاب موضوع و اجرای پرسشنامه ها، توسط نویسنده دوم انجام شده است.

رضایت برای انتشار

نویسنده برای انتشار این مقاله رضایت کامل دارد.

تصریح درباره تعارض منافع

این پژوهش با منافع شخص یا سازمانی منافات ندارد.

سپاسگزاری

از آموزش و پرورش استان یزد و معلمان عزیزی که در انجام این پژوهش به ما را یاری رساندند، سپاسگزاریم.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

References

Allendorf, K & Ghimire, D, J. (2013). Determinants of marital quality in an arranged marriage society. Social Science Research, 42(1), 59–70. https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2012.09.002 [Link]

Afonso, J, A. (2022). How Couple's Relationship Lasts Over Time? A Model for Marital Satisfaction. Psychol Rep. 125(3): 1601–1627. doi: 10.1177/00332941211000651. [Link]

Alimohammadi F, Aghajani A. (2021). Predicting quality of marital life based on couples commitment, and empathy in married students of Islamic Azad University, Qom Branch. Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry; 8 (4) :135-145. URL: http://shenakht.muk.ac.ir/article-1-1182-fa.html.

Abdiniyan, Afroz and Marksaz, Betul. (2018). White marriage and its consequences in the country. Journal of novel achievements in humanities. Second year, number 11, 105-100.

Atan, A., & Buluay, AY, M. (2019) The Effect of Family Communication Skills Psycho-Educational Program on CouplesÂ' Marital Satisfaction. *Elementary Education Online*, 18(1), 226-240. doi:10.17051/ilkonline.2019.527205. [Link]

Brandão, T., Brites, R., Hipólito, J., Pires, M., & Nunes, O. (2020). Dyadic coping, marital adjustment and quality of life in couples during pregnancy: an actor-partner approach. J Reprod Infant Psychol, 38(1):49-59. DOI: 10.1080/02646838.2019.1578950. [Link]

Busby, D, M., Christensen, C., Crane, R, D., & Larson, J, H. (1995). A revision of the Dyadic Adjustment Scale for use with distressed and nondistressed couples: construct hierarchy and multidimensional scales. J Mar Fam Ther. 21(3):289-308. DOI:10.1111/j.1752-0606.1995.tb00163.x. [Link]

Delatorre, M, Z & Wagner, A. (2021). The marital relationship from the perspective of couples. Ciencias Psicológicas, 15(1): e-2355. doi: https://doi.org/10.22235/cp.v15i1.2355. [Link]

Dehghan Marvasti, S., & Rasooli, R. (2015). The Role of Teachers' Mental Health on the Quality of Work Life and Organizational Performance. *The Journal of New Thoughts on Education*, *11*(1), 9-37. doi: 10.22051/jontoe.2015.388.

Dehghaan Marvasti S. (2017). The Role of Educational Administrators in Creating a Moral Atmosphere and Social Support, and its Relation with Organizational Performance. QJOE, 32(4), 101-122.

Heckler, V.I., & Mosmann, C.P. (2016). Marital quality in the early years of marriage in dual-career couples. Clinical Psychology, 28(1), 161-182. [Link]

Helms, H. M., Supple, A. J., Su, J., Rodriguez, Y., Cavanaugh, A. M., & Hengstebeck, N. D. (2014). Economic pressure, cultural adaptation stress, and marital quality among Mexican-Origin Ciencias Psicológicas January - June 2021; 15(1): e-2355 Delatorre and Wagner 18 couples. Journal of Family Psychology, 28(1), 77-87. doi: 10.1037/a0035738. [Link]

Huston,T.L., & Melz, H. (2004). The case for (promoting) marriage: The devil is in the details. Journal of Marriage and Family, 66(4), 943-958. DOI:10.1111/j.0022-2445.2004.00064.x [Link]

Karney, B, R., & BradburyTh, N. (2020). Research on Marital Satisfaction and Stability in the 2010s: Challenging Conventional Wisdom, 82(1), 100-116. Journal and marriage and family https://doi.org/10.1111/jomf.12635 [link]

Khanabadi M, mahdizadeh ardakani M, Tabkhi F, Imani moghadam H, Mahdizade F. (2022). Social issues related to the marital quality of infertile couples in Yazd :A Qualitative study. 17 (1) :5-18 URL: http://ijnr.ir/article-1-2542-fa.html [Link]

Kelley, H, H., LeBaron, A, B., Hill, E, J. (2018). Financial Stress and Marital Quality: The Moderating Influence of Couple Communication. Journal of Financial Therapy, 9(2): 17-36. DOI:10.4148/1944-9771.1176 [Link]

Keshavarz Afshar, H & Masoumi, S. (2022). Predicting Marital Satisfaction based on Social Media and Body Image in Women Who Chose to Have Cosmetic Surgery: The Mediating Role of Emotion Regulation. *Published online* 3(1), 18-31. DOI: 10.22098/JPC.2022.1630. [Link]

khazaei, S., salimi, H., namjoo, SH, & abedini chamgordani, S. (2022). the structural relationships between romantic jealousy , marital stability and marital satisfaction mediated by marital control and emotional expression: an evolutionary perspective. iranian evolutionary and educational psychology journal, 4(3), 554-563. DOI:10.29252/jech.6.3.183 [Link]

Kumar, K, A, V., Mathew, A, L., & Sasikala, s. (2020). An exploration of Domains of Compatibility in Marriage. Juni Khyat (UGC Care Group I Listed Journal), 10(7): 5. [Link]

Langeslag, S. J. E., & Surti, K. (2022). Increasing love feelings, marital satisfaction, and motivated attention to the spouse. *Journal of Psychophysiology, 36*(4), 199–214. https://doi.org/10.1027/0269-8803/a000294. [Link]

Laurenceau, J, P., Barret, L, F., & Rovine, M, J. (2005). The interpersonal process model of intimacy in marriage: A daily diary and multilevel modelling approach. Journal of Family Psychology. 19(2), 314-323.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

Avalaible:https://doi.org/10.1037/0893-3200.19.2.314. [Link]

Mneizel , A, E., Gharaibeh, F, A., & Al Ali, M, M. (2022). Marital Compatibility in the UAE Society among a Sample of Households in the Emirate of Abu Dhabi (UAE). Information Sciences Letters An International Journal, 11(4), 1225-1238. DOI:10.1177/0192513X14547418 [Link]

Meletti, A.T., & Scorsolini-Comin, F. (2015). Conjugality and expectations regarding parenthood in homosexual couples. Psychology: Theory and Practice, 17(1), 37-49. doi: 10.15348/1980-6906/psicologia.v17n1p37-49. DOI:10.15348/1980-6906/psicologia.v17n1p37-49 [Link]

Naderi, Farah, Heydari, Alireza, & Hosseinzadeh Maleki, Zainab. (1388). A link between Danesh and Negrash Janisi, the authors of which are the love and satisfaction of Zanashawiyi Ba Hamsara Azari in Karkanan Mohtil the administrations of the state of Ahvaz. Zen and Farhang, 1(1), 28-45. https://jwc.ahvaz.iau.ir/article_522976.html?lang=fa. [].

Nurhayati1,S, R., Faturochman2, Avin Fadilla Helmi. (2019). Marital Quality: A Conceptual Review. Buletin Psikologi, 27(2), 109 – 124. DOI: 10.22146/buletinpsikologi.37691. [Link]

Priyadharshini, s., & Gopalan, R, T. (2019). Marital Adjustment, Love, Personal Intimacy, Personality, Dyadic Coping and Spirituality on Marital Stability. Asian Journal of Advanced Research andReports 7(4): 1-16; Article no.AJARR.53298 ISSN: 2582-324. DOI: 10.9734/AJARR/2019/v7i430186. [Link]

Perry,S. (2017). Pornography Use and Marital Quality: Testing the Moral Incongruence Hypothesis. Personal Relationships 25(2). DOI:10.1111/pere.12234. [Link]

Silva, I.S., & Frizzo, G.B. (2014). To have or not to have? A review of the literature on childless couples by choice. Thinking Families, 18(2), 48-61. DOI:10.3998/mfr.4919087.0018.102 [Link].

Tabatabaee, A., Fallahi, A., Shakeri, B., Vajiheh Baghi, V, & Ghanei Gheshlagh, R. (2022). Marital satisfaction in Iranian infertile women: A systematic review and meta-analysis. Frontiers in Public Health, 1(1), 1-18. DOI 10.3389/fpubh.2022.1027005 [Link]

Terrone G., Mangialavori S., Di Scalea G.L., Cantiano A., Temporin G., Ducci G., Gori A., Cacioppo M., Schimmenti A., Caretti V. The relationship between dyadic adjustment and psychiatric symptomatology in expectant couples: An actor–partner interdependency model approach. *J. Affect. Disord*. 2020;273:468–475. doi: 10.1016/j.jad.2020.05.040. [Link]

Wahyuningsih , H., Kusumaningrum, F, A., & Novitasari, R. (2020). Parental marital quality and adolescent psychological well-being: A meta-analysis, Cogent Psychology, 7:1, 1819005. DOI:10.1080/23311908.2020.1819005 [Link]

Webster, , & Brown, D. (2022). pornography use and its effect on marital quality a dissertation. Liberty University, School of Behavioral Sciences, presented in partial fulfillment of the requirements for the degree doctor of education. [Link]

Wang, W, Yin., R, Cao, W., Wang, Y., Zhang, T., Yan, Y & Tang, K. (2022). Assessing parental marital quality and divorce related to youth sexual experiences and adverse reproductive health outcomes among 50,000 Chinese college students. *Reproductive Health*, 19(), 219. https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-1815556/v1 [Link]

Wagner, M, R. (2022). The Relation Between Childhood Maltreatment and Marriage Quality in Adulthood. Honors Theses, University of Nebraska-Lincoln. 442. https://digitalcommons.unl.edu/honorstheses/442. [Link]

Yousefi, Naser, Beshlideh, Kiyomarth, Isanajad, Omid, Etemi, Ezra, and Shirbaghi, Naser. (1390). The relationship between love styles and marital quality among married people. Applied Counseling, 1(1), 21-36. SID. https://sid.ir/paper/218216/fa .

Zaman, N, I., Shakoor, S, & Yusuf, SH. (2022). Menopausal symptoms: prediction of quality of marital relationship among couples. *Journal of Mind and Medical Sciences, 9(1), 2 3 9 2 - 7 6 7 4.* https://doi.org/10.22543/7674.91.P133142 [Link]

Zhao, W., Liao, X., Li, Q., Jiang, W.m & Ding, W. (2022). The Relationship Between Teacher Job Stress and Burnout: A Moderated Mediation Model. *Front. Psychol.* 12:784243. doi: 10.3389/fpsyg.2021.784243.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]