

نقش میانجی گر رضایت زناشویی در رابطه بین تجربیات معنوی با شادکامی دانشجویان متأهل  
مسعود آورنده<sup>۱</sup>، زهرا افتخار صادی<sup>۲</sup>، سعید بختیارپور<sup>۳</sup>، علیرضا حیدری<sup>۴</sup>، پرویز عسکری<sup>۵</sup>

The causal relationship spiritual experiences happiness through marital satisfaction

Masoud Avarandeh<sup>1</sup>, Zahra Eftekhar Saadi<sup>2</sup>, Saeid Bakhtearpour<sup>3</sup>, Alireza Heidari<sup>4</sup>, Parviz Askari<sup>5</sup>

چکیده

**زمینه:** راه رسیدن به شادکامی و خوشبختی روانشناختی در پرتو توجه به ارزش‌ها و هدف‌های معنوی، نیازهای بنیادی، معنی‌دار بودن و هدفمندی زندگی، عشق و علائق دینی و الهی می‌باشد. به طوری که داشتن تجارب معنوی بر احساس شادکامی بیشتر و افسردگی کمتر ارتباط مؤثری دارد. لذا مسئله تحقیق این است آیا رضایت زناشویی می‌تواند در این بین تأثیرگذار باشد؟ **هدف:** هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی گر رضایت زناشویی در رابطه بین تجربیات معنوی و شادکامی بود. **روش:** روش پژوهش همبستگی بود. جهت انجام این پژوهش تعداد ۴۲۰ نفر از دانشجویان متأهل مشغول به تحصیل دانشگاه آزاد کرمانشاه با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند و پرسشنامه‌ی شادکامی (آرگایل، مارتین و کراسلند، ۱۹۸۹)، تجربیات معنوی (غباری بناب و همکاران، ۱۳۸۴)، رضایت زناشویی (السون، ۲۰۰۰) را تکمیل نمودند. داده‌ها با استفاده از روش تحلیل مسیر به دست آمد. **یافته‌ها:** با استفاده از روش تحلیل مسیر نتایج نشان دادند بین تجربیات معنوی با شادکامی، رابطه مثبت معنادار وجود داشت ( $P < 0/001$ ). همچنین نتایج تحلیل مسیر نشان داد که رضایت زناشویی در رابطه بین تجربیات معنوی و شادکامی نقش میانجی گر ایفا می‌کنند ( $P < 0/001$ ). **نتیجه‌گیری:** داشتن تجربیات معنوی سبب می‌شود دانشجویان متأهل روابط زناشویی خود را هدفمند و با معنی تلقی کنند و آن را ارزشمند بدانند و در جهت بهبود آن تلاش کنند و به احساس رضایت‌مندی زناشویی و متعاقباً شادکامی بیشتری دست یابند. **واژه کلیدها:** شادکامی، تجربیات معنوی، رضایت زناشویی

**Background:** The path to psychological happiness and happiness is in the light of spiritual values and goals, basic needs, meaningfulness and purposefulness of life, religious and divine love and interests. So having spiritual experiences is associated with a greater sense of happiness and less depression. So the question is, can marital satisfaction be effective? **Aims:** The purpose of the present study was to investigate the mediating role of marital satisfaction in the relationship between spiritual experiences and happiness. **Method:** Method of the present descriptive study was correlational. Hence, sample of 420 Married students were selected from kermanshah Azad university, using randomized cluster sampling method. To collect data three questionnaires of Happiness (Argyle, Martin & Crossland, 1989), Spiritual experiences (Ghobaribonab & et al, 2005), marital satisfaction (Olson, 2000) were used. **Results:** The research method was correlation. To do this research, 420 married students studying at Kermanshah Azad University were selected by random cluster sampling method and Happiness Questionnaire (Argyle, Martin & Kressland, 1989), Spiritual Experiences (Ghobar Bonab et al., 2005), Completed marital satisfaction (Ellison, 2000). Data were obtained by path analysis method. Results: The results showed that there was a significant positive relationship between spiritual experiences and happiness ( $P < 0/001$ ). The results of path analysis also showed that marital satisfaction plays a mediating role in the relationship between spiritual experiences and happiness ( $P < 0/001$ ). **Conclusions:** Having spiritual experiences leads married students to view their marital relationships as meaningful, to value it, to strive to improve it, and to gain a sense of marital satisfaction and consequently greater happiness. **Key words:** Happiness, Spiritual experiences, Marital satisfaction

Corresponding Author: Eftekarsaadi@yahoo.com

\* این مقاله برگرفته از پایان‌نامه دکتری نویسنده اول است.

<sup>۱</sup> دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

<sup>۱</sup> Ph D Student of Educational Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran

<sup>۲</sup> استادیار، گروه روانشناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران (نویسنده مسئول)

<sup>۲</sup> Assistant Professor, Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran (Corresponding Author)

<sup>۳</sup> استادیار، گروه روانشناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

<sup>۳</sup> Assistant Professor, Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran

<sup>۴</sup> دانشیار، گروه روانشناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

<sup>۴</sup> Associate Professor, Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran

<sup>۵</sup> دانشیار، گروه روانشناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

<sup>۵</sup> Associate Professor, Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran

پذیرش نهایی: ۹۸/۰۵/۲۹

دریافت: ۹۸/۰۳/۱۹

## مقدمه

بعضی از نظریه پردازان راه رسیدن به شادکامی و خوشبختی روانشناختی را در پرتو توجه به ارزش‌ها و هدف‌های معنوی، نیازهای بنیادی، معنی‌دار بودن و هدفمندی زندگی، عشق و علائق دینی و الهی می‌دانند. به طوری که داشتن تجارب معنوی رابطه معناداری با احساس شادکامی بیشتر و افسردگی کمتر دارد (اسکاروپسکی، فیچت، ایوانز، مندیز، ۲۰۱۰؛ پارک و رو، ۲۰۱۳). همچنین کاترونا، راسل، بارزتی، وسنر و بریان (۲۰۱۳)، نشان دادند که معنویت درمانگری در افزایش رضایت زناشویی زنان مؤثر بوده است. نتایج پژوهش دینر، داینر، تای و مایرز (۲۰۱۱) با عنوان تأثیر مذهب بر شادکامی، نتایج حاکی از تأثیرگذاری مذهب بر میزان شادی در افراد شده و افراد مذهبی از شادی و شادکامی بیشتری در زندگی برخوردارند. بیرد، لیر و اسپونکا (۲۰۰۰) در مطالعه‌ای چهار عامل شادکامی و رابطه آن با تعهد دینی مورد بررسی قرار دادند. آنها دریافتند که تعهد دینی، پیش‌بینی کننده شادکامی است. در پژوهشی که عقیلی و کومار (۲۰۰۸) انجام دادند، نتایج نشان داد که هرچه افراد مذهبی تر باشند، احساس شادی و رضایت بیشتری دارند. احمد، عبدالخالق و ناسیور (۲۰۰۷) یک نمونه از دانشجویان کالجی را در الجزیره که همگی مسلمان بودند انتخاب کردند، و به این نتیجه رسید که در دختران، مذهب رابطه مثبتی با شادکامی دارد. کیم، سدلیتز، رو، اوینگر و دوپراستین (۲۰۰۴) در پژوهش خود نشان دادند که جهت‌گیری مذهبی با هیجانات و عواطف مثبت مانند خوش خلقی، شادکامی، مهربانی، اعتماد به نفس، توجه و آرامش رابطه مثبت دارد.

معنویت بالا مشخصه‌ای است که با کاهش نیاز افراد برای تفتیش دیدگاه‌های خارج از شرایط زناشویی باعث توافق و انعطاف پذیری زناشویی می‌شود و میزان رضایت از زندگی و شادکامی زوجین را افزایش می‌دهد. روانشناسان حوزه سلامت نیز نقش معنویت و اعتقادات و باورهای دینی و اخلاقی را در سلامت جسم و روان و تکامل روح مؤثر می‌دانند (کوئینگ، ۲۰۱۲). همچنین معنویت بالا با از خودگذشتگی بالا، صمیمیت و کیفیت بالای روابط، دوسوگرایی و تعارض پایین همراه است (کورکری، کوران و پارکمن، ۲۰۱۱). تجربیات معنوی در واقع به عنوان تلاش خوش بینانه در نظر گرفته می‌شود. از سویی فعالیت معنوی یک حس ارتباط با دیگران یا جهان را شامل می‌شود و با توجه به بعد ارتباط، معنویت موجب وحدت افراد متفرق برای پیشبرد اهداف انسانی

خانواده محل ارضای نیازهای مختلف است و داشتن آگاهی از نیازهای زیستی و روانی و شناخت چگونگی ارضای آنها و تجهیز شدن به تکنیک‌های شناخت تمایلات زیستی و روانی ضرورتی انکار ناپذیر است. رضایت فرد از زندگی زناشویی به منزله رضایت از خانواده محسوب می‌شود و رضایت از خانواده به مفهوم رضایت از زندگی بوده و در نتیجه تسهیل در امر رشد و تعالی و پیشرفت مادی و معنوی جامعه خواهد شد (عدالتی و رزوان، ۲۰۱۰).

یکی از نیازهای روانی بشر، شادی و نشاط است و به دلیل تأثیر عمده‌ای که بر زندگی افراد دارد، همواره ذهن انسان را به خود مشغول کرده است. نشاط و شادی از نیازهای اولیه فطری و ضروری انسان به شمار می‌رود و می‌توان آن را از مهمترین عوامل سلامت خانواده جامعه انگاشت. زیرا از یک طرف در کاهش افسردگی و اضطراب و از سوی دیگر، ضمن تقویت حرمت خود، احساس امنیت، کاهش ضعف ایمنی بدن و بهبود سلامت جسمانی و روانی فرد، فرآیند تصمیم‌گیری را سرعت بخشیده و روحیه مشارکتی را ایجاد می‌کند و احساس رضایت از زندگی فرد را افزایش می‌دهد. روح امید و تلاش و پیشرفت در پرتو یک زندگی شاد با نشاط است (فرحزاد، ۲۰۱۳). شادکامی، حالت خوشحالی یا سرور (هیجانان مثبت)، راضی بودن از زندگی و فقدان افسردگی و اضطراب (عواطف منفی) را شامل شده و باعث کاهش ادراک تنیدگی و افزایش توانایی شخص برای کار و فعالیت می‌شود (آراگیل، ۲۰۱۳). شادی دارای دو مؤلفه عاطفی و شناختی است. مؤلفه عاطفی «سطح لذت» نامیده می‌شود که درجه لذت بخش عواطف مختلف یک تجربه شخصی است، در حالی که مؤلفه شناختی «رضایت» نامیده می‌شود که درجه‌ای است که یک فرد خود را به آرزویش رسیده می‌بیند. بنابراین با توجه به دو مؤلفه شناختی و عاطفی شادکامی می‌توان گفت انسان شاد کسی است که از فعالیت‌های خود لذت می‌برد، و از فرآیند زندگی خویش راضی و خوشنود است. همچنین افراد شاد زندگی طولانی‌تری دارند (پلچانو، گزازلز، گارسیا و موران، ۲۰۱۳).

داینر، لوکاس و اویشی (۲۰۰۲) معتقدند که افراد متأهل نسبت به کسانی که هرگز ازدواج نکرده یا جدا شده‌اند و یا همسر خود را از دست داده‌اند بیشتر احساس شادی و شادکامی می‌کنند.

هیجان‌های مثبت بیشتری را تجربه کرده، از گذشته و آینده خود و دیگران، رویدادهای مثبت بیشتری را به یاد آورده و از پیرامون خود ارزیابی مثبت‌تری دارند و آنها را خوشایند توصیف می‌کنند (لوپو و دلیر، ۲۰۱۴).

در این راستا پژوهش‌های بسیاری رابطه مثبت و معنادار بین تجربیات معنوی و مذهبی با رضایت زناشویی را تأیید کرده‌اند (مشیریان فراچی، اصغری ابراهیم آباد، مشیریان فراچی، رزاقی کاشانی و توکلی (۱۳۹۵)، صفاریان، حاجی اربابی و عاشوری (۱۳۹۴)، صدیقی، محبی و شاه سیاه (۱۳۹۳)، دی بلاسیو و بندا (۲۰۰۸)، دادلی و کوسینکی (۲۰۰۶)، بریل هرت (۲۰۰۵)).

رضایت زناشویی یک جنبه بسیار مهم و پیچیده از یک رابطه زناشویی است (گرچوف، جون و هلسون، ۲۰۰۸). رضایت زناشویی احساس عینی از خشنودی، رضایت و لذت تجربه شده توسط زن و یا مرد است (بانظری، ۱۳۹۵). در واقع رضایت زناشویی، انطباق بین وضعیت موجود و وضعیت مورد انتظار است. طبق این تعریف، زمانی رضایت زناشویی محقق می‌شود که وضعیت موجود در رابطه‌های زناشویی، با وضعیت مورد انتظار فرد منطبق باشد (رضایی و فروزنده، ۲۰۱۶). رضایت زناشویی یک موقعیت روانشناختی است که خودبه خود به وجود نمی‌آید بلکه مستلزم تلاش هر دو زوج است (احمدی، اشرفی، کیمیایی و افضلی، ۲۰۱۰). به عبارت دیگر، رضایت زناشویی فرآیندی است که در طول زندگی زوجین به وجود می‌آید و لازمه آن انطباق سلیقه‌ها، شناخت ویژگی‌های شخصیتی، ایجاد قواعد رفتاری و شکل‌گیری الگوهای مراوده‌ای است (صحرایان، جعفرزاده و پورسمر، ۱۳۹۳).

رضایت زناشویی یک تجربه شخصی در ازدواج است که تنها توسط خود فرد در پاسخ به میزان لذت رابطه زناشویی قابل ارزیابی است و عوامل بسیاری هستند که در زندگی مشترک روی رضایت زناشویی تأثیر می‌گذارند و این احساس نقش مهمی در میزان کارکردهای بهنجار خانواده ایفا می‌کند (جیانگ، وانگ، زانگ، لئو، ۲۰۱۵). تحقیقات آرگایل (۲۰۰۰) بیانگر آن است رابطه زناشویی موفق باعث شادمانی و ایجاد خلق مثبت در فرد می‌شود. زوج‌هایی با رضایت ادراک شده بالا توافق زیادی با یکدیگر دارند، از نوع و کیفیت گذراندن اوقات فراغت رضایت دارند و مدیریتی خوب در زمینه وقت و مسائل مالی خودشان اعمال می‌کنند. همچنین زوج‌هایی که دارای رضایت زناشویی بالایی هستند

در این راستا پژوهش‌های بسیاری رابطه مثبت و معنادار بین تجربیات معنوی و مذهبی با رضایت زناشویی را تأیید کرده‌اند (مشیریان فراچی، اصغری ابراهیم آباد، مشیریان فراچی، رزاقی کاشانی و توکلی (۱۳۹۵)، صفاریان، حاجی اربابی و عاشوری (۱۳۹۴)، صدیقی، محبی و شاه سیاه (۱۳۹۳)، دی بلاسیو و بندا (۲۰۰۸)، دادلی و کوسینکی (۲۰۰۶)، بریل هرت (۲۰۰۵)).

رضایت زناشویی یک جنبه بسیار مهم و پیچیده از یک رابطه زناشویی است (گرچوف، جون و هلسون، ۲۰۰۸). رضایت زناشویی احساس عینی از خشنودی، رضایت و لذت تجربه شده توسط زن و یا مرد است (بانظری، ۱۳۹۵). در واقع رضایت زناشویی، انطباق بین وضعیت موجود و وضعیت مورد انتظار است. طبق این تعریف، زمانی رضایت زناشویی محقق می‌شود که وضعیت موجود در رابطه‌های زناشویی، با وضعیت مورد انتظار فرد منطبق باشد (رضایی و فروزنده، ۲۰۱۶). رضایت زناشویی یک موقعیت روانشناختی است که خودبه خود به وجود نمی‌آید بلکه مستلزم تلاش هر دو زوج است (احمدی، اشرفی، کیمیایی و افضلی، ۲۰۱۰). به عبارت دیگر، رضایت زناشویی فرآیندی است که در طول زندگی زوجین به وجود می‌آید و لازمه آن انطباق سلیقه‌ها، شناخت ویژگی‌های شخصیتی، ایجاد قواعد رفتاری و شکل‌گیری الگوهای مراوده‌ای است (صحرایان، جعفرزاده و پورسمر، ۱۳۹۳).

رضایت زناشویی یک تجربه شخصی در ازدواج است که تنها توسط خود فرد در پاسخ به میزان لذت رابطه زناشویی قابل ارزیابی است و عوامل بسیاری هستند که در زندگی مشترک روی رضایت زناشویی تأثیر می‌گذارند و این احساس نقش مهمی در میزان کارکردهای بهنجار خانواده ایفا می‌کند (جیانگ، وانگ، زانگ، لئو، ۲۰۱۵). تحقیقات آرگایل (۲۰۰۰) بیانگر آن است رابطه زناشویی موفق باعث شادمانی و ایجاد خلق مثبت در فرد می‌شود. زوج‌هایی با رضایت ادراک شده بالا توافق زیادی با یکدیگر دارند، از نوع و کیفیت گذراندن اوقات فراغت رضایت دارند و مدیریتی خوب در زمینه وقت و مسائل مالی خودشان اعمال می‌کنند. همچنین زوج‌هایی که دارای رضایت زناشویی بالایی هستند

## روش

پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی و به طور مشخص مبتنی بر مدل یابی معادله‌های ساختاری بود. جامعه آماری در پژوهش حاضر شامل کلیه دانشجویان متأهل مشغول به تحصیل دانشکده‌های دانشگاه آزاد کرمانشاه (دانشکده علوم پزشکی، دانشکده فنی و مهندسی، دانشکده علوم پایه، دانشکده کشاورزی، دانشکده حقوق و علوم سیاسی و دانشکده ادبیات و علوم انسانی) در سال ۹۶-۱۳۹۷، بودند. از این جامعه با

مقیاس تجربیات معنوی: این پرسشنامه توسط غباری بناب، غلامعلی لواسانی و محمودی در سال ۱۳۸۴ برای ارزیابی معنویت ایجاد شد. این مقیاس دارای ۷۵ ماده و شش مؤلفه معنایابی در زندگی، تأثیر ارتباط با خداوند، شکوفایی و تجارب معنوی، تجربیات متعالی عرفانی، تجربیات سلبی و فعالیت‌های اجتماعی و مذهبی است. این پرسشنامه در یک مقیاس ۷ درجه‌ای از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۷) ساخته شده و برخی از سؤال‌ها به شکل مستقیم و برخی دیگر به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. برای برآورد درستی آزمون تجربیات معنوی تحلیل عامل اکتشافی بر روی ۷۵ ماده آزمون صورت گرفت که در بررسی اولیه ۱۹ عامل در این عامل نشان داده شد. که پس از چرخش و با در نظر گرفتن خط شیب دار، ۶ عامل برجسته و مهم پیدا شدند. که در حدود ۰/۴۲ واریانس کل را به خود اختصاص دادند. پس از شکل‌گیری این ۶ عامل، ضرایب همبستگی عامل‌ها با یکدیگر و با نمره کل مقیاس محاسبه شد و نتایج نشان داد که ضریب پایایی این آزمون ۰/۹۴ است. این درحالی است که همبستگی بین نمره کل مقیاس، به ترتیب ارتباط با خدا ۰/۸۶، معنایابی در زندگی ۰/۷۹، تجربیات متعالی ۰/۶۷، تجربیات سلبی ۰/۵۵ و فعالیت اجتماعی و مذهبی ۰/۴۳ به دست آمده است (غباری بناب و همکاران، ۱۳۸۴).

مقیاس رضایت زناشویی انریچ: این پرسشنامه شامل ۳۵ گویه است و توسط السون و السون (۲۰۰۰) برای بررسی رضایت زناشویی ساخته شده است. شامل چهار خرده مقیاس تحریف آرمانی، رضایت زناشویی، ارتباطات و حل تعارض است. پرسشنامه به صورت پنج گزینه‌ای لیکرت می‌باشد. این پرسشنامه برای هر یک از ماده‌ها پنج گزینه "کاملاً موافقم"، "موافقم"، "نه موافق و نه مخالف"، "مخالفم" و "کاملاً مخالفم" می‌باشد که برای آنها نمره‌ای از ۱ تا ۵ تعلق می‌گیرد. در ایران این پرسشنامه روی ۳۶۵ زوج هنجار شده است که ضریب آلفای پرسشنامه برای خرده مقیاس‌های رضایت زناشویی ارتباط، حل تعارض و تحریف آرمانی به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۰، ۰/۸۴، ۰/۸۳ و اعتبار بازآزمایی پرسشنامه به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۱، ۰/۹۰، ۰/۹۲ است (آسوده، خلیلی، دانشپور و لواسانی، ۲۰۱۰).

### یافته‌ها

با توجه به ادبیات پژوهش، رابطه‌ی تجربیات معنوی با شادکامی با در نظر گرفتن نقش میانجی رضایت زناشویی در قالب یک مدل

استفاده از جدول مورگان و به منظور جبران ریزش‌های احتمالی و با توجه به اینکه هرچه حجم نمونه افزایش یابد دقت پژوهش بالا می‌رود تعداد ۴۲۰ نفر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند. پس از انتخاب جامعه‌ی آماری و تنظیم پرسشنامه‌ها، پرسشنامه‌ها بر اساس ملاک‌های ورود (داوطلب همکاری بودن) و خروج (داشتن سابقه ازدواج قبلی) بین دانشجویان متأهل توزیع گردید. سپس، در محیطی آرام توضیحات لازم از سوی پژوهشگر در مورد نحوه تکمیل پرسشنامه‌ها و محرمانه ماندن اطلاعات دریافتی، به آزمودنی‌ها ارائه شد و سپس پرسشنامه‌های تجربیات معنوی، شادکامی، حمایت اجتماعی، تاب‌آوری و رضایت زناشویی در بین شرکت‌کنندگان توزیع گردید و از آنها خواسته شد با دقت به هر یک از سؤالات پاسخ دهند. از آنجایی که احتمال ریزش وجود داشت، تعداد ۴۵۰ پرسشنامه، طی یک ماه توزیع و جمع‌آوری گردید. در نهایت تعداد ۶۴ پرسشنامه، به دلیل ناقص و مخدوش بودن کنار گذاشته شد و داده‌های مربوط به تعداد ۳۵۶ نفر مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

### ابزار

مقیاس شادکامی: این پرسشنامه توسط آرگایل (۲۰۰۰) تهیه شده است و دارای ۲۹ می‌باشد. هریک از این سؤال‌های این آزمون داری چهار گزینه است که از ۰ تا ۳ نمره را به خود اختصاص داده‌اند. بنابراین حداکثر نمره کل آزمون ۸۷ می‌باشد و حداقل آن صفر است. در این پرسشنامه نمره‌ی بالا نشانگر شادکامی و نمره‌ی پایین نشانه افسردگی فرد است. درستی و پایایی آن در تحقیقات متعددی مورد بررسی قرار گرفته است. به عنوان مثال آرگایل (۲۰۰۰) پایایی این پرسشنامه را با استفاده از روش آلفای کرونباخ در مورد ۳۴۷ آزمودنی مورد بررسی قرار دادند. و ضریب آلفای ۰/۹۰ را بدست آوردند. علی پور و نوربالا (۱۳۷۸) ضریب پایایی آن را با استفاده از روش آلفای کرونباخ بر روی ۱۳۲ نفر ۰/۹۳ بدست آوردند. همچنین علی پور و آگاه هریس (۱۳۸۶) در نمونه‌ای ۳۶۹، به اعتبار یابی این پرسشنامه پرداختند. تمام ۲۹ گزاره آن با نمره کل همبستگی بالا داشت. آلفای کرونباخ برای کل فهرست ۰/۹۱ بود. درستی همگرا و واگرا نیز تأیید شد. نتایج نشان دهنده اعتبار و درستی مناسب این آزمون برای اندازه‌گیری شادکامی در جامعه ایرانی است.

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که شاخص‌های برازش برای مدل در حد مطلوبی قرار داشته و در نتیجه مدل مورد تأیید است. نمای تصویری مدل حاوی ضرایب مسیر و معناداری آنها در شکل گزارش شده‌اند.

نتایج گزارش شده در نمودار تحلیل مسیر نشان می‌دهد که همه ضرایب مسیر مدل مثبت و معنی دار شده است. همچنین پس از محاسبه اثرات غیرمستقیم متغیرهای برون‌زاد بر شادکامی، از روش بوت استرپ با ۱۵۰۰ نمونه‌گیری مجدد برای سنجش معناداری اثرات غیرمستقیم استفاده شد که نتایج بوت استرپ در جدول ۴ آمده است:

اطلاعات ارائه شده در جدول ۴ نشان می‌دهد که مسیر غیر مستقیم تجربیات معنوی به شادکامی (به میانجی گری رضایت زناشویی) در سطح  $P < 0.01$  معنادار شده است. این بدین معنا است که متغیر رضایت زناشویی نقشی میانجی گر در رابطه بین متغیرهای تجربیات معنوی و شادکامی ایفا می‌کند.

معادلات ساختاری مورد سنجش واقع شده است. یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول ۱ آمده است.

متغیر	میانگین	انحراف معیار	سهمی	ضریب همبستگی
تجربیات معنوی	۳۵۶	۵۶/۹۲	۳۳۵/۹۹	-۰/۵۱
رضایت زناشویی	۳۵۶	۱۱/۱۴	۱۱۴/۸۲	-۰/۲۴
شادکامی	۳۵۶	۱۲/۵۶	۵۳/۹۶	-۰/۵۱

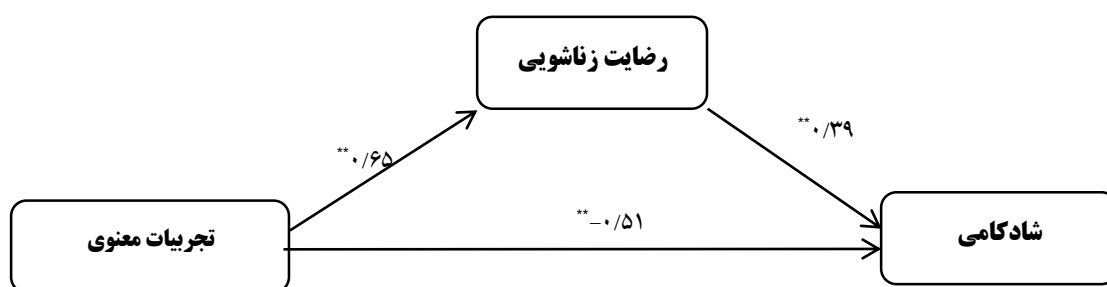
از آنجایی که اساس معادلات ساختاری همبستگی بین متغیرها است در جدول زیر ماتریس همبستگی بین متغیرها گزارش شده است.

متغیر	۱	۲
تجربیات معنوی	۱	۰/۴۸**
رضایت زناشویی	۰/۴۸**	۱
شادکامی	۰/۴۸**	۰/۶۲**

$P < 0.001$

شاخص‌های برازش مدل در جدول ۳ گزارش شده است.

GFI	AGFI	TLI	IFI	CFI	RMSEA	P	CMIN/DF	df	CMIN
۰/۹۴	۰/۹۱	۰/۹۵	۰/۹۶	۰/۹۶	۰/۰۷	۰/۰۰۱	۲/۹۱	۴۲	۱۲۲/۴



شکل ۱: نمای تصویری مدل

\*\* معناداری در سطح ۰/۰۱

\* معناداری در سطح ۰/۰۵

مسیر غیرمستقیم	اثر غیرمستقیم	حد پایین	حد بالا	معناداری
تجربیات معنوی به شادکامی (با میانجی گری رضایت زناشویی)	-۰/۲۵	۰/۱۷	-۰/۳۵	۰/۰۰۱

نتایج نشان داد بین تجربیات معنوی با رضایت زناشویی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد، بنابراین فرضیه مطرح شده در ارتباط با وجود رابطه مستقیم بین تجربیات معنوی با رضایت زناشویی تأیید گردید. نتایج حاضر با نتایج پژوهش‌های مشیریان فراچی و همکاران (۱۳۹۵)، سپهریان آذر و همکاران (۱۳۹۵)، صفاریان و همکاران

## بحث و نتیجه گیری

با توجه به یافته‌های پژوهش، تجربیات معنوی علاوه بر رابطه مستقیمی که با رضایت زناشویی دارد به طور غیرمستقیم نیز با شادکامی رابطه دارد. و افزون بر این رضایت زناشویی نیز بصورت مستقیم با شادکامی رابطه دارد.

(کورکری، کرن و پارکمن، ۲۰۱۱). در تبیین چگونگی رابطه تجربیات معنوی با شادکامی با میانجی‌گری رضایت زناشویی در دانشجویان متأهل می‌توان گفت: داشتن تجربیات معنوی بالا از طریق تغییر نگرش دانشجویان و ایجاد نظام ارزشی مثبت سبب افزایش رضایت زناشویی در آنها می‌گردد و رضایت زناشویی بالا در دانشجویان سبب خوش بینی آنها نسبت به زندگی می‌شود و در نتیجه در برخورد با تمام رویدادهای زندگی از سبک‌های تبیین مثبت استفاده می‌کنند و همین تغییر نگرش و دید مثبت سبب می‌شود به زیبایی‌های زندگی و داشته‌هایشان بیشتر فکر کنند تا مشکلات و نقایصشان کمتر و هیجان‌ات مثبت بیشتری را تجربه کنند و از زندگی خود رضایت بیشتری داشته باشند و در نهایت شادکامی بیشتری را تجربه کنند.

نتایج نشان داد بین رضایت زناشویی با شادکامی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد، بنابراین فرضیه مطرح شده در ارتباط با وجود رابطه مستقیم بین رضایت زناشویی با شادکامی تأیید گردید. نتایج حاضر با نتایج پژوهش‌های سپهریان آذر و همکاران (۱۳۹۵)، امیری مجد و زری مقدم (۱۳۸۹)، همسو می‌باشد.

زوج‌هایی که دارای رضایت زناشویی بالایی هستند هیجان‌های مثبت بیشتری را تجربه کرده، از گذشته و آینده خود و دیگران، رویدادهای مثبت بیشتری را به یاد آورده و از پیرامون خود ارزیابی مثبت‌تری دارند و آنها را خوشایند توصیف می‌کنند (لوپو و دلیر، ۲۰۱۴). هیلز و آرگایل (۲۰۰۰) شادکامی را ناشی از قضاوت و داوری انسان درباره‌ی چگونگی گذراندن زندگی تعریف کرده‌اند. بر این اساس شادکامی بر نگرش و ادراکات شخصی مبتنی است و بر حالتی دلالت دارد که مطبوع و دلپذیر است و از تجربه‌ی هیجان‌های مثبت و خوشنودی از زندگی نشأت می‌گیرد (علی اکبر دهکردی، آقاییوسفی و اسلمی، ۱۳۹۳). با توجه به مطالب فوق در تبیین رابطه بین رضایت زناشویی با شادکامی دانشجویان متأهل می‌توان گفت: رضایت زناشویی بالا در دانشجویان متأهل سبب ارزیابی مثبت آنها از روابط و زندگی‌شان می‌شود و این ارزیابی مثبت سبب افزایش هیجان‌ات مثبت و خوش بینی در آنها می‌گردد در نتیجه این افراد در پردازش اطلاعات در جهت خوش‌بینی و خوشحالی سوگیری دارند، یعنی اطلاعات را طوری پردازش و تفسیر می‌کنند که شکست‌ها و رویدادهای ناخوشایند را به عوامل بیرونی، ناپایدار و اختصاصی نسبت دهند و موفقیت‌ها و رویدادهای خوشایند را به عوامل درونی،

صدیقی و همکاران (۱۳۹۳)، امیری مجد و زری مقدم (۱۳۸۹)، دی بلاسی و بندا (۲۰۰۸)، پری (۲۰۰۶) همسو می‌باشد. در تبیین چگونگی رابطه تجربیات معنوی با رضایت زناشویی در دانشجویان متأهل می‌توان گفت: از آنجایی که تجربیات معنوی با نگرش‌ها و نظام ارزشی فرد در ارتباط است و سطوح بالای آن برای فرد چارچوب و نظام ارزشی مثبت‌تری ایجاد می‌کند، تجربیات معنوی بالا در دانشجویان سبب تغییر نگرش و دستیابی آنها به نظام ارزشی مثبت و اطمینان بخش می‌گردد که این نظام ارزشی مثبت باعث می‌شود ادراک بهتر نسبت به خود، دیگران (از جمله همسر)، محیط، وقایع، رویدادها و روابط زناشویی داشته باشند، در روابط زناشویی بر ابعاد مثبت روابطشان تمرکز کنند، از خطاهای همسر خود گذشت کنند و تا حد امکان از تعارض با یکدیگر اجتناب کنند و در هنگام رویدادهای ناگوار و رنج‌آور زندگی‌شان مسئولیت اعمال خود را بپذیرند و به جای تسلیم شدن سعی کنند معنی آن را دریابند و در جستجوی راه‌حل مناسب برای آن باشند و بتوانند به کنترل دست یابند و در نتیجه نسبت به زندگی و روابط زناشویی خود ارزیابی مثبت‌تر، امیدواری و رضایت بیشتری داشته باشند. همچنین داشتن تجربیات معنوی سبب می‌شود دانشجویان متأهل روابط زناشویی خود را هدفمند و با معنی تلقی کنند و آن را ارزشمند بدانند و در جهت بهبود آن تلاش کنند و به احساس رضایت‌مندی زناشویی دست یابند. بین تجربیات معنوی و شادکامی با میانجی‌گری رضایت زناشویی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد، بنابراین سؤال مطرح شده در ارتباط با وجود رابطه غیرمستقیم بین تجربیات معنوی و شادکامی تأیید گردید. برای مقایسه نتیجه بدست آمده، بررسی مشابهی که رابطه تجربیات معنوی با شادکامی با میانجی‌گری رضایت زناشویی را نشان دهد وجود ندارد، لذا نتیجه‌ی این پژوهش با نتیجه‌ی پژوهش‌های مشابه از جمله مشیریان فراخی و همکاران (۱۳۹۵)، سپهریان آذر و همکاران (۱۳۹۵)، صفاریان و همکاران (۱۳۹۴)، صدیقی و همکاران (۱۳۹۳)، امیری مجد و زری مقدم (۱۳۸۹)، دی بلاسی و بندا (۲۰۰۸)، سپهریان آذر و همکاران (۱۳۹۵)، دینر و همکاران (۲۰۱۱)، بیرد و همکاران (۲۰۰۰)، عقیلی و کومار (۲۰۰۸)، عبدالخالق (۲۰۰۷) و وکیم و دیگران (۲۰۰۴) همسو می‌باشد. افراد معنوی در روابط زناشویی به ابعاد مثبت روابطشان تمرکز می‌کنند؛ به این معنی که زوجین معنوی سعی می‌کنند از موقعیت فعلی زناشویی‌شان یک هدف و معنی بسازند و از این طریق به سازگاری و در نهایت رضایت زناشویی دست یابند

صدیقی، اکرم؛ محبی، سیامک و شاه‌سیاه، مرضیه (۱۳۹۳). بررسی رابطه و مقایسه جهت‌گیری مذهبی با رضایت و سازگاری زناشویی در زوجین شهر قم. *پژوهش‌نامه اسلامی زنان و خانواده (طهوری سابق)* ۲(۳)، ۱۱۴-۱۰۱.

صحراييان، کيميا؛ جعفرزاده، فاطمه و پورسمر، سیده لیل (۱۳۹۳). رابطه میان حمایت اجتماعی و رضایت زناشویی در زنان نابارور بر اساس عامل ناباروری. *مجله دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه*، ۱۲(۱۲)، ۱۱۰۴-۱۱۰۹.

صفاریان، محمدرضا؛ حاجی اربابی، فاطمه و عاشوری، جمال (۱۳۹۴). بررسی اثربخشی معنویت درمانی در افزایش رضایت زناشویی. *فصلنامه زن و مطالعات خانواده*، ۸(۲۷)، ۹۵-۱۱۳.

علی اکبر دهکردی، مهناز؛ آقاپوسفی، علیرضا و اسلمی، الهه (۱۳۹۳). بررسی رابطه شادکامی با جهت‌گیری مذهبی و شخصیت. *مطالعات روانشناختی*، ۱۰(۲)، ۱۴۲-۱۲۰.

علی پور، ا و نوربالا، ا.ع (۱۳۷۸). بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسشنامه شادکامی آکسفورد، *مجله روان‌پزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، ۱۵(۲)، ۵۵-۶۶.

علی پور، ا و آگاه هریس، م (۱۳۸۶). اعتبار و روایی فهرست شادکامی آکسفورد در ایرانی‌ها. *فصلنامه روانشناسی تحولی، روانشناسان ایرانی*، ۳(۱۲)، ۲۸۷-۲۹۸.

غباری بناب، باقر؛ غلامعلی لواسانی، مسعود و محمدی، محمد رضا (۱۳۸۴). ساخت مقیاس تجربه معنوی دانشجویان. *مجله روانشناسی*، ۹(۳)، ۲۷۸-۲۶۱.

مشیریان فراچی، سید محمد مهدی؛ اصغری ابراهیم آباد، محمد جواد؛ مشیران فراچی، سیده مریم؛ رزاقی کاشانی، شمیم و توکلی، حامد (۱۳۹۵). ارتباط نگرش مذهبی با میزان رضایت زناشویی، سلامت روانشناختی و تاب‌آوری، در کارمندان زندان. *مجله پژوهش در سلامت و دین*، ۲(۲)، ۳۳-۲۴.

Ahmad, M & Abdel-Khalek, N, Naceur F. (2007). Religiosity and its association with positive and negative emotion among college students from Algeria. *Mental Health Religion and culture*, 10(2), 159-170.

Aghili, M., Kumar, G.V. (2008). Relationship between religious attitudes and happiness among professional employees. *Journal of the Indian Academy of applied psychology*, 34(Special issue): 66-69.

Ahmadi, KH., NabipoorAshrafi, M., Kimiaee, A., Afzali, M., H. (2010). Effect of family problem-Solving on Marital Satisfaction. *Journal of Applied Sciences*, 10(8), 682-687.

Argyle, M. (2013). *The psychology of happiness*. New York: Routledge. Paperback \$18.80.

پایدار و کلی نسبت دهند که این باعث امیدواری و در نهایت شادکامی آنها منجر می‌شود.

با توجه به نتایج بدست آمده از پژوهش حاضر و اهمیت متغیرهای مورد بررسی و مشخص شدن اثرات مستقیم و غیرمستقیم مؤلفه‌های تجربیات معنوی، رضایت زناشویی بر افزایش شادکامی دانشجویان متأهل، توجه صاحب نظران و متخصصان به تقویت این مؤلفه‌ها در افراد را ضروری می‌سازد لذا پیشنهاد می‌شود راهکارهایی جهت افزایش این مؤلفه‌ها از طریق برگزاری کارگاه‌ها و برنامه‌های آموزشی و عملی در خانواده، جامعه و محیط‌های آموزشی صورت گیرد. همچنین از نتایج این پژوهش در جهت افزایش آگاهی زوج‌های در شرف ازدواج و همچنین مشاوره‌ی قبل از ازدواج استفاده گردد.

از آنجایی که در مطالعه حاضر تنها منبع جمع‌آوری اطلاعات در این پژوهش، پرسشنامه بود که جنبه خودگزارشی دارد. به همین دلیل ممکن است در این اطلاعات بدست آمده سوگیری تک روشی ایجاد شده باشد. از سوی دیگر با توجه به اینکه پژوهش حاضر روی دانشجویان متأهل شهر کرمانشاه انجام گردید، لازم است در تعمیم نتایج به مناطق دیگر کشور جانب احتیاط در نظر گرفته شود. بنابراین در پژوهش‌های آتی، جهت افزایش گستره تعمیم‌پذیری یافته‌ها، پیشنهاد می‌گردد این پژوهش در نمونه‌ای وسیع‌تر و جوامع دیگر (غیر از دانشجویان) و شهرهای مختلف و سایر فرهنگ‌ها نیز تکرار شود. جهت دستیابی به نتایج دقیق‌تر پیشنهاد می‌گردد در پژوهش‌های آتی از روش‌های دیگر نظیر مشاهده، مصاحبه نیز برای جمع‌آوری اطلاعات استفاده شود و پژوهشگران سایر عوامل مؤثر بر شادکامی را در قالب مدل‌های معادلات ساختاری مورد بررسی قرار دهند.

## منابع

امیری مجد، مجتبی، زری مقدم، فاطمه (۱۳۸۹). رابطه شادکامی و رضایت زناشویی در بین زنان شاغل فرهنگی و خانه‌دار شهر اراک. *فصلنامه علوم رفتاری*، ۲(۴)، ۹-۲۱.

بابانظری، لاله (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی آموزش هوش معنوی بر بهزیستی روانشناختی، رضایت زناشویی و اضطراب حاملگی زنان باردار شهر شیراز. *مجله بالینی پرستاری و مامایی*، ۶(۱)، ۶۳-۵۱.

سپهریان آذر، فیروزه، محمدی، نسیم؛ بدلیور، زینب و نوروز زاده، وحید (۱۳۹۵). رابطه امیدواری و شادکامی با رضایت زناشویی. *مجله سلامت و مراقبت*، ۱۱(۱)، ۳۷-۴۴.



- Personality and Individual Differences*, 37(4), 861-870.
- Koenig, H.G. (2012). Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications. *International Scholarly Research Notices*, Article ID 278730, 33 pages. doi:10.5402/2012/278730.
- Lambert, N.M, Dollahite, D.C. (2007). The threefold cord: Marital commitment in religious couples. *Journal of Family Issues*, 29(5), 592-614.
- Lopoo, L. M., DeLeire, T. (2014). Family structure and the economic wellbeing of children in youth and adulthood. *Social Science Research*, 43, 30-44.
- Olson, D.H, Olson, A. (2000). Preventive approaches in Couple Therapy. New York: talor and francis pub.
- Park, J., Roh, S. (2013). Daily spiritual experiences, social support, and depression among elderly Korean immigrants. *Aging & mental health*, 17 (1), 102-108.
- Pelechano, V., González-Leandro, P., García, L., Morán, C. (2013). Is it Possible to be too Happy? Happiness, personality, and psychopathology. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 13(1), 18-24.
- Rezaee, M., Foruzandeh, E. (2016). Effectiveness of family life education on marital satisfaction of couples attending counseling center in Isfahan city. *International journal of Educational and Psychological Research*, 2(1), 54-59.
- Skarupski, K.A, Fitchett, G., Evans, D.A, Mendes de Leon, C.F. (2010). Daily spiritual experiences in a biracial, community-based population of older adults. *Aging & mental health*, 14(7), 779-789.
- Argyle, M. (2000). *Psychology and Religion: An Introduction*. London: Routledge. 285 pp. \$15. 95 paper.
- Asodeh, M.H, Khalili Sh, Daneshpour M, Lavasani Gh M. (2010). Factors of successful marriage: Accounts from self described happy couples. *Journal of Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 2042-2046.
- Byrd, K. R., Lear, D. & Schwenka, S. (2000). Mysticism as a predictor of subjective wellbeing. *The International Journal for the Psychology of religion*, 10(4), 259-269.
- Brillhart, B. (2005). A Study of Spirituality and Life Satisfaction among Persons with Spinal Cord Injury. *Journal of the Association of Rehabilitation Nurses*, 30 (1), 31-34.
- Corkery, S., Curran, M. & Parkman, A. (2011). Spirituality, Sacrifice and Relationship quality for expectant cohabiters. *Marriage & Family Review (Marriage Fam Rev)*, 47(6), 345-362.
- Cutrona, C.E., Russell, D. W., Rebecca G, Burzette, R.G., Wesner, K. A., & Bryan, C. M. (2013). Predicting relationship stability among midlife African American couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 79(6), 814-825.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Oxford library of psychology. Oxford handbook of positive psychology* (pp. 187-194). New York, NY, US: Oxford University Press.
- Diener, Ed., Tay, L; Mayers, D. G. (2011). The religious paradox: if religious makes people happy, why are so many dropping out? *Journal of personality and social psychology*, 101(6), 1278 - 1290.
- DiBlasio, F & Benda, B. (2008). Forgiveness intervention With married couples: Two empirical analyses. *Journal of psychology and Christianity*, 5: 511-23.
- Dudley, M.G & Kosinski, F. (2006). Religiosity and marital satisfaction: A research note. *Review of Religious research*, 32(1), 78-86.
- Edalati, A., & Redzuan, M. (2010). Perception of women towards Family Values and Their Marital Satisfaction. *Journal of American science*, 6(4), 132-137.
- Gorchoff, SM., John, OP., Helson, R. (2008). Contextualizing change in marital satisfaction during middle age: an 18-year longitudinal study. *Psychological Science*, 19(11), 1194-200.
- Jiang, H., Wang, L., Zhang, Q., Liu, DX., Ding, J., Lei, Z., Lu, Q., Pan, F. (2015). Family functioning, marital satisfaction and social support in hemodialysis patients and their spouses. *Journal of the International Society For the Investigation of Stress*, 31(2), 166-174.
- Kim, Y.M, Seidlitz, L, Ro Y, Evinger, J.S, Duberstein, P.R. (2004). Spirituality and affect: A function of changes in religious affiliation. *Journal of*