



The Structural Model of Couples' Psychological Well-Being Based on communal Strength, Interpersonal Forgiveness, and Gratitude: The Mediating Role of "We-ness"

Mohammadreza Tamannaefar¹, Ahmad Mazhabdar², Fatemeh Khaksari³

1. Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Humanities Sciences, University of Kashan, Kashan, Iran. E-mail: tamannai@kashanu.ac.ir

2. M.A of General Psychology, Faculty of Humanities Sciences, University of Kashan, Kashan, Iran. E-mail: a.mazhabdar@grad.kashanu.ac.ir

3. Master Student of General Psychology, Faculty of Humanities Sciences, University of Kashan, Kashan, Iran. E-mail: fkhaksari2018@gmail.com

ARTICLE INFO

Article type:

Research Article

Article history:

Received 28 May 2025

Received in revised form 16 August 2025

Accepted 11 September 2025

Published Online 23 September 2025

Keywords:

communal strength, interpersonal forgiveness, gratitude, we-ness, psychological wellbeing.

ABSTRACT

Background: Psychological well-being in couples plays a significant role in reducing marital conflicts and strengthening family stability. Research literature shows that communal strength, interpersonal forgiveness, and gratitude positively influence psychological well-being. However, the mediating role of we-ness in the relationship between these three personality traits and couples' psychological well-being has not yet been examined.

Amis: The present study aimed to investigate the mediating role of we-ness in the relationship between communal strength, interpersonal forgiveness, and gratitude with couples' psychological well-being.

Method: This correlational study employed structural equation modeling (SEM). The statistical population included all married individuals residing in District 11 of Isfahan City, Iran. A convenience sampling method was used to select 212 participants, who completed the following questionnaires: the Communal Strength Scale (Mills, 2004), the Interpersonal Forgiveness Questionnaire (Ehteshamzadeh, 2010), the Gratitude Questionnaire (McCullough, 2002), the We-ness Scale (Topcu-Uzer, 2021), and the short form of the PERMA Scale (Butler & Kern, 2016). Data were analyzed using Pearson's correlation coefficient and structural equation modeling (SEM) via SPSS-28 and PLS-3 software.

Findings: Statistical analyses revealed significant positive correlations among all study variables ($p < .01$). Furthermore, the direct effects of communal strength, interpersonal forgiveness, and gratitude on we-ness, as well as the direct effect of we-ness on psychological well-being, were positive and significant ($p < .05$). The indirect effects of communal strength, interpersonal forgiveness, and gratitude on psychological well-being—mediated by we-ness—were also positive and significant ($p < .05$), confirming the proposed model.

Conclusion: The capacities for gratitude, interpersonal forgiveness, and communal strength can enhance couples' psychological well-being by strengthening their sense of we-ness. Thus, couple therapists may improve psychological well-being by fostering these three personality traits, thereby enhancing we-ness in couples.

Citation: Tamannaefar, M., Mazhabdar, A., & Khaksari, F. (2025). The structural model of couples' psychological well-being based on communal strength, interpersonal forgiveness, and gratitude: The mediating role of "we-ness". *Journal of Psychological Science*, 24(151), 321-339. [10.61186/jps.24.151.18](https://doi.org/10.61186/jps.24.151.18)

Journal of Psychological Science, Vol. 24, No. 151, 2025

© The Author(s). DOI: [10.61186/jps.24.151.18](https://doi.org/10.61186/jps.24.151.18)



✉ **Corresponding Author:** Mohammadreza Tamannaefar, Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Humanities Sciences, University of Kashan, Kashan, Iran.

E-mail: tamannai@kashanu.ac.ir, Tel: (+98)9131616609

Extended Abstract

Introduction

A review of the literature reveals that well-being research has traditionally been grounded in one of two approaches: hedonic or eudaimonic well-being. However, recent findings suggest that these dimensions are complementary, converging into an integrated construct termed psychological well-being (Rule et al., 2024), which includes both feeling good (hedonia) and functioning well (eudaimonia) (Rahe & Jansen, 2023). Improving couples' psychological well-being may play a key role in reducing marital conflicts and strengthening family bonds, underscoring the significance of identifying factors that increase couples' well-being. One such factor is communal strength (Hirsch et al., 2022), defined in the context of marital relationships as an individual's sense of responsibility and motivation to respond to their spouse's needs (Mills et al., 2004). Another factor influencing couples' psychological well-being is gratitude (Kerry et al., 2023). Gratitude is defined as a generalized disposition toward acknowledging and appreciating benefits perceived as received from others (Kirca et al., 2023). A further contributor to couples' psychological well-being is the capacity for interpersonal forgiveness (Mróz & Kaleta, 2023). Interpersonal forgiveness is a multidimensional phenomenon wherein negative judgments and reactions toward an offending partner are mitigated through compassion, benevolence, and goodwill (Vismaya et al., 2024).

Despite existing research, The Impact Quality of These three Positive Personality Traits on improving psychological well-being remains underexplored. One potential explanatory variable is relational quality, with we-ness serving as a key indicator (Rapport, 2023). In marital contexts, we-ness reflects spouses' sense of unity and their mental representation of the relationship as a shared identity. Empirical evidence links communal strength (Gray et al., 2022), gratitude (Young, 2022), and interpersonal forgiveness (Thomas & Kamble, 2023) to we-ness. Additionally, feelings of belonging and cohesion significantly influence psychological well-being (Rahe & Jansen, 2023).

Psychological well-being is an important factor in strengthening marital relationships and fostering healthy family functioning. Consequently, investigating the determinants and processes that enhance couples' well-being is of paramount importance. Research shows that character strengths play a significant role in individuals' psychological well-being (Weziak et al., 2022), while social relationship quality serves as another key contributor to well-being (VanderWeele, 2017). However, a concerning byproduct of modern life's growing self-centeredness—particularly in marital relationships—has been the erosion of forgiveness, gratitude, and attentiveness to spouses' needs (Baumeister & MacKenzie, 2014). Therefore, this study examines the mediating role of we-ness in the relationship between interpersonal forgiveness, gratitude, communal strength, and couples' psychological well-being.

Method

This descriptive-correlational study utilized structural equation modeling (SEM) to examine the proposed relationships. The target population consisted of all married individuals residing in District 11 of Isfahan, Iran. Based on Soper's (2021) sample size recommendations for SEM analyses, a minimum of 188 participants was required. To account for potential incomplete responses or outliers, a final sample of 212 married participants was recruited through convenience sampling. All participants met the inclusion criteria of being married for at least one year and having a minimum educational level of a high school diploma. Exclusion criteria included unwillingness to participate or submission of incomplete questionnaires.

Participants completed a battery of validated measures, including the Communal Strength Scale (Mills et al., 2004), Interpersonal Forgiveness Questionnaire (Ehteshamzadeh, 2010), Gratitude Questionnaire (McCullough, 2002), We-ness Scale (Topcu-Uzer, 2021), and Short Form of the PERMA Questionnaire (Butler & Kern, 2016). Prior to administration, participants received a full explanation of the study's objectives and were assured of complete confidentiality and anonymity of their responses. Written informed consent was obtained

from all participants before they voluntarily completed the questionnaires. The collected data were analyzed using SPSS-28 for preliminary analyses and PLS-3 for structural equation modeling.

Results

Descriptive findings indicated that out of the 212 participants, 152 (71.7%) were female and 60 (28.3%) were male. The correlation matrix of the study variables is presented in Table 1.

Table 1. Correlation Matrix of Research Variables

Variables	1	2	3	4	5
1. Psychological Well-being	1				
2. Interpersonal Forgiveness	.446**	1			
3. Gratitude	.261**	.193**	1		
4. Communal Strength	.273**	.441**	.201**	1	
5. We-ness	.649**	.318**	.279**	.217**	1

According to Table 1, all variables were positively correlated with each other at a significance level of $p < .01$. Furthermore, examination of the model fit

indices indicated that the proposed model had a good fit.

Table 2. Estimates of Direct and Indirect Effects (With We-ness as Mediator) of Predictor Variables on Psychological Well-Being

Predictor Variable	Criterion Variable	Effect Type	Unstandardized Coefficient	Standardized Beta (β)	Standard Error	t-statistic	p-value
Interpersonal Forgiveness	We-ness	Direct	0.178	0.176	0.080	2.209	.027
Communal Strength	We-ness	Direct	0.250	0.222	0.072	3.084	.002
Gratitude	We-ness	Direct	0.265	0.265	0.070	3.807	<.001
We-ness	Psychological Well-Being	Direct	0.683	0.681	0.036	18.852	<.001
Interpersonal Forgiveness	Psychological Well-Being	Indirect	0.121	0.120	0.002	2.168	.030
Communal Strength	Psychological Well-Being	Indirect	0.172	0.151	0.020	2.913	.004
Gratitude	Psychological Well-Being	Indirect	0.181	0.180	0.001	3.801	<.001

As shown in Table 2, the direct effects of communal strength, interpersonal forgiveness, and gratitude on we-ness, as well as the direct effect of we-ness on psychological well-being, were positive and significant ($p < 0.05$). The indirect effects of communal strength, interpersonal forgiveness, and gratitude on psychological well-being through the mediating role of we-ness were also positive and significant ($p < 0.05$), confirming the research model. Furthermore, examination of Q^2 and GOF indices demonstrated a good fit for the structural model.

Conclusion

The present study aimed to examine the mediating role of we-ness in the relationship between interpersonal forgiveness, gratitude, communal strength, and couples' psychological well-being. The

statistical analysis confirmed the significant indirect effects of these three character strengths on psychological well-being through the mediating mechanism of we-ness.

These findings can be explained through several mechanisms. Communal strength enhances greater attentiveness and responsibility toward a spouse's needs (Onebunne, 2019), enabling couples to more effectively meet each other's needs. This dynamic increases feelings of security and belonging (Hirsch et al., 2022), ultimately promoting marital satisfaction and intimacy (Le et al., 2018). Such outcomes are critical for strengthening relational cohesion and reinforcing a shared identity as a couple. Similarly, interpersonal forgiveness cultivates an environment of mutual understanding, empathy, and

reconciliation. By establishing a positive feedback loop, forgiveness reduces negative emotions toward one's spouse, while amplifying positive marital experiences (Thomas & Kamble, 2023). This process not only mitigates conflict but also deepens emotional bonds and reinforces a sense of unity. Furthermore, individuals with higher levels of gratitude tend to focus more on their spouse's positive attributes and express appreciation for their efforts. This orientation improves positive mutual regard (Regan et al., 2023), elevates relationship satisfaction, and ultimately solidifies the couple's shared identity and emotional connection. The cultivation of a shared identity and we-ness between couples not only enhances their sense of meaning in life, but also enables them to derive greater comfort, joy, and satisfaction from their relationship (Cruwys et al., 2023). This shared psychological framework facilitates synergistic growth, allowing couples to navigate challenges more effectively and achieve their common goals with greater success (Haslam et al., 2023).

The results of this study can serve as a foundation for designing psychological interventions aimed at preventing and treating marital problems and strengthening relationships between couples and can be used by counselors and couple therapists.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: In compliance with research ethics, participants were informed about the study's objectives prior to completing the questionnaires. They were assured of data anonymity and confidentiality. After obtaining informed consent, participants were asked to proceed with the questionnaires if they agreed to participate.

Funding: This research did not receive any financial support from individuals or organizations.

Authors' contribution: This research was conducted based on the research interest of the second author, under the supervision of the first author and in collaboration with the third author.

Conflict of interest: The authors declare no conflicts of interest concerning the outcomes of this study.

Acknowledgments: The authors would like to express their sincere gratitude to all individuals who participated in this study.



الگوی ساختاری بهزیستی روانشناختی زوجین بر اساس قدرت جمعی، بخشودگی بین فردی و قدردانی: نقش میانجیگر «ما بودن»

محمد رضا تمنائی فر^۱، احمد مذهب دار^۲، فاطمه خاکساری^۳

۱. دانشیار، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه کاشان، کاشان، ایران. رایانامه: tamannai@kashanu.ac.ir

۲. کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه کاشان، کاشان، ایران. رایانامه: a.mazhabdar@grad.kashanu.ac.ir

۳. دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه کاشان، کاشان، ایران. رایانامه: fkhaksari2018@gmail.com

چکیده

مشخصات مقاله

زمینه: بهزیستی روانشناختی زوجین، نقش مهمی در کاهش اختلالات زناشویی و استحکام نهاد خانواده دارد. ادبیات پژوهش بیانگر آن است که قدرت جمعی، بخشودگی بین فردی و قدردانی بر ارتقای بهزیستی روانشناختی تأثیرگذار است؛ اما تاکنون نقش میانجی گر «ما بودن» در رابطه بین این سه ویژگی شخصیتی با بهزیستی روانشناختی زوجین مورد بررسی قرار نگرفته است

هدف: پژوهش حاضر باهدف بررسی نقش میانجی گر «ما بودن» در رابطه قدرت جمعی، بخشودگی بین فردی و قدردانی با بهزیستی روانشناختی زوجین انجام شد.

نوع مقاله:

پژوهشی

تاریخچه مقاله:

دریافت: ۱۴۰۴/۰۳/۰۷

بازنگری: ۱۴۰۴/۰۵/۲۵

پذیرش: ۱۴۰۴/۰۶/۲۰

انتشار برخط: ۱۴۰۴/۰۷/۰۱

کلیدواژه‌ها:

قدرت جمعی،

بخشودگی بین فردی،

قدردانی،

ما بودن،

بهزیستی روانشناختی.

روش: پژوهش حاضر به روش همبستگی و در قالب معادلات ساختاری انجام شد. جامعه آماری، تمامی افراد متأهل ساکن در منطقه ۱۱ شهر اصفهان بودند که ۲۱۲ نفر از آن‌ها با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به پرسشنامه‌های قدرت جمعی (میلز، ۲۰۰۴)، بخشودگی بین فردی (احتشام‌زاده، ۱۳۸۹)، قدردانی (مک کالو، ۲۰۰۲)، ما بودن (تاپکیویوزر، ۲۰۲۱) و فرم کوتاه مقیاس پرما (باتلر و کرن، ۲۰۱۶) پاسخ دادند. داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و مدل‌سازی معادلات ساختاری و به کمک نرم‌افزارهای آماری SPSS-28 و PLS-3 تحلیل شد.

یافته‌ها: نتایج تحلیل آماری نشان داد که تمامی متغیرهای پژوهش با یکدیگر همبستگی مثبت و معناداری دارند ($P < 0/01$). هم‌چنین، اثر مستقیم قدرت جمعی، بخشودگی بین فردی و قدردانی بر ما بودن و اثر مستقیم ما بودن بر بهزیستی روانشناختی مثبت و معنادار بود ($P < 0/05$). اثر غیرمستقیم قدرت جمعی، بخشودگی بین فردی و قدردانی بر بهزیستی روانشناختی با نقش میانجی گر ما بودن نیز مثبت و معنادار بود ($P < 0/05$) و مدل پژوهش مورد تأیید قرار گرفت.

نتیجه‌گیری: توانمندی‌های قدردانی، بخشودگی بین فردی و قدرت جمعی می‌توانند با تقویت احساس ما بودن در میان زوجین، بهزیستی روانشناختی آن‌ها را افزایش دهد. از این رو، زوج درمان‌گران می‌توانند با تقویت این سه توانمندی شخصیتی، احساس ما بودن را در زوجین بالا برده و از این طریق زمینه‌ساز ارتقای سطح بهزیستی روانشناختی آن‌ها باشند.

استاد: تمنائی فر، محمد رضا؛ مذهب دار، احمد؛ و خاکساری، فاطمه (۱۴۰۴). الگوی ساختاری بهزیستی روانشناختی زوجین بر اساس قدرت جمعی، بخشودگی بین فردی و قدردانی:

نقش میانجیگر «ما بودن». *مجله علوم روانشناختی*، دوره ۲۴، شماره ۱۵۱، ۳۲۱-۳۳۹.

مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۴، شماره ۱۵۱، ۱۴۰۴. DOI: 10.61186/jps.24.151.18_



© نویسنده‌گان

✉ نویسنده مسئول: محمد رضا تمنائی فر، دانشیار، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه کاشان، ایران رایانامه: tamannai@kashanu.ac.ir

تلفن: ۰۹۱۳۱۶۱۶۶۰۹

مقدمه

برای دهه‌ها، روان‌شناسی بر شناسایی و برخورد با اختلالات روان‌شناختی مختلف متمرکز بوده است؛ اما در دهه‌های اخیر، رویکردهای جدیدی پدید آمده که بر درک عملکرد بهینه روان‌شناختی متمرکز شده و به نحوی منجر به غنای مدل سنتی متمرکز بر نقص شده است (وایگل و لموس، ۲۰۲۳). بررسی ادبیات پژوهشی نشان می‌دهد که مطالعه بهزیستی معمولاً مبتنی بر یکی از دو رویکرد لذت‌گرایی^۱ یا فضیلت‌گرایی^۲ صورت گرفته است. با این حال، یافته‌های اخیر نشان می‌دهند که هر دو جنبه مکمل یکدیگر هستند و به مفهوم یکپارچه‌ای از بهزیستی به نام بهزیستی روانشناختی^۳ یا شکوفایی^۴ منتهی می‌شوند (رول و همکاران، ۲۰۲۴). بهزیستی روانشناختی به حالتی اشاره دارد که در آن تمامی جنبه‌های زندگی یک فرد، در وضعیت مطلوبی قرار دارند (لامس و همکاران، ۲۰۲۳). در واقع بهزیستی روانشناختی به معنای وجود هر دو نوع بهزیستی هِدونیک (احساس خوب داشتن) و یودایمونیک (عملکرد خوب داشتن) است (راهی و جانسن، ۲۰۲۳). از دیدگاه سلیگمن (۲۰۱۲) هیجان‌های مثبت، معنا، مشغولیت، روابط اجتماعی مثبت و موفقیت ابعاد اصلی بهزیستی را تشکیل می‌دهد. بهزیستی روانشناختی در افزایش شادکامی (شبانی و همکاران، ۱۴۰۳)، موفقیت (رضوانی و همکاران، ۱۴۰۲)، پیشرفت تحصیلی و ارتقای کیفیت روابط اجتماعی (سلیمانی و همکاران، ۱۴۰۲) تأثیر می‌گذارد. همسرانی که از سطح بهزیستی بالاتری برخوردارند، کمتر درگیر اختلالات روانی هستند (تهرانی و محرمی، ۱۴۰۳ و لافرنیا و لرد، ۲۰۲۳)، روابط بهتری را با همسر خود تجربه می‌کنند (مور و دینر، ۲۰۱۹) و رضایت بیشتری از زندگی مشترک دارند (پروکتر، ۲۰۲۴). از این رو، ارتقای سطح بهزیستی روانشناختی زوجین می‌تواند نقش مهمی در کاهش اختلافات زناشویی و استحکام نهاد خانواده داشته باشد و به همین خاطر بررسی عوامل مؤثر در افزایش بهزیستی زوجین از اهمیت شایانی برخوردار است.

یکی از عواملی که می‌تواند بر بهزیستی روانشناختی زوجین مؤثر باشد، «قدرت جمعی»^۵ است. رابطه زوجین ممکن است، معامله‌ای^۶ باشد که بر

پایه مبادله و انتظار بازگشت سود متقابل استوار است. ممکن است این رابطه، استثمار^۷ باشد، به این معنا که یک طرف از طرف دیگر به نفع سوء استفاده می‌کند. نوع سوم رابطه زوجین، روابط جمع‌گرایانه^۸ است که در آن افراد به صورت غیرمشروط به بهزیستی یکدیگر توجه می‌کنند (هیرش و همکاران، ۲۰۲۲). سازه قدرت جمعی در بستر روابط جمع‌گرایانه تعریف می‌شود و در روابط زوجین، میزان مسئولیتی است که یک فرد در قبال رفاه و بهزیستی همسر خود احساس می‌کند. به عبارتی، قدرت جمعی به میزان انگیزه فرد برای پاسخگویی به نیازهای همسر خود اشاره دارد (میلز و همکاران، ۲۰۰۴). هر چه قدرت جمعی بیشتر باشد، احساس مسئولیت نسبت به بهزیستی همسر بیشتر است و فرد هزینه بیشتری برای تأمین نیازهای همسر خود متحمل می‌شود (وان بان، ۲۰۱۹). قدرت جمعی با ویژگی‌های مثبت در روابط زوجین از جمله اعتماد و تعهد رابطه داشته (استافورد و کاپر، ۲۰۲۲)، رضایت از روابط را افزایش داده (لی و همکاران، ۲۰۱۸) و احساس امنیت، تعلق و در نهایت بهزیستی زوجین را ارتقا می‌دهد (هیرش و همکاران، ۲۰۲۲).

یکی دیگر از عوامل مؤثر بر بهزیستی روانشناختی زوجین، «قدردانی»^۹ (کری و همکاران، ۲۰۲۳). قدردانی، یک ویژگی مثبت و توانمندی شخصیتی است که به عنوان حالت کلی سپاسگزاری و تشکر برای منافی که افراد احساس می‌کنند از دیگران دریافت کرده‌اند، تعریف شده است (کیکا و همکاران، ۲۰۲۳). قدردانی ممکن است به دو نوع متمایز طبقه‌بندی شود: قدردانی «برای» که شامل سپاسگزاری از جنبه‌های مثبت زندگی فرد است و قدردانی «به» که توسط اقدامات انجام‌شده از سوی نیکوکاران برانگیخته می‌شود (والش و همکاران، ۲۰۲۳). قدردانی، عملکرد افراد در فعالیت‌های تحصیلی (کینگ و همکاران، ۲۰۲۳)، شغلی و اجتماعی (چن و همکاران، ۲۰۲۳) را ارتقا داده و هیجان‌ات و احساسات مثبت آن‌ها را افزایش می‌دهد (ریگان و همکاران، ۲۰۲۳). هم‌چنین تحقیقات بیانگر آن است که قدردانی کیفیت روابط اجتماعی را بالا برده و حمایت و هم‌افزایی اجتماعی را تقویت می‌کند (تو و همکاران، ۲۰۲۴) و در مجموع موجب

6. transactional relationships

7. exploitative relationships

8. communal relationships

9. gratitude

1. hedonic

2. eudaimonic

3. psychological well being

4. flourishing

5. communal strength

ارتقای سطح رضایت از زندگی و بهزیستی روانشناختی افراد می‌شود (چاهان و همکاران، ۲۰۲۵، کری و همکاران، ۲۰۲۳ و کیکا و همکاران، ۲۰۲۳).

از دیگر عوامل مؤثر بر بهزیستی روانشناختی زوجین، توانمندی «بخشودگی بین فردی»^۱ است (ثودورا و همکاران، ۲۰۲۳). بخشش یک استراتژی ارزشمند مدیریت تعارض در روابط اجتماعی است که مزایای متعددی دارد (برادی و همکاران، ۲۰۲۲). افراد حتی در نزدیک‌ترین روابط نیز گاهی به یکدیگر از نظر عاطفی، اجتماعی، مادی و حتی جسمی آسیب می‌رسانند. بخشش، فرآیندی که در آن قربانی، دچار تغییر اجتماعی مثبت در انگیزه‌های خود نسبت به فرد خطا کار می‌شود، برای حفظ و ترمیم روابط بسیار حیاتی است (مک کالی و همکاران، ۲۰۲۲). بخشش دارای ابعاد شناختی، عاطفی، تصمیمی و بین فردی است (کالتا و مراز، ۲۰۲۲) و تعاریف گوناگونی برای آن بیان شده است (سانگ و همکاران، ۲۰۲۵)؛ اما به‌طور کلی می‌توان گفت که بخشودگی بین فردی، پدیده چندبعدی است که در آن با یک نگاه دلسوزانه، همراه با خیرخواهی و محبت، تأثیرات و قضاوت‌های منفی نسبت به فرد خطا کار کاهش می‌یابد (ویسمایا و همکاران، ۲۰۲۴).

بخشش نقش مؤثری در مدیریت آسیب‌های هیجانی (توسایت و همکاران، ۲۰۱۸) و کاهش پرخاشگری (راپ و همکاران، ۲۰۲۲) داشته و روابط اجتماعی را بهبود می‌بخشد (راجلوپ و همکاران، ۲۰۱۹). افرادی که بخشش می‌کنند، هیجان‌ات مثبت بیشتر و هیجان‌ات منفی کمتری را تجربه کرده و از زندگی خود رضایت بیشتری دارند (گو و همکاران، ۲۰۲۲). تحقیقات بیانگر آن است که بخشودگی بین فردی بر ارتقای سطح بهزیستی ذهنی (اسکالسکی و توسایت، ۲۰۲۴) و بهزیستی روانشناختی تأثیرگذار است (ثودورا و همکاران، ۲۰۲۳ و مراز و کالتا، ۲۰۲۳).

بر اساس ادبیات پژوهشی ارائه شده، می‌توان گفت که سه توانمندی قدرت جمعی، قدردانی و بخشودگی بین فردی بر ارتقای بهزیستی روانشناختی زوجین مؤثر است؛ اما اینکه این سه ویژگی مثبت چگونه باعث افزایش بهزیستی زوجین می‌گردد، کمتر مورد توجه قرار گرفته است. یکی از عواملی که می‌تواند نقش واسطه‌ای در این تأثیرگذاری داشته و این فرآیند

^۱. interpersonal forgiveness

را در روابط زوجین بهتر و دقیق‌تر تبیین کند، «ما بودن»^۲ است. ما بودن در روابط زوجین، به احساس وحدت بین همسران و بازنمایی ذهنی از رابطه به‌عنوان یک هویت مشترک اشاره دارد (راپورت، ۲۰۲۳) و بیانگر درک زوجین از یک هویت واحد در زندگی مشترک است (مارسیلیو، ۲۰۲۳). این حس هویت مشترک باعث می‌شود که نگاه فردی (مثل «من» یا «خودم») به دیدگاهی جمع‌گرایانه‌تر (ما) تغییر کند (سانچز و همکاران، ۲۰۲۳). این تغییر، نشان‌دهنده درک متقابل و وابستگی میان افراد در ابعاد شناختی، هیجانی و رفتاری است و به نوعی بیانگر این است که آن‌ها رابطه خود را به‌عنوان بخشی از یک کل بزرگ‌تر می‌بینند (تاپکیویوز و همکاران، ۲۰۲۱). احساس ما بودن، کیفیت روابط زوجین را ارتقا داده و ثبات زندگی را تقویت می‌کند (افشانی و یوسفی، ۱۴۰۳). ما بودن، امید را در زندگی مشترک افزایش داده (اراسلان، ۲۰۱۶) و باعث می‌شود که همسران، شرایط سخت و چالش‌های زندگی را بهتر مدیریت کنند (اوشاک و همکاران، ۲۰۲۴). آن‌ها راحت‌تر می‌توانند اقتضانات زندگی مشترک را پذیرفته و خود را با آن تطبیق دهند (سیمسون و بتری، ۲۰۲۰). حس ما بودن به آن‌ها کمک می‌کند تا روابط عاطفی قوی‌تری داشته، با همکاری یکدیگر در راستای تحقق اهداف مشترک حرکت کنند (هاسلم و همکاران، ۲۰۲۳) و در رضایت بیشتری از روابط خود داشته باشند (کرویز و همکاران، ۲۰۲۳). تحقیقات نشان داده است که قدرت جمعی (گرای و همکاران، ۲۰۲۲)، قدردانی (یانگ، ۲۰۲۲) و بخشودگی بین فردی (توماس و کمبل، ۲۰۲۳) با ما بودن رابطه دارد. احساس تعلق و پیوستگی نیز بر بهزیستی روانشناختی تأثیرگذار است (چن و همکاران، ۲۰۲۲) و راهی و جانسن، ۲۰۲۳).

بهزیستی روانشناختی، عامل مهمی در تقویت و تحکیم روابط زوجین و ایجاد یک خانواده سالم به‌عنوان بستر اصلی رشد و شکوفایی انسان می‌باشد. از این رو، بررسی هر چه بیشتر عوامل و فرآیندهای ارتقای سطح بهزیستی زوجین از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. به لحاظ نظری، سلیگمن (۲۰۱۲) معتقد است که توانمندی‌های منش، نقش مهمی در روابط اجتماعی دارند و ارتقای کیفیت روابط اجتماعی نیز زمینه‌ساز افزایش سطح بهزیستی افراد است. مطالعات صورت گرفته نیز بیانگر تأثیر توانمندی‌های منش و کیفیت روابط اجتماعی بر بهزیستی روانشناختی افراد می‌باشد

^۲. we-ness

(وزیباک و همکاران، ۲۰۲۲ و واندرویل، ۲۰۱۷). با این حال، کیفیت تأثیرگذاری توانمندی‌های منش بر بهزیستی روانشناختی به ویژه از طریق ارتقای روابط زوجین کمتر بررسی شده است. از سوی دیگر، یکی از آسیب‌های رشد خود محوری^۱ در زندگی مدرن، به ویژه در روابط زوجین، تضعیف برخی توانمندی‌های منش، از جمله بخشش، قدردانی و کاهش توجه به نیازهای همسر می‌باشد (باومایستر و مکنزی، ۲۰۱۴). علیرغم پژوهش‌های صورت گرفته، تاکنون نقش میانجی گر کیفیت روابط زوجین و به طور خاص، احساس ما بودن در رابطه و ویژگی‌های شخصیتی قدرت جمعی، بخشودگی بین فردی و قدردانی با بهزیستی روانشناختی زوجین مورد بررسی قرار نگرفته است. از این رو هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی گر ما بودن در ارتباط بین بخشودگی بین فردی، قدردانی و قدرت جمعی با بهزیستی روانشناختی زوجین می‌باشد.

روش

الف) طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان

روش پژوهش حاضر از نوع توصیفی با طرح همبستگی بود و در قالب مدل‌یابی معادلات ساختاری انجام شد. جامعه آماری پژوهش، شامل تمامی افراد متأهل ساکن در منطقه ۱۱ شهر اصفهان بود. برای تعیین حجم نمونه از مدل سوپر (۲۰۲۱) استفاده شد که بر اساس آثار کوهن (۱۹۸۸) و وست‌لند (۲۰۱۰) برای تعیین حجم نمونه پژوهش‌های معادلات ساختاری طراحی شده است. در این روش، برای تعیین حداقل حجم نمونه، اندازه اثر به صورت تخمینی برابر ۰/۳، توان آماری پیش بینی شده معادل ۰/۹ و سطح احتمال برابر ۰/۰۵ معین شد. در نهایت، محاسبه گر حداقل حجم نمونه را ۱۸۸ آزمودنی اعلام نمود. از این رو، با توجه به احتمال پرت یا ناقص بودن برخی داده‌ها، تعداد ۲۱۲ نفر با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به پرسشنامه‌های استاندارد مشخص شده، پاسخ دادند. معیارهای ورود به مطالعه شامل متأهل بودن، گذشت حداقل یک سال از آغاز زندگی مشترک و دارا بودن حداقل سواد دیپلم بود. معیارهای خروج از مطالعه نیز شامل عدم تمایل به شرکت در پژوهش یا انصراف از همکاری و تکمیل

1. self-centered

2. positive emotion, engagement, relationships, meaning, and accomplishment

ناقص پرسشنامه بود. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم افزار spss-28 و pls-3 استفاده گردید.

ب) ابزار

فرم کوتاه پرسشنامه پرما (PERMA): این مقیاس یک ابزار خود گزارش دهی است که توسط باتلر و کرن (۲۰۱۶) به منظور سنجش مؤلفه‌های بهزیستی روانشناختی بر مبنای نظریه شکوفایی سلیگمن (۲۰۱۲) طراحی شده است. این مقیاس شامل ۱۵ سؤال بوده و پنج مؤلفه هیجان‌های مثبت (۱ تا ۳)، مشغولیت (۴ تا ۶)، روابط مثبت (۷ تا ۹)، معنا (۱۰ تا ۱۲) و موفقیت (۱۳ تا ۱۵) را می‌سنجد. نمره‌گذاری این مقیاس بر اساس یک طیف لیکرتی ۱۱ درجه‌ای از هرگز (۰) تا همیشه (۱۰) صورت می‌پذیرد. نمرات در بازه صفر تا ۱۵۰ بوده و نمرات بالاتر بیانگر سطح بهزیستی روانشناختی بالاتر می‌باشد. در مطالعه باتلر و کرن (۲۰۱۶) ضریب آلفای کرونباخ برای این پنج مؤلفه، به ترتیب برابر ۰/۸۸، ۰/۷۲، ۰/۸۲، ۰/۹۰، ۰/۷۹ و برای کل مقیاس برابر ۰/۹۴ به دست آمد. روایی مقیاس نیز با روش تحلیل عاملی و ارزیابی روایی همگرا و واگرا مورد تأیید قرار گرفت. این پرسشنامه در ایران توسط سهیلی صوفیانی و همکاران (۱۴۰۱) اعتبار یابی شده و پایایی آن بر اساس ضریب آلفای کرونباخ، برای مؤلفه‌های هیجان مثبت، مشغولیت، روابط، معنا و موفقیت، به ترتیب برابر ۰/۷۷، ۰/۹۰، ۰/۹۲/۸۸، ۰/۸۹ و برای کل مقیاس برابر ۰/۹ به دست آمد. هم‌چنین در این پژوهش، مقدار AVE مؤلفه‌ها بین ۰/۶۷ تا ۰/۷۹ به دست آمد که با توجه به اینکه بالاتر از ۰/۵ بوده و از ریشه دوم ضریب همبستگی پیرسون عامل‌های مجاور نیز بیشتر بود، بیانگر روایی مطلوب همگرا و واگرایی این مقیاس بود. پایایی این مقیاس نیز در پژوهش حاضر، بر اساس ضریب آلفای کرونباخ، برابر ۰/۹۱ به دست آمد.

پرسشنامه بخشودگی بین فردی (IFS): این پرسشنامه توسط احتشام زاده و همکاران (۱۳۸۹) ساخته شده و دارای ۲۵ سؤال می‌باشد. نمره‌گذاری این مقیاس در یک طیف لیکرت چهاردرجه‌ای از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۴) صورت می‌گیرد. از این مقیاس، یک نمره کلی برای بخشودگی بین فردی و سه نمره برای خرده مقیاس‌های آن شامل ارتباط مجدد و کنترل انتقام‌جویی (گویه‌های ۱ تا ۱۲)، کنترل رنجش (گویه‌های ۱۳ تا ۱۸) و

3. interpersonal forgiveness scale

نمره گذاری می‌شوند. حداقل و حداکثر نمرات نیز بین صفر تا ۱۰۰ می‌باشد. در پژوهش چندگانه میلز و همکاران (۲۰۰۴) پایایی مقیاس بر اساس ضریب آلفای کرونباخ بین ۰/۸۳ تا ۰/۹۵ به دست آمد. آن‌ها هم‌چنین در پژوهش خود، همبستگی این مقیاس با رضایت زناشویی را ۰/۵۳ گزارش کردند و روایی این مقیاس را تأیید نمودند. در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۸ به دست آمد. هم‌چنین شاخص AVE برابر ۰/۷۴ و CR برابر ۰/۷۸ به دست آمد. روایی واگرایی مقیاس نیز به روش فورنل و لارکر بررسی و تأیید گردید. بارهای عاملی نیز همگی بالای ۰/۷ به دست آمد. این شاخص‌ها نشان می‌دهد که این مقیاس از پایایی و روایی مطلوبی برخوردار است.

پرسشنامه ما بودن (WQ):^۳ این مقیاس در سال ۲۰۲۱ توسط تاپکیویوزر و همکاران، به‌منظور سنجش هویت مشترک زوجین از جنبه‌های شناختی، عاطفی و رفتاری طراحی شده است. این مقیاس تک عاملی بوده و شامل ۱۷ گویه می‌باشد. نمره گذاری این پرسشنامه در یک مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرتی در دامنه‌ای بین ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) می‌باشد. نمره نهایی نیز در بازه بین ۱۷ تا ۸۵ است و نمره‌های بالاتر بیانگر احساس ما بودن بیشتر در میان زوجین می‌باشد. تاپکیویوزر و همکاران (۲۰۲۱) مقدار آلفای کرونباخ این مقیاس را ۰/۹۵ و همبستگی آن را با مقیاس سازگاری زوجی مسئله محور و خرده مقیاس انتخاب ادارک شده از مقیاس خود تعیین‌گری برابر ۰/۷۰ و ۰/۳۳- گزارش کرده و پایایی و واگرایی همگرا و واگرایی مقیاس را مناسب ارزیابی نموده‌اند. در پژوهش افشانی و یوسفی (۱۴۰۳)، ضریب آلفای کرونباخ و بازآزمایی به ترتیب برابر ۰/۹۵ و ۰/۶۸ به دست آمد که نشان‌دهنده همسانی درونی بالای گویه‌های این پرسشنامه است. هم‌چنین برای سنجش روایی همگرا از مقیاس کیفیت زناشویی و برای بررسی روایی واگرا از پرسشنامه دل‌زدگی زناشویی استفاده شده و نتایج به ترتیب برابر ۰/۷۳ و ۰/۵۹- گزارش شده است که نشان می‌دهد این مقیاس از روایی مطلوبی برخوردار است. پایایی این مقیاس نیز در پژوهش حاضر، بر اساس ضریب آلفای کرونباخ، برابر ۰/۹۶ به دست آمد.

درک واقع‌بینانه (گویه‌های ۱۹ تا ۲۵) به دست می‌آید. غیر از گویه‌های ۱۹ تا ۲۵، باقی گویه‌ها به شکل معکوس نمره گذاری می‌شوند. بدین ترتیب حداکثر نمره برای کل مقیاس ۱۰۰ و حداقل ۲۵ خواهد بود. در پژوهش احتشام زاده (۱۳۸۹) برای سنجش پایایی پرسشنامه از روش بازآزمایی استفاده گردید که ضرایب آن برای کل مقیاس و خرده مقیاس‌ها به ترتیب برابر ۰/۷۱، ۰/۷۰، ۰/۶۸ و ۰/۵۸ گزارش شد. هم‌چنین همبستگی این مقیاس با مقیاس پرخاشگری و بخشودگی در خانواده اصلی برابر ۰/۶۲- و ۰/۲۷ و معنادار بود و روایی همگرا و واگرایی مقیاس مورد تأیید قرار گرفت. پایایی این مقیاس نیز در پژوهش حاضر، بر اساس ضریب آلفای کرونباخ، برابر ۰/۸۶ به دست آمد.

پرسشنامه قدرانی (GQ):^۱ این مقیاس یک پرسشنامه ۶ گویه‌ای و تک عاملی است که توسط مک کالو و همکاران (۲۰۰۲) برای سنجش تفاوت‌های فردی در آمادگی فرد برای تجربه قدرانی در زندگی روزانه ساخته شده است. نمره گذاری این مقیاس به صورت طیف لیکرتی ۷ درجه‌ای از شدیداً مخالفم (۱) تا شدیداً موافقم (۷) انجام می‌شود و نمرات در بازه ۷ تا ۴۲ می‌باشد. در پژوهش مک کالو و همکاران (۲۰۰۲) پایایی مقیاس با ضریب آلفای کرونباخ، برابر ۰/۸۲ به دست آمد و هم‌چنین همبستگی مقیاس با پرسشنامه‌های رضایت از زندگی و هیجان‌های منفی به ترتیب برابر ۰/۵۳ و ۰/۳۱- به دست آمد و روایی سازه مورد تأیید قرار گرفت. آقابابایی و همکاران (۱۳۸۹) در پژوهش خود، پایایی مقیاس را بر اساس ضریب آلفای کرونباخ، ۰/۸۱ گزارش کردند. همبستگی این مقیاس با پرسشنامه‌های شادی فاعلی و رضایت از زندگی نیز به ترتیب ۰/۳۱ و ۰/۴۴ به دست آمد. بارهای عاملی گویه‌ها نیز بین ۰/۴۸ تا ۰/۸۲ بود که نشان می‌دهد همگی بالاتر از ۰/۴ بوده است؛ بنابراین، روایی سازه بر اساس تحلیل عاملی و سنجش روایی همگرا تأیید شد. پایایی این مقیاس نیز در پژوهش حاضر، بر اساس ضریب آلفای کرونباخ، برابر ۰/۸۵ به دست آمد.

پرسشنامه قدرت جمعی (CS):^۲ این پرسشنامه توسط میلز در سال ۲۰۰۴ و به صورت یک مقیاس تک عاملی طراحی شده و دارای ده گویه می‌باشد. پاسخ‌دهی به این سؤالات در یک طیف لیکرت ۱۱ درجه‌ای از ۰ (اصلاً) تا ۱۰ (شدیداً) صورت می‌پذیرد و گویه‌های ۵، ۷ و ۱۰ به صورت معکوس

3. we-ness questionnaire

1. gratitude questionnaire

2. communal strength

یافته‌ها

تعداد فرزندان، ۵۳ نفر (۲۵ درصد) بدون فرزند، ۳۸ نفر (۱۷/۹ درصد) دارای یک فرزند، ۸۱ نفر (۳۸/۲ درصد) دارای دو فرزند و ۴۰ نفر (۱۸/۹ درصد) بیش از دو فرزند داشتند. سن ۶۱ نفر زیر سی سال، ۸۲ نفر بین سی تا چهل سال و ۶۹ نفر بالای چهل سال بود. شاخص مرکزی میانگین و شاخص پراکندگی انحراف معیار برای هر یک از متغیرها و مؤلفه‌ها بررسی شد که به تفصیل در جدول ۱ قابل مشاهده است.

بر اساس یافته‌های توصیفی، از مجموع ۲۱۲ نفر از شرکت کنندگان، ۱۵۲ نفر (۷۱/۷ درصد) زن و ۶۰ نفر (۲۸/۳ درصد) مرد بودند. نسبت به مدت زمان زندگی مشترک، ۷۶ نفر کمتر از ده سال، ۸۱ نفر بین ده تا بیست سال و ۵۵ نفر بیش از بیست سال سابقه زندگی مشترک داشتند. به لحاظ

جدول ۱. نتایج توصیفی متغیرها

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشدگی
قدرت جمعی	۷۰/۷۱	۱۳/۰۸	-۰/۱۰۱	۰/۱۳۸
بخشودگی بین فردی	۶۶/۶۵	۹/۸۴	-۰/۰۲۰	۰/۶۷۲
قدردانی	۲۸/۹۳	۳/۶۶	-۰/۴۰۹	۱/۲۵۲
ما بودن	۶۱/۱۶	۱۵/۹	-۰/۶۱۲	-۰/۱۴۱
بهزیستی روانشناختی	۹۹/۵۰	۲۸/۴۴	-۰/۶۸۵	۰/۳۹۷

تحلیل داده‌ها نشان داد که همبستگی تمام متغیرها با یکدیگر مثبت و در سطح ۰/۰۱ معنادار است. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵
۱. بهزیستی روانشناختی	۱				
۲. بخشودگی بین فردی	۰/۴۴۶**	۱			
۳. قدردانی	۰/۲۶۱**	۰/۱۹۳**	۱		
۴. قدرت جمعی	۰/۲۷۳**	۰/۴۴۱**	۰/۲۰۱**	۱	
۵. ما بودن	۰/۶۴۹**	۰/۳۱۸**	۰/۲۷۹**	۰/۲۱۷**	۱

** معنی‌داری در سطح خطای ۱ درصد را نشان می‌دهد

* معنی‌داری در سطح خطای ۵ درصد را نشان می‌دهد

همگی بیانگر برازش مطلوب مدل می‌باشد. علاوه بر این، روایی واگرا نیز بر اساس شاخص فورنل و لارکر ارزیابی شد که در جدول زیر قابل مشاهده است:

بررسی شاخص‌های برازش مدل پژوهش نیز نشان داد که مدل از برازش مطلوبی برخوردار است. روایی همگرا و شاخص قابلیت اطمینان مرکب متغیرها بالای ۰/۷ بود. ضریب آلفای کرونباخ متغیرها نیز بالای ۰/۸ بود که

جدول ۳. ماتریس سنجش روایی واگرا به روش فورنل و لارکر

ما بودن	قدردانی	قدرت جمعی	بهزیستی روانشناختی	بخشودگی بین فردی	سازه
۰/۸۱۲	۰/۴۰۸	۰/۳۶۷	۰/۶۸۱	۰/۳۸۳	بخشودگی بین فردی
۰/۶۴۶	۰/۲۸۶	۰/۵۹۱	۰/۸۶۵	۰/۵۰۲	بهزیستی روانشناختی
۰/۲۸۶	۰/۳۵۰	۰/۴۸۷	۰/۴۸۷	۰/۳۹۶	قدرت جمعی
۰/۴۰۸	۰/۳۶۷	۰/۴۵۰	۰/۳۵۰	۰/۴۵۰	قدردانی
۰/۳۶۷	۰/۴۰۸	۰/۳۶۷	۰/۶۸۱	۰/۳۸۳	ما بودن

در ماتریس جدول ۳، مقادیر روی قطر اصلی جذر مقادیر میانگین واریانس استخراجی متغیرهای پنهان مرتبه اول و مقادیر زیر قطر اصلی همبستگی میان متغیرهاست. همان‌طور که در جدول فوق مشاهده می‌شود مقادیر قطر

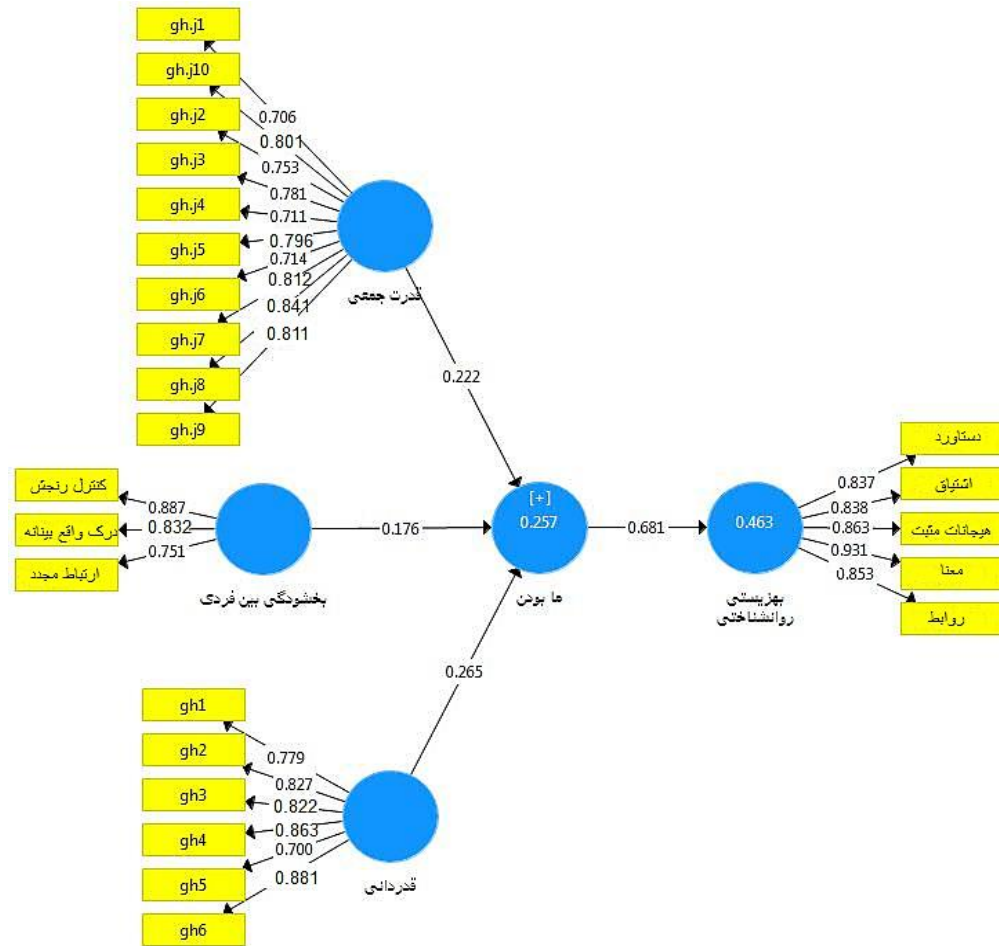
اصلی از مقادیر زیر آن بیشتر بوده و این امر نشان‌دهنده روایی واگرایی مناسب و برازش بسیار خوب مدل اندازه‌گیری است.

جدول ۴. برآورد ضرایب اثر مستقیم و غیر مستقیم (در حضور عامل ما بودن) متغیرهای پیش‌بین بر بهزیستی روانشناختی

متغیر پیش‌بین	متغیر ملاک	نوع اثر	ضریب استاندارد نشده	ضریب استاندارد شده بتا	خطای استاندارد	آماره معناداری	سطح معناداری
بخشودگی بین فردی	ما بودن	مستقیم	۰/۱۷۸	۰/۱۷۶	۰/۰۸۰	۲/۲۰۹	۰/۰۲۷
قدرت جمعی	ما بودن	مستقیم	۰/۲۵۰	۰/۲۲۲	۰/۰۷۲	۳/۰۸۴	۰/۰۰۲
قدردانی	ما بودن	مستقیم	۰/۲۶۵	۰/۲۶۵	۰/۰۷۰	۳/۸۰۷	۰/۰۰۱
ما بودن	بهزیستی روانشناختی	مستقیم	۰/۶۸۳	۰/۶۸۱	۰/۰۳۶	۱۸/۸۵۲	۰/۰۰۱
بخشودگی بین فردی	بهزیستی روانشناختی	غیرمستقیم	۰/۱۲۱	۰/۱۲۰	۰/۰۰۲	۲/۱۶۸	۰/۰۳۰
قدرت جمعی	بهزیستی روانشناختی	غیرمستقیم	۰/۱۷۲	۰/۱۵۱	۰/۰۲	۲/۹۱۳	۰/۰۰۴
قدردانی	بهزیستی روانشناختی	غیرمستقیم	۰/۱۸۱	۰/۱۸۰	-۰/۰۰۱	۳/۸۰۱	۰/۰۰۱

بر اساس جدول ۴، مقدار سطوح معناداری تأثیر متغیرهای بخشودگی فردی، قدرت جمعی و قدردانی بر ما بودن کمتر از ۰/۰۵ و مقادیر آزمون T به ترتیب برابر با ۲/۲۰۹، ۳/۰۸۴ و ۳/۸۰۷ می‌باشد که بیشتر از مقدار بحرانی ۱/۹۶ می‌باشد؛ بنابراین، ضرایب اثر آن‌ها در سطح اطمینان ۹۵٪ معنادار بوده و اثر مستقیم متغیرهای بخشودگی فردی، قدرت جمعی و قدردانی بر ما بودن تأیید می‌گردد. همچنین سطح معناداری اثر ما بودن بر بهزیستی روانشناختی کمتر از ۰/۰۵ و مقدار آزمون T برابر با ۱۸/۸۵۲

می‌باشد که بیشتر از مقدار بحرانی ۱/۹۶ است؛ بنابراین، ضریب اثر ما بودن بر بهزیستی روانشناختی در سطح اطمینان ۹۵٪ معنادار می‌باشد. علاوه بر این، مقدار سطوح معناداری تأثیر متغیرهای بخشودگی فردی، قدرت جمعی و قدردانی بر بهزیستی روانشناختی از طریق ما بودن، کمتر از ۰/۰۵ بوده و مقادیر آزمون T به ترتیب برابر با ۲/۱۶۸، ۲/۹۱۳ و ۳/۸۰۳ می‌باشد که بیشتر از مقدار بحرانی ۱/۹۶ است. بر همین اساس، اثرات غیرمستقیم این سه متغیر بر بهزیستی روانشناختی با نقش واسطه‌ای ما بودن، تأیید می‌گردد.



شکل ۱. مدل ساختاری بهزیستی روانشناختی زوجین بر اساس قدرت جمعی، بخشودگی بین فردی و قدرتدانی؛ نقش میانجیگر «ما بودن» با استفاده از ضریب اثر توسط نرم افزار Smart_PLS

بالای صفر باشد، نشان دهنده قدرت پیش بینی مناسب متغیر مستقل می باشد (اسفیدانی و محسنین، ۱۳۹۳). همان طور که در جدول ۶ مشاهده می گردد، در بخش ۱- SSE/SSO مقدار این ضریب محاسبه شده است و چون تمامی مقادیر بالاتر از صفر است، نشان دهنده برازش مناسب مدل با تأکید بر قدرت پیش بینی متغیرهای مستقل است.

ارتباط پیش بین، شاخصی دیگر در ارزیابی مدل ساختاری و کیفیت آن است که هدف آن بررسی توانایی مدل ساختاری در پیش بینی کردن به روش چشم پوشی می باشد. معروف ترین و شناخته شده ترین معیار اندازه گیری این توانایی، شاخص Q^2 استون گیسر است که بر اساس این ملاک، مدل باید نشانگرهای متغیرهای مکنون درون زانعکاسی را پیش بینی کند. این معیار، قدرت پیش بینی مدل را مشخص می کند و در صورتی که

جدول ۵. مقادیر Q^2 در برازش ساختاری مدل - معادلات ساختاری پژوهش

متغیر وابسته	SSO	SSE	$(1-SSE/SSO)=Q^2$
بهزیستی روانشناختی	۱۰۶۰/۰۰۰	۷۷۲/۳۴۴	۰/۳۱۹
ما بودن	۳۶۰۴/۰۰۰	۳۰۴۶/۵۲۴	۰/۱۵۵

شاخص مطلوبیت مدل نیز (۲۵/۰) برازش کلی متوسط و (۳۶/۰) برازش کلی قوی) این دستورالعمل برقرار است (داوری و رضازاده، ۱۳۹۳). این شاخص بر اساس این فرمول به دست می‌آید:

$$GOF = \sqrt{\text{Communalities} \times R^2}$$

میانگین مقادیر اشتراکی^۲ از میانگین مقادیر اشتراکی متغیرهای پنهان مرتبه اول در نقش متغیر وابسته مدل یعنی بهزیستی روانشناختی و ما بودن و میانگین R^2 از میانگین ضرایب تعیین مربوط به متغیرهای وابسته در مدل، در جدول ۷ به دست آمده است.

جدول ۶. مقادیر اشتراکی و R^2 متغیرهای پژوهش

مقدار R^2	مقادیر اشتراکی (Q^2)	متغیرهای پنهان مدل
۰/۲۵۷	۰/۵۸۵	بهزیستی روانشناختی
۰/۴۶۳	۰/۵۸۰	ما بودن

به‌عنوان سه ویژگی مثبت و توانمندی شخصیتی، کیفیت روابط اجتماعی، به‌ویژه روابط زوجین را تقویت می‌کند. افزایش صمیمیت و وابستگی متقابل بین زوجین نیز موجب افزایش شادکامی و شکوفایی آن‌ها می‌گردد و سطح بهزیستی آن‌ها را ارتقا می‌دهد. بر اساس نظریه باومایستر و مکتری (۲۰۱۴) نیز خودمحوری و بی‌توجهی به نیازها و شرایط همسر، عامل مؤثری در گسست روابط زوجین است. از این رو مهارت‌های بین فردی، از جمله قدرت جمعی، بخشودگی و قدردانی که زمینه‌ساز توجه به نیازهای مادی و روانی همسر است و نقطه مقابل ویژگی خودمحوری می‌باشد، می‌تواند به صمیمیت و ارتقای وابستگی متقابل کمک کند. قدرت جمعی باعث می‌شود که افراد نسبت به نیازهای همسر خود توجه و احساس مسئولیت بیشتری داشته باشند (وان بان، ۲۰۱۹) و نیازهای همسران در کنار یکدیگر باکیفیت بهتری تأمین شود. همسران برخوردار از توانمندی قدرت جمعی، به نحو مؤثرتری چالش‌های زندگی مشترک را مدیریت می‌کنند (روربا، ۲۰۲۰). از این رو، قدرت جمعی از یک سو تعهد و اعتماد را در بین زوجین بالا می‌برد (استافورد و کاپر، ۲۰۲۲) و از سوی دیگر احساس امنیت و تعلق را افزایش می‌دهد (هیرش و همکاران، ۲۰۲۲). هم‌چنین این مسئولیت‌پذیری نسبت به همسر، همدلی بین آنها را نیز بالا می‌برد (ویتلیت

علاوه بر این، به‌منظور ارزیابی بخش کلی مدل، شامل بخش‌های اندازه‌گیری و بخش ساختاری به‌طور هم‌زمان، از شاخص مطلوبیت (GOF)^۱ استفاده گردید. وتزلس و همکاران (۲۰۰۹) سه مقدار ۰/۰۱، ۰/۲۵، ۰/۳۶ را به‌عنوان مقادیر ضعیف، متوسط و قوی برای شاخص مطلوبیت مدل معرفی نموده‌اند؛ به این معنی که در صورت محاسبه مقدار ۰/۰۱ و نزدیک آن به‌عنوان شاخص مطلوبیت مدل در یک مدل، می‌توان نتیجه گرفت که برازش کلی آن مدل در حد ضعیفی است و باید به اصلاح روابط بین سازه‌های مدل پرداخت. به همین ترتیب در مورد دو مقدار دیگر

بر اساس داده‌های فوق، میزان شاخص GOF برابر ۰/۴۵۸ به دست آمد. با توجه به سه مقدار ۰/۰۱، ۰/۲۵ و ۰/۳۶ به‌عنوان مقادیر ضعیف، متوسط و قوی برای شاخص مطلوبیت مدل، حاصل شدن ۰/۴۵۸ برای شاخص مطلوبیت مدل در جدول ۷، نشان‌دهنده برازش مطلوب مدل پژوهش است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر، بررسی نقش میانجیگر ما بودن در ارتباط بین بخشودگی بین فردی، قدردانی و قدرت جمعی با بهزیستی روانشناختی زوجین بود. نتایج تحلیل آماری اثر غیرمستقیم این سه توانمندی شخصیتی از طریق ما بودن را بر بهزیستی روانشناختی زوجین تأیید کرد. این یافته به لحاظ رابطه قدرت جمعی با ما بودن با نتایج پژوهش گرای و همکاران (۲۰۲۲) و مارسیلیو (۲۰۲۳)، از جهت ارتباط بخشودگی بین فردی با ما بودن با یافته‌های بررسی توماس و کمبل (۲۰۲۳)، به لحاظ رابطه قدردانی با ما بودن با نتایج تحقیقات یانگ (۲۰۲۲) و به جهت رابطه ما بودن با بهزیستی روانشناختی با یافته‌های پژوهش راهی و جانسن (۲۰۲۳) همسو بود.

در مقام تبیین این رابطه می‌توان گفت که بر اساس نظریه بهزیستی و شکوفایی سلینگمن (۲۰۱۲) قدرت جمعی، بخشودگی بین فردی و قدردانی،

1. Goodness of Fit

2. Communalities

و همکاران، ۲۰۲۳) و در نهایت همه این آثار، احساس رضایت و صمیمیت بین زوجین را ارتقا داده (لی و همکاران، ۲۰۱۸) و عامل مهمی در ایجاد پیوستگی و تقویت هویت مشترک زوجین می‌باشد. نقش قدرت جمعی در ما بودن به حدی است که برخی آن را یکی از مؤلفه‌های اصلی شکل‌گیری هویت مشترک دانسته (مارسیلیو، ۲۰۲۳) و حتی ما بودن را به همین احساس مسئولیت نسبت به دیگران تعریف کرده‌اند (گرای و همکاران، ۲۰۲۲).

هم‌چنین، افرادی که روحیه بخشودگی دارند، کینه‌های خود را کنار گذاشته و محیطی صمیمانه ایجاد می‌کنند. بخشش فضای درک، همدلی و آشتی را در بین همسران گسترش می‌دهد. این بخشش نه تنها اختلافات را پایان می‌دهد، بلکه نشان‌دهنده تعهد به حفظ و تقویت رابطه است. از سوی دیگر، بخشش یک چرخه بازخورد مثبت ایجاد می‌کند که هیجان‌های منفی نسبت به همسر را کاهش داده، احساسات مثبت در زندگی مشترک را بالا برده و حس پیوستگی و تعلق را تقویت می‌کند (توماس و کمبل، ۲۰۲۳). در واقع، بخشش مانع این می‌شود که هیجان‌های منفی ناشی از خطاهای همسر، پیوستگی و صمیمیت بین زوجین را کاهش دهد. افرادی نیز که از روحیه قدردانی برخوردارند، به ویژگی‌های مثبت همسر خود توجه بیشتری داشته و سپاسگزار زحمات او هستند. این امر از یک سو، احساسات مثبت زوجین نسبت به یکدیگر را افزایش می‌دهد (ریگان و همکاران، ۲۰۲۳) و از سوی دیگر انگیزه آن‌ها را برای خدمت به یکدیگر و همکاری باهم تقویت کرده و باعث می‌شود نیازهای آن‌ها در کنار یکدیگر بهتر تأمین شود. این امر، محبت آن‌ها نسبت به یکدیگر و سطح رضایت از زندگی مشترک را بالا می‌برد و در نهایت پیوستگی و هویت مشترک را در بین آن‌ها تحکیم می‌بخشد.

هویت مشترک و احساس ما بودن در بین زوجین نیز معنای زندگی آن‌ها را تقویت کرده و کیفیت روابط آن‌ها را ارتقا می‌دهد. ما بودن باعث می‌شود که همسران با کار گروهی، چالش‌ها و سختی‌های زندگی را بهتر مدیریت کرده (روربا، ۲۰۲۰) و با هم‌افزایی مسیر موفقیت و تحقق اهداف مشترک را بهتر طی کنند (هاسلم و همکاران، ۲۰۲۳). هم‌چنین، پیوستگی متقابل آن‌ها در زندگی مشترک موجب می‌شود که آن‌ها آرامش و لذت بیشتری را از بودن در کنار هم تجربه کرده و رضایت بیشتری از زندگی داشته باشند (کرویز و همکاران، ۲۰۲۳). به عبارتی، ما بودن مؤلفه‌های

اصلی بهزیستی روانشناختی یعنی معنا، موفقیت، روابط و هیجان‌های مثبت را ارتقا می‌دهد.

به‌طور خلاصه، نتایج این پژوهش نشان داد که توانمندی‌های قدردانی، بخشودگی بین فردی و قدرت جمعی می‌توانند با تقویت ما بودن در میان زوجین، بهزیستی روانشناختی آن‌ها را افزایش دهند. این پژوهش با وجود دستاوردهای ارزشمند، دارای محدودیت‌هایی نیز بود؛ یکی از این محدودیت‌ها استفاده از روش همبستگی بود که تنها به بررسی روابط بین متغیرها پرداخته و قادر به تعیین رابطه علی میان آن‌ها نیست؛ بنابراین، به‌کارگیری روش‌های آزمایشی در تحقیقات آینده می‌تواند به تقویت و توسعه‌ی مدل ارائه‌شده در این مطالعه کمک کند. محدودیت دیگر، استفاده از روش خود گزارشی و تکمیل پرسشنامه بود که ممکن است منجر به سوگیری در پاسخ‌ها شود. از این رو، پیشنهاد می‌شود در مطالعات بعدی از روش‌های دیگری، مانند مصاحبه برای جمع‌آوری داده‌ها استفاده شود. هم‌چنین، بررسی نقش دیگر توانمندی‌های شخصیتی مرتبط با روابط بین فردی، مانند مهارت کار گروهی، مهربانی و انصاف در افزایش احساس ما بودن، کاهش مشکلات زناشویی و بهبود بهزیستی زوجین، می‌تواند در پژوهش‌های آینده مورد توجه قرار گیرد. نتایج این مطالعه می‌تواند به‌عنوان پایه‌ای برای طراحی مداخلات روانشناختی در جهت پیشگیری و درمان مشکلات زناشویی و تقویت روابط بین زوجین، مورد استفاده مشاوران و روان‌درمانگران قرار گیرد. بر این اساس، پیشنهاد می‌گردد زوج درمانگران با تقویت توانمندی‌های قدردانی، بخشودگی و قدرت جمعی، احساس ما بودن در میان زوجین را افزایش داده و از این طریق به ارتقای سطح بهزیستی روانشناختی آن‌ها کمک نمایند.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش: به جهت رعایت اصول اخلاقی پژوهش، پیش از تکمیل پرسشنامه‌ها، ابتدا هدف پژوهش برای شرکت‌کنندگان بیان شد و درباره بی‌نام بودن و محرمانه بودن داده‌ها به آن‌ها اطمینان داده شد و پس از کسب رضایت آگاهانه، از آن‌ها خواسته شد تا در صورت تمایل اقدام به تکمیل پرسشنامه نمایند.

حامی مالی: این پژوهش از فرد یا نهادی حمایت مالی دریافت نکرده است.

نقش هر یک از نویسندگان: این پژوهش بر اساس علاقه پژوهشی نویسنده دوم با راهنمایی نویسنده اول و همکاری نویسنده سوم صورت گرفته است.

تضاد منافع: نویسندگان همچنین اعلام می‌دارند که در نتایج این پژوهش هیچ‌گونه تضاد منفعی وجود نداشته است.

تشکر و قدردانی: بدین وسیله از تمام افرادی که در این پژوهش شرکت کردند، تشکر و قدردانی می‌گردد.

منابع

احتشام زاده، پروین؛ احدی، حسن؛ عنایتی، میرصلاح الدین و حیدری، علیرضا. (۱۳۸۹). ساخت و اعتباریابی مقیاسی برای سنجش بخشودگی بین فردی. مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، ۱۶ (۴)، ۴۴۳-۴۵۵
URL: <http://ijpcp.iuims.ac.ir/article-1-1209-fa.html>

اسفیدانی، محمد رحیم و محسنین، شهریار. (۱۳۹۳). معادلات ساختاری مبتنی بر رویکرد حداقل مربعات جزئی به کمک نرم‌افزار Smart-PLS آموزش و کاربردی، تهران: موسسه کتاب مهربان نشر، چاپ اول.

افشانی، عبدالملک و یوسفی، ناصر. (۱۴۰۳). اعتباریابی پرسشنامه ما بودن در افراد متأهل ایرانی. خانواده پژوهی، ۲۰ (۱)، ۲۴-۳۹.
<https://doi.org/10.48308/jfr.20.1.24>

آقابابایی، ناصر؛ فراهانی، حجت‌الله و فاضلی مهرآبادی، علیرضا. (۱۳۸۹). سنجش قدردانی در دانشجویان و طلاب؛ بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسش‌نامه قدردانی. مطالعات اسلام و روانشناسی، ۴ (۶)، ۷۵-۸۸
https://islamicpsy.rihu.ac.ir/article_1103.html?lang=fa

تهرانی، رومینا و محرمی، جعفر. (۱۴۰۳). پیش‌بینی صفت روان‌رنجورخویی بر اساس انواع سبک‌های دلبستگی و بهزیستی روانشناختی با میانجی‌گری عدم تحمل بلاتکلیفی در دانشجویان. مجله علوم روانشناختی، ۲۳ (۱۳۷)، ۲۲۷-۲۰۹
<https://doi.org/10.52547/JPS.23.137.1205>

داوری، علی؛ و رضازاده، آرش. (۱۳۹۳). مدل‌سازی معادله ساختاری با نرم‌افزار PLS. تهران: سازمان انتشارات جهاد دانشگاهی، چاپ اول.

رضوانی دهقانی، میترا؛ افروز، غلامعلی و واعظ موسوی، محمد کاظم. (۱۴۰۲). بررسی رابطه نشاط معنوی، پیشرفت تحصیلی، اخلاقی و نگرش‌های اجتماعی با موفقیت‌های جوانان ورزشکار حرفه‌ای با نقش میانجی سلامت روان (با نگاه تدوین مدل توفیقات ورزشی). مجله علوم روانشناختی. ۲۲ (۱۲۶): ۱۰۶۸-۱۰۵۳

<https://doi.org/10.52547/JPS.22.126.1053>

سلیمانی، سمیرا؛ کارشکی، حسین و امین‌زیدی، سیدامیر. (۱۴۰۲). اثربخشی مداخله توانمندسازی شکوفایی آنلاین بر هیجانات مثبت، روابط، معنایی و پیشرفت دانشجویان. رویش روان‌شناسی، ۱۲ (۲): ۱-۱۰
<https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.2383353.1402.12.2.1.7>

سهیلی صوفیانی، محمد رضا؛ پیر خانفی، علیرضا و محمدی، اکبر. (۱۴۰۱). ویژگی‌های روان‌سنجی پروفایل بهزیستی پرما: ابزاری چند مؤلفه‌ای برای سنجش شکوفایی مؤلفه‌ای برای سنجش شکوفایی. روانشناسی بالینی و شخصیت، ۲۰ (۱)، ۱۵۱-۱۶۴

<https://doi.org/10.22070/cpap.2022.13354.1004>

شبانئی شاد، نعیمه؛ سعدی پور، اسماعیل و باقری، فریبرز. (۱۴۰۳). تدوین مدل شادکامی بر اساس بهزیستی روانشناختی و حمایت اجتماعی با میانجی‌گری هوش هیجانی. مجله علوم روانشناختی، ۲۳ (۱۳۹)، ۴۲-۲۳
<https://doi.org/10.52547/JPS.23.139.1567>

References

Afshani, A. and yoosefi, N. (2024). Validation of We-ness questionnaire in Iranian married people. *Journal of Family Research*, 20(1), 24-39. [Persian]
<https://doi.org/10.48308/jfr.20.1.24>

Aqababae, N., Farahani, H., & Fazeli Mehr Abādi, A. (2010). Measuring Gratitude among University and Religious Students: An Enquiry into the psychometric features of the Gratitude Questionnaire. *Studies in Islam and Psychology*, 4(6), 75-88. [Persian]
https://islamicpsy.rihu.ac.ir/article_1103.html?lang=en

Baumeister, R. F., & MacKenzie, M. J. (2014). The value of marriage in the era of the glorified self. *Psychological Inquiry*, 25(1), 53-55.
<https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.876906>

Brady, D. L., Saldanha, M. F., & Barclay, L. J. (2023). Conceptualizing forgiveness: A review and path forward. *Journal of Organizational Behavior*, 44(2), 261-296. <https://doi.org/10.1002/job.2632>

Butler, J., & Kern, M. L. (2016). The PERMA-Profilier: A brief multidimensional measure of flourishing. *International journal of wellbeing*, 6(3).
<https://doi.org/10.5502/ijw.v6i3.526>

Chauhan, A. S., Mathur, G., Gulati, C., & Sharma, A. (2025). The relationship between gratitude and life satisfaction: The mediating effect of mental well-being. *Social Sciences & Humanities Open*, 11, 101224.
<https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2024.101224>

- Chen, S., Zhu, Y., Guo, L., & Liu, W. (2023). The impact of leader gratitude expressions on followers' behaviours: Increasing gratitude and increases proactivity. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 30(2), 187-204. <https://doi.org/10.1177/15480518231151575>
- Chen, Y., Weziak-Bialowolska, D., Lee, M. T., Bialowolski, P., McNeely, E., & VanderWeele, T. J. (2022). Longitudinal associations between domains of flourishing. *Scientific Reports*, 12(1), 2740. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-06626-5>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd e)*. Lawrence Erlbaum Associates
- Cruwys, T., South, E. I., Halford, W. K., Murray, J. A., & Fladerer, M. P. (2023). Measuring “we-ness” in couple relationships: A social identity approach. *Family process*, 62(2), 795-817. <https://doi.org/10.1111/famp.12811>
- Davari, A., & Rezazadeh, A. (2014). *Structural Equation Modeling with PLS Software*. Tehran: Jahad Daneshgahi Publications, 1st edition. [Persian]
- Ehteshamzadeh, p., ahadi, h., enayati, m. s., & heidari, a. (2011). Construct and validation of a scale for measuring interpersonal forgiveness. *iranian journal of psychiatry and clinical psychology*, 16 (4 (63)), 443-455. [Persian] <http://ijpcp.iums.ac.ir/article-1-1209-fa.html>
- Eraslan-Capan, B. (2016). Social connectedness and flourishing: The mediating role of hopelessness. *Universal Journal of Educational Research*, 4(5), 933-940. <http://dx.doi.org/10.13189/ujer.2016.040501>
- Espidani, M. R., & Mohsenin, S. (2014). *Structural Equations Based on Partial Least Squares Approach Using SmartPLS Software: Tutorial and Applied*. Tehran: ketabe Mehraban nashr Institute, 1st edition. [Persian]
- Gao, F., Li, Y., & Bai, X. (2022). Forgiveness and subjective well-being: A meta-analysis review. *Personality and Individual Differences*, 186, 111350. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111350>
- Gray, D. L., Ali, J. N., McElveen, T. L., & Sealy, M. (2022). The cultural significance of “we-ness”: Motivationally influential practices rooted in a scholarly agenda on Black education. *Educational Psychology Review*, 34(4), 1985-2013. <https://doi.org/10.1007/s10648-022-09708-y>
- Haslam SA, Reutas J, Bentley SV, McMillan B, Lindfield M, Luong M, et al. (2023) Developing engaged and ‘teamful’ leaders: A randomized controlled trial of the 5R identity leadership program. *PLoS ONE* 18(5): e0286263. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0286263>
- Hirsch, J. L., Elizabeth, H. S., & Clark, M. S. (2022). Communal relationships. <https://doi.org/10.4324/9780367198459-REPRW42-1>
- Kaleta, K., & Mróz, J. (2022). Gender differences in forgiveness and its affective correlates. *Journal of religion and health*, 61(4), 2819-2837. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01369-5>
- Kerry N, Chhabra R, Clifton JD. (2023). Being Thankful for what you have: a systematic review of evidence for the effect of gratitude on life satisfaction. *Psychology Research and Behavior Management*, 31:4799-816. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S372432>
- King, R. B., Zhang, R., Wen, J., Xie, F., & Cai, Y. (2023). Gratitude is its own reward: How grateful students have better motivation and engagement. *Educational Psychology*, 43(4), 284-303. <https://doi.org/10.1080/01443410.2023.2205069>
- Kirca, A., M. Malouff, J., & Meynadier, J. (2023). The effect of expressed gratitude interventions on psychological wellbeing: a meta-analysis of

- randomised controlled studies. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 8(1), 63-86. <https://doi.org/10.1007/s41042-023-00086-6>
- LaFreniere, L. S., & Lord, S. E. (2023). Flourishing Mindfully: Mindfulness Moderates the Associations of Stress, Psychopathology, and Grit with Flourishing. *Journal of Positive Psychology and Wellbeing*, 7(2), 53-67. <https://journalppw.com/index.php/jppw/article/view/15940>
- Le, B. M., Impett, E. A., Lemay Jr, E. P., Muise, A., & Tskhay, K. O. (2018). Communal motivation and well-being in interpersonal relationships: An integrative review and meta-analysis. *Psychological bulletin*, 144(1), 1. <https://dx.doi.org/10.1037/bul0000133>
- Lomas, T., Pawelski, J. O., & VanderWeele, T. J. (2023). A flexible map of flourishing: The dynamics and drivers of flourishing, well-being, health, and happiness. *International Journal of Wellbeing*, 13(4). <https://doi.org/10.5502/ijw.v13i4.3665>
- Marsiglio, W. (2023). *Chasing We-ness: Cultivating Empathy and Leadership in a Polarized World*. University of Toronto Press. http://edl.emi.gov.et/jspui/bitstream/123456789/770/1/Chasing_We_ness_Cultivating_Empathy_and_Leadership_in_a_Polarized%20%28%29.pdf
- McCauley, T. G., Billingsley, J., & McCullough, M. E. (2022). An evolutionary psychology view of forgiveness: Individuals, groups, and culture. *Current opinion in psychology*, 44, 275-280. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.09.021>
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: a conceptual and empirical topography. *Journal of personality and social psychology*, 82(1), 112. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.82.1.112>
- Mills, J., Clark, M. S., Ford, T. E., & Johnson, M. (2004). Measurement of communal strength. *Personal relationships*, 11(2), 213-230. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2004.00079.x>
- Moore, S., & Diener, E. (2019). Types of subjective well-being and their associations with relationship outcomes. *Journal of Positive Psychology and Wellbeing*, 3(2), 112-118. <http://184.168.115.16/index.php/jppw/article/view/34>
- Mróz, J., & Kaleta, K. (2023). Forgive, let go, and stay well! The relationship between forgiveness and physical and mental health in women and men: The mediating role of self-consciousness. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(13), 6229. <https://doi.org/10.3390/ijerph20136229>
- Onebunne, J. I. (2019). Igwebuike: An African Metaphysics of Communal Strength. *IGWEBUIKE: African Journal of Arts and Humanities*, 5(6). https://www.acjol.org/index.php/ajap/article/view/ajap_v17n1_3
- Proctor, C. (2024). Subjective well-being (SWB). In *Encyclopedia of quality of life and well-being research* (pp. 6952-6956). Cham: Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-031-17299-1_2905
- Radulovic, A. B., Thomas, G., Epitropaki, O., & Legood, A. (2019). Forgiveness in leader-member exchange relationships: Mediating and moderating mechanisms. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 92(3), 498-534. <https://doi.org/10.1111/joop.12274>
- Rahe, M., & Jansen, P. (2023). A closer look at the relationships between aspects of connectedness and flourishing. *Frontiers in Psychology*, 14, 1137752. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1137752>
- Rapp, H., Wang Xu, J., & Enright, R. D. (2022). A meta-analysis of forgiveness education interventions' effects on forgiveness and anger in children and adolescents. *Child Development*, 93(5), 1249-1269. <https://doi.org/10.1111/cdev.13771>

- Rapport, N. (2023). We-ness: The universal nature of human sociation and its ethical recognition. In *Cosmopolitan Moment, Cosmopolitan Method* (pp. 159-176). Routledge.
<https://philpapers.org/rec/RAPWTO>
- Regan, A., Walsh, L. C., & Lyubomirsky, S. (2023). Are some ways of expressing gratitude more beneficial than others? Results from a randomized controlled experiment. *Affective Science*, 4(1), 72-81.
<https://doi.org/10.1007/s42761-022-00160-3>
- Rezvani-dehaghani M, Afrooz G, Vaez Mousavi M K. (2023). Investigating the relationships of spiritual happiness, academic achievement, creativity, and social attitudes with young professional athletes' success (developing a model of mental health and sports achievements). *Journal of Psychological Science*. 22(126), 1053-1068. [Persian] doi:[10.52547/JPS.22.126.1053](https://doi.org/10.52547/JPS.22.126.1053)
- Rohrbaugh, M. J. (2020). Constructing we-ness: A communal coping intervention for couples facing chronic illness. *Family process*, 60(1), 17-31.
<https://doi.org/10.1111/famp.12595>
- Rule, A., Abbey, C., Wang, H., Rozelle, S., & Singh, M. K. (2024). Measurement of flourishing: a scoping review. *Frontiers in Psychology*, 15, 1293943.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1293943>
- Sánchez-Hernández, M. I., Robina-Ramirez, R., & Stankevičiūtė, Ž. (2023). Innovation and happiness management enhancing transcendence at work in the banking sector in Spain. *European Journal of Innovation Management*. 28(4), 1366-1393.
<https://doi.org/10.1108/EJIM-07-2023-0615>
- Seligman, M. E. (2012). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. William Heinemann
- ShabaniSahd1 N, saadipour2 E, Bagheri3 F. (2024). Developing a model of happiness based on psychological well-being and social support with the mediation of emotional intelligence. *Journal of Psychological Science*. 23(139), 23-42. [Persian]
<http://dx.doi.org/10.52547/JPS.23.139.1567>
- Simpson, A. V., & Berti, M. (2020). Transcending organizational compassion paradoxes by enacting wise compassion courageously. *Journal of Management Inquiry*, 29(4), 433-449.
<https://doi.org/10.1177/1056492618821188>
- Skalski-Bednarz, S. B., & Toussaint, L. L. (2024). A relational model of state of forgiveness and spirituality and their influence on well-being: A two-wave longitudinal study of women with a sexual assault history. *Psychology of Religion and Spirituality*.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/rel0000526>
- Soheili, M. R., Pirkhaefi, A., & Mohamadi, A. (2022). Psychometric Properties of PERMA Well-Being Profile: A Multi-Component Tool for Measuring Flourishing. *Clinical Psychology and Personality*, 20(1), 151-164. [Persian]
<https://doi.org/10.22070/cpap.2022.13354.1004>
- Soleimani S, Kareshki H, Amin Yazdi S A. (2023). The Effectiveness of Online Flourishing Empowerment Intervention on Students' Positive Emotions, Relationships, Meanings and Achievements. *Rooyesh*. 12(2), 1-10. [Persian] URL: <http://frooyesh.ir/article-1-4180-fa.html>
- Song, J. Y., Enright, R. D., & Kim, J. J. (2025). Definitional drift within the science of forgiveness: The dangers of avoiding philosophical analyses. *Journal of Theoretical and Philosophical Psychology*, 45(1),3.
<http://dx.doi.org/10.1037/teo0000278>
- Soper, D. (2021). Calculator: A-priori sample size for structural equation models. Free a-priori sample size calculator for structural equation models - Free statistics calculators.
www.danielsoper.com/statcalc/calculator.aspx?id=89
- Stafford, L., & Kuiper, K. (2022). Exchange and communal strengths' associations with relational characteristics and forgiveness. *Journal of Family Issues*, 43(10), 2701-2723.
<https://doi.org/10.1177/0192513X211032684>

- Tehrani R, Moharami J. (2024). Predicting neuroticism traits based on various attachment styles and psychological well-being with the mediation of uncertainty intolerance in college students. *Journal of Psychological Science*. 23(137), 209-227. [Persian] doi:[10.52547/JPS.23.137.1205](https://doi.org/10.52547/JPS.23.137.1205)
- Theodora, M., Sahrani, R., & Roswiyani, R. (2023). The mediating effect of forgiveness on the relationship between spirituality and psychological well-being in adults with history of childhood bullying. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(2), 241-258. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v8i2.17829>
- Thomas, S. G., & Kamble, S. G. (2023). Forgiveness and its relationship with social connectedness and subjective well-being. *The International Journal of Indian Psychology*, 11(4), 2492-2497. <https://doi.org/10.25215/1104.232>
- Topcu-Uzer, C., Randall, A. K., Vedes, A. M., Reid, D., & Bodenmann, G. (2021). We-ness questionnaire: Development and validation. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 20(3), 256-278. <https://doi.org/10.1080/15332691.2020.1805082>
- Toussaint, L., Worthington Jr, E. L., Van Tongeren, D. R., Hook, J., Berry, J. W., Shivvy, V. A., ... & Davis, D. E. (2018). Forgiveness working: Forgiveness, health, and productivity in the workplace. *American Journal of Health Promotion*, 32(1), 59-67. <https://doi.org/10.1177/0890117116662312>
- Tu, H., Zhou, Y., & Yan, K. (2024). The power of saying "thank you": Examining the effect of tourist gratitude expression on resident participation in value co-creation. *Journal of Hospitality and Tourism Management*, 61, 200-211. <https://doi.org/10.1016/j.jhtm.2024.10.011>
- Üçök, S. B. Ö., Aydoğan, D., Topcu, Ç., & Randall, A. K. (2024). Adaptation and Validation of the We-ness Questionnaire in a Turkish Sample. *Bartın University Journal of Faculty of Education*, 13(1), 222-231. <https://doi.org/10.14686/buefad.1247631>
- VanderWeele, T. J. (2017). On the promotion of human flourishing. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 114(31), 8148-8156. <https://doi.org/10.1073/pnas.1702996114>
- Vismaya, A., Gopi, A., Romate, J., & Rajkumar, E. (2024). Psychological interventions to promote self-forgiveness: a systematic review. *BMC psychology*, 12(1), 258. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01671-3>
- Waigel, N. C., & Lemos, V. N. (2023). A systematic review of adolescent flourishing. *Europe's Journal of Psychology*, 19(1), 79. <https://doi.org/10.5964/ejop.6831>
- Walsh, L. C., Regan, A., Twenge, J. M., & Lyubomirsky, S. (2023). What is the optimal way to give thanks? Comparing the effects of gratitude expressed privately, one-to-one via text, or publicly on social media. *Affective Science*, 4(1), 82-91. <https://doi.org/10.1007/s42761-022-00150-5>
- Westland, J. C. (2010). Lower bounds on sample size in structural equation modeling. *Electronic commerce research and applications*, 9(6), 476-487. <https://doi.org/10.1016/j.elerap.2010.07.003>
- Weziak-Bialowolska, D., Lee, M. T., Bialowolski, P., McNeely, E., Chen, Y., Cowden, R. G., & VanderWeele, T. J. (2022). Associations between the importance of well-being domains and the subsequent experience of well-being. *Sustainability*, 15(1), 594. <https://doi.org/10.3390/su15010594>
- Witvliet, C. V., Jang, S. J., Johnson, B. R., Evans, C. S., Berry, J. W., Leman, J., ... & Hayden, A. N. (2023). Accountability: Construct definition and measurement of a virtue vital to flourishing. *The Journal of Positive Psychology*, 18(5), 660-673. <https://doi.org/10.1080/17439760.2022.2109203>
- Young, H. (2022). Strengthening we-ness in working with intercultural couples. *New Zealand Journal of Psychology*, 51(1), 1-10. <https://doi.org/10.1080/17439760.2022.2109203>