نقش بخشش رنجش‌خاطر زناشویی و تفاوتهای معنایی نقش جنسی در رضایت زناشویی معلمان متأهل شهرستان زاهدان

مهدی پیری[۱]
دکتر محمود شیرازی[۲]

چکیده

هدف از پژوهش حاضر[۳] *بررسی نقش بخشش رنجش‌خاطر زناشویی و تفاوتهای معنایی نقش جنسی در رضایت زناشویی بود. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری همهٔ معلمان متأهل شهرستان زاهدان و حجم نمونه ۵۹۰ نفر بوده که به روش نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله ای انتخاب شده اند. برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه‌های بخشش رنجش‌خاطر زناشویی(MOFS)، تفاوتهای معنایی نقش جنسی (SDSR) و رضایت زناشویی انریچ و برای تحلیل نتایج از روشهای آمار توصیفی میانگین و انحراف استاندارد و در سطح استنباطی از همبستگی پیرسون و رگرسیون به روش گام به گام استفاده شده است. نتایج نشان داده که در مردان و زنان متأهل، میان بُعد خشم – اجتناب (ابعاد بخشش رنجش‌خاطر زناشویی) با رضایت زناشویی رابطه معکوس و معنادار و با بُعد خیرخواهی (ابعاد بخشش رنجش‌خاطر زناشویی) رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. علاوه براین نتایج رگرسیون گام به گام نشان داد که متغیر خشم – اجتناب و خیرخواهی (ابعاد بخشش رنجش خاطر زناشویی) در مردان و زنان متأهل رضایت زناشویی را پیش بینی می‌کند. همچنین نتایج نشان داد که رضایت زناشویی با خودپیروی، همدلی و قدرت در مردان و زنان متأهل رابطه مثبت و معنادار دارد. افزون بر این نتایج رگرسیون گام به گام نشان داد که متغیر همدلی (ابعاد تفاوتهای معنایی نقش جنسی) به تنهایی رضایت زناشویی را در مردان و زنان متأهل پیش‌بینی می‌کند. معلمان متأهل می‌توانند با شرکت در کارگاههای آموزشی مبتنی بر بخشودگی و تفاوتهای معنایی نقش جنسی زمینه ایجاد رضایت زناشویی را فراهم سازند.*

کلید واژگان: بخشش رنجش‌خاطر زناشویی، تفاوتهای معنایی نقش جنسی، رضایت زناشویی

تاریخ دریافت: ۹۵/۱۰/۲۹ تاریخ پذیرش: ۹۶/۱۰/۶

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه سیستان و بلوچستان mahdipiri221@yahoo.com
۲. دانشیار روانشناسی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه سیستان و بلوچستان(نویسنده مسئول) mshirazi@edpsy.usb.ac.ir

۳. این مقاله برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد نویسنده اول می‌باشد.

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]

مقدمه

نظام آموزش و پرورش یکی از نظامهای اجتماعی مهم کشورهاست. رسالت این نظام علاوه بر انتقال میراث فرهنگی و تجربه‌های بشری به نسل جدید، ایجاد تغییرات مطلوب در شناختها، نگرشها و در نهایت رفتار کودکان، نوجوانان و جوانان است. به عبارت دیگر نظام آموزش و پرورش به نظامی گفته می‌شود که «الگوی کلی نهادها، مؤسسات و سازمانهای رسمی جامعه است و وظایف انتقال فرهنگ و شکوفاسازی آن، پرورش فرد و تربیت نیروی انسانی ماهر و متخصص را به عهده دارد» (رشیدی و خشنودی‌فر،۱۳۹۲).

یکی از عوامل اصلی و بنیادین در دوام خانواده رضایت زناشویی است. همچنین رضایت زناشویی یکی از مهم‌ترین شاخصه‌های تعیین عملکرد خانواده است و وقتی حاصل می‌شود که زن و شوهر از ازدواج با یکدیگر رضایت داشته باشند و از با هم بودن احساس شادمانی کنند (لعل‌بخش، سودانی و شفیع آبادی،۱۳۹۰).

در این مورد گروهی از پژوهشگران رضایت زناشویی را احساس عینی خشنودی، رضایت خاطر، لذت بردن زن و شوهر از تمامی روابط، هماهنگی میان همسران و گروهی دیگر رضایت زناشویی را ارزیابی ذهنی فرد از رابطه و سازگاری درونی و بیرونی زن و مرد می‌دانند(پور حیدری، باقریان، دوست‌کام و بهادرخان،۱۳۹۲). رضایت از زندگی زناشویی به منزله رضایت از خانواده است و رضایت از خانواده به منزله رضایت از زندگی. بنابراین رضایت از زندگی زناشویی سبب رشد، تعالی و پیشرفت مادی و معنوی جامعه می‌شود(ادلتی و ردزوان[1]، ۲۰۱۰).

یکی از عوامل مؤثر در ایجاد رضایت زناشویی، بخشش رنجش‌خاطر زناشویی است. در هر زندگی زناشویی، اختلافات و رنجشهایی میان زن و مرد ایجاد می‌شود که اگر اقدام به‌موقع برای رفع آنها صورت نگیرد، مشکلات روحی و جسمی یا حتی متارکه را در پی خواهد داشت. بخشش در این مواقع از راهکارهایی است که سبب رفع سریع رنجش می‌شود و از مشکلات بعدی جلوگیری می‌کند. عفو و بخشش در روابط زناشویی کیفیت و میزان رضایت زناشویی را افزایش می دهد (فینچام، هال و بیچ[2]،۲۰۰۶). در دو دهه اخیر پژوهشهایی در زمینهٔ بخشش و تأثیر آن در بهبود روابط میان- فردی، بهداشت روان و پیامدهای آن انجام شده است. با توجه به نقش مهم روابط میان-فردی در شکل‌گیری هویت فرد، اهمیت درک فرایند بخشودگی و نقش آن در حفظ

1. Edlati & Redzuan
2. Fincham, Hall & Beach

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]

روابط مشخص می‌شود(مایربرگ[1]، ۲۰۱۱). اغلب بخشودگی به صورت کاهش هیجانهای منفی و برقراری مجدد هیجانهای مثبت نسبت به فرد خاطی، تعریف می‌شود (کاتو[2]،۲۰۱۶). طبق نظر رای[3] و همکاران (۲۰۰۵)، گذشت، به مثابه عاملی تسهیل کننده برای مقابله با موقعیتهای آسیب‌رسان زندگی سودمند است و سبب می‌شود فرد هیجانات منفی خویش را کنترل کند. بخشودگی رها شدن از افکار، احساسات و رفتارهای منفی در پاسخ به رفتارهای نادرست و جایگزین کردن رفتارها و واکنشهای مثبت در مقابله با خشم و پرخاشگری ناشی از آسیب است(امامی، غباری بناب، حسنی و قاسمی سیانی،۱۳۹۳).

یکی دیگر از عوامل مؤثر در رضایت زناشویی تفاوتهای معنایی نقش جنسی است. تحقیقات نشان داده است که علت بروز تعارض کار/ خانواده و انتخاب راههای مقابله با آن به دلیل الگوهای سنتی تقسیم کار جنسیتی است (رستگار خالد،۱۳۸۳). مردان بیشتر از زنان در رویارویی با موقعیتهای تنیدگی‌زا بازداری هیجانی نشان می‌دهند و زنان نسبت به مردان عواطف منفی بیشتری را تجربه می‌کنند (شکری،کدیور و دانشورپور،۱۳۸۶). در دختران، باورهای جنسیتی کلیشه‌ای بیشتر از پسران است و دختران کمتر از پسران از جنسیت خود راضی‌اند. برای رضایتمندی بیشتر دختران از جنسیت خود باید باورهای کلیشه‌های جنسیتی را از برنامه‌های درسی زدود و به تناسب دنیای امروز تصویری تازه و روزآمد از نقشهای زنان ارائه داد (ظهره‌وند،۱۳۸۳). مردان در مقایسه با زنان، نگرشهای جنسیتی سنتی‌تری در نقش جنسی دارند و اغلب اجبار فیزیکی را در رابطه زناشویی به کار می‌گیرند (فین[4]،۱۹۸۶). پژوهشها حاکی از آن است که مردان در مقایسه با زنان در مسائل جنسی سهل‌گیرترند و بیشتر به کسب لذت تمایل دارند و رضایت جنسی به میزان رضایت زناشویی بستگی دارد. همچنین افزایش رضایت جنسی تعهد زناشویی را نیز افزایش می‌دهد (شاه‌سیاه، بهرامی، اعتمادی و محبی، ۱۳۸۹). افرادی که از ازدواج خود راضی بودند از رابطه جنسی خود نیز رضایت داشتند (فینچام و بردبری[5]،۱۹۸۷). زن و مرد از لحاظ جسمی و روحی تفاوتهایی دارند که پذیرش این تفاوتها سبب درک متقابل و ایجاد زمینهٔ نزدیکی فکری و روحی و آرامش توأم با آن می‌شود. هنگامی که زن و مرد تفاوتهای جنسی خود را می‌پذیرند، حس احترامشان نسبت به هم افزایش می‌یابد. همچنین پذیرش تفاوتها سبب افزایش رضایت از زندگی

1. Myerberg
2. Kato
3. Rye
4. Finn
5. Bradbury

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]

زناشویی می‌شود (بائوکام و آیکن[1]،۱۹۸۴). میلر و ورثینگتون[2] (۲۰۱۰) در تحقیقی به بررسی رابطه میان جنسیت، رضایت زناشویی، بخشودگی زناشویی و سلامت روان پرداختند. جامعه آماری شامل ۳۱۱ زوج متأهل بود. نتایج نشان داد که رضایت زناشویی رابطه ای مثبت و معنادار با بخشودگی زناشویی دارد و بخشودگی بهترین پیش‌بینی کننده رضایت زناشویی است.

منصوری، سراج خرمی و حیدری(۱۳۹۲) در پژوهشی تحت عنوان "بررسی رابطه صمیمیت، بخشش و خودافشایی با رضایت زناشویی در بین معلمان متأهل" که روی ۲۸۵ معلم متأهل انجام شد، دریافتند که میان صمیمیت، بخشش و خودافشایی با رضایت زناشویی رابطه ای مثبت و معنادار وجود دارد.

عسگری و باجلان(۱۳۹۳) در پژوهشی تحت عنوان "تأثیر بخشش درمانی بر تعارضات زناشویی و کیفیت زندگی زنان مراجعه کننده به بهزیستی شهر اراک" دریافتند که بخشش درمانی بر کاهش تعارضات زناشویی و افزایش کیفیت زندگی زنان تاثیرگذار است و آن تأثیر از لحاظ آماری معنادار است.

پارک، انرایت، اسکس، واکسلر و کلات[3](۲۰۱۳) در پژوهشی تحت عنوان "آموزش بخشایش در زنان نوجوان قربانی پرخاشگری در کره جنوبی" دریافتند که بخشایش از طریق کنترل هیجانات منفی، منجر به کاهش تعارضات و افزایش بهزیستی روانی و جسمانی، شادکامی و ارتقای رضایت زناشویی و سازگاری زناشویی می‌شود.

مام، اوگینی و اونیشی[4](۲۰۱۵) در پژوهشی تحت عنوان "هوش هیجانی، مذهب و بخشودگی به منزلهٔ پیش بینی کننده‌های رضایت زناشویی در میان کارکنان دانشگاه نیجریه" دریافتند که هوش هیجانی، مذهب و بخشودگی ارتباطی مثبت و معنادار با رضایت زناشویی کارکنان دانشگاه دارد.

درختکاری و آهنگرکانی(۱۳۹۵) در پژوهشی تحت عنوان "تأثیر آموزش بخشایش بر میزان احترام به همسر و رضایت زناشویی در زنان دچار مشکلات زناشویی" که روی ۳۰ زن متأهل انجام دادند، دریافتند که آموزش بخشایش به گونه ای معنادار سبب افزایش میزان احترام به همسر و رضایت زناشویی در گروه آزمایش، در مقایسه با گروه کنترل، در مرحله پس‌آزمون و پیگیری چهار ماهه شده است.

1. Baucom & Aiken
2. Miller & Worthington
3. Park, Enright, Essex, Waxler & Klatt
4. Mbam, Oginyi & Onyishi

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]

رحمانی، مرقاتی خویی، صادقی و الله قلی(۱۳۹۰) در پژوهشی تحت عنوان "ارتباط رضایت جنسی و رضایت از زندگی زناشویی" نشان دادند که میان رضایت از زندگی زناشویی و رضایت جنسی ارتباطی معنادار وجود دارد و رضایت جنسی با فاصله سنی زوجین، طول مدت ازدواج و وضعیت اعتیاد نیز ارتباطی معنادار دارد.

در مطالعه ای که کرمانی مامازنی و دانش (۱۳۹۰)درباره دبیران متأهل شهرستان پاکدشت انجام دادند، نتایج نشان داد که عدم آگاهی کافی و نداشتن آموزش صحیح در زمینه روابط جنسی اثری ناخوشایند بر زندگی و رضایت زناشویی می‌گذارد.

نتایج یافته‌های یوسف زاده، نامنی، گلمکانی، نجف نجفی، ابراهیمی و مدرس (۱۳۹۲) نشان داد که آموزشهای جنسی توأم با آموزه‌های دینی سبب افزایش سازگاری زناشویی، رضایت از زندگی و توافق و تجلی عواطف در زندگی زناشویی می‌شود.

یافته‌های راستگو، گلزاری و براتی سده(۱۳۹۳) در پژوهشی تحت عنوان "اثربخشی افزایش دانش جنسی بر رضایت زناشویی زنان متاهل" نشان داد که افزایش دانش جنسی موجب افزایش رضایت زناشویی زنان می‌شود.

دوغان، توقوت و گلباسی[1](۲۰۱۳) در پژوهشی دریافتند که میان کیفیت رابطهٔ جنسی با ابعاد جسمی، هیجانی و شادکامی و رضایت از زندگی در زنان رابطه ای مثبت و معنادار وجود دارد.

یو، بارتل- هرینگ، دی و گانگاما[2](۲۰۱۴) دریافتند که رضایتمندی زناشویی و جنسی، محدود به اوایل زندگی زناشویی نیست و در سالهای بعد نیز مشاهده می‌شود. همچنین رضایت زناشویی بر کیفیت و میزان سلامت روان، رضایت از زندگی، احساس تنهایی و میزان لذت جنسی تاثیرگذار است.

نتایج یافته‌های نصیری ده سرخی و موسوی (۱۳۹۴) در پژوهشی تحت عنوان "بررسی برخی همبسته‌های رضایت جنسی و رضایت زناشویی در زنان متأهل شهر اصفهان" نشان داد که میان رضایت زناشویی و رضایت جنسی، میزان تجربه ارگاسم، دفعات تجربه جنسی در هفته و مدت زمان رابطه جنسی و نیز متغیرهای زمینه ای (غیر جنسی) چون سن، طول مدت ازدواج و تحصیلات رابطه ای مثبت و معنادار وجود دارد.

1. Doğan, Tugut, Golbasi
2. Yoo, Bartle-Haring, Day, Gangamma

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]

ساسانپور، عزیزی و دهقان منشادی(۱۳۹۵) در پژوهشی تحت عنوان "اثربخشی آموزش بازسازی شناختی جنسی بر رضایت زناشویی و سلامت روان زوجین شهراصفهان در سال ۱۳۹۳" دریافتند که آموزش بازسازی شناختی جنسی بر رضایت زناشویی و سلامت روان در گروه آزمایشی مؤثر بوده و با کاهش نمرات افسردگی، سبب افزایش سلامت روان زوجین شده است. بنابراین آموزش بازسازی شناختی جنسی می‌تواند سبب افزایش رضایت زناشویی و سلامت روان زوجین شود.

طلایی‌زاده و بختیارپور(۱۳۹۵) در پژوهشی تحت عنوان "رابطه رضایت زناشویی و رضایت جنسی با سلامت روان زوجین" دریافتند که رضایت زناشویی و رضایت جنسی با سلامت روان زوجها در دوره‌های سنی۲۰ تا ۳۰، ۳۱ تا ۴۰ و ۴۱ تا۵۰ سال ارتباط مثبت و معنادار دارد. همچنین رضایت زناشویی و رضایت جنسی ۵۷ درصد از واریانس سلامت روان را در دوره سنی ۲۰ تا ۳۰ سال پیش بینی می‌کند، به طوری که رضایت زناشویی می‌تواند ۳۸ درصد از واریانس سلامت روان در دوره سنی ۳۱ تا ۴۰ سال و ۴۴ درصد از واریانس سلامت روان در دوره سنی ۴۱ تا ۵۰ سال را پیش‌بینی کند.

بر اساس پژوهشهای انجام شده بخشش و تفاوتهای معنایی نقش جنسی با رضایت زناشویی بر هم تاثیری بسزا دارند. همچنین بهبود کیفیت زندگی و روابط صمیمی میان زن و شوهر، نه تنها سبب بقای خانواده می‌شود، بلکه تعارضات کمتر و انسجام بیشتر ساختار خانواده را نیز در پی دارد. بنابراین این پژوهش در پی پاسخگویی به این دو سؤال اساسی است:

۱. آیا بخشش رنجش‌خاطر زناشویی پیش‌بینی کننده رضایت زناشویی در معلمان متأهل است؟

۲. آیا تفاوتهای معنایی نقش جنسی پیش‌بینی کننده رضایت زناشویی در معلمان متأهل است؟

روش

روش پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی پیش‌بین است.

جامعه آماری، نمونه و روش نمونه گیری

جامعهٔ آماری پژوهش حاضر، کلیه معلمان زن و مرد متأهل شهرستان زاهدان از سه مقطع تحصیلی(ابتدایی، راهنمایی و دبیرستان) بودند. تعداد اعضای کل جامعه آماری برابر با ۶۰۸۴ معلم متأهل(۴۳۵۴ زن و ۱۷۳۰ مرد) بود و نمونه‌گیری به روش تصادفی چند مرحله ای انجام شد. برای این منظور فهرست کاملی از مدارس شهرستان زاهدان در سه مقطع ابتدایی، راهنمایی و دبیرستان، از همهٔ نواحی آموزش و پرورش (ناحیه یک و دو) تهیه شد و سپس از میان معلمان سه مقطع

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]

[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]

معلمان ۸۰ مدرسه، ۴۰مدرسه دخترانه(۲۲مدرسه ابتدایی، ۸ مدرسه راهنمایی و ۱۰ مدرسه متوسطه) و ۴۰ مدرسه پسرانه (۱۵مدرسه ابتدایی، ۱۰ مدرسه راهنمایی و ۱۵مدرسه متوسطه) به صورت تصادفی انتخاب شدند. پس از آن بر اساس فرمول کوکران ۵۹۰ نفر (۲۹۰ مرد و ۳۰۰ زن متأهل) به عنوان نمونه انتخاب شدند و در بازه زمانی پنج ماهه پرسشنامه توزیع و پس از تکمیل شدن گردآوری شد.

ابزارهای پژوهش

الف) پرسشنامه بخشش رنجش‌خاطر زناشویی:[1] این پرسشنامه را پالیری،[2] رگالیا[3] و فینچام در سال ۲۰۰۹ به منظور ارزیابی فرایند بخشش در موقعیت زندگی زناشویی ساخته اند. پرسشنامه بخشش رنجش‌خاطر زناشویی دارای ۱۰ عبارت و دو زیرمقیاس خیرخواهی و خشم – اجتناب است. برای به دست آوردن نمرات زیر مقیاسها کافی است نمره همه عبارات مربوط به زیرمقیاس مورد نظر با هم جمع شود. برای به دست آوردن نمره میانگین نیز باید نمره به دست آمده را بر تعداد عبارات مربوط به زیر مقیاس مورد نظر تقسیم کرد. نتایج حاکی از پایایی مطلوب این آزمون است. ضریب آلفای کرونباخ زیرمقیاس خیرخواهی برای مردان۸۰ درصد و برای زنان۷۵ درصد و زیرمقیاس خشم–اجتناب برای مردان ۸۳ درصد و برای زنان ۷۹ درصد است. اعتبار افتراقی آزمون به روش تحلیل عاملی تأییدی مورد بررسی قرار گرفت. نتایج تحلیل عاملی تأییدی نیز وجود دو عامل مجزا اما همسو یعنی خیرخواهی و خشم- اجتناب را تأیید کرد (پالیری، رگالیا و فینچام، ۲۰۰۹). آلفای کرونباخ در این پژوهش برای زیر مقیاس خیر خواهی ۰/۸۰ و برای خشم – اجتناب ۰/۷۲ به دست آمد. در حال حاضر این پرسشنامه در ایران دارای اعتبار و روایی نیست.

ب) پرسشنامه تفاوتهای معنایی نقش جنسی:[4] این پرسشنامه را جولین هافنر[5] در سال ۱۹۸۴ به منظور بررسی ابعاد سه گانه زناشویی ساخته است. این آزمون ۱۵ عبارتی نقش جنسی را در روابط زناشویی مورد بررسی قرار می‌دهد. این پرسشنامه چهار بار برای پاسخگویی به چهار مفهوم کامل می‌شود. خود واقعی، خود ایده ال، همسر واقعی، همسر ایده ال. این ابزار شامل سه زیرمقیاس قدرت، همدلی و خودپیروی است. نمرات زیرمقیاسها برای چهار مفهوم مختلف به چهار صورت گوناگون به کار گرفته می‌شوند: به عنوان ابزاری برای تشخیص عدم موفقیت

1. Marital Offence-Specific Forgiveness Scale (MOFS)
2. Paleari
3. Regalia
4. Semantic Differential of Sex Roles (SDSR) Scale
5. Julian Hafner

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]

زناشویی، به عنوان ابزاری برای تشخیص عدم موفقیت برای یکی از طرفین، به عنوان ابزاری برای تشخیص تصور قالبی نقش جنسی و دو جنسیتی بودن و به عنوان ابزاری برای سنجش انکار تعارض زناشویی. نمرات زیر مقیاسها از مجموع نمرات عبارات موجود در هر زیر مقیاس به دست می آید. نمره بالاتر نشان دهنده قدرت، همدلی و خودپیروی بیشتر است. همانطور که پیش‌تر ذکر شد نمرات حاصل از این آزمون را می‌توان برای سنجش چهار مفهوم به کار برد: ۱- عدم موفقیت زناشویی آشکار: به منظور سنجش این مفهوم باید نمره کل فرم مربوط به همسر ایده ال را از نمره مربوط به فرم همسر واقعی کم کرد. هر قدر تفاوت این دو نمره بیشتر باشد، احساس عدم موفقیت در زندگی زناشویی بیشتر است. ۲- عدم موفقیت یکی از زوجین: این مفهوم که احساس نارضایتی و عدم موفقیت یکی از زوجین را نشان می‌دهد با کم کردن نمره فرم مربوط به خود ایده ال از فرم خود واقعی به دست می آید. ۳- تصور قالبی نقش جنسی و دوجنسیتی بودن: این مفهوم با داشتن نمره بالا در سه زیرمقیاس و در چهار مرتبه آزمون مشخص می‌شود. ۴- انکار تعارض زناشویی: این مفهوم با کم کردن نمره فرم خود واقعی زن و شوهر از هم به دست می آید. هر قدر تفاوت این دو نمره بیشتر باشد، تعارض زناشویی بیشتری وجود دارد. اطلاعات مربوط به پایایی در منابع اولیه ذکر نشده است. SDSR شواهدی مبنی بر اعتبار همزمان دارد چون با ابزارهای سازگاری زناشویی، خودانگاره و نقشهای جنسی همبستگی دارد. یک مقیاس تفاوتهای معنایی مشابه نتایج درمانی را در زوجهایی که یکی از آنها مبتلا به گذر هراسی است، پیش‌بینی می‌کند(کورکوران و فیشر[1]،۲۰۰۰). در این پژوهش آلفای کرونباخ برای زیر مقیاس خودپیروی ۰/۷۵، قدرت ۰/۸۳ و همدلی، ۰/۷۲ به دست آمد. در حال حاضر این پرسشنامه در ایران دارای اعتبار و روایی نمی‌باشد.

ج) پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ:[2] فورز و السون[3] (۱۹۸۹) این پرسشنامه را برای بررسی رضایت زناشویی به کار گرفتند که ابتدا ۱۱۵ سؤال داشت. این پرسشنامه که دارای ۱۲ مقیاس است، رضایت زناشویی را منطبق با ده جنبه رابطه زناشویی اندازه‌گیری می‌کند که شامل تحریف آرمانی، رضایت‌زناشویی، موضوعات شخصیتی، ارتباط زناشویی، حل‌تعارض، نظارت مالی، فعالیتهای مربوط به اوقات فراغت، روابط جنسی، ازدواج و فرزندان، بستگان و دوستان و نقشهای مربوط به برابری زن و مرد، جهت گیری مذهبی، همبستگی زوجها و تغییرات زناشویی می‌باشد.

1. Corcoran & Fischer
2. ENRICH marital satisfaction scale
3. Fowers & Olson

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]

پاسخ به سؤالات به صورت پنج گزینه‌ای (کاملاً موافق، موافق، نه موافق نه مخالف، مخالف و کاملاً مخالف) است. به عبارت دیگر در این سؤالات به عبارت کاملاً موافقم نمرهٔ ۱ و به عبارت کاملاً مخالفم نمره ۵ تعلق می‌گیرد. این پرسشنامه دارای چهار نمره مجزا است. برای مجموع ماده‌های هر مقیاس یک نمره کل محاسبه می‌شود و نمره‌های خام به درصد تبدیل می‌شوند. این مقیاس در سال ۲۰۰۶ از سوی السون تجدیدنظر شد. مقیاس تجدیدنظر شده چهار خرده مقیاس ۳۵ عبارتی است. ضریب آلفای پرسشنامه برای خرده مقیاسهای رضایت‌زناشویی، ارتباط، حل‌تعارض و تحریف آرمانی به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۰، ۰/۸۴ و ۰/۸۳ و اعتبار بازآزمایی پرسشنامه برای هر خرده آزمون به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۱، ۰/۹۰ و ۰/۹۲ بوده است.

در ایران برای اولین بار سلیمانیان (۱۳۷۳) همبستگی درونی آزمون را برای فرم بلند ۰/۹۳ و برای فرم کوتاه ۰/۹۵ محاسبه و گزارش کرده است. برای محاسبه روایی پرسشنامه انریچ شریف نیا (۱۳۸۰) روایی پرسشنامه رضایت زناشویی را با پرسشنامه سازگاری زوجی ابزار سنجش خانواده ۰/۹۲ به دست آورد(پورمیدانی، نوری و شفتی، ۱۳۹۳). ضریب آلفای پرسشنامه در پژوهش آسوده(۱۳۸۹) با تعداد نمونه ۳۶۵ زوج به ترتیب ۰/۶۸(با حذف سؤال ۲۴ آلفا ۰/۷۸ می‌شود)، ۰/۷۸، ۰/۶۲ و ۰/۷۷ به دست آمد. همچنین در پژوهش ساسانپور و همکاران(۱۳۹۵) پایایی این پرسشنامه ۰/۹۲ به دست آمد.

روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

نتایج تحقیق حاضر در دو بخش گزارش می‌شود: در بخش اول از شاخصهای آمار توصیفی (فراوانی، درصد، میانگین و انحراف استاندارد) و در بخش دوم در تحلیل سؤالهای پژوهش از آمار استنباطی همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام استفاده شده است.

یافته های پژوهش

داده‌های توصیفی

جدول ۱: فراوانی و درصد آزمودنیها بر حسب جنسیت

جنسیت	فراوانی	درصد
مرد	۲۹۰	۴۹/۹
زن	۳۰۰	۵۰/۱
کل	۵۹۰	۱۰۰

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]

[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که بیشترین فراوانی و درصد در میان آزمودنیها مربوط به زنان (۳۰۰) است.

جدول۲: فراوانی و درصد آزمودنیها بر اساس سن

سن	فراوانی	درصد
۲۳-۳۱	۹۸	۱۶/۷
۳۲-۴۰	۳۰۰	۵۰/۸
۴۱-۴۹	۱۸۳	۳۱
۴۹-۵۷	۹	۱/۵
کل	۵۹۰	۱۰۰

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که بیشترین فراوانی و درصد در میان آزمودنیها مربوط به گروه سنی ۳۷-۲۷ سال(۳۰۰) است.

جدول ۳: فراوانی و درصد آزمودنیها بر اساس مقطع تحصیلی که تدریس می‌کنند

مقطع تحصیلی	فراوانی	درصد
ابتدایی	۲۸۰	۴۷/۴
راهنمایی	۱۳۵	۲۲/۹
متوسطه	۱۷۵	۲۹/۷
کل	۵۹۰	۱۰۰

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که بیشترین فراوانی و درصد در میان آزمودنیها مربوط به مقطع تحصیلی ابتدایی (۲۸۰) است.

برای بررسی سؤالات این پژوهش از همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون گام به گام استفاده شد. با توجه به اینکه میزان نمره دوربین واتسون برای بررسی هر دو سؤال از ۱/۵۰ بیشتر است، بنابراین می‌توان از این آزمون استفاده کرد.

سؤال اول: آیا بخشش رنجش‌خاطر زناشویی پیش بینی کننده رضایت زناشویی در زنان و مردان متأهل است؟

جدول ۴: میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای بخشش رنجش‌خاطر زناشویی و رضایت زناشویی

متغیر	مردان	زنان
	میانگین(انحراف استاندارد)	میانگین (انحراف استاندارد)
خیرخواهی	۱۷/۶۵(۳/۶۰)	۱۷/۳۷(۳/۶۶)
خشم - اجتناب	۲۰/۳۲(۵/۴۱)	۲۰/۶۳(۵/۲۶)
رضایت زناشویی	۱۱۷/۶۰(۱۵/۹۰)	۱۱۴/۹۴(۱۷/۸۱)

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]

[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که بیشترین میانگین مربوط به متغیر رضایت زناشویی در میان مردان و زنان(۱۱۴/۹۴، ۱۱۷/۶۰) است.

جدول ۵: نتایج ماتریس همبستگی میان رضایت زناشویی با ابعاد بخشش رنجش خاطر زناشویی در مردان متأهل

متغیر	رضایت زناشویی	خیرخواهی	خشم- اجتناب
خشم- اجتناب	**-۰/۴۰	-۰/۳۴	۱
خیرخواهی	**۰/۲۶	۱	
رضایت زناشویی	۱		

**(p<۰/۰۰۱) (N=۲۹۰)

همانطور که در جدول ۵ مشاهده می‌شود، در معلمان مرد متاهل میان بُعد خشم – اجتناب (ابعاد بخشش رنجش خاطر زناشویی) با رضایت زناشویی (r= -۰/۴۰) رابطه معکوس و معنادار و میان رضایت زناشویی با بُعد خیرخواهی (ابعاد بخشش رنجش خاطر زناشویی) (r= ۰/۲۶) رابطه مثبت و معنادار در سطح ۹۹٪ اطمینان وجود دارد.

جدول ۶: نتایج رگرسیون گام به گام برای پیش بینی رضایت زناشویی در مردان متأهل

رضایت زناشویی	همبستگی	R2	مربع آر تعدیل شده	بتا	تی	میزان F و درجه آزادی
خشم – اجتناب	۰/۴۰	۰/۱۶	۰/۱۶	**-۰/۴۰	-۷/۶۸	۵۹/۰۹ **(۲۹۴،۱)
خشم – اجتناب	۰/۴۳	۰/۱۸	۰/۱۷	**-۰/۳۶	-۶/۴۲	۳۳/۱۶ **(۲۹۳،۲)
خیرخواهی				**۰/۱۴	۲/۴۸	

متغیر ملاک: رضایت زناشویی **(p<۰/۰۰۱)

همانطور که در جدول شماره ۶ مشاهده می‌شود نتایج رگرسیون گام به گام برای پیش بینی رضایت زناشویی نشان می‌دهد که در گام اول متغیر خشم – اجتناب (ابعاد بخشش رنجش‌خاطر زناشویی) به تنهایی ۱۶٪ رضایت زناشویی را پیش‌بینی می‌کند و در گام دوم خشم اجتناب و خیرخواهی (ابعاد بخشش رنجش خاطر زناشویی) روی هم ۱۷٪ متغیر رضایت زناشویی را پیش‌بینی می‌کنند. بنابراین، خشم – اجتناب (Beta= -۰/۳۶، p<۰/۰۰۱) رابطه معکوس و خیرخواهی (Beta=۰/۱۴، p<۰/۰۰۱) ارتباط مثبت و معنادار با رضایت زناشویی دارد و پیش‌بینی کننده رضایت زناشویی است. ضرایب استاندارد بتا نشان می‌دهد که چنانچه نمره رضایت زناشویی یک نمره تغییر کند، به میزان ۰/۳۶ – نمره خشم- اجتناب و ۰/۱۴ نمره خیرخواهی تغییر می‌کند.

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]

[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]

جدول ۷: نتایج ماتریس همبستگی میان رضایت زناشویی با ابعاد بخشش رنجش خاطر زناشویی در زنان متاهل

متغیر	رضایت زناشویی	خیرخواهی	خشم- اجتناب
خشم- اجتناب	-۰/۵۳**	-۰/۲۴	۱
خیرخواهی	۰/۳۱**	۱	
رضایت زناشویی	۱		

**(p<۰/۰۰۱) (N=۲۹۰)

همانطور که در جدول ۷ ملاحظه می‌شود در معلمان زن متاهل میان بُعد خشم – اجتناب (ابعاد بخشش رنجش خاطر زناشویی) با رضایت زناشویی (r= -۰/۵۳) رابطه معکوس و معنادار و میان رضایت زناشویی با بُعد خیرخواهی (ابعاد بخشش رنجش خاطر زناشویی) (r= -۰/۳۱)رابطه مثبت و معنادار در سطح ۹۹٪ اطمینان وجود دارد.

جدول ۸: نتایج رگرسیون گام به گام برای پیش بینی رضایت زناشویی در زنان متأهل

رضایت زناشویی	همبستگی	R2	مربع آر تعدیل شده	بتا	تی	میزان F و درجه آزادی
خشم – اجتناب	۰/۵۳	۰/۲۸	۰/۲۸	**-۰/۴۰	-۷/۶۸	۱۱۵/۴۵ **(۲۹۳،۱)
خشم – اجتناب	۰/۵۶	۰/۳۱	۰/۳۱	**-۰/۴۸	-۹/۷۰	۶۸/۵۴ **(۲۹۲،۲)
خیرخواهی				**۰/۱۹	۳/۹۷	

متغیر ملاک: رضایت زناشویی **(p<۰/۰۰۱)

همانطور که در جدول شماره ۸ مشاهده می‌شود نتایج رگرسیون گام به گام برای پیش‌بینی رضایت زناشویی نشان می‌دهد که در گام اول متغیر خشم - اجتناب (ابعاد بخشش رنجش خاطر زناشویی) به تنهایی ۲۸٪ رضایت زناشویی را پیش‌بینی می‌کند و در گام دوم خشم اجتناب و خیرخواهی (ابعاد بخشش رنجش خاطر زناشویی) روی هم ۳۱٪ متغیر رضایت زناشویی پیش‌بینی می‌کنند. بنابراین، خشم - اجتناب (Beta= -۰/۴۸ ، p<۰/۰۰۱) رابطه معکوس و خیرخواهی (Beta=۰/۱۹، p<۰/۰۰۱) ارتباط مثبت و معنادار با رضایت زناشویی دارد و پیش‌بینی کننده رضایت زناشویی است. ضرایب استاندارد بتا نشان می‌دهد چنانچه نمره رضایت زناشویی یک نمره تغییر کند، به میزان ۰/۴۸ - نمره خشم- اجتناب و ۰/۱۹ نمره خیرخواهی تغییر می‌کند.

سؤال دوم: آیا تفاوتهای معنایی نقش جنسی پیش‌بینی کننده رضایت زناشویی در مردان و زنان متأهل است؟

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]

[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]

جدول ۹: میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای رضایت زناشویی و ابعاد تفاوتهای معنایی نقش جنسی در زنان و مردان متأهل

متغیر	مردان	زنان
	میانگین(انحراف استاندارد)	میانگین (انحراف استاندارد)
خودپیروی	۱۵/۹۴(۳/۵۱)	۱۵/۱۸(۳/۶۴)
همدلی	۳۳/۱۸(۵/۸۳)	۳۳/۳۱(۵/۷۵)
قدرت	۲۹/۲۷(۵/۶۲)	۲۷/۷۸(۵/۶۹)
رضایت زناشویی	۱۱۷/۶۰(۱۵/۹۰)	۱۱۴/۹۴(۱۷/۸۱)

همانطور که در جدول شماره ۹ مشاهده می شود بیشترین میانگین مربوط به متغیر رضایت زناشویی در مردان و زنان متأهل (۱۱۷/۶۰، ۱۱۴/۹۴) نسبت به سایر متغیرهاست.

جدول ۱۰: نتایج ماتریس همبستگی میان رضایت زناشویی با ابعاد تفاوتهای معنایی نقش جنسی

متغیر	رضایت زناشویی	قدرت	همدلی	خودپیروی
خودپیروی	*۰/۱۶	۰/۷۱	۰/۶۰	۱
همدلی	**۰/۲۳	۰/۵۶	۱	
قدرت	**۰/۱۱	۱		
رضایت زناشویی	۱			

(N=۲۹۰) *(p<۰/۰۵) **(p<۰/۰۰۱)

همانطور که درجدول شماره ۱۰مشاهده می‌شود، رضایت زناشویی با خودپیروی (r= ۰/۱۶)، همدلی (r= ۰/۲۳) و قدرت(r= ۰/۱۱)رابطه مثبت و معنادار دارد.

جدول ۱۱ : نتایج رگرسیون گام به گام برای پیش‌بینی رضایت زناشویی در مردان متأهل

رضایت زناشویی	همبستگی	R2	مربع آر تعدیل شده	بتا	تی	میزان F و درجه آزادی
همدلی	۰/۲۳	۰/۰۵	۰/۰۵	**۰/۲۳	۴/۲۲	۱۷/۸۴ **(۲۹۴،۱)

متغیر ملاک: رضایت زناشویی **(p<۰/۰۰۱)

همانطورکه در جدول شماره ۱۱مشاهده می‌شود نتایج رگرسیون گام به گام برای پیش‌بینی رضایت زناشویی نشان می‌دهد که تنها در همان گام اول متغیر همدلی (ابعاد تفاوتهای معنایی نقش جنسی) به تنهایی ۵٪ رضایت زناشویی را پیش‌بینی می‌کند. بنابراین، همدلی (p<۰/۰۰۱، Beta=۰/۲۳) ارتباط مثبت و معنادار با رضایت زناشویی دارد و پیش‌بینی کننده رضایت زناشویی است. ضرایب استاندارد بتا نشان می‌دهد چنانچه نمره رضایت زناشویی یک نمره تغییر کند، به میزان ۰/۲۳ نمره همدلی تغییر می‌کند.

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]

جدول ۱۲: نتایج ماتریس همبستگی میان رضایت زناشویی با ابعاد تفاوتهای معنایی نقش جنسی در زنان متأهل

متغیر	رضایت زناشویی	قدرت	همدلی	خودپیروی
خودپیروی	**۰/۲۰	۰/۷۰	۰/۵۲	۱
همدلی	**۰/۳۶	۰/۵۱	۱	
قدرت	**۰/۲۰	۱		
رضایت زناشویی	۱			

**(p<۰/۰۰۱) (N=۳۰۰)

همانطور که در جدول شماره ۱۲مشاهده می‌شود، رضایت زناشویی با خودپیروی (r= ۰/۲۰)، همدلی (r= ۰/۳۶) و قدرت(r= ۰/۲۰)رابطه مثبت و معنادار در سطح ۹۹٪ اطمینان دارد.

جدول ۱۳: نتایج رگرسیون گام به گام برای پیش بینی رضایت زناشویی در زنان متأهل

رضایت زناشویی	همبستگی	R2	مربع آر تعدیل شده	بتا	تی	میزان F و درجه آزادی
همدلی	۰/۳۶	۰/۱۳	۰/۱۲	**۰/۳۶	۶/۶۲	۴۳/۹۴ **(۲۹۳،۱)

متغیر ملاک: رضایت زناشویی **(p<۰/۰۰۱)

همانطورکه در جدول شماره ۱۳ مشاهده می‌شود نتایج رگرسیون گام به گام برای پیش‌بینی رضایت زناشویی نشان می‌دهد که تنها در همان گام اول متغیر همدلی (ابعاد تفاوتهای معنایی نقش جنسی) به تنهایی ۱۲٪ رضایت زناشویی را پیش‌بینی می‌کند. بنابراین، همدلی (p<۰/۰۰۱، Beta=۰/۳۶) ارتباط مثبت و معنادار با رضایت زناشویی دارد و پیش‌بینی کننده رضایت زناشویی است. ضرایب استاندارد بتا نشان می‌دهد که چنانچه نمره رضایت زناشویی یک نمره تغییر کند، به میزان ۰/۳۶ نمره همدلی تغییر می‌کند.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج به دست آمده در مورد سؤال اول(آیا بخشش رنجش‌خاطر زناشویی پیش‌بینی کننده رضایت زناشویی در زنان و مردان متأهل است) نشان داد که در مردان و زنان متأهل میان بُعد خشم – اجتناب (ابعاد بخشش رنجش‌خاطر زناشویی) با رضایت زناشویی رابطه معکوس و معنادار و میان بُعدخیرخواهی (ابعاد بخشش رنجش خاطر زناشویی) با رضایت زناشویی رابطه مثبت و معنادار دارد. علاوه براین نتایج رگرسیون گام به گام برای پیش بینی رضایت زناشویی نشان داد که در گام اول متغیر خشم – اجتناب (ابعاد بخشش رنجش خاطر زناشویی) در مردان و زنان متأهل به ترتیب به تنهایی ۱۶٪ و ۲۸٪ رضایت زناشویی را پیش بینی می‌کند و در گام دوم خشم– اجتناب و خیرخواهی (ابعاد بخشش رنجش‌خاطر زناشویی) به ترتیب روی هم ۰/۱۷ و ۳۱٪ متغیر رضایت

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]

زناشویی را در مردان و زنان متأهل پیش بینی می‌کنند. این یافته‌ها با یافته‌های میلر و ورثینگتون (۲۰۱۰)، منصوری و همکاران(۱۳۹۲)، عسگری و باجلان(۱۳۹۳)، پارک و همکاران(۲۰۱۳)، مام و همکاران(۲۰۱۵) و درختکاری و آهنگرکانی(۱۳۹۵) همسوست.

با توجه به اینکه بخشودگی تغییراتی را در بر می‌گیرد که می‌تواند با کاهش احساسات منفی یا افزایش احساسات مثبت همراه باشد می‌توان دریافت که بخشودگی با کیفیت بالای رابطهٔ زناشویی همراه است. هنگایی که فرد قادر به بخشش باشد رابطهٔ میان هتک حرمت و کیفیت رابطهٔ زناشویی ضعیف، تعدیل می‌شود. افرادی که قادر به بخشش همسر خویش هستند، اعتقاد به تقدیس رابطهٔ زناشویی خود دارند و این توانایی بخشش همسر به استحکام بیشتر رابطهٔ زناشویی و افزایش رضایت زناشویی می‌انجامد. همچنین گذشت و بخشش ابزاری است انگیزشی که می‌تواند رفتارهای میان- فردی مانند آشتی با آزاردهنده را آسان نماید و از پدید آمدن خشم و رفتار تلافی‌جویانه جلوگیری کند. همچنین بخشش ابزاری مهم برای حفظ روابط پایدار و دراز مدت است و به زوجها برای مقابله با مشکلات موجود و پیشگیری از بروز آنها در آینده کمک می‌کند.

نتایج به دست آمده در مورد سؤال دوم (آیا تفاوتهای معنایی نقش جنسی پیش‌بینی کننده رضایت زناشویی در مردان و زنان متأهل می‌باشد؟) نشان داد که رضایت زناشویی با خودپیروی، همدلی و قدرت در مردان و زنان متأهل رابطه مثبت و معنادار دارد. علاوه براین نتایج رگرسیون گام به گام نشان داد که تنها در همان گام اول متغیر همدلی (ابعاد تفاوتهای معنایی نقش جنسی) به تنهایی به ترتیب ۰/۰۵ و ۰/۱۲ رضایت زناشویی در مردان و زنان متأهل را پیش‌بینی می‌کند. یافته‌های این پژوهش با یافته‌های رحمانی و همکاران(۱۳۹۰)، کرمانی مامازنی و دانش (۱۳۹۰)، یوسف زاده و همکاران(۱۳۹۲)، راستگو و همکاران(۱۳۹۳)، دوغان و همکاران(۲۰۱۳)، یو و همکاران(۲۰۱۴)، نصیری ده سرخی و موسوی (۱۳۹۴)، ساسانپور و همکاران(۱۳۹۵) و طلایی زاده و بختیارپور(۱۳۹۵) هماهنگ است. با توجه به اینکه رضایت زناشویی مجموعه درک، احساسات و اعتقادات، نگرشها، پاسخها، توافقها و علائق شخصی در زندگی زناشویی و رضایت از آن است، بنابراین تفاوتهای معنایی نقش جنسی می‌تواند بر رضایتمندی از زندگی زناشویی مؤثر باشد. همچنین مردان در مقایسه با زنان در مسائل جنسی سهل‌گیرترند و بیشتر به کسب لذت تمایل دارند و رضایت جنسی با میزان بالای رضایت‌زناشویی مرتبط است. افرادی که از ازدواج خود راضی هستند از رضایت‌زناشویی بالاتری برخوردارند. برای افزایش رضایت زناشویی باید به زنان و مردان در مورد مسائل مربوط به رضایت زناشویی آموزش داده شود. آگاهی و دانش زوجین از به وجود

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]
[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]

آمدن تعارضات و آسیبهای زوجین جلوگیری می‌کند و به نگرش مثبت می‌انجامد. علاوه بر این زنان و مردان با وجود اینکه از نظر جنسی متفاوت اند ولی از طریق همدلی و رفتارهایی مانند درک متقابل، مهربانی، گرم و پذیرا بودن به رضایت زناشویی بیشتری می‌رسند. همچنین زنان و مردان با گرایش به خیرخواهی و دورشدن از خشم – اجتناب می‌توانند همدیگر را ببخشند و به رضایت زناشویی بالاتر دست یابند.

در پژوهش حاضر محدودیتهایی چون عدم کنترل متغیرهای تاثیر گذار همانند طبقه اقتصادی- اجتماعی خانوادگی، متغیرهای محیطی و وضعیت تحصیلی وجود داشته است. علاوه بر این با توجه به اینکه تنها معلمان شهر زاهدان در این پژوهش مورد سنجش قرار گرفته اند، لذا در تعمیم نتایج آن به معلمان استانهای دیگر کشور باید جانب احتیاط را رعایت کرد.

نتایج این پژوهش مبنی بر اثرگذاری بخشودگی بر بالا رفتن سطح رضایت زناشویی و تفاوتهای معنایی نقش جنسی برای معلمان متأهل کاربردهای متعدد دارد. معلمان متأهل می‌توانند با شرکت در کارگاههای آموزشی مبتنی بر بخشودگی و تفاوتهای معنایی نقش جنسی زمینه ایجاد رضایت زناشویی بالا را مهیا سازند. همچنین آموزش و پرورش با برگزاری کارگاههای آموزشی برای معلمان می‌توانند آنها را به مهارتها و روشهای بالا بردن رضایت زناشویی مجهز کنند.

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]

[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]

منابع

آسوده، محمدحسین. (۱۳۸۹). *فاکتورهای ازدواج موفق از دیدگاه زوجین خوشبخت*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه تهران.

امامی، کاملیا؛ غباری بناب، باقر؛ حسنی، اکرم و قاسمی سیانی، محمد. (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش گروهی بخشودگی بر میزان کنترل درونی و بیرونی خشم زنان مطلقهٔ شهر اصفهان. *مجله مطالعات ناتوانی*، ۴ (۴)، ۶۶-۷۳.

پورحیدری، سپیده؛ باقریان، فاطمه؛ دوستکام، محسن و بهادرخان، جواد. (۱۳۹۲). تأثیر آموزش مهارتهای زندگی بر رضایت زناشویی در زوج‌های جوان. *نشریه دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، *۱۴* (۱)، ۱۴-۲۲.

پورمیدانی، سمیه؛ نوری، ابوالقاسم و شفتی، سید عباس. (۱۳۹۳). رابطه سبک زندگی با رضایت زناشویی. *خانواده پژوهی*، *۱۰* (۳۹)، ۳۳۱-۳۴۴.

درختکار، علی و آهنگرکانی، محمد. (۱۳۹۵). تأثیر آموزش بخشایش در میزان احترام به همسر و رضایت زناشویی در زنان دچار مشکلات زناشویی. *مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی* ایران، ۲۲ (۱)، ۳۰-۳۸.

راستگو، ناهید؛ گلزاری، محمود و براتی سده، فرید. (۱۳۹۳). اثربخشی افزایش دانش جنسی بر رضایت زناشویی زنان متاهل. *فصلنامه مطالعات روانشناسی بالینی*، *۵* (۱۷)، ۴۸-۳۵.

رحمانی، اعظم؛ مرقاتی خویی، عفت السادات؛ صادقی، نرجس و الله قلی، لیلا. (۱۳۹۰). ارتباط رضایت جنسی و رضایت از زندگی زناشویی. *نشریه مرکز تحقیقات* مراقبتهای *پرستاری دانشگاه علوم پزشکی تهران*، ۲۴ (۷۰)، ۸۲-۹۰.

رستگار خالد، امیر. (۱۳۸۳). رابطه کار/خانواده: تفاوتهای جنسیتی در برخورداری از حمایت اجتماعی. *فصلنامه پژوهش زنان*، ۲ (۲)، ۵۵- ۷۵.

رشیدی، سحر و خشنودی فر، مهرنوش. (۱۳۹۲). *نیازسنجی آموزش سواد زیست محیطی در دانش آموزان مقطع اول دبیرستان شهرستان رامهرمز*. سومین کنفرانس برنامه‌ریزی و مدیریت محیط زیست، تهران، دانشگاه تهران.

ساسان‌پور، مهشید؛ عزیزی، امیر و دهقان منشادی، سید مسعود. (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش بازسازی شناختی جنسی بر رضایت زناشویی و سلامت روان زوجین شهراصفهان در سال ۱۳۹۳. *سلامت جامعه*، *۱۰* (۲)،۱-۱۰.

شاه سیاه، مرضیه؛ بهرامی، فاطمه؛ اعتمادی، عذرا و محبی، سیامک. (۱۳۸۹). تأثیر آموزش جنسی بر بهبود رضایت زناشویی زوجین شهر اصفهان. *مجله تحقیقات نظام سلامت*، *۶* (۴)، ۶۹۰-۶۹۷.

شکری، امید؛ کدیور، پروین و دانشورپور، زهره. (۱۳۸۶). تفاوتهای جنسیتی در بهزیستی ذهنی: نقش ویژگی‌های شخصیت. *مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، *۱۳* (۳)، ۲۸۰-۲۸۹.

طلایی‌زاده، فخری و بختیارپور، سعید. (۱۳۹۵). رابطه رضایت زناشویی و رضایت جنسی با سلامت روان زوجین. *اندیشه و رفتار*، *۱۰* (۴۰)، ۳۷-۴۶.

ظهره‌وند، راضیه. (۱۳۸۳). رابطهٔ ادراک از نقش‌های جنسیتی و رضایت از جنس. *فصلنامه پژوهش زنان*، ۲ (۲)، ۱۱۷-۱۲۵.

عسگری، محمد و باجلان، لیلا. (۱۳۹۳). تأثیر بخشش درمانی بر تعارضات زناشویی و کیفیت زندگی زنان مراجعه کننده به بهزیستی شهر اراک. *پژوهشهای مشاوره*، *۱۳* (۵۰)، ۱۱۸-۱۳۸.

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]

[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]

کرمانی مامازندی، زهرا و دانش، عصمت (۱۳۹۰). تاثیر نگرش مذهبی و هیجان خواهی بر سازگاری زناشویی دبیران متاهل شهرستان پاکدشت. *مطالعات روان شناختی، ۷* (۲)، ۱۲۹-۱۵۴.

لعل‌بخش، پونه؛ سودانی، منصور و شفیع آبادی، عبداله. (۱۳۹۰). بررسی اثربخشی آموزش مهارت های پس از ازدواج بر افزایش رضایت زناشویی زوجین. *علوم رفتاری، ۳* (۱۰)، ۱۰۵-۱۳۰.

منصوری، محمد؛ سراج خرمی، ناصر و حیدری، حسن. (۱۳۹۲). بررسی رابطهٔ صمیمیت، بخشش و خودافشایی با رضایت زناشویی در بین معلمان متأهل. *فصلنامه خانواده و پژوهش*، ۱۰ (۳)، ۹۵-۱۱۷.

نصیری‌ده سرخی، راضیه و موسوی، سیده فاطمه. (۱۳۹۴). مطالعه برخی همبسته‌های رضایت جنسی و رضایت زناشویی در زنان متأهل شهر اصفهان. *رویش روان شناسی*، ۴ (۱۱)، ۱۳۵-۱۵۲.

یوسف‌زاده، صدیقه؛ نامنی، فاطمه؛ گلمکانی، ناهید؛ نجف نجفی، مونا؛ ابراهیمی، مهدی و مدرس غروی، مرتضی. (۱۳۹۲). بررسی تأثیر آموزش‌های جنسی مبتنی بر آموزه‌های دینی بر سازگاری زناشویی زنان متأهل. *مجله زنان مامایی و نازائی ایران*، ۱۶ (۸۴)، ۱۰-۱۹.

Baucom, D. H., & Aiken, P. A. (1984). Sex role identity, marital satisfaction, and response to behavioral marital therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 53*(3), 438-444.

Corcoran, K., & Fischer, J. (2000). *Measures for clinical practice: A sourcebook (Vol. 1): Couples, families, and children.* New York, NY: The Free Press.

Doğan, T., Tugut, N., & Golbasi, Z. (2013). The relationship between sexual quality of life, happiness, and satisfaction with life in married Turkish women. *Sexuality and Disability*, *31*(3), 239-247.

Edlati, A., & Redzuan, M. (2010). Perception of women towards family values and their marital satisfaction. *Journal of American Science*, *6*(4), 132-137.

Fincham, F., & Bradbury, T. N. (1987). The assessment of marital quality: A reevaluation. *Journal of Marriage and the Family*, *49*, 797-809.

Fincham, F. D., Hall, J., & Beach, S. R. H. (2006). Forgiveness in marriage: Current status and future directions. *Journal of Family Relations*, *55*(4), 415–427.

Finn, J. (1986). The relationship between sex role attitudes and attitudes supporting marital violence. *Journal of Sex Roles*, *14*(5-6), 235–244.

Fowers, B. J., & Olson, D. H. (1989). ENRICH marital inventory: A discriminant validity and cross-validation assessment. *Journal of Marital and Family Therapy, 15*(1), 65-79.

Hafner, R. J. (1984). The marital repercussions of behavior therapy for agoraphobia. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, *21*(4) , 530-542.

Kato, T. (2016). Effects of partner forgiveness on romantic break-ups in dating relationships: A longitudinal study. *Personality and Individual Differences*, *95*, 185-189.

Mbam, O. S., Oginyi, R.C.N., & Onyishi, E. I. (2015). Emotional intelligence, religiosity and forgiveness as predictor of marital satisfaction among non-academic staff of Ebonyi State University, Abakaliki South Eastern Nigeria. *Journal of Emerging Trends in Educational Research and Policy Studies (JETERAPS)*, *6*(5), 361-370.

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]

[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]

Miller, A. J., & Worthington, E. L. (2010). Sex differences in forgiveness and mental health in recently married couples. *The Journal of Positive Psychology*, *5*(1), 12-23.

Myerberg, L. (2011). *Forgiveness as a mechanism of self-regulation: An ego-depletion model*. BSc. thesis, University of Richmond.

Paleari, F. G., Regalia, C., & Fincham, F.D. (2009). Measuring offence-specific forgiveness in marriage: The Marital Offence-Specific Forgiveness Scale (MOFS*). Psychological Assessment*, *21*(2), 194-209.

Park, J.H., Enright, R.D., Essex, M.J., Zahn-Waxler C., & Klatt, J.S. (2013). Forgiveness intervention for female South Korean adolescent aggressive victims. *Journal of Applied Developmental Psychology*, *34*(6), 268-276.

Rye, M.S., Pargament, K.I., Pan, W., Yingling, D.W., Shogren, K.A., & Ito, M. (2005).Can group interventions facilitate forgiveness of an ex-spouse? A randomized clinical trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*,*73*(5),880-892.

Yoo, H., Bartle-Haring, S., Day, R.D., & Gangamma, R. (2014). Couple communication, emotional and sexual intimacy, and relationship satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, *40*(4), 275-293.

[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]

[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]

[DOR: 20.1001.1.26766728.1397.15.2.6.6]
[Downloaded from qjfr.ir on 2026-10-09]