

معنویت و رضایت زناشویی: بررسی رابطه دین و معنویت با رضایتمندی زناشویی در بین زنان خانه دار ناحیه ۶ مشهد

بی بی سمیه مولوی امقانی^۱، مهوش مافی^۲، مجتبی تمدنی^۳

^۱ دانشجوی کارشناسی ارشد، روانشناسی مثبت گرا، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد الکترونیک. (نویسنده مسئول)

^۲ دکتری تخصصی روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد الکترونیک.

^۳ دکتری تخصصی روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد الکترونیک.

چکیده

هدف: پژوهش حاضر به منظور مطالعه رابطه دین و معنویت با رضایتمندی زناشویی صورت پذیرفت. پژوهش حاضر از نوع توصیفی-همبستگی و از لحاظ هدف کاربردی است. **مواد و روش:** جامعه آماری مطالعه حاضر زنان خانه دار ناحیه ۶ مشهد بود که به شیوه در دسترس انتخاب می شوند. با در نظر گرفتن متغیرها، حجم نمونه ۱۲۰ نفر در نظر گرفته شده است. گردآوری داده ها برای سنجش امید به زندگی از پرسشنامه اشنایدر (۱۹۹۱)، برای سنجش دین و معنویت از پرسشنامه فترز (۱۹۹۹) و برای سنجش سبک زندگی از پرسشنامه میلر و اسمیت و برای سنجش رضایتمندی زناشویی از پرسشنامه اولسون (۱۹۹۸) صورت پذیرفت. تجزیه و تحلیل داده ها در دو سطح توصیفی و استنباطی انجام گرفت. **یافته ها:** نتایج نشان داد مقدار ضریب تغییر برابر با ۳۵۵/۰ می باشد، این بدان معناست دین و معنویت ۳۵٫۵ درصد از واریانس متغیر رضایتمندی زناشویی را پیش بینی و تبیین می کند. همچنین ضریب تعیین رابطه بین دین و معنویت و رضایتمندی زناشویی در حدود ۳۲۴/۰ بود با ضریب اطمینان ۹۹٪ که این بدان معناست که دین و معنویت ۳۲/۴ درصد از واریانس متغیر رضایتمندی زناشویی را پیش بینی و تبیین می کند. **نتیجه گیری:** نتایج بیانگر این است که بین دین و معنویت و رضایتمندی زناشویی در بین زنان خانه دار ناحیه ۶ مشهد رابطه وجود دارد. در صورتی که دین و معنویت زنان خانه دار افزایش یابد، باعث شده سبک زندگی مناسب خود را پیدا کرده، رضایتمندی زناشویی را به دنبال خواهد داشت.

واژه های کلیدی: دین، معنویت، زنان، رضایتمندی زناشویی.

مقدمه

خانواده به عنوان یک نهاد مهم اجتماعی از کیفیت رابطه زوجین تاثیر می پذیرد و رضایت زناشویی یکی از عوامل تاثیرگذار و مهم در رابطه با خانواده است. خانواده اولین بخش از یک اجتماع است که هر کدام از ما بر اساس یک اتحاد زیستی، قانونی، جغرافیایی ... به صورت تولد، فرزند خواندگی، یا ازدواج به آن وارد می شویم. روابط بین اعضا و نقش هایی که هر یک از اعضا بر عهده می گیرند، می تواند بر شکل گیری شخصیت و رفتارهایی که نسبت به یکدیگر دارند اثر بگذارد. ارتباط زناشویی به عنوان صمیمی ترین نوع رابطه در پاسخ به کلیه نیازها، اعم از بدنی و روانشناختی محسوب می گردد. این ارتباط، هسته مرکزی نظام خانواده است و اختلال در آن به منزله تهدیدی جدی برای بقاء خانواده می باشد و کیفیت رابطه زوجین کل خانواده را تحت تاثیر قرار می دهد (صادق مقدم ۱۳۸۵). رضایت زناشویی، یکی از عوامل تعیین کننده در پیش بینی میزان صمیمیت یک رابطه عاشقانه و ماندگاری آن یا میزان درگیری زوجین و پایان یک رابطه است. زوج هایی که احساس رضایت از زندگی زناشویی خود دارند، در روابط خود ثبات بیشتری دارند و برای حل کردن مشکلات و تعارضهای زندگی مشترک خود بیشتر از دیگران، تلاش می کنند. رضایت زناشویی ابعاد جسمی، جنسی و عاطفی را در بر می گیرد و با رفاه اقتصادی و اجتماعی و عوامل فرهنگی مرتبط است (فرقانی، ۱۳۸۲). عدم رضایت زناشویی با افزایش تنش و درگیری بین زن و شوهر همراه است که در نهایت ممکن است به طلاق عاطفی یا جدایی زوجین منجر شود. هر گاه بخاطر وجود اختلافات زندگی، خانواده های بسیاری در معرض خطر نابسامانی و از هم پاشیدگی قرار می گیرد. از آنجا که خانه جایی است که زندگی در آن آغاز می شود، نبودن روابط مطلوب اثرات مخربی بر روی اطفال می گذارد. عوامل ساختاری خانواده در صورتی که دچار اختلال شود، باعث ایجاد مشکل در کارکرد خانواده و تاثیر نامطلوب بر شخصیت فرزندان می گردد. بنابراین رضایت فرد از رابطه زناشویی، به منزله رضایت او از خانواده و به طور کلی رضایت او از زندگی محسوب می شود. خانواده یکی از مهمترین نهادهای اجتماعی است، که بر پایه ازدواج قرار گرفته است. در بین نهادهای مختلف جامعه، کانون مقدس خانواده بهترین مکان برای تربیت جسم و روان است. کودکان با پرورش یافتن در خانه ای که رنگ و بوی صمیمی تدارد از رشد مطلوب برخوردار و نهایتاً عضو سالمی از جامعه خواهند شد. جامعه ای که خانواده تامین کننده سلامت آن خواهد بود. خانواده نه تنها محیطی است که فرد را از لحاظ اجتماعی حمایت و پشتیبانی می کند بلکه کانون اخلاق و مهد عواطف و علائق انسانهاست. ازدواج را می توان به عنوان مهمترین تصمیم گیری در زندگی افراد جامعه به منظور تشکیل خانواده در نظر گرفت که به دلیل اثرات مستقیم آن بر بافت خانواده نظر بسیاری از متخصصین روانی را به خود جلب کرده است. در هر ازدواج رضایت از ازدواج از اهمیت بسزایی برخوردار است اما میزان رضایت افراد به مقدار برآورده شدن انتظارات آنان بستگی دارد و این انتظارات براساس نیازهای اولیه و ارزشهای فردی استوار است. در طول زندگی مشترک، متغیرهای گوناگونی بر نحوه ارتباط زوجین با یکدیگر تأثیر می گذارند و این متغیرها رضایت یا عدم رضایت زن و شوهر را از روابط زناشویی به همراه دارند؛ برخی از این متغیرها شامل درآمد و اشتغال، فرزندان، بیماری و رضایتمندی جنسی می باشد (صادق مقدم و همکاران، ۱۳۸۵). آنچه که حایز اهمیت است این است که رضایت مندی فرد هم در درون خانواده و هم در ساختار جامعه سنجیده می شود به منظور بررسی ساختار اجتماع بر روی رضایتمندی زناشویی مطالعات متعددی صورت گرفته است که هدف آنها یافتن ارتباط بین ویژگی های فردی و ساختار اجتماع می باشد (فرقانی، ۱۳۸۲). رضایتمندی زناشویی وضعیتی است که در آن زن و شوهر از ازدواج با یکدیگر و باهم بودن احساس شادمانی و رضایت دارند. رضایتمندی زناشویی را پیامد توافق زناشویی دانسته اند. که رابطه مناسب بین زن و شوهر را توصیف می کند. هرگز نمی توان انتظار داشت جامعه ای سالم باشد، در حالی که خانواده های سالمی نداشته باشد و به درستی که هیچ خانواده ای هم نمی تواند ادعای سلامتی کند چنانچه درگیر تعارضات، اختلافات و نارضایاتی اعضای خود باشد. رضایت زناشویی یکی از عوامل مؤثر در ثبات و پایداری خانواده ها و در عین حال بهداشت روانی همسران و فرزندان است. هنگامی که روابط میان زن و شوهر در خانواده رضایت بخش باشد، نوعی آرامش بر خانواده حاکم می شود که موجب کاهش مشکلات روانی و در پی آن کاهش نزاع ها و مشاجرات بین زوجین خواهد شد و بهبود عملکرد در زندگی اجتماعی را در پی خواهد داشت (حاجی زاده میمنده و دهقان چناری، ۱۳۹۴). رابطه زناشویی به عنوان مهم ترین و اساسی ترین رابطه انسان توصیف شده است. زیرا

ساختار اولیه برای بنا نهادن رابطه خانوادگی و تربیت نسل آینده فراهم می سازد. رضایت زناشویی یک جنبه مهم و پیچیده از یک رابطه زناشویی است. به عبارت دیگر یکی از جنبه های حیاتی یک سیستم زناشویی رضایتی است که همسران در رابطه خویش احساس و تجربه می کنند. با شروع ازدواج و ایجاد روابط زناشویی؛ رضایت زناشویی به متغیری مهم در رابطه با کیفیت ازدواج تبدیل می شود. برقراری و حفظ روابط صمیمانه با همسر جنبه ای از رضایت است که نقش عمده ای در زندگی زناشویی دارد. کیفیت مطلوب ازدواج می تواند پایداری و رضایت رابطه را در بر داشته باشد (رفیعی بندری و همکاران، ۱۳۹۰). رضایت زناشویی را می توان ساختاری ترکیبی برشمرد که علاوه بر تاثیرپذیری از عوامل متعدد و گوناگون، خود نیز تاثیرات به سزایی بر افراد، نهاد خانواده و همین طور جامعه دارد، در پژوهش های مختلف تنها تعدادی از این عوامل تاثیرگذار بر رضایت زناشویی مورد بررسی قرار گرفته است. تحقیقات مختلفی در زمینه خانواده، ازدواج و رضایتمندی زناشویی صورت گرفته که همچنان خلاء تحقیقاتی در این زمینه احساس می شود. طبق مطالعات محسن زاده و همکاران (۱۳۹۰) نارضایتی زناشویی یکی از عوامل اصلی طلاق عنوان شده است. بنابراین یکی از پدیده هایی که توجه به موضوع خانواده را در جوامع مختلف بیشتر مورد توجه قرار داده است موضوع «طلاق» است که به دلیل پیامد های اجتماعی، روانی، اقتصادی، حقوقی و ... که دارد، اهمیت آن را بیشتر کرده است، خانواده به عنوان کوچکترین نهاد اجتماعی است که اهمیت حفظ و تحکیم آن در جهت توسعه هر کشوری و تربیت نسل خلاق و سالم بر کسی پوشیده نیست؛ چنانچه این نهاد بنا به دلایلی دچار اختلافاتی شود و نتواند کارکردهای خود را به درستی انجام دهد یکی از پیامدهایش وقوع «طلاق» خواهد بود. برخی معتقدند که مطالعه این پدیده به لحاظ تاثیرات گسترده در دگرگونی سبک زندگی جامعه، سست شدن ساختار خانواده و همچنین روند افزایش آن در جامعه اهمیت به سزایی دارد، چرا که کارکرد درست خانواده در سایر بخش های جامعه هم تاثیر دارد به همین دلیل در نوشته های بزرگان دینی، فلاسفه و دانشمندان و صاحب نظران در این خصوص دیدگاه ها و نکات مشترکی وجود دارد که می تواند این گونه به آن اشاره کرد: خانواده کوچکترین واحد اجتماعی است که ثبات جامعه وابسته به ثبات آن است. بنابراین هر اندازه روابط درون خانواده مناسب تر باشد، خانواده از ثبات و استحکام بیشتری برخوردار خواهد بود. شاید به دلیل همین اهمیت است که در اصل دهم قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران بر تحکیم بنیان خانواده تاکید شده است و چنین آمده است: «از آن جا که خانواده واحد بنیادی جامعه اسلامی است، همه قوانین و مقررات و برنامه ریزی های مربوط باید در جهت آسان کردن تشکیل خانواده، پاسداری از قداست آن و استواری روابط خانوادگی بر پایه حقوق و اخلاق اسلامی باشد» (قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران). یکی از متغیرهای مرتبط با رضایت زناشویی دین و معنویت است. اعتقادات و باورهای مذهبی یکی از عوامل مهم در رضایت زناشویی است. مذهب سیستم سازمان یافته ای از باورها شامل ارزشهای اخلاقی، رسومات، مشارکت در جامعه دینی برای اعتقاد راسخ تر به خدا یا یک قدرت برتر است مذهب از مؤثر ترین تکیه گاه های روانی به شمار می رود که قادر است معنای زندگی را در لحظه لحظه های عمر فراهم کند و در شرایط خاص با فراهم سازی تکیه گاه تبیینی، فرد را از تعلیق و بی معنایی نجات دهد. باورهای مذهبی شیوه مؤثری برای مقابله با مصایب و تجارب دردناک و نشانه های بیماری است. همچنین در زمان مشکلات و ناراحتی ها بر نحوه روابط انسانی اثر می گذارد. به این معنی که با افزایش تقیدات دینی در بین زوجین میزان رضایت زناشویی نیز افزایش می یابد، در مقایسه بین زوجهایی که فقط یکبار ازدواج کرده اند باز و جایی که چندین بار ازدواج کرده اند دریافتند که مذهبی بودن همبستگی مثبتی با رضایت زناشویی دارد (صدیقی و همکاران، ۱۳۹۴). درک واقع گرایانه از تأثیر فرزندان بر روابط زناشویی، هماهنگی احساسات و علائق مربوط به دوستان و آشنایان، رضایت از نقش های مختلف زناشویی و اعتقادات و اعمال مذهبی در زندگی زناشویی می باشد (پورحیدری و همکاران، ۲۰۱۳). کاستی های معنوی زوج ها گاه به امور اخلاقی باز می گردد که معمولاً در شکل مشکلات شخصیتی بروز می کند. پایبند نبودن زوج ها به رفتارهای معنوی ممکن است در بی توجهی به یاد خدا و ترک عبادات یا انجام رفتارهای غیرمجاز از نظر دین بروز کند و به آسیب هایی در زندگی زناشویی بینجامد. بر اساس آیه قرآن (طاه: ۱۲۴) هر فرد که از یاد خدا برتابد، زندگی دشواری را در پیش رو خواهد داشت. زندگی زناشویی نیز از این امر استثنا نیست. در مورد معنای زندگی، برخورداری از باورهای مستحکم در مورد هستی و اهداف پایدار زندگی است که با اعتقادات دینی به بهترین وجه تامین می شود. ضعف در این امور نه تنها به

مشکلات روانی فردی می انجامد؛ بلکه مشکلات ارتباطی از جمله آشفتگی های زناشویی را به دنبال دارد (سالاری فر، ۱۳۹۲). از آنجایی که دو نهاد مذهب و خانواده ارزش های مشابهی را مورد تأکید قرار می دهند، پژوهشگران رابطه نزدیکی بین آن دو پیش بینی می کنند. این جهت گیری منجر به این نگرش شده است که مذهب می تواند روابط زناشویی را تقویت و استحکام بخشد. مذهب و پایبندی به آن، به ویژه در جامعه اسلامی ما از موضوعاتی است که می تواند ذهن پژوهشگران را به این موضوع معطوف دارد که آیا رضایتمندی از زندگی زناشویی در سایه تعالیم الهی و پایبندی به آن چگونه است؟ و آیا پایبندی به مذهب می تواند تأثیری در سطح رضایت از زندگی زناشویی داشته باشد یا نه؟ از منظر دینی، رضایتمندی زناشویی حالتی است که در آن زن و شوهر از ازدواج با یکدیگر و با هم بودن، احساس طمأنینه و آرامش داشته باشند (مصلحی و احمدی، ۱۳۹۲) برخی مشکلات معنوی زوج در بعد اعتقادی عبارت اند از: تفاوت در باورهای دینی، مجبور کردن همسر به پذیرش عقاید، ارزش ها یا فعالیت های دینی مورد پسند خود، کم شدن صمیمیت زوج ها در اثر مشارکت نداشتن عمیق برای حفظ اعتقادات و ارزش های اصلی، ضعف اعتقاد به معاد و بی توجهی به پاداش ها و عذاب ها در انجام یا کوتاهی در وظایف همسری. ضعف انگیزه ها در وظایف دشوار خانوادگی، خودخواهی و روحیه ایثار نداشتن، ناتوانی در مشکلات شدید مانند شکست های بزرگ اقتصادی و بیماری صعب العلاج و فقدان عزیزان و ناامیدی و احساس زیان در مراحل پایانی تحول خانواده، نمونه هایی از آثار ضعف اعتقادات در زوج ها است. از دیدگاه خانواده درمانگران؛ دینداری نقش مهمی در مواجهه خانواده با بیماری ها و سایر مشکلات دارد و رضایت زناشویی را افزایش می دهد. گلین^۱ (۱۹۸۸) نشان داد افرادی که برای مدت طولانی با هم زندگی کرده اند، دین را مهمترین عامل رضایت مندی در ازدواج تلقی می کنند. جریگان و ناک (۱۹۷۸). بعد از بررسی تحقیقات خود به این نتیجه رسیدند که دین بهترین عامل ثبات و پایداری در ازدواج و زندگی زناشویی (۱۹۹۵) است. گرانت اثر عمل به باورهای دینی و عبادی بر سازگاری زندگی زناشویی را در دو نمونه متشکل از ۲۰۸ زوج که به طور مساوی از چهار گروه دینی انتخاب شده بودند، بررسی کرد، نتایج تحقیق وی نشان داد، ارتباط مثبتی بین اعمال دینی و سازگاری در تمامی گروه های دینی وجود دارد. گیل (۱۹۹۴) در مطالعه ای ارتباط بین رضایت زناشویی و بلوغ دینی ۴۰۰ زوج از چهار فرقه ی پروتستان را بررسی کرد. یافته ها متکی بر گزارش های زنان و شوهرانشان بود. جهت گیری دینی آزمودنی هایی که بالاترین نمره را در رضایتمندی زناشویی داشتند، درونی بود. مولینز^۲ و همکاران (۲۰۱۰) طی پژوهشی به بررسی رابطه عمل به باورهای دینی و رضایت زناشویی و شادکامی پرداختند. نتایج نشان داد که دینداری به گونه ای معنادار با سازگاری زناشویی و شادکامی همسران بستگی دارد. این پژوهشگران دریافتند که اثر دینداری بر ازدواج در گروهی که مسن تر بودند بیشتر چشمگیرتر است. ماهونی و دیگران (۲۰۰۲) بعد از بررسی تحقیقات خود به این نتیجه رسیدند که عمل به باورهای دینی موجب افزایش مشارکت کلامی، افزایش میزان شادکامی، کاهش چشمگیر پرخاشگری کلامی و تعارض ها و اختلافات زناشویی شده و در نهایت سبب فزونی رضایتمندی زناشویی گردیده است. شرکات (۲۰۰۴) بعد از انجام مطالعات خود به این نتیجه رسید که اختلاف دینی بین اعضای خانواده موجب بروز مشکلات برای ادامه زندگی زناشویی می شود که این مساله خود منجر به کاهش رضایتمندی و افزایش تعارضات و اختلافات زناشویی و نیز طلاق می گردد (روحانی، ۱۳۸۷). از آنجایی که یکی از مولفه هایی که در بی ثباتی خانواده تاثیر می گذارد، طلاق است مطالعه آن اهمیت زیادی دارد چرا که هم افراد حاصل از طلاق (اعم از زن و مرد و فرزندان) از این پدیده تاثیر می گیرند و هم جامعه تحت تاثیر آن قرار می گیرد. گر چه میزان و نوع تاثیراتی که می گیرند در افراد مختلف متفاوت است اما همه افراد مرتبط تحت تاثیر آن خواهند بود. تاملی بر روند آمار های طلاق در کشور نشان می دهد که این موضوع در کشور نگرانی های زیادی را ایجاد کرده است بگونه ای که در سال ۱۳۹۶ به عنوان یکی از پنج موضوع دارای اولویت در کشور در کنار اعتیاد به مواد مخدر و روانگردان ها، بیکاری، مفاسد اخلاقی و حاشیه نشینی (سکونت گاه های غیر رسمی) تعیین شده است و حتی در جلسات مسئولان عالی کشور هم مورد تایید قرار گرفته است و هم در قانون

^۱Gelin^۲Mulinz

حمایت از خانواده که در سال ۱۳۹۱ تصویب شده است و هم در سیاست های کلی خانواده که سال ۱۳۹۵ ابلاغ شده است در این زمینه تاکیدات مهمی شده است. یکی از این تاکیدات توجه و تحقیق در زمینه رضایتمندی زناشویی است. گرچه این تحولات در جامعه و بخشهای مختلفی را در بر گرفته است. جامعه ایرانی در چند دهه گذشته با تحولات ساختاری شگرفی مواجه بوده است. این تحولات ساختاری مختلفی اجتماعی (اعم از نهاد خانواده تا نهاد های رسمی و غیر رسمی اجتماعی، اقتصادی، سیاسی) و روابط و مناسبات اجتماعی و تولیدی جوامع شهری، روستایی و عشایر کشور را دگرگون ساخته است. تحولات جهانی نیز این دگرگونی ها را از جوانب مختلف بویژه از نظر نوع و تنوع و شدت تحت تاثیر قرار داده است که از جمله این تاثیرات افزایش آمار طلاق در جامعه است آمار های ارایه شده نشان می دهد که در صد تغییرات ازدواج در سال ۱۳۹۷ نسبت به سال ۱۳۸۷ حدود ۳۷/۶ درصد تغییرات منفی داشته است؛ این در حالی است که جمعیت افراد در سن ازدواج در کشور بیشتر شده اند در حالی که در همین زمان طلاق ۵۸/۳۲ درصد تغییرات مثبت داشته است که نشان از روند کاهشی ازدواج و افزایش طلاق در کشور دارد که بسیار نگران کننده است. طبق گفته رئیس سلامت جمعیت وزارت بهداشت ایران، در یک بازه زمانی هشت ساله، از سال ۸۹ تا ۹۶، ازدواج در کشور ۳۰ درصد کم شده است. با توجه به اهمیت خانواده و بحث استحکام آن، در زمینه دین و معنویت با رضایتمندی زناشویی تحقیقی صورت نگرفته است. لذا این پژوهش در مقام پاسخ به این سوال اساسی است که: آیا بین دین و معنویت و سبک زندگی با رضایتمندی زناشویی در بین زنان خانه دار ناحیه ۶ مشهد رابطه وجود دارد؟

روش تحقیق

پژوهش حاضر بر مبنای هدف از نوع کاربردی می باشد. از آنجایی که در این پژوهش نیز به دنبال مطالعه رابطه امید به زندگی، دین و معنویت و سبک زندگی با رضایتمندی زناشویی در بین زنان خانه دار ناحیه ۶ مشهد هستیم، نوع تحقیق بر مبنای هدف کاربردی است. تحقیق حاضر از نظر نوع داده های جمع آوری شده از نوع کمی است. در نهایت، نوع پژوهش حاضر از لحاظ نحوه اجرا، توصیفی-همبستگی است. بنابراین از آنجا که این پژوهش نیز به دنبال تعیین رابطه دین و معنویت با رضایتمندی زناشویی زنان خانه دار ناحیه ۶ مشهد و به کار بردن نتایج یافته ها در جامعه است، هدف آن از لحاظ نحوه ی اجرا، توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری مورد مطالعه در این پژوهش را زنان خانه دار ناحیه ۶ مشهد خواهد بود که به علت در دسترس نبودن با توجه به متغیرها ۱۲۰ نفر به عنوان نمونه گیری در دسترس انتخاب کرده ایم. پرسشنامه ها در اماکن عمومی، مترو، پارک و ناحیه ۶ مشهد پخش شده و از درب منازل دریافت شده است.

روش و ابزار گرد آوری داده ها و اندازه گیری متغیرها

روش اصلی جمع آوری اطلاعات در این پژوهش روش پرسشنامه ای بود که یکی از روش های بسیار متداول در گردآوری اطلاعات میدانی است که امر گردآوری اطلاعات را در سطح وسیع، امکان پذیر می سازد. در این پژوهش از دو پرسشنامه استفاده شده است. ۱. پرسشنامه دین و معنویت: این پرسشنامه توسط فتزر (۱۹۹۹) طراحی شده و دارای ۳۸ سوال می باشد. برای سنجش متغیرهای دین از پرسشنامه چند بعدی کوتاه دینی/معنوی (فتزر، ۱۹۹۹) استفاده شد. این اندازه گیری از این جهت منحصر به فرد است که دین و معنویت را می سنجد (فتزر، ۱۹۹۹). پرسشنامه توسط سازمان فتزر و با تمایل به ساختن ابزاری برای دین و معنویت ساخته شد که می توانست به وسیله پژوهشگران سالمی استفاده شود که به تأثیر معنویت و دین بر بازده های سالمی علاقه مند هستند. فتزر به همین دلیل با مرور ادبیات و پژوهش های تجربی ارتباط بین معنویت و دین و بازده های مختلف سلامتی را بررسی کرد که از وجود دین و معنویت در زندگی نتیجه شده بود. مولفه ها عبارتند:

۱. تجربه معنوی روزانه (۶ عبارت) سوالات، ۵، ۴، ۳، ۲، ۱ و ۶.

۲. ارزش ها و باورها (۲ عبارت) سوالات، ۷ و ۸.

۳. بخشش (۳ عبارت) سوالات، ۱۰، ۹ و ۱۱.

۴. اعمال دینی شخصی (۵ عبارت) سوالت، ۱۵، ۱۴، ۱۳، ۱۲ و ۱۶.

۵. مقابله دینی / معنوی (مقابله مثبت با ۳ عبارت ۱۷، ۱۸ و ۱۹ / مقابله منفی با ۴ عبارت ۲۱، ۲۲ و ۲۰). (۲۳)

۶. حمایت اجتماعی (منافع با ۲ عبارت ۲۴ و ۲۵ / مشکلات با ۲ عبارت ۲۶ و ۲۷ / خدمت دینی سازمانی با ۲ عبارت ۳۴ و ۳۵ و برآورد کلیز خود با ۲ عبارت ۳۷ و ۳۸). ضریب آلفای «پرسشنامه فتر» برای خرده مقیاس های تجربه معنوی روزانه ۰/۹۱، ارزش ها و باوره ۰/۶۴، بخشش ۰/۶۶، اعمال دینی شخصی ۰/۷۲، مقابله دینی / معنوی (مقابله مثبت ۰/۸۱ / مقابله منفی ۰/۵۴) حمایت اجتماعی (منافع ۰/۸۶ / مشکلات ۰/۸۲ / خدمت دینی سازمانی ۰/۸۲ و برآورد کلی از خود ۰/۷۷) فتر (۱۹۹۹ ص ۴) بعددینی / معنوی را به عنوان اساس پژوهش هایی برای اندازه گیری سالمی و به عنوان یک بازده «را شناسایی کرد. این ۱۰ بعد عبارت است از: تجربه معنوی روزانه، ارزشها و باورها، اعمال مذهبی خصوصی، اعمال مذهبی سازمانی، مقابله مذهبی / معنوی، حمایت مذهبی، پیشینه معنوی / مذهبی، تعهد و ترجیح مذهبی. پاسخها براساس مقیاس لیکرت درجه بندی شده و در هر بعد به شکلی متفاوتی از مقیاس هشت درجه ای برای اعمال دینی خصوصی تا چهار درجه ای برای باورها / ارزشها اندازه گیری می شود. روایی همگرا از طریق تحلیل گویه ها در برآورد ملی عمومی سنجیده شده بود که با ابعاد مقیاس مرتبط بوده است. نتیجه گیری شده بود که مقیاس همگرایی خوبی با مقیاسه ای مشابه دارد (آیدلر و همکاران). کرمیرزا نیکوزاده (۱۳۸۸) این ابزار را در ایران هنجاریابی کرده و ضریب اعتبار آنرا با آلفای کرونباخ ۰/۹۳ گزارش کرده است. همچنین، زرین کلک و طباطبایی برزوکی (۱۳۹۱) اعتبار مقیاس را با آلفای کرونباخ ۰/۹۰ و با دونیمه سازی ۰/۶۸ گزارش کرده اند.

پرسشنامه رضایت زناشویی

این پرسشنامه توسط اولسون (۱۹۹۸) طراحی شده شده است پرسش نامه رضایت زناشویی انریچ که فرم ۴۷ سؤالی آن توسط اولسون (۱۹۹۸)، تهیه شد شامل ۱۲ مقیاس است که عبارتند از: پاسخ قراردادی، رضایت زناشویی، مسائل شخصیتی، ارتباط زناشویی، حل تعارض، نظارت مالی، فعالیت های مربوط به اوقات فراغت، روابط جنسی، ازدواج و فرزندان، بستگان و دوستان، نقش های مساوات طلبی و جهت گیری عقیدتی ساخته شده است. این ابزار به صورت پنج گزینه ای (که در اصل یک نگرش سنج از نوع لیکرت است) در نظر گرفته شده است (کاملاً موافق، موافق، نه موافق و نه مخالف، مخالف، کاملاً مخالف)، که به هریک از یک تا پنج امتیاز داده می شود. ضریب آلفای «پرسش نامه انریچ» در گزارش اولسون، فورینرو دراکمن (۱۹۸۹)، برای خرده مقیاس های تحریف آرمانی، رضایت زناشویی، مسائل شخصیتی، ارتباط، حل تعارض، مدیریت مالی، فعالیت های اوقات فراغت، رابطه جنسی، فرزندان و فرزندپروری، خانواده و دوستان، نقش های مساوات طلبی به ترتیب از این قرار است: ۰/۸۱، ۰/۷۳، ۰/۶۸، ۰/۷۵، ۰/۷۴، ۰/۷۶، ۰/۴۸، ۰/۷۷، ۰/۷۲، ۰/۷۱. ضریب آلفای خرده مقیاس های انریچ در چندین تحقیق متفاوت از ۰/۶۸ (برای نقش های مساوات طلبی) تا ۰/۸۶ (برای رضایت زناشویی) با میانگین ۰/۷۹ بوده است. اعتبار بازآزمایی پرسش نامه در فاصله ۴ هفته بین ۰/۷۷ (برای فعالیت های اوقات فراغت) تا ۰/۹۲ (برای روابط جنسی و تحریف آرمانی) با میانگین ۰/۸۶ بوده است. در کشورما اولین بار سلیمانان (۱۳۷۳)، همبستگی درونی آزمون را برای فرم بلند ۰/۹۳ و برای فرم کوتاه ۰/۹۵ محاسبه و گزارش کرده است. میرخشتی (۱۳۷۵)، در پژوهشی با عنوان «بررسی میان رضایت از زندگی زناشویی و سلامت روان» ضریب آلفای کرونباخ که نشان دهنده اعتبار وثبات و همسانی درونی تست است را بر روی ۶۰ نفر از افراد نمونه انجام داده است که ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۲ به دست آمده است که نشان دهنده ضریب بالایی است. دریک پژوهش مهدویان (۱۳۷۶)، در کاررویی اعتبار آزمون انریچ با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و با روش بازآزمایی، به فاصله یک هفته (برای مردان ۰/۹۳۷ و برای زنان ۰/۹۴۴) و برای مردان و زنان ۰/۹۴، به دست آوردند. سلیمانان (۱۳۷۳)، در پژوهشی تحت عنوان «بررسی تفکرات غیرمنطقی برناراضیتی زناشویی» در باره روایی این پرسش نامه: ضریب اعتبار آن از طریق ضریب آلفا محاسبه شد که عدد ۰/۹۳ به دست آمد. پس از بررسی و مطالعه اصل پرسش نامه و طریق محاسبه اعتبار و روایی آن، روش مذکور از نظر استاد راهنما تأیید شد و از آن

جهت برآورد میزان رضایت زناشویی استفاده شد. میرخشتی (۱۳۷۵): ضریب همبستگی «پرسش نامه انریچ» با مقیاس های رضایت خانوادگی از ۴۱/ تا ۶۰/، با مقیاس های رضایت از زندگی از ۳۲/ تا ۴۱/ است که نشانه ی روایی سازه است. کلیه خرده مقیاس های «پرسش نامه انریچ» زوج های راضی و ناراضی را متمایز می کنند و این نشان می دهد که پرسش نامه از روایی ملاک خوبی برخوردار است.

تجزیه و تحلیل داده ها

دو دسته پردازش اصلی به طور عمده در تحقیقات مختلف بر روی داده ها انجام می شود. برای اینکار از آمار توصیفی و آمار استنباطی استفاده می گردد. در این مطالعه برای توصیف متغیرهای جمعیت شناسی از آمار توصیفی مانند: فراوانی، درصد فراوانی و جداول توصیفی استفاده شده و برای تجزیه و تحلیل آزمون فرضیه ها، از آمار استنباطی با استفاده از نرم افزار SPSS۲۰ استفاده گردیده است. دو دسته پردازش اصلی به طور عمده در تحقیقات مختلف بر روی داده ها انجام می شود. برای اینکار از آمار توصیفی و آمار استنباطی استفاده می گردد. در این مطالعه برای توصیف متغیرهای جمعیت شناسی از آمار توصیفی مانند: فراوانی، درصد فراوانی و جداول توصیفی استفاده شده و برای تجزیه و تحلیل آزمون فرضیه ها، از آمار استنباطی با استفاده از نرم افزار SPSS۲۰ استفاده گردیده است. در تحقیق حاضر برای تجزیه و تحلیل داده ها، از فنون آمار توصیفی شامل جداول فراوانی، برای تجزیه و تحلیل داده های جمعیت شناسی نمونه آماری و برای آزمون فرضیه ها از آزمون "رگرسیون خطی" و همبستگی پیرسون استفاده شده است.

یافته ها

در این بخش از تجزیه و تحلیل آمار به بررسی چگونگی توزیع جامعه آماری: سطح تحصیلات و سن پاسخ دهندگان پرداخته شده است.

جدول شماره ۱: متغیرهای دموگرافیک شرکت کنندگان در مطالعه

متغیرها		فراوانی	درصد
تحصیلات	دیپلم و پایین تر	۴۴	۳۷٪
	فوق دیپلم	۱۷	۱۴٪
	لیسانس	۵۲	۴۳٪
	فوق لیسانس	۷	۶٪
	دکتری	۰	۰
	جمع	۱۲۰	۱۰۰
سن	کمتر از ۳۰ سال	۱۹	۱۶٪
	۳۰-۴۰	۴۹	۴۱٪
	۴۱-۵۰	۳۰	۲۵٪
	۵۱ سال و بالاتر	۲۲	۱۸٪
	جمع	۱۲۰	۱۰۰

در ادامه به آزمون فرضیه های تحقیق پرداخته می شود. برای بررسی آزمون فرضیه ها از نرم افزار spss استفاده شده است. آزمون پیش فرض های استفاده از مدل رگرسیون برای استفاده از مدل رگرسیون الزامات پیشفرض های استفاده از آن مورد آزمون قرار گیرد (حساسیگانه و همکاران، ۱۳۸۸). بدین منظور، آزمون های دوربین-واتسون، بررسی نرمال بودن خطاها انجام

گرفته که نتایج آن در ادامه مشخص می باشد: آزمون دوربین-واتسون یکی از فرض هایی که در رگرسیون مدنظر قرار می گیرد، استقلال خطاها از یکدیگر است. در صورتی که فرضیه استقلال خطاها رد شود و خطاها با یکدیگر همبستگی داشته باشند، امکان استفاده از رگرسیون وجود ندارد. برای رسیدن به این مهم از آزمون دوربین واتسون استفاده شد. چنانچه این آماره با توجه به سطح اطمینان ۹۵٪، نزدیک به عدد ۲ باشد (در بازه ۱٫۵ تا ۲٫۵ قرار گیرد) خود همبستگی وجود ندارد. با توجه به جدول شماره ۲، آماره های این آزمون برای تمامی فرضیه ها در این بازه قرار دارد. پس می توان نتیجه گیری کرد که خطاها از یکدیگر مستقل بوده و می توان از مدل رگرسیون جهت آزمون فرضیه ها استفاده کرد.

جدول شماره ۲: نتایج حاصل از آزمون خود همبستگی خطای رگرسیون

مدل رگرسیون	دوربین_واتسون
دین و معنویت-رضایت مندی زناشوی	۲٫۳۰۴

بررسی نرمال بودن خطاها هنگام استفاده از رگرسیون یکی از پیش فرض هایی که باید آزمون شود، این است که خطاها دارای توزیع نرمال با میانگین صفر و انحراف معیار کمتر از یک باشند. بدیهی است در صورت عدم تحقق پیش فرض فوق نمی توان از مدل رگرسیون استفاده کرد. جدول شماره ۲ نتایج حاصل از آزمون نرمال بودن خطای رگرسیون را برای فرضیه های تحقیق نشان می دهد. خطای استاندارد انحراف معیار کمتر از یک می باشد. در نتیجه مشکلی در استفاده از رگرسیون وجود ندارد. آزمون معناداری رگرسیون برای مشخص کردن معناداری مدل رگرسیون از آزمون Anova استفاده می شود. آماره این آزمون آماره فشر (F) می باشد. برای اینکه معناداری مدل رگرسیون تأیید شود باید آماره محاسبه شده، از آماره فشر بزرگتر باشد. برای چنین نتیجه گیری می توان از آماره (Sig) استفاده کرد. این آماره باید از سطح خطای ($\alpha=5\%$) کمتر باشد. جدول شماره ۳ نتایج حاصل از آزمون معناداری مدل رگرسیون را برای فرضیه تحقیق نشان می دهد.

جدول شماره ۳: نتایج حاصل از آزمون معناداری مدل رگرسیون برای فرضیه پژوهش

مدل رگرسیون	مجموع مربعات	درجه آزادی	F	سطح معناداری (Sig)
بین دین و معنویت_ رضایت مندی زناشویی	۲۳٫۷۶۴	۱۱۸	۵۶٫۶۳۱	۰٫۰۰۰

با توجه به جدول شماره ۳ می توان نتیجه گرفت که با توجه به آنکه میزان F معنادار است. مقدار سطح معناداری (Sig) برای کلیه مدل ها کمتر از ۵٪ می باشد، پس معنادار بودن مدل رگرسیون برای آنها قابل تأیید است. بررسی فرض نرمال بودن داده ها با استفاده از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف (K-S) برای استفاده از تکنیک های آماری ابتدا باید نوع توزیع داده های جمع آوری شده مشخص گردد، که در صورت نرمال بودن توزیع داده های جمع آوری شده برای آزمون فرضیه ها می توان از آزمون های پارامتریک استفاده نمود و در صورت غیر نرمال بودن از آزمون های ناپارامتریک، بدین منظور در این مرحله به بررسی نتایج حاصل از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف (K-S) در مورد هر یک از متغیرها می پردازیم و براساس نتایج حاصل، آزمون مناسب برای بررسی صحت و سقم فرضیات تحقیق را انتخاب می کنیم. برای آزمون نرمالیت فرض های آماری به صورت زیر تنظیم می شود.

جدول شماره ۴ نتیجه آزمون کولموگروف-اسمیرنوف (K-S)

رضایتمندی زناشویی	دین و معنویت	
۱,۱۳۵	۱,۲۵۴	کولموگروف-اسمیرنوف - k
۰,۱۵۲	۰,۰۷۹	سطح معناداری

چون سطح معناداری آزمون کولموگروف-اسمیرنوف (K-S) طبق جدول شماره ۴ برای داده ها با سطح معناداری (sig) نمایش داده بیشتر از ۰,۰۵ می باشد می توان داده ها را با اطمینان بالایی نرمال فرض کرد. بنابراین فرضیه صفر تحقیق مبنی بر نرمال بودن داده ها تایید می شود. و برای آزمون فرضیه ها می توان از آزمون های پارامتریک در نرم افزار spss20 استفاده کرد. بنابراین در این پژوهش، برای آزمون هریک از فرضیه ها از رگرسیون خطی و همبستگی پیرسون استفاده شد.

جدول شماره ۵ ماتریس نتایج آزمون همبستگی بین متغیرها

رضایتمندی زناشویی	دین و معنویت	
** ۰,۵۶۹	۱	دین و معنویت
۱	-	رضایتمندی زناشویی

>p< **01/0p۰/۰۵

داده های جدول شماره نتایج آزمون رابطه خطی همبستگی پیرسون بین متغیرهای دین و معنویت و رضایتمندی زناشویی را نشان می دهد. با توجه به سطح معنی داری به دست آمده رابطه خطی بین متغیرهای دین و معنویت و رضایتمندی زناشویی در سطح ۰,۰۱ مثبت و معنادار است.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی ارتباط بین دین و معنویت با رضایتمندی زناشویی در زنان خانه دارد ناحیه ۶ مشهد انجام شد. نتایج نشان داد که بین دین و معنویت ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد. به عبارتی هر چه بر میزان دین داری و معنویت افراد افزوده می شود، رضایتمندی زناشویی آنها نیز افزایش می یابد. بر اساس یافته های پژوهش، بین دین و معنویت و رضایتمندی زناشویی رابطه وجود دارد. رابطه دین و معنویت با رضایتمندی زناشویی طبق نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون، ضریب همبستگی بدست آمده به میزان ۰,۵۹۶ در سطح معناداری پایین تر از ۰,۰۵ قرار دارد. بنابراین، دین و معنویت با رضایتمندی زناشویی ارتباط معنادار دارد که این یافته با یافته های سپهریان آذر و همکاران (۱۳۹۵)، یوسفی (۱۳۹۵) زینات و اکبر (۲۰۱۹) و روی (۲۰۱۸) : صدیقی و همکاران (۱۳۹۴)، مصلحتی و همکاران (۱۳۹۲)، نیمچر و همکاران (۲۰۱۷)، چانگ (۲۰۱۶)، موریرا (۲۰۱۶) و دیوید و ستافورد (۲۰۱۳)، همسو بوده و به نتیجه مشابه این تحقیق دست یافته اند.

در تبیین این فرضیه می توان گفت رضایت زناشویی از عوامل بسیار مهم در زندگی است، در صورت وجود آن در زندگی و خانواده، باعث می شود زوجین آرامش بیشتری در زندگی داشته باشند. این آرامش و رضایت آنها، باعث می شود که فرزندان که در آینده خواهند داشت نیز در خانواده به خوبی تربیت شوند. و آثار آن را در جامعه از خود نشان خواهند داد؛ نبود رضایت زناشویی باعث مشکلات و اختلافات زیادی در بسیاری از زمینه ها می شود، حتی در پاره ای موارد زوجین را تاپای میز طلاق هم می کشاند که عواقب بسیار بد و وخیم آن بر کسی پوشیده نیست. در واقع در زندگی زناشویی، افراد با امید برای ساختن آینده مشترک وارد زندگی شده و بدنبال آرامش خود هستند البته متفاوت از آنچه قبال بوده اند، این بار جستجو برای آرامشی مشترک است که امید و رضایت را بین زوجین تقویت می کند. دین و معنویت تعهد اخلاقی زوجین را بالا برده و باعث تقویت و تحکیم تعهد اخلاقی همسران در ازدواج می گردد. در واقع ارتباط با خدا فاصله های بین زوجین را پر کرده و باعث سازگاری بین آنها می شود. در سایه دین و معنویت، امید به ارمغان می آید، امید، زندگی را شیرین تر و روابط انسانی را غنی تر می کند

واز طریق پایین نگه داشتن عاطفه منفی سازگاری را بین افراد بهبود می بخشد در نهایت امید یکی از منابع مقابله ای انسان با مشکلات است.

نتایج مطالعات انجام شده همسو با مطالعه حاضر نشان داده اندب که بین دین و معنویت و رضایتمندی زناشویی رابطه وجود دارد. بر اساس یافته های پژوهش بین دین و معنویت و رضایتمندی زناشویی رابطه وجود دارد. رابطه بین دین و معنویت و رضایتمندی زناشویی طبق نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون، ضریب همبستگی بدست آمده به میزان ۰٫۵۶۹، در سطح معناداری پایین تر از ۰٫۰۵ قرار دارد.

نتیجه این تحقیق با نتایج مصلحتی و احمدی (۱۳۹۲)، صدیقی و همکاران (۱۳۹۴)، نیمیجر و همکاران (۲۰۱۷)، چانگ (۲۰۱۶)، موریرا (۲۰۱۶)، دیوید وستافورد (۲۰۱۳) همسو می باشد. در تبیین این فرضیه می توان گفت هنگامی که زن و شوهر به میزان قابل توجهی از برآورده شدن نیازها و انتظاراتشان در رابطه ی زناشویی رضایت داشته باشند، رضایتمندی زناشویی به وجود خواهد آمد. بر اساس آموزه های دینی، یکی از مهم ترین مسائلی که زمینه ی آرامش و رضایت از زندگی زناشویی را فراهم می سازد پایبندی زوجین به دستورات مذهبی است. دین و معنویت باعث می شود که زوجین تفکرات و انتظارات غیر منطقی خود را تصحیح کنند و باعث افزایش تاب آوری می شوند. خوشبختی زناشویی زمانی تحقق می یابد که زن و شوهر ارتباط خوبی با مبدا داشته و برای معاد خود نیز کار نیک انجام دهند و پایبند دین و معنویت باشند. چنین به نظر می رسد که دین و معنویت موجب افزایش ارتباط بین زوجین، میزان شادکامی و عواطف مثبت می شود و اختلافات و تعارضات زناشویی را کاهش می دهد و در نهایت سبب فزونی رضایتمندی زناشویی می گردد.

به طور کلی می توان گفت که معنویت یا مذهبی / دین دار بودن، از جمله عوامل مهمی است که بر رضایت زناشویی تاثیرگذار است. دین و معنویت به نوعی برنامه زندگی، تحرک و پویایی زندگی، راهبردی برای زیستن و نقشه راه زندگی است که می تواند روش خوب و سالم برای زندگی را به فرد نشان دهد. سبک زندگی مبتنی بر همکاری و اهداف مشترک، زندگی توام با رضایت زناشویی را به دنبال دارد. افراد با تاسی از آموزه های مذهبی و معنوی با اصلاح سبک زندگی خود، می توانند تمایلات خودخواهانه خود را کنار گذاشته و اهدافی با گرایش اجتماعی بالا را برگزینند، تاب آوری بیشتری داشته باشند و از حمایت اجتماعی نیز برخوردار گردند. نقش حمایتگرانه که معنویت و دین به ویژه در سایه مفاهیمی چون توکل و نوع دوستی در زندگی افراد دارد، در کنار این موضوع که بازتابی از ارزش های اجتماعی آن جامعه است، طرز برخورد فعالیت های مختلفی است که مربوط به خانواده است هنگامی که فرد سبک زندگی متناسب با خود را داشته باشد باعث می شود که خانواده کمتر دچار مشکل شوند و ناسازگاری بین زوجین کمتر اتفاق بیفتد و خانواده دچار آسیب نشود.

علی رغم همه تلاش پژوهشگران برای کاهش محدودیت و مشکلات پژوهش، هر پژوهش معمولاً با محدودیت ها و مشکلاتی روبرو است. پژوهش حاضر نیز از این موضوع مستثنی نیست، به برخی محدودیت ها اشاره می شود: این پژوهش از نوع همبستگی بوده و ممکن است متغیرهای کنترل نشده زیادی مانند ناحیه و فرهنگ و سطح اجتماعی و اقتصادی خانواده ها یا عقاید دینی نتایج را تحت تاثیر قرار دهند. محدود بودن جامعه، اینکه ما یک ناحیه (۶) را از نواحی ۱۳ گانه مشهد انتخاب کردیم موجب می شود که در تعمیم آن به همه جامعه با احتیاط عمل شود. دبا توجه به بزرگ بودن جامعه آماری توزیع پرسشنامه و مراجعه به درب منازل با سختی هایی مواجه بوده است که محقق با تدابیر و تالش این مشکلات را رفع کرده است. با وجود محدودیت ها، پیشنهاد می گردد سایر پژوهشگران همین موضوع را با جامعه آماری متفاوت به عنوان مثال مردان با شغل سازمانی یا مردان با شغل آزاد بررسی کنند، شناسایی عوامل موثر بر رضایتمندی زناشویی، آسیب شناسی سبک های مختلف زندگی در ارتباط با رضایتمندی زناشویی، انجام پژوهش در سطح جامعه آماری بزرگتر (به عنوان مثال: کل کشور به منظور تعمیم پذیری بیشتر نتایج تحقیق. براساس یافته های پژوهش، بین دین و معنویت با رضایتمندی زناشویی رابطه معناداری وجود دارد. پیشنهاد می شود که در ابتدای ازدواج با برگزاری دوره های آموزشی و جلسات مشاوره زوجین را با زندگی زناشویی آشنا کرده تا زندگی بهتری داشته باشند. پیشنهاد میشود زوجین با شرکت در برنامه های دینی و معنوی باعث رشد کیفیت و رضایت زناشویی خود شوند. پیشنهاد میشود که با توجه به اهمیت باورها و جهت گیری های مذهبی در خانواده، مخصوصاً در

بین زوجین برنامه های آموزشی با رویکرد معنوی و اخلاقی که باعث رشد کیفیت زندگی زناشویی و خانواده خواهد شد. زوجین با شرکت در دوره های آشنایی با فرهنگ و سیره ازدواج امامان معصوم و الگو قرار دادن حضرت فاطمه (س) در امر همسرمداری و نیز خواندن کتابهایی با عنوان آیین همسرمداری اسلامی باعث بهتر شدن زندگی و رضایت زناشویی شوند.

منابع

- ابراهیمی بختور، داوود. (۱۳۷۴). بهداشت روانی خانواده. تبریز: انتشارات آشینا.
- احمدی، سیداحمد، رحمتالهی، فرحناز و فاتحیزاده، مریم. (۱۳۸۵). آسیب شناسی زندگی زناشویی. تازه های روان درمانی، شماره ۴۱، ۴۲.
- رحمتی، کتابون. (۱۳۸۸). ارتباطات زناشویی، (با تاکید بر آموزش مسائل و مشکلات جنسی). اصفهان: دانشکده علوم پزشکی اصفهان.
- روحانی، عباس و معنوی پور، داوود. (۱۳۸۷). رابطه عمل به باورهای دینی با شادکامی و رضایت زناشویی در دانشگاه آزاد اسلامی واحد مبارکه. دانش و پژوهش در روان شناسی. شماره ۳۵ و ۳۶.
- حاجی زاده میمنندی، مسعود و دهقان چناری، مریم. (۱۳۹۴). سبک زندگی سلامت محور و رضایتمندی زناشویی بین زنان متاهل شهر یزد. زن در فرهنگ و هنر، دوره ۷، شماره ۱.
- رفیعی بندری، فرحناز؛ نورانی پور، رحمت اله. (۱۳۹۰). تاثیر آموزش های شناختی-رفتاری بر رضایت زناشویی زوج های دانشجو مستقر در خوابگاه متاهلین دانشگاه تهران. تازه ها و پژوهش های مشاوره. دوره ۴، شماره ۴.
- سالاری فر، محمدرضا. (۱۳۹۲). درآمدی بر نظام خانواده در اسلام. قم: هاجر.
- سپهریان آذر، فیروز، محمدی، نسیم، بدلیپور، زینب و نوروز زاده، وحید. (۱۳۹۵). رابطه امیدواری و شادکامی با رضایت زناشویی. مجله سلامت و مراقبت، سال هجدهم، شماره اول.
- صادق مقدم، لیال، عسکری، فریبا، معروضی، پرویز، هدایت اله، شمس، طهماسبی، سیمین. (۱۳۸۵). میزان رضایت از زندگی زناشویی در زنان شاغل و خانه دار و همسران آنها در شهر گناباد. افق دانش. دوره ۱۲، شماره ۲.
- صدیقی، اکرم، معصومی، احمد و شاه سیاه، مرضیه. (۱۳۹۴). بررسی رابطه بین جهت گیری مذهبی با رضایت زناشویی زوجین شهر قم. مجله دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، دوره ۲۲، شماره ۶.
- فرقانی، رضوان. (۱۳۸۲). بررسی اثربخشی آموزش گروهی شناختی رفتاری در رضایت زناشویی زوجین در شهرکرد. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه اصفهان.
- کردی، حسین و هادیزاده، سکینه. (۱۳۹۱). بررسی سبک زندگی زنان شاغل و غیرشاغل. فصلنامه علمی-پژوهشی زن و جامعه. دوره ۳، شماره چهارم.
- مصلحتی، حسین. (۱۳۷۹). ازدواج و ازدواج درمانی. تهران: نشر البرز.
- Yang, K.P. & X.Y. Mao (2007). "A Study of Nurses' Spiritual Intelligence: a Cross-Sectional Questionnaire Survey". International Journal of Nursing Studies, 44 (6): 999-1010.
- Grunert S. The relationship between adult attachment and resilience factor of hope and positive affect. Journal of Gerontology: Social Sciences 2008; 65(3): 331-339.
- Grunert S. The relationship between adult attachment and resilience factor of hope and positive affect. Journal of Gerontology: Social Sciences 2008; 65(3): 331-339.
- Williams, Rhys and Gira Vashi (2007), Hijab and American Muslim Women: Creating the Space for Autonomous Selves, the journal of Sociology of Religion, Vol, 68:2 269-287.
- <http://socrel.oxfordjournals.org>.