

پیش‌بینی رضایت زناشویی بر مبنای برون‌گرایی، همدلی زناشویی و بخشش زناشویی در زنان متأهل

تاریخ دریافت: 1402/05/04 تاریخ پذیرش: 1402/07/29

حسین طهماسبی^{1*}، یداله خرم‌آبادی²

مقاله پژوهشی

چکیده

مقدمه: این تحقیق با هدف پیش‌بینی رضایت زناشویی بر مبنای برون‌گرایی، همدلی زناشویی و بخشش زناشویی در زنان متأهل صورت پذیرفت.

روش: در پژوهش حاضر از روش توصیفی-همبستگی از نوع رگرسیون استفاده شد. با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای، 840 زن متأهل ساکن در استان لرستان انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از مقیاس‌های رضایت زناشویی انریچ، NEO-FFI، همدلی زناشویی و بخشش زناشویی به عنوان پرسش‌نامه‌های استاندارد گردآوری شدند. با کمک نرم‌افزار SPSS داده‌های جمع‌آوری شده، بررسی و تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها: ضریب تعیین به دست آمده از آزمون رگرسیون خطی چندگانه برابر با 0,378 بود که نشان می‌دهد مدل 37,8 درصد از تغییرات رضایت زناشویی را توضیح می‌دهد. با توجه به ضرایب استاندارد، برون‌گرایی، همدلی و بخشش پیش‌بینی‌کننده‌های معنادار رضایت زناشویی بودند. از یافته‌ها می‌توان استنباط کرد که برون‌گرایی، همدلی و بخشش تأثیر مثبت و مطلوبی بر رضایت زناشویی دارند، به طوری که یک واحد افزایش در برون‌گرایی، همدلی و بخشش به ترتیب منجر به افزایش 0/121، 0/255 و 0/421 واحد در رضایت زناشویی می‌شود. مهم‌ترین متغیر تأثیرگذار بر رضایت زناشویی بخشش بود و پس از آن همدلی و سپس برون‌گرایی تأثیرگذار بودند.

نتیجه‌گیری: برای تقویت رضایت زوجین، به ویژه زنان پیشنهاد می‌شود، برنامه‌های آموزشی ترتیب داده شود که افزایش آگاهی در مورد ویژگی شخصیتی برون‌گرایی و تقویت ویژگی‌های مثبت مانند همدلی و بخشش را در اولویت قرار دهد.

کلمات کلیدی: برون‌گرایی، همدلی، بخشش، رضایت زناشویی، زنان متأهل

1. کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، واحد کبودرآهنگ، همدان، ایران.
*نویسنده مسئول: htahmasbypsy@gmail.com

2. استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، واحد کبودرآهنگ، همدان، ایران.



Predicting Marital Satisfaction Based on Extraversion, Marital Empathy, and Marital Forgiveness in Married Women

Received: 2023/07/26 Accepted: 2023/10/21

Hossein Tahmasby^{1*}, Yadollah Khorramabadi²

Original Article

Abstract

Introduction: This research was conducted to predict marital satisfaction based on extraversion, marital empathy, and marital forgiveness in married women.

Method: A descriptive-correlation method of regression type was utilized in the current research. Using a multi-stage cluster random sampling method, a total of 840 married women residing in Lorestan province were selected. Data were collected using the Enrich Marital Satisfaction Scale, the NEO-FFI Questionnaire, the Marital Empathy Scale, and the Marital Forgiveness Scale as standard questionnaires. The collected data were checked and analyzed by SPSS software.

Results: The coefficient of determination obtained from the multiple linear regression test was equal to 0.378, which shows that the model explains 37.8% of the changes in marital satisfaction. According to standard coefficients, extraversion, empathy, and forgiveness were significant predictors of marital satisfaction. From the findings, it can be concluded that extraversion, empathy, and forgiveness have a positive and favorable effect on marital satisfaction, such that one unit increase in extraversion, empathy, and forgiveness leads to an increase of 0.121, 0.255, and 0.421 units in marital satisfaction, respectively. The most important variable affecting marital satisfaction was forgiveness, followed by empathy, and extraversion.

Conclusion: To strengthen the satisfaction of couples, especially women, it is suggested to organize educational programs that prioritize increasing knowledge of extraversion personality trait and strengthening positive traits such as empathy and forgiveness.

Keywords: Extraversion, Empathy, Forgiveness, Marital Satisfaction, Married Women.

1. Master's Degree of General Psychology, Department of Psychology, Payame Noor University, Kabudar Ahang Branch, Hamadan, Iran.

*Corresponding author: htahmasbyps@gmail.com

2. Assistant Professor, Department of Psychology, Payame Noor University, Kabudar Ahang Branch, Hamadan, Iran.

مقدمه

افزایش نرخ جدایی و طلاق در سال‌های اخیر، همان‌طور که مطالعات بین‌المللی نشان می‌دهند، حاکی از آن است که حدود دو سوم ازدواج‌های اول در نهایت منجر به طلاق می‌شوند، که نشان‌دهنده دشواری دستیابی به رضایت زناشویی و حفظ آن بوده و روند در حال نزول میزان رضایت زناشویی را نشان می‌دهد (چکوسکا-بیلوگا و لوتیکا-زلنت¹، 2021). از آنجایی که عوامل مختلفی می‌توانند بر رضایت زناشویی تاثیر بگذارند (علیزاده فرد و خوش منش، 1396؛ اله موسوی، عاطفی کرجوندانی، رضایی، پرتو، 1396؛ کمالجو، نریمانی، عطادخت، ابوالقاسمی، 1395)، بنابراین، مطالعه عوامل موثر بر رضایت زناشویی، با ارائه توصیه‌های ضروری و آگاهی دادن در مورد راهبردهای مدیریتی موثر می‌تواند به مشاوران خانواده، درمانگران و سیاستگذاران، کمک کند تا به درک عمیق‌تری از ارکان اساسی زندگی زناشویی دست یابند و از پتانسیل تحول‌آفرین این نتایج بهره‌مند شوند و در نهایت به وظیفه خطیر خویش در زمینه کاهش نرخ نگران‌کننده طلاق بهتر عمل کنند.

بعد از منعقد شدن ازدواج، زوجین با بروز یافتن ویژگی‌های شخصیتی و الگوهای رفتاری مواجه می‌گردند و باید بر مهارت تطبیق با تفاوت‌هایی که در روابط آن‌ها وجود دارد مسلط شوند (کام و مان²، 1999). برون‌گرایی را می‌توان با رضایت‌بخش بودن روابط زناشویی مرتبط دانست (برودک و کالتا³، 2023؛ پارایی، امیری و عارفی، 1401؛ هوسنی و زکریا⁴، 2022). برون‌گرایان خون‌گرم، اجتماعی و با منش دوستانه هستند و برای روابط نزدیک بین‌فردی ارزش زیادی قائلند (واتسون و کلارک⁵، 1997) که می‌تواند منجر به روابط زناشویی مثبت و رضایت‌بخش‌تر شود، زیرا افرادی که ارتباطات بیشتری دارند و زمان بیشتری را با دیگران می‌گذرانند می‌توانند از داشتن یک شبکه حمایتی قوی بهره‌مند شوند. این شبکه حمایتی می‌تواند حمایت عاطفی و عملی را در وقایع دشواری که در زندگی رخ می‌دهند فراهم کند که به دنبال آن می‌تواند منجر به روابط زناشویی مثبت و رضایت‌بخش‌تر شود. همچنین، افرادی که برون‌گراتر هستند ممکن است بیشتر به ایجاد و حفظ یک شبکه حمایتی بپردازند که می‌تواند تاثیر مثبتی بر ازدواج آن‌ها داشته باشد. افزون بر این، افراد برون‌گرا دارای مهارت‌های اجتماعی و تمایل به همکاری با دیگران هستند که ممکن است آن‌ها را در حل تعارضات به شیوه یکپارچه اثرگذارتر کند. برون‌گرایان به دلیل قاطع بودن می‌توانند در عین احترام به نیازهای دیگران، برای نیازهای خود ایستادگی کنند (آنتونیونی⁶، 1998). به عنوان مثال، آن‌ها ممکن است برای برقراری ارتباط موثر با شرکای خود و تلاش برای یافتن راه‌حل‌های سودمند متقابل برای حل تعارضات، مجهزتر باشند. علاوه بر این، قاطعیت آن‌ها ممکن است به آن‌ها کمک کند نیازها و خواسته‌های خود را در رابطه بیان کنند، که می‌تواند منجر به رضایت بیشتر شود. همچنین، برون‌گرایان عموماً تمایل بیشتری به تجربه کردن عواطف مثبت نسبت به درون‌گرایان دارند. همچنین، وقتی صحبت از تقویت عواطف مثبت می‌شود، برون‌گرایان ممکن است نسبت به درون‌گرایان تمایل بیشتری به تماشای یک کمدی یا تماشای تصاویر خوشایند داشته باشند (فلیسون، مالانوس و آشیل⁷، 2002)، که می‌تواند منجر به شادی و رضایت بیشتر در روابط شود.

همدلی را می‌توان با رضایت‌بخش بودن روابط زناشویی مرتبط دانست (ون، ژانگ، ژو، دی یو و شو⁸، 2022؛ رجبی، کاظمی و شیرالی‌نیا، 1401؛ غفوریان قهرمانی و مهدویان، 1400؛ فنوت، قهاری و سالمی‌خامنه، 1398؛ پلویا، کازمیرچاک و کاراسیویچ⁹، 2019؛ احمدی اردکانی و فاطمی عقدا، 1398؛ لادا و کازمیرچاک¹⁰، 2019؛ نادری، مولوی و نوری، 1396). همدلی افراد را قادر

1. Czechowska-Bieluga & Lewicka-Zelent

2. Kam & Man

3. Brudek & Kaleta

4. Hoesni & Zakaria

5. Watson & Clark

6. Antonioni

7. Fleeson, Malanos, & Achille

8. Wen, Zhang, Zhou, Du, & Xu

9. Plopa, Kaźmierczak, & Karasiewicz

10. Lada & Kaźmierczak

می‌سازد دیدگاه‌ها و عواطف شریک زندگی خود را بهتر درک کنند و در نهایت می‌تواند منجر به ارتباط موثرتر و بهبود حل مسئله شود (مک کالو و ورثینگتون¹، 1995؛ ورثینگتون، 2006). زوج‌هایی که می‌توانند نظرات و خواسته‌های یکدیگر را درک کنند و مورد پذیرش قرار دهند، رضایت بیشتری را در روابط خود تجربه می‌کنند (لاور، لاور و کر²، 1990). بنابراین، می‌توان چنین استنباط کرد که زوج‌هایی که نسبت به یکدیگر همدلی نشان می‌دهند، احتمالاً با سطوح بالاتری از رضایت زناشویی مواجه می‌شوند. علاوه بر این، طبق یافته‌های فیلدز³ (1983)، زوج‌هایی که در رابطه خود راضی هستند، در انطباق یافتن با نیازهای در حال تغییر شریک زندگی خود مهارت دارند. کلید سازگاری نیز در تمایل به همدلی و درک دیدگاه شریک زندگی نهفته است. همچنین، تمایل برون‌گرایان به مشارکت در گفتگو و برقراری ارتباط عاطفی با دیگران می‌تواند به افراد برون‌گرا فرصت بیشتری برای مشاهده هیجانات و عواطف اطرافیان‌شان بدهد و به درک بیشتر عواطف و تجربیات دیگران منجر شود و به توانایی آن‌ها در همدلی کمک کند. بنابراین، توضیح احتمالی در مورد اینکه برون‌گرایی در ترکیب با بازشناسی هیجان، افزایش قابل توجهی را در ارتباطات همدلانه درک شده نشان داده است، می‌تواند اینگونه باشد که افراد برون‌گرا انگیزه‌های ارتباط و عاملیت را با هم ترکیب می‌کنند (شرکنباخ⁴ و همکاران، 2018).

بخشش را می‌توان با رضایت‌بخش بودن روابط زناشویی مرتبط دانست (فوپشوا و زاهورکووا⁵، 2022؛ مندس-تیسیرا و دوارته⁶، 2021؛ جهان، محمدی و قدمی، 1400؛ کاوه فارسانی، 1400؛ رابرتز، ژاورکی، کیمز و سلیس⁷، 2021). امتناع از بخشش در روابط می‌تواند الگوهای مخرب تعامل را تداوم بخشد، حل تعارض را دچار اختلال کند و احتمال تجربه پرخاشگری روانی و ارتباطات مخرب را تشدید کند (فینچام، بیچ و داویلا⁸، 2004؛ فینچام و بیچ⁹، 2002؛ مورفی و اولری¹⁰، 1989؛ رابرتس و کروکف¹¹، 1990). توانایی طلب بخشش و بخشش تأثیر بسزایی بر دوام و رضایت از روابط زناشویی دارد (فنل¹²، 1993). سطوح بالاتر آشتی، صمیمیت و ارتباطات سازنده از طریق بخشش به دست می‌آید (فینچام و بیچ، 2002). زیرا هنگامی که تخلفات شریک زندگی بخشیده نشود، حل و فصل سازنده تعارض می‌تواند از مسیر خارج شود و به رفتارهای تلافی‌جویانه و کناره‌گیری منجر شود و بر حسن نیت به همسر، تلاش برای حل تعارض و رضایت زناشویی تأثیر منفی بگذارد (فینچام و همکاران، 2004). زوج‌هایی که بخشش بیشتری از خود نشان می‌دهند، سازگاری و صمیمیت بیشتری دارند و پرخاشگری روانی کمتری را تجربه می‌کنند (گوردون¹³، 2003؛ پالاری، رگالیا، و فینچام¹⁴، 2002؛ فینچام و بیچ، 2002؛ فینکل، راسبولت، کوماشیرو و هانون¹⁵، 2002). وجود خشم، رنجش، کناره‌گیری و سرزنش که نشان دهنده بخشش منفی (عدم بخشش) است با سطوح پایین‌تر رضایت زناشویی ارتباط دارد (گوردون، هیوز، تامچیک، دیکسون و لیتزینگر¹⁶، 2009؛ فینچام و لینفیلد¹⁷، 1997). بخشش باعث بهبود عاطفی و عمیق‌تر شدن

1. McCullough & Worthington
2. Lauer, Lauer, and Kerr
3. Fields
4. Schreckenbach
5. Fupšová & Záhorcová
6. Mendes-Teixeira & Duarte
7. Roberts, Jaurequi, Kimmes, & Selice
8. Fincham, Beach, & Davila
9. Fincham & Beach
10. Murphy & O'Leary
11. Roberts & Krokoff
12. Fenell
13. Gordon
14. Paleari, Regalia, & Fincham
15. Finkel, Rusbult, Kumashiro, & Hannon
16. Gordon, Hughes, Tomcik, Dixon, & Litzinger
17. Fincham & Linfield

صمیمیت می‌شود (فینکل و همکاران، 2002؛ انرایت و فیتزگیبونز¹، 2015؛ مناهم و لاو²، 2013). همچنین، بخشش می‌تواند رضایت، تعهد و کیفیت در روابط عاشقانه را افزایش دهد (آلگارد، بولن و نوجنت³، 2016؛ فینکل و همکاران، 2002؛ بری و ورثینگتون⁴، 2001). همچنین، همدلی نقشی مهمی در بخشش دارد، زیرا درک اینکه در موقعیتی مشابه چه هیجانی داشته‌ایم، به ما این قابلیت را می‌دهد که بتوانیم تصور و درک کنیم که شخص دیگر ممکن است در موقعیت خود چه هیجانی داشته باشد و این استنتاج به عنوان پلی عمل می‌کند که به ما کمک می‌کند با استفاده از بینش و هیجانات خود به عنوان نقطه مرجع، با دیگران همدلی کنیم. علاوه بر این، به قربانیان اجازه می‌دهد تا متخلفان را درک و با آن‌ها همدات‌پنداری کنند، جایز الخطا بودن آن‌ها را تشخیص دهند و به این طریق، قربانیان می‌توانند فاصله بین تجربیات خود و متخلف را ترمیم و حس وحدت و یگانگی بین قربانی و متخلف را تقویت کنند و درک و شفقت نسبت به مجرمان را افزایش دهند و در نهایت به بخشش دست یابند (مک کولو، بونو و روت⁵، 2007؛ هارت⁶، 1999، روو⁷ و همکاران، 1989). همچنین، برخی از محققان بر این باورند که بخشش با برون‌گرایی بالا شامل داشتن رویکرد گرم و عواطف مثبت نسبت به فردی که کار اشتباهی انجام داده است، مرتبط است. مطالعات قبلی نیز نشان داده است که برون‌گرا بودن با روش‌های مختلف حل تعارض مرتبط است. به عبارت دیگر ماهیت اجتماعی برون‌گرایی می‌تواند منجر به افزایش مهارت‌های ارتباطی و توانایی حل و فصل مؤثرتر تعارضات شود و از این طریق با ترویج گفتگوی باز و تفاهم بین طرف‌های درگیر، روند بخشش را تسهیل کند. علاوه بر این، افراد برون‌گرا اغلب دوستان و شبکه‌های حمایت اجتماعی بزرگتری دارند، که می‌تواند تشویق و بینش لازم برای تقویت بخشش را برای آن‌ها فراهم کند (راس⁸ و همکاران، 2004، وود و بل⁹، 2008؛ موبرگ¹⁰، 1998).

در مورد ضرورت انجام این تحقیق می‌توان گفت که، افزایش گزارش شده در میزان طلاق و کاهش رضایت زناشویی در سال‌های اخیر، بر لزوم مطالعه بیشتر در مورد عوامل تاثیرگذار بر رضایت زناشویی تأکید دارد. تا اندازه‌ای که ما اطلاع داریم، هیچ یک از بررسی‌های پیشین، متغیرهای مطرح شده در این تحقیق را به عنوان پیش‌بینی‌کننده‌های همزمان رضایت زناشویی مورد بررسی قرار نداده‌اند. بنابراین، این تحقیق با هدف پیش‌بینی رضایت زناشویی بر مبنای برون‌گرایی، همدلی زناشویی و بخشش زناشویی در زنان متأهل صورت پذیرفت.

روش

روش پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی از نوع رگرسیون و بر روی زنان متأهل ساکن استان لرستان متمرکز بود که با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای، نمونه‌ای متشکل از 840 نفر از این جامعه انتخاب شدند. معیارهای ورود به مطالعه شامل مونث بودن، متأهل بودن، داشتن سطح سواد در حد توانایی خواندن و نوشتن و ابراز رضایت از شرکت در پژوهش بودند. معیارهای خروج از مطالعه شامل ناتوانی از درک و پاسخ به سوالات و عدم تمایل به ادامه همکاری بودند. پیش از آغاز تکمیل پرسش‌نامه‌ها، به شرکت‌کنندگان توضیحات لازم در مورد محرمانه باقی ماندن اطلاعات آنان، احترام به حریم خصوصی، استفاده از داده‌های آنان منحصراً برای اهداف تحقیقاتی و حق انصراف از مشارکت در تحقیق در هر زمان، ارائه شد. همچنین، در

1. Enright & Fitzgibbons
2. Menahem & Love
3. Aalgaard, Bolen, & Nugent
4. Berry & Worthington
5. McCullough, Bono, & Root
6. Hart
7. Rowe
8. Ross
9. Wood & Bell
10. Moberg

خصوص نحوه تکمیل پرسش‌نامه و اینکه پاسخ صحیح یا غلط در پرسش‌نامه‌ها وجود ندارد، توضیحات لازم به شرکت‌کنندگان ارائه شد و از آنان خواسته شد که با دقت و صداقت به پرسش‌نامه‌ها پاسخ دهند. پیش از تحلیل داده‌ها، اقدامات لازم برای رفع نقایص داده‌ها انجام شد. پس از بررسی توصیفی متغیرهای جمعیت شناختی مانند سن، تحصیلات و...، به بررسی نرمال بودن داده‌ها پرداخته شد و سپس برای بررسی همبستگی بین متغیرها از آزمون همبستگی پیرسون و برای بررسی فرضیه اصلی تحقیق که عبارت بود از، بر مبنای برون‌گرایی، همدلی زناشویی و بخشش زناشویی می‌توان رضایت زناشویی را در زنان متأهل پیش‌بینی نمود، از آزمون رگرسیون خطی چندگانه استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها در این مطالعه با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه 27 صورت پذیرفت.

ابزارهای پژوهشی

الف) مقیاس رضایت زناشویی انریچ¹: این ابزار مشتمل بر 12 خرده مقیاس پاسخ قراردادی، رضایت‌زناشویی، موضوعات شخصیتی، ارتباط زناشویی، حل تعارض، مدیریت مالی، فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت، روابط جنسی، ازدواج و بچه‌ها، بستگان و دوستان، نقش‌های مربوط به برابری زن و مرد و جهت‌گیری عقیدتی است و از مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت با گزینه‌های کاملاً موافق تا کاملاً مخالف استفاده می‌کند و به هر پاسخ از یک تا پنج امتیاز اختصاص داده می‌شود. اولسون، فورنیه و دراکمن² (1987) پرسش‌نامه رضایت زناشویی انریچ با ضریب آلفای 0/92 را ایجاد کردند. سلیمانیان (1373) نسخه کوتاه‌تری از این مقیاس را که شامل 47 گویه است، مورد ارزیابی قرار داد و روایی مقیاس را تایید و پایایی آن را با ضریب آلفای 0/84 اعلام کرد (ساعتچی، کامکاری و عسگریان، 1395).

ب) پرسش‌نامه NEO-FFI³: ارزیابی برون‌گرایی با استفاده از پرسش‌نامه NEO-FFI انجام شد. این پرسش‌نامه متشکل از 60 سوال است و برای ارزیابی طیفی از عوامل شخصیتی استفاده می‌شود. در هر سؤال آزمودنی با انتخاب یکی از گزینه‌های کاملاً موافق تا کاملاً مخالف، نمره‌ای از صفر تا چهار را احراز می‌کند. این سوالات به طور خاص برای بررسی پنج عامل بزرگ شخصیت، که شامل روان‌رنجوری، برون‌گرایی، گشودگی به تجربه، توافق‌پذیری و وظیفه‌شناسی است، طراحی شده‌اند. هر یک از عوامل، 12 سؤال از این مقیاس را پوشش می‌دهند که در نتیجه هر آزمودنی نمره‌ای از صفر تا 48 برای هر یک از پنج عامل ارائه شده در این مقیاس دریافت می‌کند. کاستا و مک کرا⁴ (1992) محدوده ضریب آلفای کرونباخ را از 0/68 تا 0/86 برای عوامل آن گزارش کردند. ملازاده (1381) نیز در ایران، محدوده ضریب آلفای کرونباخ را از 0/74 تا 0/87 برای عوامل آن گزارش و روایی پرسش‌نامه را تایید کرده است (فتحی آشتیانی و داستانی، 1391).

ج) مقیاس همدلی: پرسش‌نامه همدلی جولیف و فرینگتون⁵ (2006) شامل 20 ماده و از عوامل همدلی شناختی و عاطفی تشکیل شده است و از مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت با گزینه‌های کاملاً موافق تا کاملاً مخالف استفاده می‌کند و به هر پاسخ از یک تا پنج امتیاز اختصاص داده می‌شود. آلبیرو، ماتریکاردی، اسپلتری و توسو⁶ در مطالعه خود (2009) روایی این مقیاس را تایید و ضرایب آلفای کرونباخ را برای مقیاس کل 0/87 و برای خرده مقیاس‌های عاطفی و شناختی 0/86 و 0/74 گزارش کردند. نوروزی (1389) روایی مقیاس را تایید کرد و گزارش داد که ابعاد شناختی و عاطفی مقیاس دارای ضرایب آلفای کرونباخ 0/78 و 0/72 هستند در حالی که مقیاس کل در ایران دارای ضریب 0/84 است.

1. ENRICH
2. Olson, Fournier, & Druckman
3. NEO Five-Factor Inventory
4. Costa & McCrae
5. Jolliffe & Farrington
6. Albiero, Matricardi, Speltri, & Toso

د) **مقیاس بخشش**: پالاری و همکاران (2009) پرسش‌نامه بخشش را برای ارزیابی بخشش در زندگی زناشویی از طریق دو خرده مقیاس خیرخواهی و خشم-اجتناب طراحی کردند. این پرسش‌نامه شامل 10 گویه است و در هر سؤال آزمودنی با انتخاب یکی از گزینه‌های به شدت مخالفم تا به شدت موافقم، نمره‌ای از یک تا شش را احراز می‌کند. هنگام محاسبه نمره کل، اگر هدف، صرفاً اندازه‌گیری میزان بخشش زناشویی باشد، نمرات گویه‌های خرده مقیاس خشم-اجتناب باید معکوس امتیازدهی شود. به گفته پالاری و همکاران (2009)، این مقیاس پایایی مطلوبی را با ضرایب آلفای کرونباخ 0/80 برای مردان و 0/75 برای زنان در خرده مقیاس خیرخواهی و 0/83 برای مردان و 0/79 برای زنان در خرده مقیاس خشم-اجتناب نشان داد. تحلیل عاملی تأییدی وجود دو عامل مجزا شامل خیرخواهی و خشم-اجتناب را تأیید کرد و پرسش‌نامه پایایی و روایی قابل قبولی را نشان داد. در ایران نیز، روایی صوری و محتوایی این مقیاس تأیید شده و ضریب پایایی آلفای کرونباخ در مرحله پس‌آزمون 0/74 گزارش شده است (آذرکیش، نادری، عسکری و حیدری، 1396). علاوه بر این، مطالعه دیگری نیز ضریب پایایی آلفای کرونباخ را 0/91 برای این مقیاس گزارش کرده است (رجبی، حریراوی و تقی پور، 1395).

یافته‌ها

جدول 1. نتایج آزمون هنجار (نرمال) بودن توزیع داده‌ها

چولگی	برون‌گرایی	همدلی	بخشش	رضایت زناشویی
0.010	-0.215	-0.110	0.282	
خطای استاندارد ضریب چولگی	0.084	0.084	0.084	0.084
کشیدگی	-0.222	0.248	-0.104	-0.454
خطای استاندارد ضریب کشیدگی	0.169	0.169	0.169	0.169

جدول 2. نتایج همبستگی پیرسون

متغیرهای مستقل	همبستگی	
	ضرایب	سطح معناداری
برون‌گرایی	0,287	0.000
همدلی	0,437	0.000
بخشش	0,549	0.000

جدول 3. نتایج رگرسیون خطی چندگانه

متغیرهای مستقل	رگرسیون		
	ضریب تعیین	ضرایب استاندارد	t
برون‌گرایی		0.121	4.241
همدلی	0.378	0.255	8.628
بخشش		0.421	14.020

بررسی توزیع داده‌ها برای تعیین هنجار بودن آنان نشان داد که داده‌ها به طور نرمال توزیع شده‌اند و می‌توان از آن‌ها برای تجزیه و تحلیل‌های لازم استفاده کرد. در جدول 1 نتایج آزمون هنجار (نرمال) بودن توزیع داده‌ها، در جدول 2 نتایج همبستگی پیرسون و در جدول 3 نتایج رگرسیون خطی چندگانه نشان داده شده است.

این مطالعه نشان داد که بین برون‌گرایی و رضایت زناشویی همبستگی مثبت و معنادار ($p < 0.01$) وجود دارد که نشان می‌دهد افرادی که برون‌گراتر هستند رضایت بیشتری را در زندگی زناشویی خود تجربه می‌کنند. این نتایج نشان می‌دهند که افراد می‌توانند با توسعه ویژگی‌هایی مانند برون‌گرایی، رضایت زناشویی خود را افزایش دهند.

با توجه به نتایج، بین همدلی زناشویی و رضایت زناشویی همبستگی مثبت و معنادار ($p < 0.01$) وجود داشت که نشان می‌دهد افرادی که دارای درجه بالاتر همدلی هستند بیشتر از یک زندگی زناشویی رضایت‌بخش بهره‌مند خواهند شد، در حالی که افرادی که درجه پایین‌تری از همدلی را نشان می‌دهند بیشتر مستعد نارضایتی زناشویی هستند. از این‌رو، رشد ویژگی‌هایی مانند همدلی می‌تواند منجر به افزایش رضایت زناشویی شود.

ضریب همبستگی پیرسون یک رابطه معنادار و مثبت ($p < 0.01$) را بین رضایت زناشویی و بخشش زناشویی نشان داد، که نشان می‌دهد افرادی که دارای درجه بالاتر بخشش هستند بیشتر از یک زندگی زناشویی رضایت‌بخش بهره‌مند خواهند شد، در حالی که افرادی که درجه پایین‌تری از بخشش را نشان می‌دهند بیشتر مستعد نارضایتی زناشویی هستند. از این‌رو، رشد ویژگی‌هایی مانند همدلی می‌تواند منجر به افزایش رضایت زناشویی شود.

ضریب تعیین (R^2) به دست آمده از آزمون رگرسیون خطی چندگانه برابر با 0,378 بود که نشان می‌دهد مدل 37,8 درصد از تغییرات رضایت زناشویی را توضیح می‌دهد. با توجه به ضرایب استاندارد، برون‌گرایی، همدلی و بخشش پیش‌بینی‌کننده‌های معنادار رضایت زناشویی بودند ($p < 0.01$) و فرضیه اصلی تأیید می‌شود. از یافته‌ها می‌توان استنباط کرد که برون‌گرایی، همدلی و بخشش تأثیر مثبت و مطلوبی بر رضایت زناشویی دارند، به طوری که هر واحد افزایش در برون‌گرایی، همدلی و بخشش به ترتیب منجر به افزایش 0,121، 0,255 و 0,421 واحد در رضایت زناشویی می‌شود. مهم‌ترین متغیر تأثیرگذار بر رضایت زناشویی بخشش بود و پس از آن همدلی و سپس برون‌گرایی تأثیرگذار بودند.

بحث و نتیجه‌گیری

این تحقیق با هدف پیش‌بینی رضایت زناشویی بر مبنای برون‌گرایی، همدلی زناشویی و بخشش زناشویی در زنان متأهل صورت پذیرفت. یافته‌های این پژوهش نشان داد که بین برون‌گرایی و رضایت زناشویی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. این نتیجه با تحقیقات قبلی که رابطه مثبت بین برون‌گرایی و رضایت زناشویی گزارش کرده‌اند مطابقت دارد (سایه میری، کریم، عبدی، دالوند و قنشلنگ¹، 2020؛ عریضی، عابدی و امینی²، 2016؛ هلر، واتسون و ایلیس³، 2004؛ مالوف، تورشتاینسون، شوته، بولار و روک⁴، 2010؛ واتسون، هابارد و ویز⁵، 2000). با این حال، توجه به این نکته مهم است که برخی از مطالعات هیچ ارتباط معناداری بین برون‌گرایی و رضایت زناشویی گزارش نکرده‌اند (بوچارد، لوسییه و سابورن⁶، 1999؛ دانلان، کانگر و برابانت⁷، 2004؛ گاتیس، برنز، سیمپسون و کریستنسن⁸، 2004؛ کارنی و برادبری، 1995). مالوف و همکاران (2010) طی یک متاآنالیز دریافتند که نمرات بالا در برون‌گرایی به طور قابل توجهی با سطح رضایت از رابطه مرتبط است. به طور مشابه، هلر و همکاران (2004) یک متاآنالیز انجام دادند و دریافتند که برون‌گرایی بالاتر با رضایت زناشویی بالاتر مرتبط است. همچنین، مطالعه اورایزی و همکاران (2016) در ایران اندازه اثر کم تا متوسط را در مورد ارتباط بین برون‌گرایی و رضایت زناشویی نشان داد. به همین ترتیب سایه میری و

1. Sayehmiri, Kareem, Abdi, Dalvand, & Gheshlagh

2. Orayzi, Abedi, & Amini

3. Heller, Watson, & Ilies

4. Malouff, Thorsteinsson, Schutte, Bhullar, & Rooke

5. Watson, Hubbard, & Wiese

6. Bouchard, Lussier, & Sabourin

7. Donnellan, Conger, & Bryant

8. Gattis, Berns, Simpson, & Christensen

همکاران (2020) نیز وجود همبستگی مثبت و معنادار بین برون‌گرایی و رضایت زناشویی را گزارش کرد. علاوه بر این، تحقیقات اخیر نیز، مشابه با مطالعات قبلی، شواهد بیشتری برای حمایت از این ایده ارائه کرده است که افرادی که برون‌گرایی از خود نشان می‌دهند بیشتر محتمل است که میزان بالاتری از رضایت در ازدواج را تجربه کنند. برای مثال، برودک و کالتا (2023) دریافتند که برون‌گرایی با رضایت زناشویی همبستگی مثبت دارد. به همین ترتیب، پارپای و همکاران (1401) وجود همبستگی مثبت بین برون‌گرایی و رضایت زوجین را گزارش کردند. علاوه بر این، هوسنی و زکریا (2022) به وجود همبستگی ضعیف اما مثبت بین برون‌گرایی و رضایت زناشویی اشاره کردند. بر اساس پژوهش حاضر که با مطالعات و فراتحلیل‌های قبلی همخوانی دارد، می‌توان استنباط کرد که برون‌گرایی تأثیر قابل توجهی بر رضایت زناشویی دارد. در جهت روشن شدن نحوه رابطه بین برون‌گرایی و رضایت زناشویی می‌توان چنین استدلال کرد که برون‌گرایان خون‌گرم، اجتماعی و با منش دوستانه هستند و برای روابط نزدیک بین‌فردی ارزش زیادی قائلند (واتسون و کلارک، 1997) که می‌تواند منجر به روابط زناشویی مثبت و رضایت‌بخش‌تر شود، زیرا افرادی که ارتباطات بیشتری دارند و زمان بیشتری را با دیگران می‌گذرانند می‌توانند از داشتن یک شبکه حمایتی قوی بهره‌مند شوند. این شبکه حمایتی می‌تواند حمایت عاطفی و عملی را در وقایع دشواری که در زندگی رخ می‌دهند فراهم کند که به دنبال آن می‌تواند منجر به روابط زناشویی مثبت و رضایت‌بخش‌تر شود. همچنین، افرادی که برون‌گراتر هستند ممکن است بیشتر به ایجاد و حفظ یک شبکه حمایتی بپردازند که می‌تواند تأثیر مثبتی بر ازدواج آن‌ها داشته باشد. افزون بر این، افراد برون‌گرا دارای مهارت‌های اجتماعی و تمایل به همکاری با دیگران هستند که ممکن است آن‌ها را در حل تعارضات به شیوه یکپارچه اثرگذارتر کند. برون‌گرایان به دلیل قاطع بودن می‌توانند در عین احترام به نیازهای دیگران، برای نیازهای خود ایستادگی کنند (آنتونیونی، 1998). به عنوان مثال، آن‌ها ممکن است برای برقراری ارتباط موثر با شرکای خود و تلاش برای یافتن راه‌حل‌های سودمند متقابل برای حل تعارضات، مجهزتر باشند. علاوه بر این، قاطعیت آن‌ها ممکن است به آن‌ها کمک کند نیازها و خواسته‌های خود را در رابطه بیان کنند، که می‌تواند منجر به رضایت بیشتر شود. همچنین، برون‌گرایان عموماً تمایل بیشتری به تجربه کردن عواطف مثبت نسبت به درون‌گرایان دارند. همچنین، وقتی صحبت از تقویت عواطف مثبت می‌شود، برون‌گرایان ممکن است نسبت به درون‌گرایان تمایل بیشتری به تماشای یک کمدی یا تماشای تصاویر خوشایند داشته باشند (فلیسون و همکاران، 2002)، که می‌تواند منجر به شادی و رضایت بیشتر در روابط شود.

نتایج پژوهش حاضر، که نشان دهنده رابطه مثبت و معنادار بین همدلی و رضایت زناشویی است، با یافته‌های گزارش شده اخیر، هماهنگ است. به عنوان مثال، پژوهش ون و همکاران (2022) بر نقش محوری همدلی در ارتقای روابط صمیمانه تأکید می‌کند. همچنین، همبستگی مثبت و معناداری بین همدلی زناشویی و رضایت زناشویی در پژوهش رجبی و همکاران (1401) مشاهده شد. غفوریان قهرمانی و مهدویان (1400) نیز نشان داده‌اند که همدلی نقش مهمی در پیش‌بینی میزان رضایت زناشویی زنان متأهل شهر تهران دارد. نتایج بررسی فتوت و همکاران (1398) نشان داد سطح همدلی عاطفی در مادران دارای کودک مبتلا به اختلال بیش‌فعالی-نقص‌توجه با رضایت آن‌ها از ازدواجشان دارای همبستگی مثبت و معنادار است. همچنین پلویا، کازیمیرچاک و کاراسیویچ¹ (2019) گزارش دادند که همدلی هر دو شریک با رضایت از رابطه در زوجینی که در دوران نامزدی به سر می‌برند و همچنین برای شوهران مرتبط است. مطالعه احمدی اردکانی و فاطمی عقدا (1398) نیز نقش همدلی را در بهبود رضایت زناشویی به طور مستقیم یا غیرمستقیم برجسته کرد. طبق مطالعه لادا و کازیمیرچاک (2019)، همدلی نقش مهمی در تعیین میزان رضایت در یک رابطه دارد. مطالعه نادری و همکاران (1396) نیز بر اهمیت همدلی زوجین در پیش‌بینی رضایت شناختی آن‌ها تأکید داشت. روی هم رفته، این مطالعات نشان می‌دهند که همدلی نقش کلیدی در تقویت روابط رضایت‌بخش دارد. در جهت روشن شدن نحوه رابطه بین همدلی و رضایت زناشویی می‌توان چنین استدلال کرد که توانایی همدلی با همسر

1. Plopa, Kaźmierczak, & Karasiewicz

به افراد اجازه می‌دهد تا درک عمیق‌تری از افکار و عواطف شریک زندگی خود به دست آورند و در نتیجه مهارت‌های ارتباطی و حل مسئله را بهبود بخشند (مک کالو و ورثینگتون، 1995؛ ورثینگتون، 2006). زوج‌هایی که قادر به درک و پذیرش دیدگاه‌ها و نیازهای یکدیگر هستند، به احتمال زیاد در روابط خود رضایت بیشتری را احساس می‌کنند (لاور و همکاران، 1990). در نتیجه، می‌توان چنین استنباط کرد که زوج‌هایی که نسبت به یکدیگر همدلی نشان می‌دهند، تمایل بیشتری به تجربه رضایت زناشویی دارند. علاوه بر این، تحقیقات فیلدز (1983) نشان داد که زوج‌هایی که از رابطه خود راضی هستند، دارای ظرفیت انطباق با نیازهای در حال تغییر شریک زندگی خود هستند. سازگاری نیز مستلزم تمایل به همدلی با شریک زندگی و تلاش برای درک دیدگاه او است.

نتایج مطالعه ما حاکی از ارتباط مثبت و معنادار بین بخشش و رضایت زناشویی است که نشان می‌دهد افرادی که بیشتر می‌بخشند، رضایت زناشویی بیشتری را تجربه می‌کنند. نتایج حاضر، با گزارشات قبلی که رابطه مثبتی را بین بخشش و رضایت از رابطه یافته‌اند، همراستا است. به عنوان مثال، طی مطالعه‌ای، فوشوا و زاهورکوا (2022) با بررسی طیف متعددی از متغیرها دریافتند که بخشش شریک زندگی مهمترین پیش‌بینی‌کننده رضایت از رابطه است و اهمیت بخشش در ایجاد روابط رضایت‌بخش را برجسته کردند. مندس-تیسیرا و دوارت (2021) مروری سیستماتیک روی 25 مطالعه انجام دادند و رابطه‌ای مثبت و متقابل بین بخشش و رضایت زناشویی پیدا کردند، به این معنا که بخشش با سطوح بالاتری از رابطه زناشویی رضایت‌بخش مرتبط است و سطوح بالاتر یکی، منجر به سطوح بالاتر دیگری می‌شود. جهان و همکاران (1400) در مطالعه خود همبستگی قوی و مثبتی را بین بخشش و رضایت زناشویی یافتند و نشان دادند که می‌توان از بخشش برای پیش‌بینی رضایت زناشویی استفاده کرد. بر اساس پژوهش انجام شده توسط کاوه فارسانی (1400) بخشش به صورت مستقیم و مثبت با رضایت زناشویی مرتبط است. همچنین، رابرتز و همکاران (2021) در مطالعه خود رابطه معناداری را بین بخشش و رضایت در روابط شناسایی کردند. یافته‌های این مطالعات در مجموع بر اهمیت بخشش در تقویت روابط زناشویی رضایت‌بخش تأکید می‌کنند. در جهت روشن شدن نحوه رابطه بین بخشش و رضایت زناشویی می‌توان چنین استدلال کرد که امتناع از بخشش در روابط می‌تواند الگوهای مخرب تعامل را تداوم بخشد، حل تعارض را دچار اختلال کند و احتمال تجربه پرخاشگری روانی و ارتباطات مخرب را تشدید کند (فینچام و همکاران، 2004؛ فینچام و بیچ، 2002؛ مورفی و اولری، 1989؛ رابرتس و کروکف، 1990). توانایی طلب بخشش و بخشش تأثیر بسزایی بر دوام و رضایت از روابط زناشویی دارد (فل، 1993). سطوح بالاتر آشتی، صمیمیت و ارتباطات سازنده از طریق بخشش به دست می‌آید (فینچام و بیچ، 2002). زیرا هنگامی که تخلفات شریک زندگی بخشیده نشود، حل و فصل سازنده تعارض می‌تواند از مسیر خارج شود و به رفتارهای تلافی‌جویانه و کناره‌گیری منجر شود و بر حسن نیت به همسر، تلاش برای حل تعارض و رضایت زناشویی تأثیر منفی بگذارد (فینچام و همکاران، 2004). زوج‌هایی که بخشش بیشتری از خود نشان می‌دهند، سازگاری و صمیمیت بهتری دارند و پرخاشگری روانی کمتری را تجربه می‌کنند (گوردون، 2003؛ پالاری و همکاران، 2005؛ فینچام و بیچ، 2002؛ فینکل و همکاران، 2002). وجود خشم، رنجش، کناره‌گیری و سرزنش که نشان دهنده بخشش منفی (عدم بخشش) است با سطوح پایین‌تر رضایت زناشویی ارتباط دارد (گوردون و همکاران، 2009؛ فینچام و لینفیلد، 1997). بخشش باعث بهبود عاطفی و عمیق‌تر شدن صمیمیت می‌شود (فینکل و همکاران، 2002؛ انرایت و فیتز‌گیبونز، 2015؛ مناهم و لاو، 2013). همچنین، بخشش می‌تواند رضایت، تعهد و کیفیت در روابط عاشقانه را افزایش دهد (آلگارد و همکاران، 2016؛ فینکل و همکاران، 2002؛ بری و ورثینگتون، 2001).

از محدودیت‌های این مطالعه می‌توان به این نکته اشاره کرد که مطالعه حاضر تنها بر زنان متأهل متمرکز بوده است و پیشنهاد می‌شود که در مطالعات آینده، مردان متأهل نیز مورد بررسی قرار گیرند تا درک وسیع‌تری از عوامل مؤثر بر رضایت زناشویی و تفاوت‌های جنسیتی بالقوه ارائه گردد.

در خاتمه، به عنوان نتیجه‌گیری، برای تقویت رضایت زوجین، به ویژه زنان، پیشنهاد می‌شود برنامه‌های آموزشی ترتیب داده شود که افزایش آگاهی در مورد ویژگی شخصیتی برون‌گرایی و تقویت ویژگی‌های مثبت مانند همدلی و بخشش را در اولویت قرار دهد.

منابع

- احمدی اردکانی، زهرا و فاطمی عقدا، نسرین (1398). رابطه‌ی سبک‌های دلبستگی و رضایت زناشویی با میانجی‌گری بخشش و همدلی: بررسی یک مدل. مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، 62 (4،1)، 15-25.
<https://doi.org/10.22038/mjms.2019.13910>
- آذرکیش، مریم، نادری، فرح، عسکری، پرویز و حیدری، علیرضا (1396). اثربخشی آموزش جنسی بر بخشش رنجش خاص زناشویی و پایداری ازدواج زنان متأهل شهر آبادان. سلامت جامعه، 11 (شماره 3 و 4)، 20-29.
<https://doi.org/10.22123/chj.2018.121280.1110>
- اله موسوی، ولی، عاطفی کرجوندانی، ستاره، رضایی، سجاد و پرتو، زهرا (1396). تاثیر استفاده از شبکه‌های تلویزیونی مستقر در خارج از کشور (ماهواره) بر میزان رضایت زناشویی، سازگاری زناشویی و صمیمیت زناشویی دانشجویان متأهل. پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی، 7 (28)، 83-100.
https://www.socialpsychology.ir/article_75347.html
- پاراپایی، رزیتا، امیری، حسن و عارفی، مختار (1401). الگوی علی رضایتمندی زوجین بر اساس مولفه‌های ویژگی شخصیتی با میانجی‌گری ارتباط مادر- فرزند. خانواده و بهداشت، 11 (4)، 27-39.
https://journal.astara.ir/article_251715.html?lang=fa
- جهان، محمدرضا، محمدی، اکبر و قدمی، مجید (1400). نقش کیفیت زندگی، سازش‌یافتگی و بخشایشگری در پیش‌بینی رضایت زناشویی مادران کودکان آهسته‌گام. توانمندسازی کودکان استثنایی، 12 (2)، 96-107.
<https://doi.org/10.22034/ceciranj.2020.240937.1419>
- رجبی، غلامرضا، حریراوی، مهدی، تقی‌پور، منوچهر (1395). ارزیابی مدل رابطه خوددلسوزی، همدلی زناشویی و افسردگی با میانجی‌گری بخشش زناشویی در زنان. مشاوره کاربردی، 6 (2)، 1-22.
<https://doi.org/10.22055/jac.2017.21290.1422>
- رجبی، غلامرضا، کاظمی، فرزاد و شیرالی‌نیا، خدیجه (1401). ارزیابی مدل رابطه بین ذهن‌آگاهی و رضایت زناشویی با میانجی‌گری همدلی زناشویی. فصل‌نامه پژوهش‌های کاربردی روان‌شناختی، 13 (1)، 183-198.
<https://doi.org/10.22059/japr.2022.320767.643793>
- ساعتچی، محمود، کامکاری، کامبیز، عسگریان، مهناز (1395). آزمون‌های روان‌شناختی. تهران: انتشارات ویرایش.
- علیزاده فرد، سوسن، خوشمنش، الهام (1396). مقایسه‌ی آموزش تئوری انتخاب به صورت کلاسیک و بر مبنای آموزه‌های اسلامی بر افزایش گذشت و رضایت زناشویی زنان متأهل. پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی، 7 (26)، 119-138.
https://www.socialpsychology.ir/article_63005.html
- غفوریان قهرمانی، صفورا و مهدویان، علیرضا (1400). پیش‌بینی رضایت زناشویی بر مبنای متغیرهای همدلی، تعهد زناشویی و سبک‌های دلبستگی در زنان متأهل شهر تهران. روان‌شناسی بالینی و شخصیت، 19 (2)، 71-80.
<https://doi.org/10.22070/cpap.2022.15529.1171>
- فتحی آشتیانی، علی، داستانی، محبوبه. (1391). آزمون‌های روان‌شناختی: ارزشیابی شخصیت و سلامت روان. تهران: انتشارات بعثت.
- فتوت فاطمه، قهاری شهربانو، سالمی خامنه علیرضا (1398). سبک‌های ابرازگری هیجانی، همدلی عاطفی، رضایت زناشویی با میانجی‌گری سبک دلبستگی در مادران کودکان‌ای دی‌اچ دی. پرستار و پزشک در رزم، 7 (25)، 33-40.
<http://npwjim.ajaums.ac.ir/article-1-751-fa.html>
- کاوه فارسانی، ذبیح‌الله (1400). نقش واسطه‌ای اسناد ارتباطی و بخشش زناشویی در رابطه بین روان رنجوری، سبک‌های دلبستگی و رضایت زناشویی. پژوهش‌های مشاوره، 20 (79)، 31-60.
<https://doi.org/10.18502/qjcr.v20i79.7341>

- کمالجو، علی، نریمانی، محمد، عطادخت، اکبر، ابوالقاسمی، عباس (1395). مدل علی تأثیرات هوش معنوی و اخلاقی بر روابط فرازناشویی با واسطه‌های شبکه‌های مجازی و رضایت زناشویی. *پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی*، 24 (6)، 53-74. https://www.socialpsychology.ir/article_62994.html
- نادری، لیلا، مولوی، حسین و نوری، ابوالقاسم (1396). پیش‌بینی رضایت زناشویی زوجین شهر اصفهان. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، 16 (4)، 69-75. https://jsr-p.isfahan.iau.ir/article_533992.html
- Aalgaard, R. A., Bolen, R. M., & Nugent, W. R. (2016). A literature review of forgiveness as a beneficial intervention to increase relationship satisfaction in couples therapy. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 26 (1), 46-55. <https://doi.org/10.1080/10911359.2015.1059166>
- Albiero, P., Matricardi, G., Speltri, D., & Toso, D. (2009). The assessment of empathy in adolescence: A contribution to the Italian validation of the "Basic Empathy Scale". *Journal of Adolescence*, 32 (2), 393-408. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2008.01.001>
- Antonioni, D. (1998). Relationship between the big five personality factors and conflict management styles. *International Journal of Conflict Management*, 9 (4), 336-355. <https://doi.org/10.1108/eb022814>
- Berry, J. W., & Worthington Jr, E. L. (2001). Forgiveness, relationship quality, stress while imagining relationship events, and physical and mental health. *Journal of Counseling Psychology*, 48 (4), 447. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.48.4.447>
- Bouchard, G., Lussier, Y., & Sabourin, S. (1999). Personality and marital adjustment: Utility of the five-factor model of personality. *Journal of Marriage and the Family*, 651-660. <https://doi.org/10.2307/353567>
- Brudek, P., & Kaleta, K. (2023). Marital offence-specific forgiveness as mediator in the relationships between personality traits and marital satisfaction among older couples: Perspectives on Lars Tornstam's theory of gerotranscendence. *Ageing & Society*, 43 (1), 161-179. <https://doi.org/10.1017/s0144686x21000465>
- Buss, D. M., & Shackelford, T. K. (1997). Susceptibility to infidelity in the first year of marriage. *Journal of Research in Personality*, 31 (2), 193-221. <https://doi.org/10.1006/jrpe.1997.2175>
- Czechowska-Bieluga, M., & Lewicka-Zelent, A. (2021). Marital satisfaction—a literature review. *Wychowanie w Rodzinie*, 27 (2/2021), 155-172. <https://doi.org/10.34616/www.2021.2.155.172>
- Donnellan, M. B., Conger, R. D., & Bryant, C. M. (2004). The Big Five and enduring marriages. *Journal of Research in personality*, 38 (5), 481-504. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2004.01.001>
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2015). *Forgiveness therapy: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. American Psychological Association. Washington, DC. <https://doi.org/10.1037/14526-000>
- Fenell, D. L. (1993). Characteristics of long-term first marriages. *Journal of Mental Health Counseling*, 15, 446-460.
- Fields, N. S. (1983). Satisfaction in long-term marriages. *Social Work*, 28 (1), 37-41. <https://doi.org/10.1093/sw/28.1.37>
- Fincham, F. D., & Beach, S. R. (2002). Forgiveness in marriage: Implications for psychological aggression and constructive communication. *Personal Relationships*, 9 (3), 239-251. <https://doi.org/10.1111/1475-6811.00016>
- Fincham, F. D., & Linfield, K. J. (1997). A new look at marital quality: Can spouses feel positive and negative about their marriage?. *Journal of Family Psychology*, 11 (4), 489-502. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.11.4.489-502>
- Fincham, F. D., Beach, S. R., & Davila, J. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of family psychology*, 18 (1), 72. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.18.1.72>
- Fincham, F. D., Paleari, F. G., & Regalia, C. (2002). Forgiveness in marriage: The role of relationship quality, attributions, and empathy. *Personal Relationships*, 9 (1), 27-37. <https://doi.org/10.1111/1475-6811.00002>
- Finkel, E. J., Rusbult, C. E., Kumashiro, M., & Hannon, P. A. (2002). Dealing with betrayal in close relationships: Does commitment promote forgiveness?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (6), 956-974. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.956>
- Fleenon, W., Malanos, A. B., & Achille, N. M. (2002). An intraindividual process approach to the relationship between extraversion and positive affect: is acting extraverted as "good" as being extraverted?.

- Journal of personality and social psychology, 83 (6), 1409-1422. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.83.6.1409>
- Fupšová, T., & Záhorcová, L. (2022). Empathy and Humility as Predictors of Forgiveness towards One's Partner and Relationship Satisfaction in Young Adults. *Studia Psychologica*, 64 (3), 243-255. <https://doi.org/10.31577/sp.2022.03.851>
 - Gattis, K. S., Berns, S., Simpson, L. E., & Christensen, A. (2004). Birds of a feather or strange birds? Ties among personality dimensions, similarity, and marital quality. *Journal of family psychology*, 18 (4), 564. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.18.4.564>
 - Gordon, K. C. (2003). Forgiveness and marriage: Preliminary support for a measure based on a model of recovery from a marital betrayal. *American Journal of Family Therapy*, 31 (3), 179-199. <https://doi.org/10.1080/01926180301115>
 - Gordon, K. C., Hughes, F. M., Tomcik, N. D., Dixon, L. J., & Litzinger, S. C. (2009). Widening spheres of impact: The role of forgiveness in marital and family functioning. *Journal of Family Psychology*, 23 (1), 1-13. <https://doi.org/10.1037/a0014354>
 - Hart, T. (1999). The refinement of empathy. *Journal of Humanistic Psychology*, 39 (4), 111-125. <https://doi.org/10.1177/0022167899394007>
 - Heller, D., Watson, D., & Ilies, R. (2004). The role of person versus situation in life satisfaction: a critical examination. *Psychological bulletin*, 130 (4), 574-600. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.4.574>
 - Hoesni, S. M., & Zakaria, S. M. (2022). Exploring Relationships Between Personality Traits and Marital Satisfaction among Urban Malays Using Malaysian Samples: A Preliminary Study. *Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 12 (4), 1419-1428. <https://doi.org/10.6007/ijarbss/v12-i4/13222>
 - Jolliffe, D., & Farrington, D. P. (2006). Development and validation of the Basic Empathy Scale. *Journal of Adolescence*, 29 (4), 589-611. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2005.08.010>
 - Kam, P. K., & Man, K. Y. (1999). Preparation for marriage in a Chinese community: Implications for premarital counselling services. *International Social Work*, 42 (4), 389-406. <https://doi.org/10.1177/002087289904200402>
 - Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological bulletin*, 118 (1), 3. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.3>
 - Łada, A., & Kaźmierczak, M. (2019). Negative arousability and relationship satisfaction: The mediating role of empathy. *Roczniki Psychologiczne*, 22 (1), 73-90. <https://doi.org/10.18290/rpsych.2019.22.1-5>
 - Lauer, R. H., Lauer, J. C., & Kerr, S. T. (1990). The long-term marriage: Perceptions of stability and satisfaction. *The International Journal of Aging and Human Development*, 31 (3), 189-195. <https://doi.org/10.2190/h4x7-9dvx-w2n1-d3bf>
 - Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Schutte, N. S., Bhullar, N., & Rooke, S. E. (2010). The five-factor model of personality and relationship satisfaction of intimate partners: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 44 (1), 124-127. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2009.09.004>
 - McCullough, M. E., & Worthington Jr, E. L. (1995). Promoting forgiveness: A comparison of two brief psychoeducational group interventions with a waiting list control. *Counseling and Values*, 40 (1), 55-68. <https://doi.org/10.1002/j.2161-007x.1995.tb00387.x>
 - McCullough, M. E., Bono, G., & Root, L. M. (2007). Rumination, emotion, and forgiveness: three longitudinal studies. *Journal of personality and social psychology*, 92 (3), 490-505. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.3.490>
 - Menahem, S., & Love, M. (2013). Forgiveness in psychotherapy: The key to healing. *Journal of Clinical Psychology*, 69 (8), 829-835. <https://doi.org/10.1002/jclp.22018>
 - Mendes-Teixeira, A. I., & Duarte, C. (2021). Forgiveness and Marital Satisfaction: A Systematic Review. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 41. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003200730>
 - Murphy, C. M., & O'Leary, K. D. (1989). Psychological aggression predicts physical aggression in early marriage. *Journal of consulting and clinical psychology*, 57 (5), 579-582. <https://doi.org/10.1037/0022-006x.57.5.579>
 - Norouzi Z. (2010). Study on the Role of Self-Regulation and Empathy in Aggression and Peer Relation among Shiraz High School Students. Master Thesis. Fasa University of Medical Science.

- Olson, D. H., Fournier, D. G., & Druckman, J. M. (1987). Counselor's manual for PREPARE/ENRICH (rev ed.). Minneapolis, MN: PREPARE/ENRICH, Inc.
- Orayzi, H. R., Abedi, A., & Amini, M. (2016). A meta-analysis of extroversion and marital satisfaction. *Journal of fundamental of mental health*, 18 (6), 305-12. <https://doi.org/10.22038/jfmh.2016.7787>
- Paleari, F. G., Regalia, C., & Fincham, F. (2005). Marital quality, forgiveness, empathy, and rumination: A longitudinal analysis. *Personality and social psychology Bulletin*, 31 (3), 368-378. <https://doi.org/10.1177/0146167204271597>
- 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. <https://doi.org/10.1037/a0016068>
- Plopa, M., Kaźmierczak, M., & Karasiewicz, K. (2019). The quality of parental relationships and dispositional empathy as predictors of satisfaction during the transition to marriage. *Journal of Family Studies*, 25 (2), 170-183. <https://doi.org/10.1080/13229400.2016.1211550>
- Roberts, K., Jaurequi, M. E., Kimmes, J. G., & Selice, L. (2021). Trait mindfulness and relationship satisfaction: The role of forgiveness among couples. *Journal of Marital and Family Therapy*, 47 (1), 196-207. <https://doi.org/10.1111/jmft.12440>
- Roberts, L. J., & Krokoff, L. J. (1990). A time-series analysis of withdrawal, hostility, and displeasure in satisfied and dissatisfied marriages. *Journal of Marriage and the Family*, 95-105. <https://doi.org/10.2307/352842>
- Ross, S. R., Kendall, A. C., Matters, K. G., Mark S. Rye, M. S. R., & Wrobel, T. A. (2004). A personological examination of self-and other-forgiveness in the five factor model. *Journal of personality assessment*, 82 (2), 207-214. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa8202_8
- Rowe, J. O., Halling, S., Davies, E., Leifer, M., Powers, D., & van Bronkhorst, J. (1989). The psychology of forgiving another: A dialogal research approach. *Existential-phenomenological perspectives in psychology: Exploring the breadth of human experience*, 233-244. https://doi.org/10.1007/978-1-4615-6989-3_14
- Sayehmiri, K., Kareem, K. I., Abdi, K., Dalvand, S., & Gheshlagh, R. G. (2020). The relationship between personality traits and marital satisfaction: a systematic review and meta-analysis. *BMC psychology*, 8 (1), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-0383-z>
- Schreckenbach, T., Ochsendorf, F., Sterz, J., Rüsseler, M., Bechstein, W. O., Bender, B., & Bechtoldt, M. N. (2018). Emotion recognition and extraversion of medical students interact to predict their empathic communication perceived by simulated patients. *BMC medical education*, 18 (1), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s12909-018-1342-8>
- Watson, D., & Clark, L. A. (1997). Extraversion and its positive emotional core. In *Handbook of personality psychology* (pp. 767-793). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012134645-4/50030-5>
- Watson, D., Hubbard, B., & Wiese, D. (2000). General traits of personality and affectivity as predictors of satisfaction in intimate relationships: Evidence from self and partner ratings. *Journal of personality*, 68 (3), 413-449. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00102>
- Wen, X., Zhang, Q., Zhou, Y., Du, J., & Xu, W. (2022). Mindfulness and intimate relationship satisfaction in daily life: The role of empathy. *PsyCh Journal*, 11 (4), 500-509. <https://doi.org/10.1002/pchj.535>
- Worthington Jr, E. L. (2006). *Forgiveness and reconciliation: Theory and application*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203942734>
-