



## بررسی رابطه معنای زندگی با رضایت زناشویی و انعطاف‌پذیری روانی زوجین

عاطفه سوقندی<sup>۱</sup>، علی محمدباقر<sup>۲</sup>

### چکیده

این پژوهش باهدف بررسی رابطه بین معنای زندگی با رضایت زناشویی و انعطاف‌پذیری روانی زوجین انجام شد و تحقیق از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش شامل تمام زوجین ساکن در منطقه ۲۱ شهرستان نیشابور بود که اعضای جامعه ۴۰۰۰ هزار نفر و از این تعداد ۳۸۴ نفر با توجه به جدول مورگان با روش نمونه‌گیری در دسترس و هدفمند انتخاب شدند پرسشنامه‌های معنای زندگی استرگر، رضایت زناشویی انریچ و دنیس و وندروال بر روی آنها اجرا شد. نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که بین معنای زندگی و رضایت زناشویی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی همبستگی مثبت و مستقیم وجود دارد. بنابراین بین معنای زندگی و رضایت زناشویی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی رابطه وجود دارد. فرضیه اصلی پژوهش تأیید شد. نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که مدل به‌طور کامل معنادار است و مدل رگرسیونی مناسب است. ضرایب استاندارد و غیراستاندارد رگرسیون چندگانه نشان داد رضایت زناشویی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی زوجین می‌توانند معنای زندگی در افراد نمونه را پیش‌بینی کنند. مثبت بودن ضریب رگرسیون برای متغیرهای رضایت زناشویی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بدین معناست که هر چه نمرات آنها بیشتر بوده، نمرات معنای زندگی آنان نیز بیشتر بوده است و بالعکس. در نتیجه بین معنای زندگی و رضایت زناشویی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی رابطه وجود دارد.

**کلمات کلیدی:** معنای زندگی، انعطاف‌پذیری روانی زوجین، رضایت زناشویی

<sup>۱</sup>دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی

<sup>۲</sup>دکتری تخصصی روانشناسی تربیتی (نویسنده مسئول) ambpsych@yahoo.com



## مقدمه

خانواده یکی از مهم‌ترین نهادهای اجتماعی است. در طی قرون متمادی این نهاد مقدس همواره تحت تأثیر فرهنگ، ایدئولوژی‌های حاکم و شرایط اقتصادی دچار تغییر و تحول شده است. در واقع ازدواج به‌عنوان مهم‌ترین و اساسی‌ترین رابطه بشری توصیف شده زیرا ساختاری اولیه برای بنا نهادن رابطه خانوادگی و تربیت کردن نسل آینده فراهم می‌سازد (بهادری و همکاران، ۱۳۹۰). استواری و استحکام خانواده به ازدواج و رابطه‌ی زناشویی پایدار و بنیادین بستگی دارد، یعنی هرگونه تزلزل و سستی در رضایت زناشویی و عدم وجود یک ازدواج موفق افزون بر آن که آرامش روانی زوجها را مختل می‌کند، بقاء و دوام خانواده را نیز در معرض خطر قرار می‌دهد. ازدواج یک پدیده چندبعدی هست و یکی از مهم‌ترین ابعاد آن رضایت زناشویی زوجین هست. طبق تعریف خانواده، اولین و باثبات‌ترین نهاد اجتماعی است که استعدادهای انسانی و جامعه‌پذیری فرد در آن تحقق می‌یابد. بدون تردید، هیچ‌یک از صدمه‌های اجتماعی از تأثیر داشتن خانواده جدا نیستند. از جمله پیامدهای کارکرد نامناسب خانواده بروز ناسازگاری‌های زناشویی بین اعضا هست (دبوسکا، بودوزک، جونس، ویلموت و شیرتس<sup>۱</sup>، ۲۰۲۱).

رضایت از زندگی مشترک را ناشی از احساس‌های مرتبط با خوشنودی، رضایت و تجربه لذت زن یا شوهر با در نظر گرفتن جنبه‌های مشترک زندگی می‌داند. رضایت زناشویی ارزیابی کلی ذهنی فرد از رابطه زناشویی و میزان برآورده شدن نیازها، خواسته‌ها و آرزوهای شخصی و زوجی در این رابطه است. رضایت زناشویی تحت تأثیر عوامل متعددی از جمله نحوه تفکر، ادراک فرد از خود و دیگران انتظارات فرد از زندگی، ویژگی‌های شخصیتی، هیجان‌ها قرار دارد. کیفیت رابطه زناشویی شامل سه مؤلفه توافق زناشویی، خرسندی زناشویی و انسجام زناشویی است و نتیجه شیوه‌هایی بوده که افراد متأهل به‌طور نظام‌مند خود را به این مثلث سازمان‌دهی می‌کنند. زندگی زناشویی باید به‌منزله رابطه رضایت بخشی برای همسران باشد که علاوه برداشتن امنیت روانی بتوانند نیازهای خود را در یک فضای صمیمانه برآورده سازند گرچه افراد به دلایل مختلف ازدواج می‌کنند ولی اکثر آنان خواستار یک زندگی خوب و بدون تعارض‌اند و به عبارتی در پی کسب رضایت زناشویی‌اند که به دست آوردن این رضایت کار آسانی نیست در نتیجه روابط با همسر عنصر اصلی زندگی عاطفی و اجتماعی فرد هست و نداشتن رضایت زناشویی بر توانایی زوجین برای برقراری روابط توأم با خوشنودی با فرزندان هم‌چنین سایر افراد در موقعیت‌های گوناگون یاری رسانده و از طرف دیگر تعارضات زناشویی زمینه آسیب‌های روانی را فراهم می‌کند (فیتزگرالد و اسپلین<sup>۲</sup>، ۲۰۲۲).

خانواده نقش بسیار مهمی در رشد و سلامت روانی کودک ایفا می‌کند، در این بین الگوهای ارتباطی، انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده یکی از مهم‌ترین و مؤثرترین ارکان خانواده در تربیت و رشد روانی کودک است. انعطاف‌پذیری شناختی یکی از اجزای مجموعه توانایی‌های سطح بالا به نام عملکرد اجرایی که در حل مسئله، پیگیری اهداف و موفقیت نقش دارد، است. در واقع انعطاف‌پذیری شناختی، توانایی تغییر افکار و اعمال در پاسخ به خواسته‌های ناشی از موقعیت‌ها و مشکلات تعریف می‌شود. (دنيس و ندروال، ۲۰۱۰). انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، توانمندی بیشتر برای ارتباط با لحظه اکنون و نیز تغییر در رفتار یا فشاری بر آن است وقتی در جهت ارزش‌های زندگی باشد (رایز، لوسیان، کنگاس و بلترن، ۲۰۱۳). انعطاف‌پذیری شناختی بیان می‌کند که انعطاف‌پذیری مستلزم توانایی برقراری ارتباط با لحظه حال و قدرت متمایزسازی خود از افکار و تجارب درون روانی است (مویترا و همکاران، ۲۰۱۶).

معنای زندگی ساختاری چندبعدی است که از راه‌های گوناگون فهم می‌شود و به‌طور کلی به ارزش و هدف زندگی و برای برخی به معنویت اشاره دارد به‌بیان‌دیگر بشر میل به معنا را به‌عنوان یک نیاز اساسی جهت رضایت در زندگی به همراه داشته است معنا با داشتن هدف مثبت در زندگی و رضایت از زندگی معادل هست. برخی از نظریه‌پردازان معنای زندگی را به‌صورت حس هدفمندی و انسجام در زندگی فرد هم‌چنین توجه به ارزش‌ها و اهمیت شخص به شرایط خاص در زندگی بیان می‌کنند (خسروشاهی و علیلو، ۱۳۹۰).

<sup>1</sup>. Debowska, Boduszek, Jones, Willmott & Sherretts

<sup>2</sup> Fitzgerald & Esplin



با توجه به گسترش روزافزون فناوری در جوامع امروزی و پیچیدگی‌هایی که شکل گرفته است و تغییر سبک زندگی مردم که این تغییرات در تمام ابعاد زندگی افراد تأثیرگذار بوده اگر به تاریخچه خانواده‌نگاهی بیندازیم می‌بینیم که خانواده در گذشته گستردگی بیشتری داشته اما امروزه خانواده‌های هسته‌ای شکل گرفته و در کل ساختار خانواده دچار تغییرات زیادی شده است و همچنین پدیده طلاق نیز به پدیده‌ای روزافزون و تبدیل شده است و ازدواج‌های بیشتری ختم به طلاق می‌شود و این افزایش طلاق منجر به مشکلات اجتماعی زیادی شده و گسست خانواده‌ها به یک معضل اجتماعی تبدیل شده است فرایند طلاق به‌خودی‌خود مملو از تعارضات بالقوه و تغییرات استرس‌زا باشد (براور و لمب ۲۰۱۲، به نقل از دلوس و براور، ۲۰۱۵).

طلاق دارای ابعاد گوناگونی به تعداد تمامی جوانب جامعه است نخست اینکه پدیده‌ای روانی است و بر تعادل روانی زوجین، فرزندان اثر می‌گذارد. دوم اینکه پدیده‌ای اقتصادی است. گسستن خانواده به‌عنوان یک واحد اقتصادی اثر زیادی بر حیات اقتصادی جامعه می‌گذارد سوم اینکه پدیده‌ای مؤثر بر تمامی جوامع است چون از نظر کمی بر تنها واحد مشروع تولیدمثل خانواده تأثیر می‌گذارد و از نظر کیفی فرزندان محروم از خانواده تحویل جامعه می‌دهد چهارم اینکه پدیده‌ی فرهنگی است، جامعه‌ای که طلاق از حد متعارف تجاوز کند هرگز از سلامت برخوردار نخواهد بود. مرور مطالعات نشان می‌دهد که ناپایداری ازدواج با واژه‌ها و اصطلاحات متعددی مانند ازهم‌گسیختگی زناشویی، جدایی پیوند زناشویی، طلاق، وضعیت زناشویی پایین و رها کردن ازدواج استفاده است. معنای ناپایداری ازدواج، تمایل زوج به طلاق را نشان می‌دهد. ناپایداری ازدواج زمانی آشکار می‌گردد که یک عضو از زوجین یا هر دو عضو، درباره طلاق یا به اتمام رسیدن رابطه فکر می‌کنند و کارهایی را انجام می‌دهند که به تمام شدن ازدواج منجر می‌شود (دونگ و همکاران، ۲۰۲۲).

معنای زندگی به‌عنوان یکی از مؤلفه‌های مهم در روان‌شناسی مثبت نگر، نقش مهمی در کیفیت روابط زناشویی و سازگاری زوجین دارد. از سوی دیگر، انعطاف‌پذیری روانی به‌عنوان توانایی سازگاری با شرایط متغیر، می‌تواند در مواجهه با چالش‌های زندگی مشترک، به حفظ و ارتقاء رضایت زناشویی کمک کند. با توجه به اهمیت معنای زندگی و انعطاف‌پذیری روانی در تعاملات بین فردی و خانوادگی، این پژوهش به دنبال بررسی این است که چگونه این دو عامل می‌توانند بر رضایت زناشویی زوجین تأثیر بگذارند. همچنین، تحقیق حاضر سعی دارد تا ارتباط بین این متغیرها را شناسایی و تحلیل کند تا بتواند راهکارهایی برای بهبود کیفیت زندگی زناشویی ارائه دهد. این تحقیق می‌تواند به مشاوران خانواده، روان‌شناسان و زوجین کمک کند تا با درک بهتر از نقش معنای زندگی و انعطاف‌پذیری روانی، به تقویت روابط زناشویی و مقابله با مشکلات مرتبط با آن بپردازند.

### روش تحقیق

روش تحقیق در این پژوهش از نوع علی - مقایسه‌ای هست و هدف از روش علی مقایسه‌ای یافتن علت‌های احتمالی الگوی رفتاری است بدین منظور آزمودنی‌هایی که دارای رفتار مورد مطالعه هستند با آزمودنی‌هایی که این رفتارها در آن‌ها مشاهده نمی‌شود مقایسه می‌شود. در این پژوهش متغیرهای معنای زندگی، رضایت زناشویی، انعطاف‌پذیری روانی در بین افراد متأهل در بین مناطق ۱ و ۲ شهرستان مورد بررسی و مقایسه قرار گرفت. جامعه آماری این تحقیق از زوجین متأهل نیشابور ساکن مناطق ۱ و ۲ هست که جامعه اما حدود ۴۰۰۰ نفر هست که جامعه آماری تحقیق را تشکیل دادند. گزینش نمونه مورد مطالعه از جامعه آماری به شیوه در دسترس و هدفمند انتخاب شده است. تعداد اعضای نمونه با استفاده از جدول کرجس مورگان ۳۸۴ نفر هست. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش، شامل، پرسشنامه‌های معنا در زندگی استگر، رضایت زناشویی انریچ، انعطاف‌پذیری شناختی دنیس و وندروال هست.

### پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ

این پرسشنامه به‌عنوان یک ابزار تحقیق معتبر در تحقیقات متعددی برای رضایت زناشویی مورد استفاده قرار گرفته است. السون از این پرسشنامه، برای بررسی رضایت زناشویی استفاده نموده و معتقد است که این مقیاس، مربوط می‌شود به تغییراتی که در طول دوره حیات آدمی رخ می‌دهد و همچنین در این خصوص به تغییراتی که در خانواده به وجود می‌آید، حساس است. هر یک از موضوع‌های این پرسشنامه، در ارتباط با یکی از زمینه‌های مهم است. ارزیابی این زمینه‌ها درون یک رابطه زناشویی، می‌تواند مشکلات بالقوه زوجها را توصیف کند یا می‌تواند زمینه‌های نیرومندی و تقویت آن‌ها را مشخص نماید. این ابزار همچنین می‌تواند به‌عنوان یک ابزار تشخیصی برای زوج‌هایی که در جستجوی مشاوره زناشویی و به دنبال تقویت رابطه زناشویی خود هستند،



استفاده شود. مقیاس انریچ خلاصه شده عبارت پربرسازی و تقویت رابطه، ارتباط و رضایت خاطر می باشد. این مقیاس در ابتدا برای توصیف پویایی های ازدواج، جهت پژوهش ایجاد شد. اما اندک زمانی نگذشت که به عنوان یک ابزار تشخیصی، برای زوج های متأهلی که به دنبال مشاوره ازدواج و غنی سازی آن بودند به کار گرفته شد (السون، ۱۹۸۹). نسخه اصلی آزمون دارای ۱۱۵ سؤال است که شامل ابعاد و موضوعات شخصیتی، ارتباطات، حل تعارض، مسائل مالی، اوقات فراغت، روابط جنسی، تربیت فرزند، ارتباط با خانواده اصلی و دوستان، نقش های همسری و جهت گیری مذهبی و معنوی هست. با توجه به طولانی بودن سؤالات مقیاس، فرم های متعددی از آن استخراج شده است. اولین بار السون فرم ۱۵ سؤالی آن را معرفی نمود و سپس فرم ۴۷ سؤالی آن ساخته شد (السون و فوورس؛ ۱۹۹۳).

ضرایب آلفای پرسشنامه انریچ در گزارش اولسون، فورنیز (۱۹۸۹)، برای خورده مقیاس های تحریف آرمانی، رضایت زناشویی، مسائل شخصی، ارتباط، حل تعارض، مدیریت مالی، فعالیت های اوقات فراغت، رابطه جنسی، فرزندان و فرزند پروری، خانواده و دوستان، نقش های مساوات طلبی به ترتیب از این قرار است: ۰/۱۹، ۰/۸۱، ۰/۶۸، ۰/۷۵، ۰/۷۴، ۰/۷۶، ۰/۴۸، ۰/۷۷، ۰/۷۲، ۰/۷۱، در کشور ما اولین بار سلیمانیان و نوابی نژاد (۱۳۷۳) همبستگی درونی آزمون را برای فرم بلند ۹۳/ و برای فرم کوتاه ۹۵/ محاسبه و گزارش کرده است. نمره رضایت کلی از روابط زناشویی: برای این منظور نمرات فرد در تمامی ۴۷ ماده مطابق امتیازات درج شده در داخل جدول پرسشنامه جمع شده و نمره رضایت کلی را تشکیل می دهد. این نمره، نمره ی خام است و برای تبدیل آن به نمره استاندارد و تفسیر وضعیت زناشویی کافی است.

نمره های کمتر از ۳۰ نشانگر نارضایتی شدید همسران از روابط زناشویی است.

نمره های بین ۳۰ تا ۴۰ نشانگر عدم رضایت از روابط زناشویی همسران است.

نمره های بین ۴۰ تا ۶۰ نشانگر رضایت نسبی و متوسط از روابط زناشویی همسران است.

نمره های بین ۶۰ تا ۷۰ نشانگر رضایت زیاد همسران از روابط زناشویی است.

نمره های بالاتر از ۷۰ نشانگر رضایت فوق العاده از روابط زناشویی بین همسران است.

### پرسشنامه انعطاف پذیری شناختی (دنیس و وندر وال ۲۰۱۰)

انعطاف پذیری شناختی: مطابق با نظریه انعطاف پذیری شناختی سلامت یعنی پذیرش محیط های دورنی و بیرونی خود فرد و تعهد به فعالیت هایی که از لحاظ ارزشمندی باثبات است. شکل های مختلف آسیب شناسی روانی نیز بر اساس انعطاف پذیری شناختی به وسیله افراط در قوانین رفتاری و عاطفی ناسازگارانه با به وسیله رفتارهایی ارزش محور و حساسیت به احتمالات که مربوط به آینده است شرح داده می شوند (ماسودا و تالی ۲۰۱۲). پرسشنامه استاندارد انعطاف پذیری روان شناختی توسط دنای ونداروال در سال ۲۰۱۰ ساخته شده این پرسشنامه نامه برای ارزیابی میزان پیشرفت فرد در کار بالینی و غیر بالینی و برای ارزیابی میزان پیشرفت صفت فرد در ایجاد تفکر انعطاف پذیر درمان شناختی رفتاری افسردگی وی و سایر بیماری های روانی به کار می رود در این پژوهش شاه و همکاران ۲۰۱۴ برای سه زیر مقیاس برای این پرسشنامه به دست آمده است که عبارت اند از جایگزینی ها، کنترل و جایگزینی های برای رفتارهای انسانی. نمره گذاری این پرسشنامه بر اساس مقیاس لیکرت می باشد سؤالات ۲، ۴، ۷، ۹، ۱۱، ۱۷ به طور معکوس نمره گذاری می شود ضریب بازمایی کل مقیاس را ۰/۹۰ گزارش نمودند آلفای کرون باخ داده های این پرسشنامه در پژوهش فاضلی و همکار (۱۳۹۳). ۷۵/ به دست آمد در پژوهش آلفای کرون باخ برای خرده مقیاس های جایگزینی ها کنترل و جایگزینی های برای رفتارهای انسانی به ترتیب برابر ۰/۷۲، ۰/۵۵، ۰/۵۷ به دست آمد.

### پرسشنامه معنا در زندگی استگر

یکی از عوامل مرتبط با مشکلات و نارسایی های روان شناختی اکتساب مفهوم و معنای زندگی است و در سال های اخیر به سازه معنای در زندگی در پژوهش های روان شناختی توجه بیشتر شده است این مفهوم در ابتدا به تکرار در نوشته های ویکتور فرانکل بنیان گذار مکتب معنا درمانی به چشم می خورد پژوهش ها نشان می دهد معنا در زندگی می تواند شاخصی از رفتارهای سازگارانه مقابله با استرس باشد توسط استگر، فریزر، اویشی و کالر در سال ۲۰۰۶ جهت ارزیابی وجود معنا و تلاش برای یافتن آن ارائه شده و اعتبار و پایایی و ساختار عاملی آن در پژوهش های مختلف با نمونه های متفاوت مورد بررسی قرار گرفته است. این محققان برای ساخت این ابزار ابتدا ۴۴ ایتیم تهیه کردند و سپس با تحلیل عاملی اکتشافی به دو عامل وجود معنا در زندگی و جستجوی معنا



در زندگی با مجموع ۱۷ ایتهم دست یافتند. سپس در یک تحلیل عاملی تأییدی با حذف ۷ گویه به ساختار مناسب دوعاملی با ۱۰ گویه دست یافتند. همچنین در ایران توسط چاری، خواجه ونوری (۱۳۸۸) بر روی دانشجویان هنجاریابی شده است و به منظور بررسی پایایی مقیاس از آلفای کرون باخ استفاده شده که میزان آلفا برای این مقیاس ۰.۸۸ / به دست آمده است. در پژوهش حاضر نیز اعتبار پرسشنامه، به روش آلفای کرون باخ محاسبه گردید. ضریب به دست آمده ۰.۸۰ بود که طبق طیف ۵ گزینه‌ای لیکرت پاسخ داده شده است.

### روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

به منظور تحلیل داده‌ها از شاخص‌های آمار توصیفی شامل جدول و نمودار توزیع فراوانی و به منظور پاسخ به فرضیه‌های پژوهش آزمون رگرسیون با استفاده از نرم افزار SPSS استفاده شد.

### ملاحظات اخلاقی در پژوهش

کسب رضایت آگاهانه و آزادانه آزمودنی‌ها در هر یک از مراحل تحقیق الزامی هست و اینکه دره مرحله از پژوهش می‌توانند از ادامه آن انصراف بدهند. تمامی افرادی که در پژوهش شرکت می‌کنند حق دارند که برای خود اسم مستعار انتخاب کنند تا شناخته نشوند. (حفظ حریم شخصی و رازدار بودن) تضمین این که اطلاعاتی که آزمودنی‌ها به دست می‌آید به صورت محرمانه باقی بماند و منتشر نشود. پژوهشگر به هر فرد درگیر در فرایند پژوهش به طور اخلاقی احترام می‌گذارد و از تبعیض اجتناب می‌کند.

### یافته‌های پژوهش

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه معنای زندگی با رضایت زناشویی و انعطاف‌پذیری روانی زوجین بود. در ابتدا یافته‌های جمعیت شناختی و در ادامه آن یافته‌های توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش ذکر شد. سپس به بررسی مفروضات آماری پرداخته شد. در ادامه، فرضیه‌های پژوهش با استفاده از آمار استنباطی شامل همبستگی پیرسون و ضریب رگرسیون چندمتغیره مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفته. نرم افزار تجزیه و تحلیل مورد استفاده برای داده‌های گردآوری شده، SPSS نسخه ۲۶ است.

### جدول ۱: توزیع فراوانی سن

محدوده سنی	فراوانی	درصد
کمتر از ۳۰ سال	۲۵	۶/۵۱
بین ۳۰ تا ۳۵ سال	۱۶۱	۴۱/۹۳
بین ۳۶ تا ۴۱ سال	۱۲۴	۳۲/۲۹
بیشتر از ۴۱ سال	۷۴	۱۹/۲۷
جمع کل	۳۸۴	۱۰۰

همان طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، بیشترین میزان سنی مربوط به سن ۳۰ تا ۳۵ سال (۴۱/۹۳ درصد) و کمترین میزان سنی مربوط به سن کمتر از ۳۰ سال (۶/۵۱ درصد) بوده است.

### جدول ۲: توزیع فراوانی جنسیت

جنسیت	فراوانی	درصد
زن	۲۷۱	۷۰/۵۷
مرد	۱۱۳	۲۹/۴۳
جمع کل	۳۸۴	۱۰۰



همان طور که در جدول ۲ مشاهده می شود، بیشترین جنسیت پاسخگویان مربوط زنان ۲۷۱ نفر (۷۰/۵۷ درصد) و کمترین جنسیت مربوط به مردان ۱۱۳ نفر دکترا (۲۹/۴۳ درصد) بوده است.

### جدول ۳: توزیع فراوانی میزان تحصیلات

درصد	فراوانی	میزان تحصیلات
۱۴/۵۸	۵۶	کاردانی و پایین تر
۳۱/۵۱	۱۲۱	کارشناسی
۴۲/۷۱	۱۶۴	کارشناسی ارشد
۱۱/۲	۴۳	دکترا
۱۰۰	۳۸۴	جمع کل

همان طور که در جدول ۳ مشاهده می شود، بیشترین میزان تحصیلات مربوط کارشناسی ارشد ۱۶۴ نفر (۴۲/۷۱ درصد) و سپس کارشناسی ۱۲۱ نفر (۳۱/۵۱ درصد) و کمترین میزان تحصیلات مربوط دکترا ۴۳ نفر (۱۱/۲ درصد) بوده است.

### یافته های توصیفی متغیرهای پرسشنامه های پژوهش

#### جدول ۴: شاخص های توصیفی نمرات متغیر معنای زندگی

انحراف معیار	میانگین	معنای زندگی
۷/۰۲۰	۵۹/۸۹۷	زنان
۷/۶۶۵	۵۷/۱۸۱	مردان

در جدول ۴ شاخص های توصیفی مربوط به متغیر معنای زندگی در افراد نمونه ارائه شده است. نگاهی به متغیرهای تحقیق نشان می دهد که به ترتیب بالاترین میانگین نمرات معنای زندگی مربوط به زنان ۵۹/۸۹۷ و پایین ترین نمرات مربوط به مردان ۵۷/۱۸۱ است.

#### جدول ۵: شاخص های توصیفی نمرات مقیاس های متغیر رضایت زناشویی

انحراف معیار	میانگین	رضایت زناشویی
۳۱/۹۶۱	۱۵۲/۰۷۴	زنان
۲۹/۸۶۳	۱۶۶/۳۱۳	مردان

در جدول ۵ شاخص توصیفی مربوط متغیر رضایت زناشویی به در افراد نمونه ارائه شده است. نگاهی به متغیرهای تحقیق نشان می دهد که به ترتیب بالاترین میانگین نمرات رضایت زناشویی مربوط به مردان ۱۶۶/۳۱۳ و پایین ترین نمرات مربوط به زنان ۱۵۲/۰۷۴ است. البته با توجه به نمرات رضایت زناشویی انریچ، نمره های بالاتر از ۷۰ نشانگر رضایت فوق العاده از روابط زناشویی بین زوجین است.

#### جدول ۶: شاخص های توصیفی نمرات مقیاس های متغیر انعطاف پذیری روان شناختی

انحراف معیار	میانگین	انعطاف پذیری روان شناختی
۱۱/۶۰۴	۵۴/۷۰۳	جایگزین ها
۸/۸۴۱	۳۳/۶۸۱	کنترل
۲/۵۷۲	۱۰/۴۲۴	جایگزین هایی رفتارهای انسانی



جایگزین‌ها	مردان	زنان
کنترل	۱۳/۸۰۵	۱۵/۷۷۲
جایگزین‌هایی رفتارهای انسانی	۵۶/۵۴۵	۹۹/۵۰۱
نمره کل انعطاف‌پذیری روان‌شناختی	۳/۲۰۷	۲۳/۳۵۱

در جدول ۶ شاخص توصیفی مربوط متغیر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی به در افراد نمونه ارائه شده است. نگاهی به متغیرهای تحقیق نشان می‌دهد که به ترتیب بالاترین میانگین نمرات انعطاف‌پذیری روان‌شناختی مربوط به مردان ۱۰۴/۴۵۴ و پایین‌ترین نمرات مربوط به زنان ۹۹/۵۰۱ است. البته با توجه به نمرات انعطاف‌پذیری روانی دنیس ووندوال، نمره‌های نزدیک به ۱۲۰ نشانگر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بالا بین زوجین است. همچنین بر اساس نتایج در جدول ۴-۶ مشخص شد به ترتیب بالاترین میانگین نمرات مربوط به جایگزین‌ها در مردان ۵۶/۵۴۵ و زنان ۵۴/۷۰۳ و پایین‌ترین نمرات مربوط به جایگزین‌هایی رفتارهای انسانی در زنان ۱۰/۴۲۴ و مردان ۹/۷۰۱ است.

#### جدول ۷: آزمون کلموگراف-اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن

متغیر پژوهش	سطح معناداری
معنای زندگی	۰/۴۰۹
رضایت زناشویی	۰/۵۸۱
جایگزین‌ها	۰/۳۵۰
کنترل	۰/۶۹۴
جایگزین‌هایی رفتارهای انسانی	۰/۱۵۸

نتایج جدول ۷ آزمون کلموگراف-اسمیرنوف تک نمونه‌ای را نشان می‌دهد. همان‌گونه که مشاهده می‌شود توزیع نمرات متغیرهای پژوهش با ۹۵ درصد اطمینان طبیعی است. از آنجایی سطوح معناداری آماره‌های نرمال بودن بزرگ‌تر از ۰/۰۵ هستند ( $P > 0.05$ )، لذا توزیع نمرات دارای توزیع نرمال است، بر این اساس می‌توان آزمون کرده نتایج حاصل از این آزمون‌های آماری قابل‌اطمینان است.

#### جدول ۸: آزمون دوربین-واتسون برای بررسی استقلال خطاها

مدل‌های پژوهش	دوربین واتسون (خودهمبستگی)
معنای زندگی	۱/۸۳۷
رضایت زناشویی	۲/۱۵۶
انعطاف‌پذیری روان‌شناختی	۲/۰۵۰

بر اساس جدول ۸ می‌توان گفت که اگر مقدار آماره دوربین واتسون بین ۱/۵ الی ۲/۵ قرار داشته باشد، می‌توان استقلال خطاها را پذیرفت و تحلیل ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندمتغیره را دنبال کرد. مفهوم مستقل بودن به این معنی است که نتیجه یک مشاهده تأثیری بر نتیجه مشاهدات دیگر نداشته باشد. در رگرسیون، بیشتر در مواقعی که رفتار متغیر وابسته در یک بازه زمانی مورد مطالعه قرار می‌گیرد ممکن است با مشکل مستقل نبودن خطاها برخورد کنیم به این نوع ارتباط در داده‌ها خودهمبستگی می‌گویند. در صورت وجود خودهمبستگی در خطاها نمی‌توان از رگرسیون خطی استفاده کرد. از آنجایی که



آماره‌های دوربین واتسون بین ۱/۵ الی ۲/۵ است و نشان‌دهنده آن است که همبستگی بین خطاها رد می‌شود یعنی خطاها دارای همبستگی نیستند. نتایج حاصل از این آزمون‌های آماری قابل‌اطمینان است.

جدول ۹: ضریب تحمل و تورم واریانس متغیرهای ملاک، پیش‌بین و میانجی

متغیر پژوهش	ضریب تحمل	تورم واریانس
معنای زندگی	۰/۸۴۰	۱/۱۹۰
رضایت زناشویی	۰/۷۲۹	۱/۳۷۱
جایگزین‌ها	۰/۴۹۰	۲/۰۴۰
کنترل	۰/۷۷۲	۱/۲۹۵
جایگزین‌هایی رفتارهای انسانی	۰/۵۷۷	۱/۷۳۲

هم خطی حالتی است که در آن بین دو متغیر یا بیشتر پیش‌بین، همبستگی قوی وجود دارد. هم خطی چندگانه می‌تواند تفسیر نتایج را تحریف کند (میرز و همکاران، ۲۰۱۶). لذا برای بررسی هم خطی چندگانه آزمون ضریب تحمل و تورم واریانس استفاده شده است که نتایج آن در جدول ۱۱ آمده است. بر اساس نتایج جدول ۹ هیچ‌کدام از مقادیر آماره تحمل کوچک‌تر از حد مجاز ۰/۱ و هیچ‌کدام از مقادیر عامل تورم واریانس بزرگ‌تر از حد مجاز ۱۰ نمی‌باشند. از آنجایی که وجود هم خطی چندگانه در متغیرها مشاهده نشد، می‌توان آزمون‌های پارامتریک ضریب همبستگی پیرسون استفاده نمود و نتایج آن قابل‌اطمینان است.

فرضیه اصلی) بین معنای زندگی و رضایت زناشویی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی رابطه وجود دارد.

جدول ۱۰: ماتریس همبستگی بین معنای زندگی و رضایت زناشویی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی

متغیرهای پژوهش	معنای زندگی	رضایت زناشویی	جایگزین‌ها	کنترل	جایگزین‌هایی رفتارهای انسانی
معنای زندگی	-				
رضایت زناشویی	۰/۴۱۰	-			
جایگزین‌ها	۰/۴۱۵	۰/۳۱۴	-		
کنترل	۰/۳۲۴	۰/۴۲۶	۰/۴۸۷	-	
جایگزین‌هایی رفتارهای انسانی	۰/۳۷۶	۰/۴۴۱	۰/۶۲۶	۰/۳۶۷	-

بر اساس جدول ۱۰ نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که بین معنای زندگی و رضایت زناشویی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی همبستگی مثبت و مستقیم وجود دارد. بنابراین بین معنای زندگی و رضایت زناشویی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی رابطه وجود دارد. فرضیه اصلی پژوهش تأیید شد.

جدول ۱۱: ضرایب همبستگی

مدل	R	R2	تنظیم‌شده R2	خطای استاندارد	سطح معناداری
۱	۰/۷۰۱	۰/۶۱۶	۰/۵۹۷	۶/۶۳۵	۰/۰۰۴

نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه در جدول ۱۱ نشان داد که مدل به‌طور کامل معنادار است ( $P < 0/05$ ). با توجه به مقادیر به‌دست‌آمده در جدول ۱۱ مدل رگرسیونی مناسب است. هر چه این مقادیرها به ۱ نزدیک‌تر باشند، مدل بیانگر رابطه بیشتری بین متغیرهای وابسته و مستقل است.



جدول ۱۲: مناسب بودن مدل رگرسیون

منبع تغییرات	درجه آزادی	F آزمون	سطح معناداری
رگرسیون	۴	۱۱۲/۹۴۹	۰/۰۰۸
باقیمانده	۵۴		
کل	۵۸		

در جدول ۱۲ تحلیل مربوط به واریانس برای مدل رگرسیونی صورت گرفته است، با توجه به بزرگ بودن F و مقدار سطح معناداری کوچک‌تر از ۰/۰۵ مدل رگرسیونی مناسب بود.

جدول ۱۳: نتایج رگرسیون چندگانه بررسی رابطه بین معنای زندگی و رضایت زناشویی و انعطاف‌پذیری

## روان‌شناختی

فاصله اطمینان<sup>a</sup>

متغیر	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد		t	سطح معناداری
	B	خطای استاندارد	$\beta$ ضرایب بتا	(		
ثابت	۴۴/۷۵۶	۵/۶۸۸			۷/۸۶۸	۰/۰۰۰
رضایت زناشویی	۰/۱۰۴	۰/۰۳۱	۰/۲۱۹		۱/۱۲۷	۰/۰۰۹
جایگزین‌ها	۰/۲۴۹	۰/۱۰۴	۰/۴۰۷		۲/۴۰۴	۰/۰۰۱
کنترل	۰/۲۷۰	۰/۰۹۹	۰/۱۰۹		۱/۷۰۹	۰/۰۰۲
جایگزین‌هایی رفتارهای انسانی	۰/۱۸۶	۰/۴۲۴	۰/۶۷۲		۱/۴۳۹	۰/۰۰۰

## معنای زندگی: a

جدول ۱۳ ضرایب استاندارد و غیراستاندارد رگرسیون چندگانه نشان داد رضایت زناشویی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی زوجین می‌توانند معنای زندگی در افراد نمونه را پیش‌بینی کنند. مثبت بودن ضریب رگرسیون برای متغیرهای رضایت زناشویی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بدین معناست که هر چه نمرات آن‌ها بیشتر بوده، نمرات معنای زندگی آنان نیز بیشتر بوده است و بالعکس. در نتیجه بین معنای زندگی و رضایت زناشویی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی رابطه وجود دارد. فرضیه اصلی پژوهش تأیید می‌شود.

فرضیه اول پژوهش (بین معنای زندگی و رضایت زناشویی رابطه وجود دارد).

جدول ۱۴: آزمون پیرسون بررسی همبستگی معنای زندگی و رضایت زناشویی

	معنای زندگی	رضایت زناشویی
همبستگی	۱	۰/۴۳۱
پیرسون		
معنای زندگی	سطح معناداری	۰/۰۰۰
	تعداد نمونه	۳۸۴
رضایت زناشویی	همبستگی	۰/۴۳۱
	پیرسون	۱



سطح معناداری	۰/۰۰۰	
تعداد نمونه	۳۸۴	۳۸۴

بر اساس جدول ۴ نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که بین معنای زندگی و رضایت زناشویی همبستگی وجود دارد مقدار P برابر با ۰/۴۳۱ جهت رابطه بین معنای زندگی و رضایت زناشویی، مثبت و مستقیم است. شدت همبستگی به دست آمده در حد متوسط است. به عبارتی با افزایش رضایت زناشویی معنای زندگی زوجین نیز افزایش می یابد. همچنین با توجه به میزان سطح معناداری، مشاهده می شود که رابطه این دو متغیر معنادار هست. در نتیجه بین معنای زندگی و رضایت زناشویی رابطه وجود دارد. فرضیه اول پژوهش تأیید می شود.

**فرضیه دوم پژوهش) بین معنای زندگی و انعطاف پذیری روان شناختی زوجین رابطه وجود دارد**

**جدول ۱۵: آزمون پیرسون بررسی همبستگی معنای زندگی و انعطاف پذیری روان شناختی**

	معنای زندگی	انعطاف پذیری روان شناختی
معنای زندگی	همبستگی	۰/۴۹۵
	پیرسون	
	سطح معناداری	۰/۰۰۱
انعطاف پذیری روان شناختی	تعداد نمونه	۵۰
	همبستگی	۰/۴۹۵
	پیرسون	
	سطح معناداری	۰/۰۰۱
	تعداد نمونه	۵۰

بر اساس جدول ۱۵ نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که بین معنای زندگی و انعطاف پذیری روان شناختی همبستگی وجود دارد مقدار P برابر با ۰/۴۹۵ جهت رابطه بین معنای زندگی و انعطاف پذیری روان شناختی، مثبت و مستقیم است. شدت همبستگی به دست آمده در حد متوسط است. به عبارتی با افزایش انعطاف پذیری روان شناختی معنای زندگی زوجین نیز افزایش می یابد. همچنین با توجه به میزان سطح معناداری، مشاهده می شود که رابطه این دو متغیر معنادار هست. در نتیجه بین معنای زندگی و انعطاف پذیری روان شناختی رابطه وجود دارد. فرضیه دوم پژوهش تأیید می شود.

### نتیجه گیری

**فرضیه اصلی) بین معنای زندگی و رضایت زناشویی و انعطاف پذیری روان شناختی رابطه وجود دارد.**

نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که بین معنای زندگی و رضایت زناشویی و انعطاف پذیری روان شناختی همبستگی مثبت و مستقیم وجود دارد. بنابراین بین معنای زندگی و رضایت زناشویی و انعطاف پذیری روان شناختی رابطه وجود دارد. فرضیه اصلی پژوهش تأیید شد. نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که مدل به طور کامل معنادار است و مدل رگرسیونی مناسب است. ضرایب استاندارد و غیراستاندارد رگرسیون چندگانه نشان داد رضایت زناشویی و انعطاف پذیری روان شناختی زوجین می توانند معنای زندگی در افراد نمونه را پیش بینی کنند. مثبت بودن ضریب رگرسیون برای متغیرهای رضایت زناشویی و انعطاف پذیری روان شناختی بدین معناست که هر چه نمرات آن ها بیشتر بوده، نمرات معنای زندگی آنان نیز بیشتر بوده است و بالعکس. در نتیجه بین معنای زندگی و رضایت زناشویی و انعطاف پذیری روان شناختی رابطه وجود دارد. فرضیه اصلی پژوهش تأیید شد. این یافته با نتایج سایر پژوهش ها مانند میرزایی و همکاران (۱۴۰۱)، اکبری و همکاران (۱۳۹۸)، فضل جو (۱۳۹۸)، رضوی قزلجه (۱۳۹۸)، صائمی (۱۳۹۶)، سلیمانی و خسرویان (۱۳۹۵)، کاظمیان و همکاران (۱۳۹۵)، ساکن و ماریو (۲۰۱۹)، باری (۲۰۱۷) و ماسودا و تالی (۲۰۱۷) همسو هست. در تبیین فرضیه اصلی پژوهش حاضر می توان گفت زوجین پس ازدواج



به معنای جدید از زندگی می‌رسند، معنایی که گرچه مبتنی بر معنای زندگی فردی و زناشویی آن‌هاست، اما گسترده است تا امکان یک زندگی مشترک را فراهم نماید. دارا بودن معنای مشترک در زندگی زناشویی یکی از عوامل مؤثر در زندگی زوجین است که موجب افزایش رضایت زناشویی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی می‌شود.

#### فرضیه اول پژوهش) بین معنای زندگی و رضایت زناشویی رابطه وجود دارد.

نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که بین معنای زندگی و رضایت زناشویی همبستگی وجود دارد مقدار  $P$  برابر با  $0/431$  جهت رابطه بین معنای زندگی و رضایت زناشویی، مثبت و مستقیم است. شدت همبستگی به‌دست‌آمده در حد متوسط است. به عبارتی با افزایش رضایت زناشویی معنای زندگی زوجین نیز افزایش می‌یابد. همچنین با توجه به میزان سطح معناداری، مشاهده می‌شود که رابطه این دو متغیر معنادار هست. در نتیجه بین معنای زندگی و رضایت زناشویی رابطه وجود دارد. فرضیه اول پژوهش تأیید شد. این یافته با نتایج سایر پژوهش‌ها مانند اکبری و همکاران (۱۳۹۸)، فضل‌جو (۱۳۹۸)، رضوی قزلجه (۱۳۹۸)، ساگن و ماریو (۲۰۱۹)، باری (۲۰۱۷) و ماسودا و تالی (۲۰۱۷) همسو هست. در تبیین فرضیه اول پژوهش می‌توان گفت معنای زندگی زوجین می‌تواند در هر دوره و سنین مختلف، متفاوت باشد و ارزش و باوری که برای فردی مهم است و می‌تواند به زندگی او معنا بخشد و برای دیگری چندان اهمیت نداشته باشد زیرا معنا بخشی به زندگی منحصر به فرد و منحصر به موقعیت هست و می‌تواند تغییر کند. رضایت زناشویی، میزان علاقه‌مندی زوجین به یکدیگر و نگرش مثبت به متأهل بودن است که به عواملی از جمله مسائل شخصیتی، ارتباط، حل تعارض، مدیریت مالی، فعالیت‌های اوقات فراغت، رابطه جنسی، فرزند پروری، نقش‌های مساوات‌طلبی و جهت‌گیری مذهبی وابسته است. زمانی که زوجین معنای زندگی مشترکی داشته باشند رضایت بیشتری از زندگی زناشویی دارند.

#### فرضیه دوم پژوهش) بین معنای زندگی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی زوجین رابطه وجود دارد.

نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که بین معنای زندگی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی همبستگی وجود دارد مقدار  $P$  برابر با  $0/495$  جهت رابطه بین معنای زندگی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، مثبت و مستقیم است. شدت همبستگی به‌دست‌آمده در حد متوسط است. به عبارتی با افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی معنای زندگی زوجین نیز افزایش می‌یابد. همچنین با توجه به میزان سطح معناداری، مشاهده می‌شود که رابطه این دو متغیر معنادار هست. در نتیجه بین معنای زندگی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی رابطه وجود دارد. فرضیه دوم پژوهش تأیید شد. این یافته با نتایج سایر پژوهش‌ها میرزایی و همکاران (۱۴۰۱)، صائمی (۱۳۹۶)، سلیمانی و خسروی‌ان (۱۳۹۵)، کاظمیان و همکاران (۱۳۹۵)، ساگن و ماریو (۲۰۱۹)، باری (۲۰۱۷) و ماسودا و تالی (۲۰۱۷) همسو هست. در تبیین فرضیه دوم پژوهش می‌توان گفت، فرانکل معتقد است انسان می‌تواند با خلق یک کار یا یک رفتار نیک، حقیقت و زیبایی، یا تجربه کردن طبیعت و فرهنگ یا با روبه‌رو شدن با موجودی منحصر به فرد در بی‌ظنری همین آدم و یا به‌عبارت‌دیگر دوست داشتن او، به معنای زندگی دست یابد به‌هرحال کسانی به اهمیت معنای زندگی پی می‌برند که از یافتن معنا در کردار و یا در عشق محروم بوده‌اند. این افراد با برداشتی که از معنا پیدا می‌کنند به تعالی می‌رسند. انعطاف‌پذیری شناختی به فرد این توانایی را می‌دهد که در برابر فشارها، مشکلات و سایر مسائل عاطفی و اجتماعی برخورد مناسب و کارآمد داشته باشد. بنابراین زوجینی که معنای زندگی مشترکی دارند با افزایش انعطاف‌پذیری شناختی، در موقعیت‌های مختلف زندگی می‌توانند کنترل داشته باشند.

پژوهش حاضر نیز مانند سایر مطالعات حوزه علوم رفتاری با محدودیت‌هایی همراه بود:

۱) از محدودیت‌های این پژوهش بین تمامی زوجین متأهل نیشابور ساکن منطقه ۱ و ۲ در سال ۱۴۰۲ انجام شد، بنابراین صرفاً به جامعه مورد پژوهش قابل تعمیم است و نتایج آن قابل تعمیم به جوامع دیگر نیست و در صورت تعمیم می‌بایست جوانب احتیاط رعایت شود.

۲) توزیع و اجرای پرسشنامه‌ها به‌صورت آنلاین بوده و ممکن است افرادی بدون در نظر گرفتن معیارهای ورود پرسشنامه را تکمیل کرده باشند.

۴) از دیگر محدودیت‌های پژوهش بی‌رغبتی و عدم انگیزه کافی از سوی افراد نمونه پژوهش در جهت تکمیل پرسشنامه‌ها بود که زمان جمع‌آوری اطلاعات طولانی شد.



### پیشنهادها

- ۱) همچنین پیشنهاد می‌شود پژوهش در سایر شهرها بین زوجین اجرا شود تا قابلیت تعمیم بیشتر داشته باشد.
- ۲) پیشنهاد می‌گردد در پژوهش‌های بعدی به بررسی سایر متغیرهای مرتبط با رضایت زناشویی پرداخته شود.
- ۳) پیشنهاد می‌شود، جهت افزایش بار علمی تحقیق، پژوهشگران در ارتباط با متغیرهای موردنظر، علاوه بر کار کمی، از ابزارهایی همچون مصاحبه، مشاهده و دیگر ابزارهای کیفی نیز استفاده کنند.
- ۴) با توجه به این‌که معنای زندگی رابطه معناداری با رضایت زناشویی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی زوجین دارد پیشنهاد می‌شود روانشناسان و مشاوران خانواده در این زمینه به مراجعان خود جهت تقویت و ارتقای رضایت زناشویی و افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی کمک نمایند.
- ۵) همچنین پیشنهاد می‌شود معنای زندگی به زوج‌های در حال ازدواج، زوجین دارای مشکل و زوج‌های جوان باهدف افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی آن‌ها آموزش داده شود.

### قدردانی

از استاد گرامی، جناب آقای دکتر علی محمدباقر، برای راهنمایی‌های بسیار و بی‌دریغ که روشن‌گر راهم بود و با همراهی و حمایت بی‌نظیرشان در انجام این پژوهش از محضر علمی‌شان مستفیض گردانیده‌اند، قدردانی می‌نمایم.

### مراجع

- اکبری، بهمن و شفیع‌ی حق‌شناس، مریم. (۱۳۹۸). تدوین الگوی روابط ساختاری نقش جنسیتی بر معنای زندگی، جهت‌گیری زندگی و رضایتمندی زناشویی. ۸(۶).
- امینی، زهرا. (۱۳۹۹). نقش میانجی معنای زندگی در رابطه با تاب‌آوری خانواده و گرایش به طلاق. پایان‌نامه ارشد. دانشکده ادبیات و علوم انسانی بخش روانشناسی دانشگاه باهنر کرمان.
- بهادری خسروشاهی، جعفر و محمود علیلو، مجید. (۱۳۹۱). بررسی رابطه بین سبک‌های هویت بامعنای زندگی دانشجویان مطالعات روان‌شناختی. دانشکده علوم تربیتی روانشناسی دانشگاه الزهرا. ۸(۲).
- بهجتی اردکانی، فاطمه. (۱۳۹۷). اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر عملکردهای خانواده و معنای زندگی مادران معلول شهرستان اردکان.
- جاویدی، حمدالله و بشارتی پور، مهدی. (۱۳۹۹). رابطه انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده با ابراز وجود در دانش‌آموزان سال اول دبیرستان شهر بندر امام خمینی(ره). دانشگاه آزاد اسلامی - دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت - دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی.
- زند کریمی، غالم؛ یزدی، سعید؛ (۱۳۹۵). مقایسه سطح حافظه کاری، انعطاف‌پذیری و حل مسئله دانشجویان در انتخاب راهبردهای مقابله با استرس هیجان مدار، مجله راهبردهای شناختی در یادگیری، ۳.
- علی‌اکبری دهکردی، مهناز و بیتانه، مژگان. (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش عناصر سرمایه‌های روان‌شناختی بر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و پریشانی روان‌شناختی زنان مبتلا به سرطان پستان. نشریه علمی روانشناسی سلامت. ۱۰(۲).
- کهندانی، مهدیه و ابولمعالی الحسینی، خدیجه. (۱۳۹۶). ساختار عاملی ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی دنیس و وندر وال و جیلون فصل‌نامه علمی - پژوهشی روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی، ۸(۳).
- مقصود زاده، مصطفی و یونسی، سید جلال. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش مسائل دینی بر رضایت زناشویی زوجین - مجله روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی. ۳(۱۳).
- وطن‌خواه، حوریه و کوچک انتظار، رویا. (۱۴۰۰). پیش‌بینی طلاق عاطفی بر اساس انعطاف‌پذیری شناختی و معنای زندگی با میانجی‌گری تعادل کار - زندگی. مجله رویش روانشناسی، ۱۰(۹).
- یعقوبی سربالا، حسن و فضل‌اللهی، سیف‌الله. (۱۳۹۷). رابطه ابعاد دین‌داری جهت‌گیری دینی با رضایت زناشویی نشریه اسلام پژوهش‌های روان‌شناختی. ۴(۶).

یوسف زاده، محمد؛ کرمی، زهرا. (۱۳۹۲). دلالت‌های نظریه انعطاف‌پذیری شناختی برای تغییر برنامه درسی. نشریه سلامت روان‌شناختی، ۲.

- Aldao, A., Sheppes, G., & Gross, J. J. (2015). Emotion regulation flexibility. *Cognitive Therapy and Research*, 39(3), 263-278.
- Anacker, C., & Hen, R. (2017). Adult hippocampal neurogenesis and cognitive flexibility—linking memory and mood. *Nature Reviews Neuroscience*, 18(6), 335.
- Bloma, E., Berke, R., Shaya, N., & Adi-Japha, E. (2021). Cognitive flexibility in children with Developmental Language Disorder: drawing of nonexistent objects. *Journal of Communication Disorders*, 14(4), 108-132
- Chrysiou, E. G., & Thompson, W. J. (2015). Assessing cognitive and affective empathy through the interpersonal reactivity index: An argument against a two-factor model. *Psychological Assessment*, 10, 1-9
- Hines, D. A., & Douglas, E. M. (2018). Influence of intimate terrorism, situational couple violence, and mutual violent control on male victims. *Psychology of men & masculinity*, 19(4), 612.
- Likcani, A. (2013). Differentiation and intimate partner violence. Dissertation for Doctor of Philosophy, College of Human Ecology, Kansas State University.
- McCracken, L. M., & Morley, S. (2014). The psychological flexibility model: a basis for integration and progress in psychological approaches to chronic pain management. *The Journal of Pain*, 15(3), 221-234.
- ng, L., Moh, Y., Ding, X., Lee, K., & Quinn, P. C. (2021). Cognitive flexibility and parental education differentially predict implicit and explicit racial biases in bilingual children. *Journal of Experimental Child Psychology*, 18(2), 78-92.
- Odacı, H., & Cikrikci, Ö. (2018). Cognitive flexibility mediates the relationship between Big Five personality traits and life satisfaction. *Applied Research in Quality of Life*, 1-18.
- Wallace, D. P., McCracken, L. M., Weiss, K. E., & Harbeck-Weber, C. (2015). The role of parent psychological flexibility in relation to adolescent chronic pain: Further instrument development. *The Journal of Pain*, 16(3), 235-246
- Wang, X., Liu, X., & Feng, T. (2021). The continuous impact of cognitive flexibility on the development of emotion understanding in children aged 4 and 5 years: A longitudinal study. *Journal of Experimental Child Psychology*, 203(4), 145-168.

## Investigating the relationship between the meaning of life and marital satisfaction and psychological flexibility of couples

Atefeh Soughandi<sup>1</sup>, Ali Mohamad Bagher<sup>2</sup>

### Abstract

This research was conducted with the aim of investigating the relationship between the meaning of life, marital satisfaction and psychological flexibility of couples, and it is a correlational research. The statistical population of the research included all the couples living in regions 1 and 2 of Neishabur city, which are 4000 thousand members of the community, and 384 of them were selected according to Morgan's table with the available and targeted sampling method. It was performed on them. The results of Pearson's correlation coefficient showed that there is a positive and direct correlation between the meaning of life and marital satisfaction and psychological flexibility. Therefore, there is a relationship between the meaning of life and marital satisfaction and psychological flexibility. The main hypothesis of the research was confirmed. The results of multiple regression analysis showed that the model is fully meaningful and the regression model is suitable. Standard and non-standard coefficients of multiple regression showed that marital satisfaction and psychological flexibility of couples can predict the meaning of life in sample people. The positiveness of the regression coefficient for the variables of marital satisfaction and psychological flexibility means that the higher their scores, the higher the scores of their meaning in life and vice versa. As a result, there is a relationship between the meaning of life and marital satisfaction and psychological flexibility.

**Keywords:** Meaning of Life, Psychological Flexibility of Couples, Marital Satisfaction

---

<sup>1</sup> Master's student in clinical psychology

<sup>2</sup> PhD in educational psychology (Corresponding Author)