



Predicting Marital Satisfaction Based on Family Flexibility, Cohesion and Islamic Lifestyle in Married Women of Shahinshahr

Ashraf Sharifian Jazi ^{1*}

1 Master's degree in rehabilitation counseling, Islamic Azad University, Khomeinishahr branch, Khomeinishahr, Iran.

* **Corresponding author:** Master's degree in rehabilitation counseling, Islamic Azad University, Khomeinishahr branch, Khomeinishahr, Iran.

Received: 2022-12-21

Accepted: 2023-01-31

Abstract

The purpose of this study was to predict marital satisfaction based on family flexibility, cohesion and Islamic lifestyle in married women in Shahinshahr. The present study was conducted descriptively and in the framework of correlation studies. The statistical population of this study included all married women in Shahinshahr city in 1400. Using Tabakhnik formula, 200 people were selected by convenience sampling method. The research instruments were Enrich Marital Satisfaction Questionnaire, Family Flexibility Questionnaire, Family Cohesion Questionnaire and Islamic Lifestyle Test - Short Form. Data were analyzed using Pearson correlation method and stepwise regression analysis. The results showed that there is a significant relationship between marital satisfaction and family flexibility, cohesion and Islamic lifestyle in married women ($p < 0.01$). In this way, with the increase of family flexibility, cohesion and Islamic lifestyle in married women, marital satisfaction also increases. Among the variables studied in regression, the best predictor of marital satisfaction in the first step was flexibility and in the second step Islamic lifestyle. Therefore, psychologists and counselors are advised to teach flexibility and Islamic lifestyle to families to prevent marital conflict and increase marital satisfaction.

Keywords: Marital satisfaction, Family flexibility, Cohesion, Islamic lifestyle



پیش بینی رضایت زناشویی براساس انعطاف پذیری، انسجام خانواده و سبک زندگی اسلامی در زنان متأهل شهرستان شاهین شهر

اشرف شریفیان جزئی^{۱*}

^۱ کارشناسی ارشد مشاوره توانبخشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر، خمینی شهر، ایران.
* نویسنده مسئول: کارشناسی ارشد مشاوره توانبخشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر، خمینی شهر، ایران.
ashrafsharifian1348@gmail.com

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۱/۱۱/۱۱

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۰۹/۳۰

چکیده

هدف از این پژوهش، پیش‌بینی رضایت زناشویی براساس انعطاف‌پذیری، انسجام خانواده و سبک زندگی اسلامی در زنان متأهل شهرستان شاهین شهر، بود. پژوهش حاضر به روش توصیفی و در چارچوب مطالعات همبستگی انجام گرفت. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زنان متأهل شهرستان شاهین شهر در سال ۱۴۰۰ بود که با استفاده از فرمول تاباخنیک، تعداد ۲۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش، پرسشنامه رضایت‌مندی زناشویی انریچ، پرسشنامه انعطاف‌پذیری خانواده، پرسشنامه انسجام خانواده و آزمون سبک زندگی اسلامی - فرم کوتاه بودند. تحلیل داده‌ها با روش همبستگی پیرسون و آزمون تحلیل رگرسیون گام به گام صورت گرفت. نتایج بدست آمده نشان داد که بین رضایت زناشویی با انعطاف‌پذیری، انسجام خانواده و سبک زندگی اسلامی در زنان متأهل، رابطه‌ی معناداری ($P < 0/01$) وجود دارد. به این صورت که با افزایش انعطاف‌پذیری، انسجام خانواده و سبک زندگی اسلامی در زنان متأهل، رضایت زناشویی نیز افزایش می‌یابد. از بین متغیرهای مورد مطالعه در رگرسیون، بهترین پیش‌بینی‌کننده‌ی رضایت زناشویی در گام اول انعطاف‌پذیری و در گام دوم سبک زندگی اسلامی بوده است. لذا، به روان‌شناسان و مشاوران پیشنهاد می‌شود که آموزش انعطاف‌پذیری و سبک زندگی اسلامی به خانواده‌ها را جهت پیشگیری از تعارضات زناشویی و افزایش رضایت زناشویی مدنظر قرار دهند.

واژگان کلیدی: رضایت زناشویی، انعطاف‌پذیری، انسجام خانواده، سبک زندگی اسلامی

تمامی حقوق نشر برای فصلنامه رویکردی نو در علوم تربیتی محفوظ است.

مقدمه

شود، رضایت زناشویی است که نقش مهمی در عملکرد خانواده داشته و به معنی برداشت ذهنی و شناختی افراد از روابط زناشویی خود می‌باشد. عدم رضایت زناشویی، سلامت ازدواج را چنان در معرض خطر قرار می‌دهد که تکرار ناسازگاری‌ها و عدم حل اختلاف‌ها نه تنها ثبات رابطه، بلکه رضایت زناشویی زوجین را نیز تهدید می‌کند [۲].

ازدواج، به عنوان اولین گام برای تشکیل نهاد خانواده، به معنی درهم آمیختن دو چشم انداز، دو تاریخچه، ارزش‌ها و جهان بینی‌های متفاوت است. در واقع، ازدواج اولین و مهمترین مرحله در چرخه‌ی زندگی خانوادگی است که در آن انتخاب همسر صورت می‌گیرد و موفقیت در دیگر مراحل زندگی به موفقیت در این مرحله بستگی دارد [۱]. اما آنچه که باعث تداوم ازدواج می-

جامعه و کمال انسانی دارد، همواره مورد توجه همه‌ی مکاتب الهی و غیرالهی قرار گرفته است [۱۰]. سبک زندگی اسلامی، از آن جهت که اسلامی است، نمی‌تواند با عواطف و شناخت‌ها بی-ارتباط باشد. بر این اساس، هر رفتاری که بخواهد مبنای اسلامی داشته باشد، باید حداقل‌هایی از شناخت و عواطف اسلامی را پشتوانه‌ی خود قرار دهد [۱۱]. مهمترین نوآوری در مفهوم سبک زندگی اسلامی این است که در آن به آموزه‌های اسلامی نگاه شده است و مدعی است که بهترین الگوی زندگی را برای آگاهی و خودشناسی به افراد و جامعه پیشنهاد می‌کند [۱۲]. تحقیقات در زمینه‌ی معنویات و باورهای مذهبی نشان داده‌اند که جمع‌گرایی و پذیرش نقش در نظام خانواده که از ارزش‌های دینی محسوب می‌شود، می‌تواند رضایت زناشویی بیشتری را پیش‌بینی نماید [۱۳، ۱۴].

خانواده‌ها انتقال دهندگان اصلی ارزش‌های فرهنگی و عمده-ترین الگوهای رفتارهای پذیرفتنی و ناپذیرفتنی‌اند. این پایگاه مهم اجتماعی با قدرت و تحکم باورنکردنی، رفتار اعضا را تحت تأثیر قرار داده و جامعه را نیز با نیرویی پنهان تحت سیطره‌ی خود در می‌آورد. محیط خانوادگی همیشه در حال اشاعه‌ی ویژگی‌های مثبت نیست، بلکه گاهی هم می‌تواند بستر نامطمئنی برای اعضای خانواده باشد. آمار فزاینده طلاق، روابط فزاینده‌ی زناشویی، اشاعه‌ی فرهنگ غربی در خانواده‌ها با افزایش تبلیغات رسانه‌های غربی، لزوم توجه به حوزه خانواده را آشکار می‌سازد. خانواده اولین و مهمترین جایی است که افراد در آن زندگی خود را آغاز می‌کنند، لذا تلاش برای تبدیل محیط خانواده به محیطی امن و سرشار از حس پویایی و تعهد باید از اولویت‌های پژوهشی باشد. از آنجائیکه اکثر پژوهش‌ها صرفاً به بررسی متغیرهای روان‌شناختی پرداخته‌اند، در این پژوهش سعی شد تا علاوه بر عوامل روان‌شناختی، نقش عوامل مذهبی نیز مدنظر قرار گیرد و لزوم ترویج فرهنگ اسلامی بطور عملیاتی در خانواده‌ها بارز گردد. با توجه به اینکه در داخل کشور، پیش-بینی رضایت زناشویی براساس انعطاف‌پذیری، انسجام خانواده و سبک زندگی اسلامی در زنان متأهل انجام نشده است، هدف از پژوهش حاضر، پیش‌بینی رضایت زناشویی براساس انعطاف-پذیری، انسجام خانواده و سبک زندگی اسلامی در زنان متأهل شهرستان شاهین‌شهر می‌باشد.

روش تحقیق

این پژوهش به روش توصیفی و در چارچوب مطالعات همبستگی بود. جامعه‌ی آماری این پژوهش شامل کلیه‌ی زنان متأهل شهرستان شاهین‌شهر در سال ۱۴۰۰ بود. در این پژوهش، آزمودنی‌ها به شیوه‌ی نمونه‌گیری در دسترس از بین

در نظریه‌ی سیستمی، به خانواده به عنوان بخش‌های مرتبط به هم، نگریسته می‌شود که در آن، هر بخش بر بخش‌های دیگر تأثیر گذاشته و از آن‌ها تأثیر می‌پذیرد. السون^۱ (۲۰۱۱) [۳]، نیز با نگاهی سیستمی به خانواده به معرفی ابعاد انسجام، انعطاف-پذیری و ارتباطات در الگوی مدور ترکیبی خود پرداخت. خانواده‌های متعادل در اطراف نقاط میانی دو بُعد انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده قرار دارند. انسجام، به عنوان یکی از ساختارهای پرنفوذ خانواده، بُعد مهمی برای تلاش جهت درک متقابل در میان اعضای خانواده است. خانواده‌ی منسجم، توسط جو خانوادگی حمایتی و تفاهم اعضای آن شناخته می‌شود و اعضای آن تمایل به درک و کمک برای برطرف کردن نیازها و دغدغه‌های یکدیگر دارند [۴]. در واقع، انسجام خانواده نشانه‌ی پیوندهای عاطفی است که اعضای خانواده نسبت به یکدیگر دارند و شامل مؤلفه‌هایی مانند رابطه‌ی عاطفی، تعامل خانوادگی، روابط پدر و مادر، رابطه‌ی فرزندان و والدین، نوع‌دوستی و نهایتاً، نحوه‌ی گذراندن اوقات فراغت است [۵].

از سویی دیگر، انعطاف‌پذیری به صورت مقدار تغییراتی که در نقش‌ها، قوانین، کنترل و انضباط خانواده وجود دارد، تعریف شده است. این بُعد دارای چهار سطح (خشک، منظم، منعطف و آشفته) است. در خانواده‌ی منعطف، رهبری و مدیریت خانواده به صورت دموکراتیک می‌باشد و کمتر حالت استبدادی به خود می-گیرد [۳]. خانواده‌ی متعادل، خانواده‌ای است که انعطاف‌پذیری اعضای آن در سطح متوسط باشد [۶]. در این راستا، پژوهش‌ها نشان داده‌اند که انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده با رضایت زناشویی ارتباط دارد و با شناسایی و اصلاح عدم توازن و آسیب-پذیری در خانواده، می‌توان کارکردها و ساختارهای خانواده را ارتقاء داده و آگاهی‌های فردی، مهارت‌های ارتباط کارآمد، حل مسئله و تصمیم‌گیری را گسترش داد و از آن برای تغییر ساختار کلی خانوادگی در جهت توازن و تعادل بهره برد [۷، ۸].

یکی دیگر از عوامل مؤثر در رضایت زناشویی، سبک زندگی خانواده است. سبک زندگی شامل الگوی کامل عمل و واکنش فرد در برابر موانع و مشکلات زندگی است. امروزه، سبک زندگی و اهمیت آن به صورت یکی از مسائل مهم روان‌شناختی درآمده است و انتخاب سبک زندگی، چه آگاهانه و چه ناآگاهانه، آینده‌ی فرد را رقم می‌زند [۹]. در این میان، اعتقادات دینی و تقیدات مذهبی یکی از ارکان زندگی سعادتمندانه است که بر تمامی ابعاد زندگی انسان و از جمله دیدگاه فرد به ازدواج تأثیرگذار است. مقوله‌هایی از جمله الگوهای رفتاری در چهارچوب زندگی و یا به عبارت دیگر، سبک زندگی اسلامی^۲ در دیدگاه فرد به ازدواج مؤثر است و نهاد خانواده به عنوان یکی از اصلی‌ترین ارکان جامعه‌ی بشری، به دلیل نقشی که در سعادت و شقاوت

● پرسشنامه انسجام خانواده^۵

سامانی (۱۳۷۹)، این مقیاس را بر پایه ی بررسی متون موجود در زمینه ی همبستگی و با الهام از الگوی ترکیبی آلسون (۱۹۹۹) ساخته است. این مقیاس دارای ۲۸ پرسش است. پاسخ سؤالات در طیف لیکرت به شکل کاملاً مخالفم (۱)، مخالفم (۲)، نظری ندارم (۳)، موافقم (۴) و کاملاً موافقم (۵) نمره گذاری می شود. رضویه و سامانی (۱۳۷۹)، در بررسی این مقیاس بر پایه هشت عامل (همبستگی با پدر و مادر، مدت تعامل، مکان، تصمیم گیری، ارتباط عاطفی، روابط زناشویی و رابطه والدین با فرزندان)، کفایت این مقیاس را برای ارزیابی انسجام خانواده تأیید نمودند. ضریب پایایی مقیاس به روش بازآزمایی ۰/۹۰ و به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ گزارش شده است. همچنین در بررسی دیگری سامانی (۱۳۸۷) [۱۶]، ضریب آلفای کرونباخ را ۰/۷۹ و ضریب پایایی آن را با روش بازآزمایی ۰/۸۰ گزارش نمود.

● آزمون سبک زندگی اسلامی (فرم کوتاه)

این آزمون را کاویانی (۱۳۸۸) [۱۷]، ساخته و روایی آن را تأیید کرده است. این پرسشنامه، ۷۵ آیتم دارد که پاسخگویان باید با توجه به وضعیت فعلی زندگی خود، به هر کدام، در یک طیف ۴ درجه ای از "خیلی کم" تا "خیلی زیاد" پاسخ دهند. هر آیتم با توجه به اهمیتش، ضریبی بین ۱ تا ۴ می گیرد. نمره ی کل آزمودنی، حداقل ۱۴۱ و حداکثر ۵۷۰ است. ۱۰ شاخص زیرمقیاس های این آزمون را تشکیل می دهند که عبارتند از: شاخص اجتماعی (۱۱ آیتم)، باورها (۶ آیتم)، عبادی (۶ آیتم)، اخلاق (۱۱ آیتم)، مالی (۱۲ آیتم)، خانواده (۸ آیتم)، سلامت (۷ آیتم)، تفکر و علم (۵ آیتم)، امنیتی دفاعی (۴ آیتم)، زمان شناسی (۵ آیتم). ضریب پایایی کل این آزمون ۰/۷۱ است. نتایج تحلیل عوامل نیز روایی و ساختار عاملی مناسبی را برای آن نشان داده است. روایی همزمان آن با آزمون جهت گیری مذهبی، ۰/۶۴ و پایایی آزمون نیز ۰/۷۸ به دست آمده است. پایایی این آزمون برای زیرمقیاس های آن عبارت است از: شاخص اجتماعی ۰/۴۱، باورها ۰/۴۶، عبادی ۰/۳۰، اخلاق ۰/۶۴، مالی ۰/۳۲، خانواده ۰/۴۰، سلامت ۰/۴۲، تفکر و علم ۰/۵۱، امنیتی - دفاعی ۰/۳۰ و زمان شناسی ۰/۳۰ [۱۷].

جامعه ی آماری مربوطه گزینش شدند. با استفاده از فرمول تاباخنیک ($N \geq 50 + 8M$)، حداقل حجم نمونه ی پژوهش تعداد ۲۰۰ نفر محاسبه گردید. ملاک های ورود (متأهل بودن، دارای طیف سنی ۱۸ تا ۶۵ سال، حداقل سواد در حد خواندن و نوشتن و تمایل به شرکت در پژوهش) و ملاک های خروج (سابقه ی بستری در مراکز روان زشکی و مصرف داروهای اعصاب و روان) بودند. پرسشنامه ها به صورت آنلاین طراحی گردید و به شکل مجازی توزیع شد تا با قراردادن لینک پرسشنامه ی آنلاین در گروه ها، از زنان متأهل واجد شرایط درخواست شد تا در صورت تمایل به سؤالات پرسشنامه ها پاسخ دهند. ۲۰۹ نفر به پرسشنامه ها پاسخ دادند که ۹ نفر به علت پاسخگویی تصادفی و سطحی از پژوهش حذف شدند. داده ها با استفاده از نرم افزار spss23 در دو سطح آمار توصیفی و استنباطی (رگرسیون گام به گام) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

ابزار جمع آوری اطلاعات

● پرسشنامه رضایت مندی زناشویی انریج^۳

این پرسشنامه توسط السون و همکاران (۱۹۸۹) ساخته شده است و دارای ۱۱۵ سؤال و ۱۲ مقیاس شامل پاسخ قراردادی، رضایت زناشویی، موضوع های 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 است که روی مقیاس ۵ درجه ای لیکرت از ۵-۱ نمره گذاری می شود. فرم ۴۷ سؤالی این پرسشنامه توسط سلیمانیان (۱۳۷۳) [۱۵] تهیه شده و پایایی آن با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۹۵ گزارش شده است. همچنین، همبستگی این پرسشنامه با رضایت خانوادگی از ۰/۴۱ تا ۰/۶۰ و با مقیاس های رضایت از زندگی ۰/۳۳ تا ۰/۴۱ به دست آمد که بیانگر روایی سازه ی آن است [۱۵].

● پرسشنامه انعطاف پذیری خانواده^۴

این پرسشنامه با الهام از الگوی مدور ترکیبی آلسون (۱۹۹۹)، درباره خانواده، به وسیله شاکری (۱۳۸۲)، ساخته شده است. مقیاس یادشده دارای ۱۶ پرسش است. پاسخ سؤالات در طیف لیکرت به شکل کاملاً موافقم، موافقم، نظری ندارم، مخالفم و کاملاً مخالفم ارائه شده اند. جواب ها به ترتیب از ۵ تا ۱ نمره را در بر می گیرند. پایایی و روایی این مقیاس در پژوهشی بر روی ۴۸ آزمودنی مورد تأیید قرار گرفته است. ضریب پایایی مقیاس، به کمک روش آلفای کرونباخ معادل ۰/۸۹ گزارش شد و از روایی و پایایی قابل قبولی برخوردار است.

جدول ۲: میانگین و انحراف معیار نمرات متغیرهای پژوهش

انحراف معیار	میانگین	شاخص های آماری خرده مقیاس
۹/۸۸	۵۱/۴۴	انعطاف پذیری
۱۸/۷۵	۱۰۰/۳۸	انسجام خانواده
۱۰۲/۴۶	۳۸۶/۰۶	سبک زندگی اسلامی
۱۶/۱۶	۸۹/۱۷	رضایت زناشویی

جدول ۱: توزیع فراوانی گروه نمونه برحسب سن

درصد فراوانی	فراوانی	شاخص های آماری سن
۱۲/۵	۲۵	زیر ۲۰ سال
۳۶/۵	۷۳	۲۰-۳۰ سال
۲۳	۴۶	۳۰-۴۵ سال
۱۹/۵	۳۹	۴۵-۶۰ سال
۸/۵	۱۷	بالای ۶۰ سال
۱۰۰	۲۰۰	مجموع

جدول ۳: آزمون شاپیرو ویلکز نمرات انعطاف پذیری، انسجام خانواده، سبک زندگی اسلامی و رضایت زناشویی

متغیرها	آماره	درجه آزادی	سطح معنی داری
انعطاف پذیری	۰/۹۲۳	۲۰۰	۰/۴۵۱
انسجام خانواده	۰/۹۶۴	۲۰۰	۰/۷۶۵
سبک زندگی اسلامی	۰/۹۴۶	۲۰۰	۰/۵۵۱
رضایت زناشویی	۰/۹۱۴	۲۰۰	۰/۱۲۴

حاکمی از آن است که نمرات انعطاف پذیری، انسجام خانواده، سبک زندگی اسلامی و رضایت زناشویی از توزیع نرمالی برخوردارند.

نتایج جدول ۳، آزمون شاپیرو ویلکز نمرات انعطاف پذیری، انسجام خانواده، سبک زندگی اسلامی و رضایت زناشویی را نشان می دهد. با توجه به سطح معناداری ($p > 0.05$)، نتایج

جدول ۴: ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	انعطاف پذیری	انسجام خانواده	سبک زندگی اسلامی	رضایت زناشویی
انعطاف پذیری	۱			
انسجام خانواده	۰/۷۶۷** ۰/۰۰۱	۱		
سبک زندگی اسلامی	۰/۷۲۷** ۰/۰۰۱	۰/۷۰۷** ۰/۰۰۱	۱	
رضایت زناشویی	۰/۵۳۰** ۰/۰۰۱	۰/۵۱۹** ۰/۰۰۱	۰/۵۱۳** ۰/۰۰۱	۱

متغیرهای انعطاف پذیری، سبک زندگی اسلامی و انسجام خانواده نیز با یکدیگر مثبت و معنی دار است.

نتایج جدول ۴، نشان می دهد که رابطه بین رضایت زناشویی و متغیرهای انعطاف پذیری، انسجام خانواده و سبک زندگی اسلامی مثبت و معنی دار است. همچنین، رابطه دو به دوی بین

جدول ۵: جدول ضریب همبستگی چندگانه (به روش گام به گام) انعطاف پذیری، انسجام خانواده و سبک زندگی اسلامی با رضایت زناشویی

شاخص آماری متغیر ملاک	متغیر پیش بین	ضریب همبستگی چندگانه	مجذور ضریب همبستگی چندگانه	مجذور ضریب همبستگی چندگانه تعدیل شده	ضریب F	سطح معناداری	آزمون دوربین واتسون
انعطاف پذیری سبک زندگی اسلامی		۰/۵۴۷	۰/۲۹۹	۰/۲۹۲	۴۱/۹۹۷	۰/۰۰۱	۲/۱۹۸

اسلامی ۲۹/۹ درصد از واریانس رضایت زناشویی را تبیین می-کند. F مشاهده شده در سطح $p < 0/01$ معنادار بوده است، بنابراین رگرسیون قابل تعمیم به جامعه آماری می‌باشد.

به طوری که یافته های جدول ۵ نشان می دهد، از بین متغیرهای مورد مطالعه در رگرسیون بهترین پیش‌بینی کننده‌ی رضایت زناشویی در گام اول انعطاف‌پذیری و در گام دوم سبک زندگی اسلامی بوده است. بر اساس نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام، در گام دوم ضرایب انعطاف‌پذیری و سبک زندگی

جدول ۶: جدول ضریب بتا در پیش بینی رضایت زناشویی

شاخص آماری	متغیر پیش بین	ضرایب بتای غیر استاندارد		ضریب t	سطح معناداری
		خطای معیار	بتا		
گام دوم	عدد ثابت	۴۶/۶۲۳	۵/۱۹۰	۸/۹۸۴	۰/۰۰۱
	انعطاف پذیری	۰/۵۴۷	۰/۱۷۳	۳/۱۵۲	۰/۰۰۲
	سبک زندگی اسلامی	۰/۰۳۷	۰/۰۱۷	۲/۲۳۴	۰/۰۲۷

همسو با نتایج پژوهش‌های نامنی و دهمرده (۱۳۹۹) [۱۸] است. در تبیین این یافته، می‌توان گفت که ناکارآمدی خانواده‌ها در حوزه انعطاف‌پذیری ناشی از عملکرد معیوب در فرآیند تعاملی بین اعضای خانواده می‌باشد. زن و شوهر متعادل و سیستم خانواده‌ی ساختارمند و قابل انعطاف، تمایل دارند که بیشترین عملکرد را در طول زمان داشته باشند و ساختار رابطه را به سمت رهبری تا حدودی دموکراتیک و مذاکره‌ای ببرند. در این میان، نگرش‌های دموکراتیک خانواده، امکان رشد و پیشرفت را به حداکثر می‌رساند. بنابراین، رفتارهای خانواده‌هایی که از شیوه انعطاف‌پذیر بهره می‌برند هم قابل پیش‌بینی و هم سازنده و کارآمدتر است.

همچنین یافته‌ها در پژوهش حاضر، نشان داد که بین رضایت زناشویی و انسجام خانواده در زنان متأهل رابطه وجود دارد. این یافته همسو با نتایج پژوهش‌های عباسی و حمیدی‌فر (۱۳۹۸) [۱۹]، سلیمی و همکاران (۱۳۹۵) [۲۰] و چاکو و همکاران (۲۰۱۹) [۲۱] است.

در تبیین این یافته می‌توان گفت که انسجام خانواده از مؤلفه‌هایی است که سطح سلامت خانواده را نشان می‌دهد. توافق قابل ملاحظه‌ای بین خانواده درمانگران وجود دارد که انسجام خانواده، مهمترین مفهوم برای درک عملکرد خانواده می‌باشد. انسجام، به عنوان یکی از ساختارهای پر نفوذ خانواده، احساس همبستگی، پیوند و تعهد عاطفی است که اعضای یک خانواده نسبت به هم دارند. دو کیفیت مربوط به انسجام در خانواده، مشتمل بر تعهد و وقت گذاردن با هم است. منظور از تعهد، میل به صرف وقت و انرژی در فعالیت‌های خانواده و همچنین ممانعت از تأثیر منفی عواملی چون مسائل شغلی در آن، می‌باشد. بُعد دیگر انسجام، وقت گذاشتن و با هم بودن در بین

یافته ها در جدول ۶، حاکی از آن است که ضریب بتا به ازای یک واحد افزایش در انعطاف‌پذیری، رضایت زناشویی را ۰/۳۳۴ واحد افزایش و ضریب بتا به ازای یک واحد افزایش در سبک زندگی اسلامی، رضایت زناشویی را ۰/۲۳۷ واحد افزایش می‌دهد.

معادله پیش بینی فرضیه اصلی پژوهش به شکل زیر قابل ارائه است:

$$\text{رضایت زناشویی} = (۴۶/۶۲۳) + (\text{انعطاف پذیری } ۰/۵۴۷) + (\text{سبک زندگی اسلامی } ۰/۰۳۷)$$

جدول ۷: جدول متغیرهای بیرون معادله در رگرسیون برای پیش‌بینی رضایت زناشویی از طریق انعطاف‌پذیری، انسجام خانواده و سبک زندگی اسلامی

مقیاس	بتا	مقدار t	سطح معناداری
گام دوم	انسجام خانواده	۰/۰۷۰	۰/۲۹۹
			۰/۷۶۵

در سال ۲۰۰۴ تقریباً بیست درصد کودکان زیرخط فقر زندگی به طوری که در جدول ۷ مشاهده می‌شود، انسجام خانواده قادر به پیش بینی رضایت زناشویی نبوده است. اگرچه در جدول ۴، رابطه‌ی این متغیر با رضایت زناشویی معنادار بوده است اما این معناداری به قدری نبود که پیش‌بینی کننده‌ی رضایت زناشویی باشد.

بحث و نتیجه گیری

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که بین رضایت زناشویی و انعطاف‌پذیری خانواده در زنان متأهل رابطه وجود دارد. این یافته

پژوهش میباید و با توجه به نتایج پژوهش، پیشنهاد می‌شود با آموزش سبک زندگی اسلامی، بحث و تبادل نظر در مورد ارائه و کاربرد آن و درونی کردن اعتقادات مذهبی، جهت داشتن زندگی بهتر و رضایتبخش و افزایش کارآمدی خانواده‌ها اقدام شود. خانواده سالم و کارآمد همواره مهمترین عامل حفظ هنجارها و مقاومترین سد در مقابل تهاجم فرهنگ‌های بیگانه در قالب سبک زندگی بوده است. از این رو، بر تمام مسئولان و مربیان و مبلغان لازم است که از ظرفیت‌های خانواده برای ساخت جامعه-ای با فرهنگ اسلامی که نمود عینی آن در سبک زندگی آنان است، استفاده شود.

واژه نامه

1. Olson	السون
2. Islamic lifestyle	سبک زندگی اسلامی
3. ENRICH Marital Satisfaction Scale	پرسشنامه رضایت‌مندی زناشویی انریچ
4. Family Flexibility Scale	پرسشنامه انعطاف‌پذیری خانواده
5. Family Cohesion Scale	پرسشنامه انسجام خانواده

فهرست منابع

- [1] Nietzel MT, Harris MJ. Creative ways to keep romance alive. 2015 [Persian]
- [2] Khalili Z, Sadrolahi A, Golipour F, Nazari R, Mohammadi M, Nasiri Kh. Evaluation of marital satisfaction and related factors in female nurses of Khalkhal city. Journal of Qom University of Medical Sciences, 2014; 9 (10): 72-64. [Persian]
- [3] Olson D. FACES IV and the circumplex model: Validation study. Journal of marital and family therapy, 2011; 37(1): 64-80.
- [4] Nazir S, Sidra S, Malik MS, Falak S, Zarqa A, Muhammad Rizwan S. Parental conflict and its effects on youth self esteem (a study at university of punjab). International Journal of Asian Social Science, 2012; 9:1392- 1400.
- [5] De Graaf, H, Van de Schoot R, Woertman L, Hawk ST, Meeus W. Family cohesion and romantic and sexual initiation: A three wave longitudinal study. Journal of youth and adolescence, 2012; 41(5): 583-592.
- [6] Mijung P, Unützer J, Grembowski D. Ethnic and gender variations in the associations between family cohesion, family conflict, and depression in older asian and latino adults. Journal of Immigrant and Minority Health, 2013; 49(6): 405-18.

اعضای خانواده است. خانواده‌هایی که دارای زمینه قوی در این حوزه هستند، به طور مرتب برنامه‌ها و زمان‌هایی برای فعالیت-های گروهی در نظر می‌گیرند [۲۲]. گرمی روابط و عواطف، تعهد و وقت گذاشتن برای یکدیگر و همچنین پیوند و تعهد عاطفی موجود در بین اعضای خانواده که از ویژگی‌های اصلی خانواده‌های منسجم محسوب می‌شود، می‌تواند منجر به افزایش رضایت زناشویی در زوجین شود.

از سوی دیگر، یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که بین رضایت زناشویی و سبک زندگی اسلامی در زنان متأهل رابطه وجود دارد. این یافته همسو با نتایج پژوهش‌های برجلی و همکاران (۱۳۹۷) [۲۳]، هاشمی (۱۳۹۶) [۲۴]، نریمانی و همکاران (۱۳۹۴) [۲۵] است.

از این یافته این گونه استنباط می‌شود که سبک زندگی اسلامی توانسته است به عنوان چارچوبی مناسب در قالب الگوهای رفتاری، برای رشد و تعالی انسان و هدایت او به سمت زندگی بهتر، عمل کند. از طرفی، با توجه به منابع اسلامی، سبک زندگی اسلامی، زوجین را تشویق می‌کند که سازگاری بیشتری داشته باشند و الگوهای موفقیت‌آمیز حل تعارض را افزایش دهند. در تبیین یافته‌ی فوق می‌توان گفت که باورهای دینی و مذهبی از جمله باورهای ضد طلاق و اعتماد به اینکه خداوند حامی زندگی زناشویی است، دیدگاه افراد به ازدواج و روابط زناشویی را تحت تأثیر قرار می‌دهد [۲۳].

در مجموع می‌توان گفت که در حال حاضر بسیاری از مکاتب درمانی از آموزه‌های مذهبی استفاده می‌کنند. آموزش‌ها و درمان-های معنوی در سلامت افراد و خانواده‌ها مؤثر است و معنویت بخش مهمی از زندگی انسان در فرهنگ ملل و قومیت‌های مختلف به شمار می‌رود و تأثیر بسزایی بر سلامت و بهزیستی افراد و خانواده‌ها دارد. سال‌هاست که سبک زندگی غربی مهم‌ترین ارزش‌های اسلامی را نشانه گرفته است؛ از آنجا که در دین اسلام، خانواده از ارزش والایی برخوردار است؛ از این رو ترویج‌دهندگان سبک زندگی غربی، بنیان خانواده‌ها را مورد هدف قرار داده‌اند. در فرهنگ غربی روابط خانوادگی کم‌رنگ است، و بی‌بند باری موج می‌زند و حالا تصمیم گرفته‌اند تا این بی‌قیدی و بی‌تعهدی را به میان خانواده‌های اسلامی بکشانند. برای نجات سبک زندگی اسلامی باید به ارزشمند بودن نقش خانواده پی برده و تلاش شود تا این رکن اساسی جامعه، سالم نگه داشته شود.

این پژوهش صرفاً برای زنان متأهل شهرستان شاهین شهر صورت گرفته است و نتایج می‌تواند تابع تفاوت‌های فرهنگی باشد، بنابراین در تعمیم نتایج به سایر شهرها و بافت‌های فرهنگی باید احتیاط لازم صورت بگیرد. که از محدودیت‌های

- examining its psychological characteristics. PhD thesis in psychology, Isfahan University. 2009. [Persian]
- [18] Namani A, Dehmardeh M. The effectiveness of structural family therapy on coping strategies, family cohesion and adaptability in couples with marital dissatisfaction. *Journal of Counseling and Psychotherapy Culture*, 2019; 11 (44): 187-218. [Persian]
- [19] Abbasi A, Hamidi Far A. The role of sense of personal coherence and satisfaction of basic psychological needs in citizens' sense of public security. *Social Security Studies*, 2018; 10(57): 169-143. [Persian]
- [20] Salimi H, Mohsenzadeh F, Nazari AM. Prediction of marital compatibility based on family cohesion, time spent together and financial resources in female teachers. *Women and Society Quarterly*, 2015; 7(2):192-175. [Persian]
- [21] Chukwu NE, Okoye UO, Onyeneho NG, Okeibunor JC. Coping strategies of families of persons with learning disability in Imo state of Nigeria. *Journal of Health, Population and Nutrition*, 2019; 38(1): 1-9.
- [22] Lingren M. *Creating sustainable families*. 2013.
- [23] Barjali A, Sohrabi F, Eskandari H, Motamedi A, Fallah A. Investigating the relationship between Islamic lifestyle and marital satisfaction with the mediation of optimism. *Islamic Studies and Psychology*, 2017; 12 (22): 62-43. [Persian]
- [24] Hashemi ST. The effectiveness of teaching Islamic lifestyle components on marital compatibility and satisfaction of couples. *Islamic Health-Oriented Lifestyle Quarterly*, 2016; 2(1): 57-62. [Persian]
- [25] Narimani M, Parzour P, Atadokht A, Abbasi M. The role of spiritual well-being and religious adherence in predicting nurses' marital satisfaction. *Clinical Journal of Nursing and Midwifery*, 2014; 4(2): 1-10. [Persian]
- [7] Ghanbari Panah A, Sharif Mustaffa M. A Model of Family Functioning Based on Cohesion, Flexibility and Communication across Family Life Cycle in Married Women. *International Journal of Psychology (IPA)*, 2019; 13(2):195-228.
- [8] Jiménez L, Hidalgo V, Baena S, León A, Lorence B. Effectiveness of Structural-Strategic Family Therapy in the treatment of adolescents with mental health problems and their families. *International journal of environmental research and public health*, 2019; 16(7): 1255.
- [9] Shafiabadi A, Naseri G. *Counseling and psychotherapy theories*. Tehran: Academic Publishing Center. 2015. [Persian]
- [10] Bojari S, Parcham A. Comparative study of the position and importance of marriage and family formation in Islam and Judaism. *Knowledge of Religions*, 2012; 4(2):17-36. [Persian]
- [11] Kaviani M. *Islamic lifestyle and its measuring tool*. Qom: Sobhan Publishing House (Hozeh Research Institute and University). 2011. [Persian]
- [12] Kajbaf MB, Sajjadian P, Kaviani M, Anvari H. The relationship between Islamic lifestyle and happiness in the life satisfaction of Isfahan students. *Psychology and Religion*, 2018; 4(4): 61-74. [Persian]
- [13] David P, Stafford L. A relational approach to religion and spirituality in marriage: The role of couples' religious communication in marital satisfaction. *Journal of Family Issues*, 2015; 36(2): 232-249.
- [14] Abol-Maali K, Mojtabaei M, Rahimi N. Prediction of marital life satisfaction based on social problem solving skills and spiritual intelligence in married people. *Journal of Behavioral Sciences*, 2012; 7(2): 115-122. [Persian]
- [15] Suleimani AA. *Investigating irrational thoughts on marital satisfaction*, master's thesis of Tarbiat Moalem University. 1994.[Persian]
- [16] Samani S, Zare M. Investigating the role of family flexibility and cohesion in children's goal orientation. *Family Research*, 2008;4(1):31-46. [Persian]
- [17] Kaviani M. *Designing the theory of lifestyle based on the Islamic point of view and building the Islamic lifestyle test and*