

## بررسی رابطه بین خرد با نگرش معنوی در زندگی و شادمانی و رضایت از زندگی زناشویی در بین زنان شهر اصفهان

فاطمه ملکی<sup>۱</sup>، احمد عابدی<sup>۲\*</sup> و مسعود دیاریان<sup>۳</sup>

دریافت مقاله: ۱۳۹۹/۰۲/۱۰

اصلاح مقاله: ۱۳۹۹/۰۶/۱۲

پذیرش مقاله: ۱۳۹۹/۰۶/۲۳

### چکیده

هدف از انجام این پژوهش بررسی رابطه بین خرد با نگرش معنوی در زندگی و شادمانی و رضایت از زندگی زناشویی در بین زنان شهر اصفهان است. روش تحقیق از نوع همبستگی و رگرسیون می‌باشد. جامعه آماری پژوهش کلیه زنان ساکن شهر اصفهان در سال ۱۳۹۸ می‌باشند. روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی است. ابتدا لیستی از مناطق ۱۵ گانه شهرداری اصفهان تهیه کرده و به تصادف از هر منطقه دو خیابان انتخاب گردید و به تصادف دو کوچه انتخاب گردید و پرسشنامه‌ها با توجه به شرایط ورود و خروج نمونه در بین زنان متاهل اجرا گردید. ابزار پژوهش در این تحقیق پرسشنامه شادکامی آکسفورد و پرسشنامه رضایت زناشویی اینریچ و پرسشنامه خرد و نگرش معنوی است و داده‌ها در دو سطح تحلیل گردید. در سطح توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد و در سطح استنباطی SPSS با از روش تحلیل رگرسیون گام به گام و ورود سنجیده شده است. با توجه به نتایج آماری می‌توانی این گونه نتیجه‌گیری کرد که بین خرد با نگرش معنوی در زندگی و شادمانی و رضایت از زندگی زناشویی همبستگی و رابطه وجود دارد.

**کلیدواژه‌ها:** خرد، رضایت از زندگی زناشویی، نگرش معنوی، شادمانی

۱. کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر، اصفهان، ایران

۲. نویسنده مسئول: دانشیار گروه روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

۳. عضو هیات علمی دانشگاه آزاد خمینی شهر، اصفهان، ایران

## مقدمه

خانواده به عنوان واحد اجتماعی دارای بیشترین و عمیق‌ترین مناسبات انسانی است. علاوه بر اینکه، منبع اولیه نیازهای اساسی فرد محسوب می‌شود، موقعیت‌های متعددی را برای یادگیری و شکل‌گیری نگرش‌ها و تشکیل باورهای فرد فراهم می‌آورد (مصلحی، ۱۳۹۱).

از آنجاکه انتخاب همسر یکی از مهم‌ترین تصمیم‌هایی است که در تشکیل خانواده و زندگی اجتماعی گرفته می‌شود، اهمیت مسئله ایجاب می‌کند که با کنکاش عمیق‌تری به عوامل بیرونی مانند مذهب، طبقه اجتماعی، سن، تحصیلات عوامل زیربنایی مانند ویژگی‌های شخصیتی و... توجه شود. متخصصان روان‌شناسی خانواده غالباً معیار خود را در بررسی کیفیت روابط زناشویی زوجین، سطح رضایت زناشویی آن‌ها قرار می‌دهند. رضایت زناشویی، یکی از مهم‌ترین عوامل پیشرفت و دستیابی به اهداف زندگی است که تحت تأثیر عوامل بیرونی و درونی می‌باشد. علی‌رغم آنکه ضرورت توجه به همسانی عقاید مذهبی و تمایلات فرهنگی همواره مورد تأکید قرار می‌گیرد، افزایش طلاق در دنیای کنونی و نارضایتی زوجین از زندگی مشترک و تأثیرات سوء این‌گونه پدیده‌ها بر افراد خانواده و اجتماع، بیانگر این مدعاست که برخورد مقبولی با تشکیل خانواده و ازدواج نشده و کمتر با دید عالمانه به این پدیده نگریسته شده است (بیرامی و همکاران، ۱۳۹۱).

یکی از عوامل مهم که در سال‌های اخیر به آن توجه شده است و بر روی رضایت زناشویی تأثیر دارد وضعیت شادمانی فرد است. از ویژگی‌های مهم انسان، شادکامی است. (وینهوون، ۱۹۹۷). روان‌شناسان توجه خود را بر منابع بالقوه-ی احساس‌های مثبت، نظیر احساس، شادکامی معطوف کرده اند (سلیگمن، ۲۰۰۲). وینهوون (۱۹۹۷) معتقد است که شادکامی، مقدار ارزش مثبتی است که یک فرد برای خود قابل می‌شود. شادی به عنوان یکی از زمینه‌های مثبت، امروزه توجه زیادی را به خود جلب کرده است و معانی گسترده‌ای را در بر می‌گیرد. شلدن و لیوومیرسکی شادی را تعادل میان تجربه‌های هیجانی مثبت و منفی در طول زمان قلمداد

می‌کنند. تعریف تجربی شادی به غلبه اثر مثبت روی اثر منفی به طور کلی رضایت از زندگی مربوط می‌شود و از این رو در بر گیرنده جنبه‌های موثر و ادراکی هستند (شلدون و لیومبرسکی، ۲۰۰۴). زمانی که از درون احساس شادی و نشاط می‌کنیم، زندگی را خوشایند می‌گردانیم و ذهنیت‌های منفی، مانند ناکامی، ناامیدی، خشمگینی و پریشانی را منفعل می‌سازیم، بودن در حالت خوشی و سرور یا دیگر هیجانات مثبت، عبارت است از راضی بودن از زندگی خود (ایروانی، ۱۳۹۰). در همین راستا در تحقیقی صحرائیان، غلامی و امیدوار (۱۳۸۹) اشاره کردند که بین شادکامی و نگرش مذهبی دانشجویان رابطه وجود دارد.

سازمان بهداشت جهانی و چهارمین ویرایش راهنمای تشخیصی- آماری اختلال‌های روانی معنویت را به عنوان بعد چهارم سلامت انسانی معرفی کرده اند. تا چندی پیش به معنویت تنها به عنوان یکی از جنبه‌های دینی توجه می‌شد اما در ۲۰ سال گذشته مفهوم معنویت از مذهب فراتر رفته و امروزه این مفهوم بیانگر مفاهیم چندی از جمله مذهبی بودن است. دیدگاه‌های چندی در زمینه نقش معنویت و مذهب در ایجاد سازگاری، وجود دارد. باورهای معنوی و دینی فرد بر چگونگی تعبیر و تفسیر وی از رویدادها تأثیراتی می‌گذارد و این فرایند سازگاری و پذیرش رویدادها را آسان می‌کند. (کاتن و همکاران، ۲۰۰۵، به نقل از یاسمی‌نژاد و گل محمدی ویوسفی، ۱۳۹۰).

ایمونز بیان می‌کند که معنویت جستجوی برای یافتن عناصر مقدس معنا یابی و هشیاری بالا و تعالی است. ابرهام مزلو معنویت را از عناصر مهم نگرش انسان گرایانه دانسته است. مزلو معتقد است که معنویت مسئولیتی عمومی است که بر دوش همه افراد بر است. وی اعتقاد داشت تجارب معنوی ما را از ساحت آگاهی متعارف به ساخت برتری از هستی منتقل می‌کند و به ما امکان می‌دهد که از ارزش‌ها تعالی خود مانند زیبایی و هنر و عشق را ارزش‌های وجودی می‌نامد. نگرش از سه بعد «شناختی»، «عاطفی» و «رفتاری» تشکیل می‌شود. بعد «شناختی» به اطلاعات و دانسته‌های فرد درباره‌یک موضوع، رویداد یا عمل مربوط می‌گردد. بعد

استعداد و توان ذهنی بالاتری هستند. در یک جمله، آدمیان بایکدیگر متفاوت هستند. نمی‌توان انتظار داشت که همه مردم مانند هم و یکسان عمل کنند آنچه در همه آدمیان مشترک است این است که همه‌ی آنان می‌خواهند رشد و پیشرفت نمایند، با محیط خود سازگار باشند، زندگی خانوادگی خوبی داشته باشند، در شغل خود موفق باشند، فرزندان خود را به درستی تربیت نمایند و از نظر اخلاقی و معنوی به کمال مطلوب برسند. زنان در این میان نقش بسیار مهمی به عنوان مادر و همسر و... دارند و به عنوان نیروهای مولد و پرورش دهنده اجتماع محسوب می‌گردند و وظایف سنگین تربیت و جامعه سازی را بر عهده دارند.

بنابراین میران رضایت از زندگی زناشویی و نگرش معنوی و خردمندی و شادمانی در آنان از عوامل مهم موفقیت یک اجتماع است، در این پژوهش سعی شده است که به ارتباط بین رضایت از زندگی زناشویی و نگرش معنوی و خرد و شادمانی و رابطه بین خرد و نگرش معنوی و رابطه بین خرد و شادمانی و رابطه بین خرد و رضایت از زندگی زناشویی در زنان متأهل پرداخته شود.

## روش پژوهش

### جامعه آماری و نمونه‌های پژوهش

روش این تحقیق توصیفی-همبستگی و رگرسیون است. در این نوع تحقیق رابطه‌ی بین متغیرها براساس هدف تحقیق تحلیل می‌گردد. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زنان متأهل ساکن شهر اصفهان در سال ۱۳۹۸ بود. بر اساس جدول مورگان تعداد اعضای نمونه ۳۷۳ نفر تعیین شد و از روش نمونه گیری خوشه‌ای تصادفی استفاده گردید. ابتدا لیستی از مناطق ۱۵ گانه شهرداری اصفهان تهیه کرده و به تصادف از هر منطقه دو خیابان انتخاب گردید و به تصادف دو کوچه انتخاب گردید و پرسشنامه‌ها با توجه به شرایط ورود (متأهل بودن، تحصیلات دیپلم و بالاتر، سن بین ۲۰ تا ۴۰) و خروج (عدم تأهل، تحصیلات زیر دیپلم) نمونه در بین زنان متأهل اجرا گردید.

### ابزار پژوهش

«عاطفی» به احساس خوب یا بد، مثبت یا منفی، مفید یا غیر مفید بودن اشاره دارد. و بعد «رفتاری» نگرش، به آمادگی شخصی برای عمل نظر دارد. این سه عنصر مؤلفه‌های تشکیل دهنده حالتی به نام «نگرش» است. این حالت نه تنها از ترکیب این سه عامل ناشی می‌شود، بلکه تعامل آن‌ها بایکدیگر نیز در این زمینه نقش دارد. (شهیدی و فرج‌نیا، ۱۳۹۱).

از سوی دیگر، احساسات مثبت یا منفی و عواطف خوشایند یا ناخوشایند بر شناخت فرد اثر گذاشته، برداشت‌های متفاوتی در او پدید می‌آورد. هر یک از این شناخت‌ها و احساس‌ها آمادگی انسان را برای عمل متأثر می‌سازد. بنابراین، با توجه به تعاریفی که ارائه شد، می‌توان چنین نتیجه گرفت که نگرش معنوی در حیطه شناختی و عاطفی، و توانایی معنوی در حیطه رفتاری نگرش قرار می‌گیرد (شهیدی، ۱۳۷۹).

هم چنین از مهم ترین خصوصیات که در اسلام به آن تاکید شده است خردمندی انسان است و قرآن کریم انسان را دعوت به تفکر و تعقل کرده است. (وحید و امان پور، ۱۳۸۹). خرد متغیری است که در ارتباط بایکپارچگی و بلوغ و قضاوت و مهارت بین فردی و مهارت درک استثنایی پدیده‌هاست. از این رو خرد متغیری فرض شده است که در ارتباط با سن پیری است و به صورت مثبت به عنوان سلامت روان و رضایت از زندگی زناشویی و توانایی مقابله با ناتوانی‌های جسمی و اجتماعی و نهایتاً مهارت روبه رو شدن با مرگ تعبیر می‌گردد (اشنابم و اورل، ۱۹۹۱). اریکسون (۱۹۸۶) خرد را از نگرانی و دغدغه مجزا می‌کند و توانایی رودرویی با مرگ تعبیر می‌کند. خردمندان پیر هنگامی که با فرسودگی جسمی روبرو می‌شوند، می‌توانند تجارب یکپارچه خود را نگه دارند به خاطر اینکه آن‌ها به خوبی می‌توانند محدودیت‌ها و تناقضات و عدم اطمینان و شرایط غیرقابل پیش بینی خود را بپذیرند (بلازر، بارچولت و جرج، ۱۹۹۱).

هر انسانی نیاز به غذا و محیط امن دارد و می‌خواهد مورد احترام باشد و احساس ارزشمندی بنماید. هم چنین هر فردی دارای علائقی است. یکی علاقه به کارهای هنری دارد و دیگری علاقه مند به فعالیت اجتماعی یا انجام امور مذهبی است. برخی از نظر بدنی توان بیشتری دارند و دسته‌ای دارای



توضیح بیشتری بدهد. برای جمع-آوری اطلاعات در پژوهش حاضر از ابزار یاد شده استفاده گردید. در نهایت داده‌های جمع آوری شده را با استفاده از نرم افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفت.

### یافته‌ها

در رابطه با ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، از لحاظ سن، بیشترین فراوانی برای شرکت‌کنندگان با سن ۲۶ تا ۳۰ سال است. از لحاظ تحصیلات، بیشترین فراوانی برای شرکت‌کنندگان با مقطع تحصیلی کارشناسی است. در جدول زیر یافته‌های توصیفی شامل میانگین، انحراف استاندارد، حداقل و حداکثر نمره در متغیرهای پژوهش آورده شده است.

جدول ۱. یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

شاخص‌ها متغیر	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	حداقل نمره	حداکثر نمره
رضایت زناشویی	۳۷۰	۱۳۹/۴۶	۱۷/۷۴	۱۰۴	۱۹۴
نگرش معنوی	۳۷۰	۱۷۱/۶۳	۱۹/۷۶	۱۱۹	۲۱۵
خردمندی	۳۷۰	۱۳۲/۴۵	۱۷/۰۸	۸۳	۱۸۷
شادکامی	۳۷۰	۷۴/۰۴	۱۲/۷۸	۴۱	۱۰۷

برابر با ۷۴/۰۴ به دست آمده در جدول فوق، میانگین رضایت زناشویی برابر با ۱۳۹/۴۶، میانگین نمرات نگرش معنوی ۱۷۱/۶۳ حاصل شده است. میانگین نمرات خردمندی نیز برابر با ۱۳۲/۴۵ و میانگین نمرات شادکامی برای کل نمونه ارائه شده است.

آن مورد تأیید قرار گرفته است و آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۹ است.

**روش اجرای پژوهش.** ابتدا با بیان هدف این پژوهش مجوزهای لازم اخذ گردید. پس از برقراری ارتباط و کاهش حساسیت آزمودنی‌ها راجع به پرسشنامه و دلایل انتخاب آن‌ها در نمونه توضیحات لازم از سوی محقق راجع به نحوه تکمیل پرسشنامه ارایه گردید و آزمودنی‌ها پرسشنامه‌ها را تکمیل نمودند. به آزمودنی‌ها اطمینان خاطر داده شد که پاسخ‌های آنان محرمانه باقی خواهد ماند. لذا از آن‌ها خواسته شد صدقانه پرسشنامه را تکمیل نمایند. از آزمودنی‌ها خواسته شد اگر در تکمیل پرسشنامه با ابهامی مواجه شدند از پژوهشگر بخواهند

براساس نتایج به دست آمده در جدول فوق، میانگین رضایت زناشویی برابر با ۱۳۹/۴۶، میانگین نمرات نگرش معنوی ۱۷۱/۶۳ حاصل شده است. میانگین نمرات خردمندی نیز برابر با ۱۳۲/۴۵ و میانگین نمرات شادکامی برای کل نمونه

جدول ۲. نتایج تحلیل رگرسیون به روش ورود

شاخص متغیر	R	R <sup>2</sup>	معنی داری	F	معنی داری	B	SE <sub>b</sub>	β	T	معنی داری
عدد ثابت	۰/۳۲۳	۰/۱۰۴	۰/۰۰۱	۱۴/۱۹۸	۰/۰۰۱	۱۴۳/۴۵۵	۹/۴۱۱	-	۱۵/۵۴۳	۰/۰۰۱
نگرش معنوی						۰/۰۴۵	۰/۰۵۲	۰/۰۵	۰/۸۵۶	۰/۳۹۳
خردمندی						۰/۱۴۱	۰/۰۵۶	۰/۱۳۶	۲/۵۲۲	۰/۰۱۲
شادکامی						۰/۴۱	۰/۰۷۵	۰/۲۹۶	۵/۴۴	۰/۰۰۱

و شادمانی از سوی دیگر برابر با ۰/۳۲۳ است. R<sup>2</sup> برابر با ۰/۱۰۴ و نشان می‌دهد که نزدیک به ۱۰/۴ درصد از واریانس نمرات رضایت زناشویی توسط این متغیرها پیش بینی

همان گونه که نتایج تحلیل رگرسیون به روش ورود نشان می‌دهد، نتایج همبستگی چندگانه نشان می‌دهد که همبستگی بین رضایت زناشویی از یک سو و خردمندی، نگرش معنوی

می‌شود. اما نتایج تحلیل تک تک متغیرها نشان از آن دارد که از بین این متغیرها، خردمندی ( $B=0/141, p=0/012$ ) و شادکامی ( $B=0/41, p=0/001$ )، با این متغیر رابطه معنی دار دارند. نتایج حاکی از آن است که نگرش معنوی رابطه معنی داری با متغیر رضایت زناشویی نشان نداده اند. به عبارت

**جدول ۳. ضریب همبستگی چندگانه و تحلیل واریانس برای پیش بینی رضایت زناشویی با توجه به خرد، نگرش معنوی و شادمانی**

متغیرها شاخص	R	R <sup>2</sup>	F تغییر	F معنی داری	F معنی داری
۱ شادکامی	۰/۲۸۰	۰/۰۷۹	۳۱/۴۰۹	۰/۰۰۱	۳۱/۴۰۹
۲ خردمندی	۰/۳۲۰	۰/۱۰۲	۹/۷۳۹	۰/۰۰۱	۲۰/۹۴۷

نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون گام به گام نشان می‌دهد شادکامی و خردمندی، رضایت زناشویی را پیش بینی می‌کنند. یافته‌های جدول فوق حاکی از آن است که شادکامی بیشترین قدرت پیش بینی را دارد. این متغیر ۰/۰۷۹ یا نزدیک به ۸ درصد از رضایت زناشویی را پیش بینی می‌نماید. در مرحله دوم با اضافه شدن خردمندی، قدرت پیش بینی به ۰/۱۰۲ درصد می‌رسد. یعنی دو عامل با هم ۱۰ درصد از رضایت زناشویی را پیش بینی می‌کنند.

**جدول ۴. ضریب رگرسیون چندگانه گام به گام برای پیش بینی رضایت زناشویی با توجه به خرد، نگرش معنوی و شادمانی**

شاخص‌ها متغیر	B	SE <sub>b</sub>	β	T	T معنی داری
۱ عدد ثابت	۱۶۸/۲۸۳	۵/۲۱۹	-	۳۲/۲۴۷	۰/۰۰۱
شادکامی	۰/۳۸۹	۰/۰۶۹	۰/۲۸	۵/۵۰۶	۰/۰۰۱
۲ عدد ثابت	۱۴۶/۶۳۱	۸/۶۴۵	-	۱۶/۹۶۱	۰/۰۰۱
شادکامی	۰/۳۸۴	۰/۰۶۹	۰/۲۷۶	۵/۵۸۶	۰/۰۰۱
خردمندی	۰/۱۶	۰/۰۵۱	۰/۱۵۴	۳/۱۲۱	۰/۰۰۲

براساس نتایج به دست آمده در جدول بالا، رابطه بین شادکامی و خردمندی با رضایت زناشویی مثبت می‌باشد. به عبارت دیگر با اضافه شدن یک واحد به شادکامی و خردمندی به ترتیب به میزان ۰/۲۷۶ و ۰/۱۵۴ رضایت زناشویی افزوده می‌شود.

**جدول ۵. نتایج آزمون همبستگی پیرسون (n=۳۷۰)**

متغیر	ضریب همبستگی	معنی داری
خردمندی و نگرش معنوی	۰/۳۵۹	۰/۰۰۱
خردمندی و شادمانی	-۰/۰۲۶	۰/۶۱۳
خردمندی و رضایت زناشویی	۰/۱۶۲	۰/۰۰۲

۰/۰۰۱	۰/۳۷۵	نگرش معنوی و شادمانی
۰/۸۱۲	-۰/۰۱۲	نگرش معنوی و رضایت زناشویی
۰/۰۰۲	۰/۲۸	شادمانی و رضایت زناشویی

همبستگی بین شادمانی و رضایت از زندگی زناشویی برابر با ۰/۲۸ می‌باشد. این ضریب همبستگی مثبت از لحاظ آماری معنادار است ( $p < ۰/۰۵$ )؛ لذا می‌توان گفت که رابطه معناداری بین شادکامی با رضایت از زندگی زناشویی وجود دارد به گونه‌ای که با بالا رفتن میزان شادکامی در زنان، به مقدار رضایت زناشویی آن‌ها افزوده می‌شود و بلعکس.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف این تحقیق بررسی رابطه بین خرد با نگرش معنوی در زندگی و شادمانی و رضایت از زندگی زناشویی در بین زنان شهر اصفهان بود. در فرضیه بین خرد، نگرش معنوی و شادمانی با رضایت از زندگی زناشویی در زنان رابطه چندگانه معنی دار وجود دارد نتایج حاکی از آن است که رابطه بین شادکامی و خردمندی با رضایت زناشویی مثبت می‌باشد. در فرضیه فرعی اول که بین خردمندی و نگرش معنوی در زنان رابطه معنی داری وجود دارد نتایج آماری نشان داده است ضریب همبستگی مثبت معنادار است ( $p < ۰/۰۵$ )؛ و در فرضیه‌های فرعی دوم و سوم و چهارم که بین خردمندی و شادکامی در زنان رابطه معناداری وجود دارد و بین خردمندی و رضایت از زندگی زناشویی در زنان رابطه معناداری وجود دارد و بین نگرش معنوی و شادمانی در زنان رابطه معناداری وجود دارد که همبستگی مثبت و معنادار است ( $p < ۰/۰۵$ ). در فرضیه فرعی پنجم که بین نگرش معنوی و رضایت از زندگی زناشویی در زنان رابطه معناداری وجود دارد که این فرضیه رد شده است و رابطه معنی داری ندارند و نهایتاً در فرضیه فرعی آخر، بین شادمانی و رضایت از زندگی زناشویی در زنان رابطه معناداری وجود دارد که رابطه معناداری است ( $p < ۰/۰۵$ ).

رضایت زناشویی، میزان علاقمندی زوجین به یکدیگر و نگرش مثبت به متاهل بودن است که به عواملی از جمله مسائل شخصیتی، ارتباط و حل تعارض و مدیریت مالی و

بر اساس مندرجات جدول فوق، ضریب همبستگی بین خردمندی با نگرش معنوی برابر با ۰/۳۵۹ می‌باشد. این ضریب همبستگی مثبت از لحاظ آماری معنادار است ( $p < ۰/۰۵$ )؛ لذا می‌توان گفت که رابطه معناداری بین نگرش معنوی و خردمندی وجود دارد به گونه‌ای که با افزایش خردمندی میزان نگرش معنوی در زنان افزایش می‌یابد و بلعکس. همچنین، رابطه بین خردمندی با شادمانی معنی دار به دست نیامده است. ضریب همبستگی حاصل برابر با ۰/۲۶- است که معنی داری آن برابر با ۰/۶۱۳ و بیشتر از ۰/۰۵ است و لذا رابطه معنی دار نیست. به عبارت دیگر با افزایش و کاهش خردمندی میزان شادکامی در زنان تغییر معنی داری نشان نمی‌دهد. به علاوه، ضریب همبستگی بین خردمندی با رضایت از زندگی زناشویی برابر با ۰/۱۶۲ می‌باشد. این ضریب همبستگی مثبت از لحاظ آماری معنادار است ( $p < ۰/۰۵$ )؛ لذا می‌توان گفت که رابطه معناداری بین خردمندی با رضایت از زندگی زناشویی وجود دارد به گونه‌ای که با بالا رفتن میزان خردمندی در زنان، به مقدار رضایت زناشویی آن‌ها افزوده می‌شود. علاوه بر این، ضریب همبستگی بین نگرش معنوی با شادمانی برابر با ۰/۳۷۵ می‌باشد. این ضریب همبستگی مثبت از لحاظ آماری معنادار است ( $p < ۰/۰۵$ )؛ لذا می‌توان گفت که رابطه معناداری بین نگرش معنوی و شادمانی زنان وجود دارد به گونه‌ای که با بالا رفتن میزان نگرش معنوی در زنان، به مقدار شادمانی آن‌ها افزوده می‌شود و بلعکس. همچنین، رابطه بین نگرش معنوی و رضایت از زندگی زناشویی معنی دار به دست نیامده است. ضریب همبستگی حاصل برابر با ۰/۱۲- است که معنی داری آن برابر با ۰/۸۱۲ و بیشتر از ۰/۰۵ است و لذا رابطه معنی دار نیست. به عبارت دیگر با افزایش و کاهش نگرش معنوی در زنان میزان رضایت از زندگی زناشویی در آن‌ها تغییر معنی داری نشان نمی‌دهد. سرانجام، ضریب

تحقیقات گسترده‌ای با موضوع این تحقیق همسویی دارد برای مثال در پژوهش آرین (۱۳۸۰) که جامعه آماری آن ایرانیان مقیم امریکا هستند همبستگی میان دینداری و مولفه‌های سلامت روانی رضایتمندی، خشنودی، عدم افسردگی) را مورد تحقیق قرار داده و همبستگی مثبت بین رضایتمندی و خشنودی با دینداری بدست آمده است. تجربه نیایش منجر به افزایش خشنودی در زندگی می‌گردد.

هم چنین با نتیجه تحقیق خدابخش احمدی و فتحی آشیانی و عرب نیا (۱۳۸۵) در زمینه رابطه بین تقیدات مذهبی و سازگاری زناشویی زوجین همبستگی دارد.

هم چنین آرگایل (۲۰۰۰) نشان داده است رابطه نزدیک با دیگران با شادکامی و رضایت از زندگی زناشویی و سلامت ذهن و بهداشت روانی همبستگی دارد، همسویی دارد هم چنین با نتیجه تحقیق والریت (۱۹۹۵) و گلین (۱۹۹۸) ماهونی و همکاران (۲۰۰۲) همسویی دارد.

متغیر دیگر این فرضیه خرد است، خرد متغیری است که در ارتباط با یکپارچگی و بلوغ و قضاوت و مهارت بین فردی و مهارت درک استثنایی پدیده‌هاست (وایلنت، ۱۹۹۳). از این رو خرد متغیری فرض شده است که در ارتباط با سن پیری است و به صورت مثبت به عنوان سلامت روان و رضایت از زندگی زناشویی و توانایی مقابله با ناتوانی‌های جسمی و اجتماعی تعبیر می‌گردد (اشنابم و اورل، ۱۹۹۱).

در این تحقیق بین خردمندی و رضایت از زندگی زناشویی زوجین همبستگی وجود دارد، افراد خردمند با بلوغ و یکپارچگی که کسب می‌کنند می‌توانند موقعیت‌های مختلف زندگی خود را مدیریت کنند و میزان خود کنترلی ایشان بالاست. یکی از ابعاد مهم زندگی هر فرد رابطه با همسر است که به آن‌ها این توانایی را می‌دهد که در روابط زناشویی کیفیت روابط خود را حفظ کرده و رابطه غنی با همسر خویش داشته باشند و در نتیجه رضایت زناشویی شان بالا باشد.

توانایی خردمندی قابلیت ارزیابی زندگی بر اساس مفاهیم عمیق است و به شیوه‌ای انجام می‌پذیرد که برای خود فرد و دیگران معنادار به نظر برسد. خردمندی محصول دانش و

فرزندپروری، نقش‌های مساوات طلبی و جهت گیری مذهبی وابسته است (کجاف، آقایی و کاویانی، ۱۳۸۳). رضایت زناشویی را می‌توان احساس عینی از خشنودی، رضایت و لذت تجربه شده توسط زن و شوهر زمانی که تمام جوانب ازدواجشان را در نظر می‌گیرند دانست.

شواهد تحقیقی نشان می‌دهد که بین شادکامی و رضایت زناشویی و بهداشت روانی رابطه وجود دارد (آرگایل، ۲۰۰۰). به نظر می‌رسد که افرادی که شادمانی بیشتر دارند و شخصیت شادی دارند نسبت به دیگران در روابط زناشویی موفقیت بیشتری دارند و افرادی که میزان شادمانی شان کمتر است و افسرده تر هستند، حوصله ارتباط قوی و غنی با همسر خویش را ندارند و همین تعاملات منفی بین زوجین منجر به ایجاد افت رضایت زناشویی در افراد غمگین می‌شود.

تحقیقات زیادی وجود دارد که با نتیجه حاضر همسو باشد، برای مثال روحانی و معنوی پور (۱۳۸۷) نشان دادند که بین عمل به باورهای دینی و شادکامی و رضایت زناشویی در بین دانشجویان دانشگاه مبارکه رابطه وجود دارد، همسویی دارد. هم چنین با نتیجه تحقیق بلاغت و همکاران (۱۳۸۹) که نشان دادند که بین شادکامی و رضایت زناشویی در بین خانواده‌های زهک همبستگی وجود دارد نیز همسویی دارد.

هم چنین با نتیجه تحقیق امیری مجد و زری مقدم (۱۳۸۹) و پورمیدانی و نوری و شفتی (۱۳۹۳) و با تحقیق کلی و کونلی (۱۹۹۳) که بین ویژگی‌های شخصیتی از قبیل شادمانی با رضایت زناشویی همبستگی وجود دارد، همسویی دارد.

هم چنین تحقیقات زیادی در زمینه مذهب و نگرش معنوی تا به حال انجام شده است. در این تحقیقات به این نتیجه رسیده اند که هرچه میزان معنویت و دین داری زوجین بالاتر باشد، رضامند تر و خشنود تر هستند. ارتباط با منبع لایزال بشری به انسان‌ها کمک می‌کند تا در مسائل و مشکلات زندگی دریچه‌ای فراتر هم در نظر بگیرند و از او کمک بخواهند و به همین دلیل میزان رضایت شان از زندگی زناشویی بالاتری دارند.



رنجور خوبی است و از سوی دیگر خردمندی متغیری است که تحت تاثیر بلوغ شناختی و اجتماعی و تجارب فرد معنا پیدا می‌کند، در نتیجه بین این دو متغیر همبستگی لازم در روش آماری دیده نشده است و این دو متغیر نتوانسته اند یکدیگر را پیش بینی کنند.

رضایت زناشویی در بین زنان به معنی داشتن رابطه کارآمد و با کیفیت در همه ابعاد زندگی زنان است و این نوع رابطه مستلزم رسیدن به نوعی شناخت کلی و بلوغ نسبت به پدیده‌های اطراف و دست‌یافتن به معنا و مفهوم بسیاری از پدیده‌های هستی است و در واقع این خود کنترلی و رسیدن به بینش، همان خردمندی است و در نتیجه زنانی که خردمندی بیشتری داشتند نسبت به سایرین، در رضایت زناشویی خویش موفق تر بوده و توانایی مدیریت ارتباطات خود با همسر و سایر ابعاد زندگی مشترک خویش را دارند. در این تحقیق بین نگرش معنوی و شادمانی در زنان رابطه وجود دارد. به نظر می‌رسد نوع نگرش معنوی نسبت به جهان هستی به این زنان کمک کرده است تا آرامش بیشتری کسب کرده است و در نتیجه احساسات منفی و غم را کاهش داده و عکس آن احساسات مثبت و هیجانانگیز مثبت مانند شادکامی را افزایش داده است.

تحقیقات زیادی با نتیجه حاضر همسویی دارد، برای مثال نتیجه تحقیق بردبار و شرف آبادی (۱۳۹۴) که به بررسی پیش بینی مولفه‌های شناختی و عاطفی شادمانی بر اساس تجارب معنوی روزانه را به صورت مثبت پیش بینی کرده است. هم چنین با نتیجه تحقیق هادی زاده و پورصدقی و کنعانی (۱۳۹۲) که بین نگرش مذهبی و شادکامی در نوجوانان رابطه وجود دارد. و با تحقیق نجفی ثانی و همکاران (۱۳۹۳) همسویی دارد.

در افرادی که شادمانی بیشتری دارند و هیجانانگیز منفی از قبیل خشم و غم را تجربه می‌کند، در روابط خود با مشکلات بیشتری روبرو می‌شوند و در نتیجه با افزایش هیجانانگیز مثبت در زنان میزان کیفیت رابطه شان بهبود یافته و رضایت زناشویی در این افراد بالا رفته است و از سوی دیگر با افزایش کیفیت زندگی زناشویی و رابطه صمیمی و عاشقانه با همسر،

تجربه، اما چیزی فراتر از انباشت اطلاعات است. خردمندی هماهنگ سازی این اطلاعات و استفاده سنجیده از آن‌ها برای افزایش بهزیستی است. در بافت اجتماعی، خردمندی این اجازه را به افراد می‌دهد که به دیگران گوش کنند، آنچه آن‌ها می‌گویند را ارزیابی کنند و سپس توصیه عاقلانه‌ای ارائه کنند.

فهرست مشاهیر خردمندی شامل رهبران مذهبی بزرگی چون حضرت محمد (ص)، حضرت عیسی (ع)، لائوتزه و بودا است. دولتمردان و سیاستمداران بزرگی چون ماهاتما گاندی، نلسون ماندلا و آبراهام لینکلن مثال‌هایی از خردمندی در دنیای سیاست هستند.

در این تحقیق بین نگرش معنوی و خردمندی رابطه وجود دارد، به نظر می‌رسد خردمندی نوعی بلوغ و اشراف به همه ابعاد زندگی و جهان هستی است، یکی از ابعاد مهم زندگی انسان بعد معنوی و ارتباط وی با خداوند است. انسان خردمند با برآورد منطقی و استفاده از تجربه در می‌یابد که زندگی در جهان حاضر بدون علت و برهان نیست و در نتیجه با کنار گذاشتن دلایل منطقی پدید آیی جهان هستی، توانایی ارتباط با خداوند را دارد، به طوری که بسیاری از آیات قرآنی انسان را نسبت به عقل و خرد و ارتباط با خداوند هشدار می‌دهد.

نتیجه تحقیق حاضر با تحقیق دیگر لرنر (۲۰۰۸) در زمینه معنویت و اهداف مثبت و خردورزی و رشد مثبت در بزرگسالان نشان داده شده است، که افرادی که معنویت بالاتری دارند، هدفمندی بیشتری داشته و خردورزتر از سایرین هستند، همسویی دارد.

هم چنین استرو و پوچلاسکی و سولماسی (۲۰۰۱) در تحقیقی که به بررسی مذهب و خرد و سلامت روان پرداختند گزارش کردند که افرادی که در بیماری و بستر بیماری هستند در معرض مشکلات و ابهامات معنوی زیادی هستند و مراقبان سلامت روانی که به خوبی ابهامات معنوی این بیماران را حل کنند در جهت افزایش خردورزی آنان اقدام می‌کنند که با نتیجه تحقیق حاضر هم راستاست.

با توجه به این مطلب که شادمانی متغیری است که تحت تاثیر ویژگی‌های شخصیتی درون گرایی و برون گرایی و باثبات و

فرایند نمره‌گذاری پرسشنامه‌ها، شرکت‌کنندگان در مورد خروج از پژوهش و انصراف از تکمیل پرسشنامه‌ها مختار بودند.

### سپاسگزاری

از همه زنان شاغل شرکت‌کننده در پژوهش که ما را در اجرای این پژوهش یاری کردند تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

### تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

### منابع

ایروانی، م. (۱۳۹۰). بررسی تاثیر برنامه‌های شادی آفرین بر کاهش افسردگی شهروندان ساکن شهر اصفهان، فرهنگ در دانشگاه اسلامی، ۴۷(۱۵): ۱-۲۰.

بردبار، م. مزیدی شرف آبادی م (۱۳۹۴). پیش بینی مولفه‌های شناختی و عاطفی شادمانی بر اساس تجارب معنوی روزانه. روانشناسی و دین، ۱(۲۹): ۲۵-۴۰.

بیرامی، م.، فهیمی، ص.، اکبری، ا.، و امیری، ا. (۱۳۹۱). پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک دلبستگی و مولفه‌های تمایز یافتگی، مجله اصول بهداشت روانی، ۱۴(۱): ۶۴-۷۷.

خدابخش احمدی م. فتحی آشتیانی ع. عرب نیاع (۱۳۹۳). بررسی رابطه بین تقیدات مذهبی و سازگاری زناشویی. خانواده پژوهی، (۵)

شهیدی ش. فرج نیا س (۱۳۹۱) ساخت و اعتباریابی پرسشنامه "سنجش نگرش معنوی". روانشناسی و دین. ۵(۳): ۹۷-

۱۱۵

شهیدی، ش. (۱۳۷۹). روان درمانی و معنویت، سخنرانی ماهانه انجمن روان شناسی ایران، تهران، فرهنگسرای اندیشه

صحرائیان م. غلامی. امیدوار ب. (۱۳۸۹). رابطه‌ی نگرش مذهبی و شادکامی در دانشجویان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی شیراز. مجله علمی پژوهشی افق دانش، ۱۷(۱)، ۶۹-۷۴.

نجفی ثانی، ع. هاشمی اصل ب. گلمکانی جعفرنژاد، ف. (۱۳۹۳). بررسی ارتباط انس با قرآن و فعالیت‌های مذهبی

بروی خلق زنان اثر داشته و منجر به افزایش میزان شادمانی در این افراد گردیده است.

نتیجه این تحقیق با تحقیق شیخ الاسلامی و نجاتی و احمدی (۱۳۹۰) مبنی بر رابطه بین شادکامی و روابط زناشویی در زوجین همسویی دارد. هم چنین با نتیجه تحقیق نوابی نژاد و دوکانه‌ای فرد و آقاجانی (۱۳۸۸) با موضوع رابطه بین شادکامی با رضایت زناشویی در زوجین همسویی دارد. و با نتیجه تحقیق کلی و کونلی (۲۰۰۲) همسویی دارد.

پژوهش حاضر مانند هر پژوهش دیگری محدودیت‌هایی دارد. از جمله این محدودیت‌ها می‌توان به موارد ذیل اشاره کرد. پژوهش فقط بر روی زنان انجام گرفته است؛ از نظر زمانی این تحقیق در تابستان و پائیز سال ۱۳۹۴ انجام شده است، لذا جهت تعمیم یافته‌های آن به زمان‌های قبل و پس از تحقیق باید احتیاط لازم صورت گیرد؛ تحقیق حاضر بر وی زنان متأهل شهر اصفهان صورت پذیرفته است، لذا بایستی در تعمیم نتایج به جوامع و گروه‌های دیگر احتیاط لازم صورت گیرد؛ دشواری زیاد در پر کردن پرسشنامه‌ها و عدم همکاری نمونه با محقق از سایر مشکلات تحقیق حاضر بوده است.

بر اساس نتایج بدست آمده از تحقیق حاضر و تحقیقات پیشین پیشنهاد می‌گردد با توجه به تاثیر رضایت زناشویی و شادکامی و نگرش معنوی و خردمندی می‌توان با افزایش هر یک از آیتم‌های بالا، متغیرهای دیگر این پژوهش بر روی یکدیگر تاثیر بگذارند. نتایج این تحقیق لزوم توجه خاص برنامه ریزان مسائل خانواده و زنان روان شناسان مذهبی را آشکار می‌رساند. همچنین پیشنهاد می‌شود این تحقیق با استفاده از روش‌های مداخله‌ای بروی زوجین یا زنان متأهل انجام بگیرد، برای مثال آموزش افزایش رضایت زناشویی و تاثیر آن بروی متغیرهای خردمندی و نگرش معنوی و شادکامی. پیشنهاد می‌شود که این تحقیق بروی زوجین با تعارضات شدید و درگیر طلاق نیز اجراء گردد.

### موازن اخلاقی

در این پژوهش موازن اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی و رازداری رعایت شد. با توجه به شرایط و زمان تکمیل پرسشنامه‌ها ضمن تأکید به محرمانه بودن

- Debnam, K., Holt, C. L., Clark, E. M., Roth, D. L., Foushee, H. R., Crowther, M & Southward, P. L. (2012). Spiritual health locus of control and health behaviors in African Americans. *American journal of health behavior*, 36(3), 360 .
- Delle Fave, A., Brdar, I., Vella-Brodrick, D., & Wissing, M. P. (2013). Religion, spirituality, and well-being across nations: the eudaemonic and hedonic happiness investigation. In *Well-Being and Cultures* (pp. 117-134). Springer Netherlands.
- Edlin, G., Golanty, E., & Brown, K. M. (1999). *Health and wellness: Web enhanced sixth edition*. Sudbury, MA: Jones and Bartlett Publishers ..
- Erikson, Erik H., Joan M. Erikson, and Helen Q. Kivnick. (1986) *Vital Involvement in Old Age: The Experience of Old Age in Our Time*. New York: Norton.
- Flannelly, K. J. (2004). A systematic review of religion and spirituality in there palliative care journals/ 1990-1999. *Journal of palliative care*, 50-56, 20
- Gable, S. L., & Haidt, J. (2005). What (and why) is positive psychology?. *Review of general psychology*, 9(2), 103.
- Glück, J., & Bluck, S. (2011). Laypeople's conceptions of wisdom and its development: Cognitive and integrative views. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, gbr011.
- Gottman, J. M., & Krokoff, L. J. (1989). Marital interaction and satisfaction: a longitudinal view. *Journal of consulting and clinical psychology*, 57(1), 47.
- Greenberg, J. (1986). Determinants of perceived fairness of performance evaluation, *Journal of Applied Psychology*, 71, 340-342
- Hills, P., & Argyle, M. (2001). Happiness, introversion-extraversion and happy introverts. *Personality and Individual Differences*, 30(4), 595-608
- Ji, S. I., & You, H. S. (2014). The Impact of Clinical Nurses' Terminal Care Attitude and Spiritual Health on Their Terminal Care Stress. *Korean Journal of Hospice and Palliative Care*, 17(4), 232-240.
- Kunzmann, U. (2004). Approaches to a good life: the emotional/motivational side to wisdom. In P. A. Linley, & S. Joseph (Eds.), *Positive* با شادمانی در زنان باردار. *مجله زنان، مامایی و نازایی* ایران، ۱۵(۴۰)، ۲۴-۳۱.
- وحید؛ م. امان پور، م ت (۱۳۸۹) نقش، اهمیت و جایگاه مشاوران نزد سیاست گذاران و مدیران همراه با بررسی نمونه موردی مرکز مطالعات و برنامه ریزی شهر تهران، سیاست ۱۰، ۳۵۳-۳۷۰
- یاسمی نژاد پ. گل محمدیان م. یوسفی ن. (۱۳۹۰). رابطه سلامت معنوی بادرگیری شغلی در اعضای هیات علمی. فصلنامه مشاوره شغلی و سازمانی ۳(۱۱): ۱۱-۱۲.
- Achenbaum, Andrew W. and Lucinda Orwoll. (1991). "Becoming Wise: A Psycho-Gerontological Interpretation of the Book of Job." *International Journal of Aging and Human Development* 32:21-39 .
- Achenbaum, W. A., & Orwoll, L. (1991). *Becoming wise: A psycho-gerontological interpretation of the Book of Job.. The International Journal of Aging & Human Development*.
- Ardelt, M. (2009). How similar are wise men and women? A comparison across two age cohorts. *Research in Human Development*, 6(1), 9-26.
- Blazer, D., Burchett, B., & George, L. K. (1991). The association of age and depression among the elderly: an epidemiologic exploration. *Journal of gerontology*, 46(6), M210-M215
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Beach, S. R. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 964-980.
- Bradley, R. H., & Corwyn, R. F. (2002). Socioeconomic status and child development. *Annual review of psychology*, 53(1), 371-399.
- Cummins, R. A., & Nistico, H. (2002). Maintaining life satisfaction: The role of positive cognitive bias. *Journal of Happiness studies*, 3(1), 37-69.
- David, P., & Stafford, L. (2013). A Relational Approach to Religion and Spirituality in Marriage The Role of Couples' Religious Communication in Marital Satisfaction. *Journal of Family Issues*, 0192513X13485922.

- Seligman, M. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive*
- Sheldon, K. M., Lyubomirsky, S. (2004). Persuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9, 111-131.
- Stack, S., & Eshleman, J. R. (1998). Marital status and happiness: A 17-nation study. *Journal of Marriage and the Family*, 527-536.
- Taniguchi, S. T., Freeman, P. A., Taylor, S., & Malcarne, B. (2006). A study of married couples' perceptions of marital satisfaction in outdoor recreation. *The Journal of Experiential Education*, 28(3), 253.
- Veenhoven, R. (1991). Is happiness relative?. *Social indicators research*, 24(1), 1-34.
- Webster, J. D., Westerhof, G. J., & Bohlmeijer, E. T. (2012). Wisdom and mental health across the lifespan. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, gbs121.
- Wink, P., & Dillon, M. (2008). Spiritual development across the adult life course: Findings from a longitudinal study. *Journal of Adult Development*, 9(1), 79-94.
- Wong, P. T. P. (2012). What is existential positive psychology? *International Journal of Existential Psychology and Psychotherapy*, 3(1), 1-10.
- Yang, S.-Y. (2012). From personal striving to positive influences: exploring wisdom in real-life contexts. In M. Ferrari, & N. Weststrate (Eds.), *The scientific study of personal wisdom* (115-135). New York: Springer
- psychology in practice (504-517). Hoboken, NJ: Wiley
- Lun, V. M. C., & Bond, M. H. (2013). Examining the relation of religion and spirituality to subjective well-being across national cultures. *Psychology of Religion and Spirituality*, 5(4), 304.
- Martinez, C. T., & Scott, C. (2014). In Search of the Meaning of Happiness through Flow and Spirituality. *International Journal of Health, Wellness & Society*, 4.(۱)
- Olson, D. H. (1991). Commentary: Three-dimensional (3-D) circumplex model and revised scoring of FACES III. *Family Process*, 30(1), 74-79.
- Pack, A. M., Morrell, M. J., Randall, A., McMahon, D. J., & Shane, E. (2008). Bone health in young women with epilepsy after one year of antiepileptic drug monotherapy. *Neurology*, 70(18), 1586-1593.
- Pennebaker, J. W., & Stone, L. D. (2003). Words of wisdom: language use over the life span. *Journal of personality and social psychology*, 85(2), 291 .
- Perry, M. (2012). *The Mystery of Individuality: Grandeur and Delusion of the Human Condition*. Bloomington, IN: World Wisdom.
- Perry, T. E., Ruggiano, N., Shtompel, N., & Hassevoort, L. (2014). Applying Erikson's Wisdom to Self-Management Practices of Older Adults Findings From Two Field Studies. *Research on Aging*
- Poloutzian, RF and Park, CL, (2005) *Handbook of Psychology of Religion and Spirituality*, Guilford Press, NY ,
- Reynolds, W. A., Remer, R., & Johnson, M. (1995). Marital satisfaction in later life: An examination of equity, equality, and reward theories. *The International Journal of Aging & Human Development*..
- Roberts, L. J. (2000). Fire and ice in marital communication: Hostile and distancing behaviors as predictors of marital distress. *Journal of Marriage and Family*, 62(3), 693-707.
- Scheibe, S., Kunzmann, U., & Baltes, P. B. (2009). 16 New Territories of Positive Life-Span Development: Wisdom and Life Longings. *Oxford handbook of positive psychology*, 171.