

## مدل ساختاری روابط بین قدردانی، کیفیت ارتباط زناشویی و رضایت زناشویی در معلمان شهر سبزوار

سکینه سعیدی<sup>۱</sup>، علی محمدزاده ابراهیمی<sup>۲\*</sup>، علی اکبر سلیمانان<sup>۳</sup>

۱. دانش‌آموخته کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه بجنورد، بجنورد.
۲. استادیار روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه بجنورد، بجنورد.
۳. دانشیار مشاوره، گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه بجنورد، بجنورد.

### چکیده

تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۰۶/۲۷  
تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۰۸/۱۴

**زمینه** قدردانی، به عنوان یک عامل مثبت، می‌تواند به غنی‌سازی و تحکیم روابط بین زوجین کمک کند. پژوهش حاضر با هدف ارزیابی مدل ساختاری روابط بین قدردانی، کیفیت ارتباط زناشویی و رضایت زناشویی انجام شد. **روش کار** طرح پژوهش همبستگی از طریق مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری، کلیه معلمان زن شهر سبزوار در سال ۱۳۹۶ بودند که از بین آنها ۲۴۱ نفر به عنوان نمونه پژوهش با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. داده‌های پژوهش با استفاده از پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ، پرسشنامه قدردانی و پرسشنامه کیفیت ادراک شده ابعاد ارتباط زناشویی جمع‌آوری شد. **یافته‌ها** ارزیابی برازندگی مدل، روابط مستقیم و واسطه‌ای با استفاده از مدل‌یابی معادلات ساختاری (SEM) و از طریق نرم‌افزارهای AMOS-24 و SPSS-24 انجام گرفت. نتایج نشان داد مدل با انجام برخی اصلاحات، برازش مطلوبی با داده‌ها دارد. همچنین، نتایج نشان داد قدردانی علاوه بر رابطه مستقیم با رضایت زناشویی، از طریق افزایش کیفیت ارتباط زناشویی به صورت غیرمستقیم نیز رضایت زناشویی را افزایش می‌دهد ( $p < 0/05$ ). **نتیجه‌گیری** قدردانی به صورت مستقیم و همچنین غیرمستقیم از طریق افزایش کیفیت ارتباط زناشویی، با افزایش رضایت زناشویی همراه است. این مطالعه به درک بهتر فرایندهای مثبتی که زوجین را در مقابل ناراضی زناشویی حفظ می‌کنند، کمک می‌کند و متخصصان می‌توانند از نتایج آن به منظور حفظ و دستیابی به رضایت زناشویی استفاده کنند.

### کلیدواژه‌ها:

قدردانی، رضایت زناشویی، کیفیت ارتباط زناشویی.

### ۱. مقدمه

ناراضی زناشویی است، نشان می‌دهد که رضایت زناشویی به آسانی قابل دستیابی نیست. درصد ناراضی زناشویی منجر به جدایی در ایران رو به افزایش است. تا پایان سال ۱۳۹۵ به ازای هر ۳/۹ ازدواج، یک طلاق ثبت شده است (۳). تمرکز غالب پژوهش‌ها در این زمینه عوامل مؤثر بر رضایت زناشویی، بر فرایندهایی است که باعث تضعیف آن و ایجاد مشکلات ارتباطی در زوجین می‌شوند؛ در مقابل، عوامل مثبتی که ممکن است به

از اصلی‌ترین نشانه‌های موفقیت در ازدواج، داشتن رضایت زناشویی است (۱). رضایت زناشویی، نگرش مثبت و لذت‌بخشی است که زن و شوهر از جنبه‌های مختلف روابط زناشویی مثل ارتباط، مسائل شخصیتی، حل تعارض، مسائل مالی، روابط جنسی و فرزندان دارند (۲) آمار طلاق که معتبرترین شاخص

\* نویسنده مسئول: علی محمدزاده ابراهیمی

نشانی: بجنورد، کیلومتر ۴ جاده بجنورد-اسفراین، دانشگاه بجنورد، دانشکده علوم انسانی، گروه روان‌شناسی

تلفن: ۰۹۱۵۱۸۷۲۱۵۷ دورنگار:

رایانه: A.Mohammadzadeh@ub.ac.ir

شناسه ORCID: 0000-0002-3953-3475

شناسه ORCID نویسنده اول: 0000-0003-1577-8539

مجله علمی - پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، دوره ۲۷، شماره ۳، مرداد و شهریور ۱۳۹۹، ص ۴۲۱-۴۱۳

آدرس سایت: <http://jsums.medsab.ac.ir> رایانه: [journal@medsab.ac.ir](mailto:journal@medsab.ac.ir)

شاپای چاپی: ۱۶۰۶-۷۴۸۷

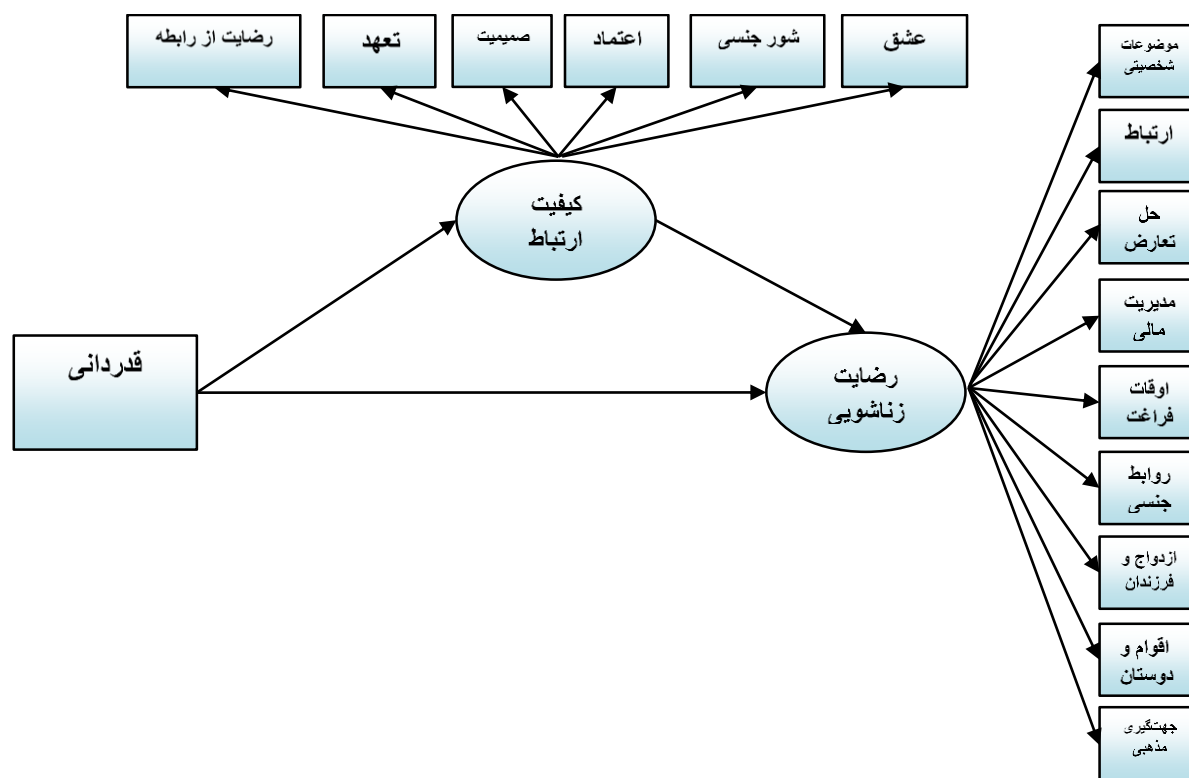
نتایج یک مطالعه نشان داد مداخله قدردانی، بر امید به زندگی و شادکامی زوجین مؤثر است (۲۷).

برخی از پژوهش‌ها نقش قدردانی را در رضایت زناشویی و سایر پیامدهای مثبت ارتباطی، تأیید می‌کنند اما مکانیسم‌هایی که قدردانی را به رضایت زناشویی پیوند می‌دهند هنوز ناشناخته مانده و به صورت نظام‌مند مورد بررسی قرار نگرفته‌اند. یکی از متغیرهایی که قدردانی را به رضایت زناشویی پیوند می‌دهد، کیفیت ارتباط زناشویی است. کیفیت ارتباط زناشویی، مفهومی چندبعدی است که شامل ابعاد گوناگون ارتباط زوجین مانند سازگاری، رضایت، شادکامی، انسجام و تعهد می‌باشد (۲۸). بارتون، فوتریس و نیلسن (۲۹) در پژوهشی بر ۴۶۸ فرد متأهل، نشان دادند بین کیفیت ارتباط زوجین و میزان قدردانی همسران از یکدیگر، رابطه مثبت وجود دارد و قدردانی باعث افزایش کیفیت ارتباط زوجین می‌شود. نتایج مطالعه دیگری نشان داد میزان قدردانی، پیش‌بینی‌کننده خوبی برای میزان تماس‌های ارتباطی زوجین است (۲۰). لمبرت و همکاران (۸) دریافتند قدردانی و سیاست‌گذاری از همسر، باعث بهبود ارتباط کلامی زوجین و ادراک احساس بهتر آنها از ارتباطشان می‌شود. همچنین، مطالعات دیگری نیز نشان داده‌اند قدردانی در روابط عاطفی و نزدیک باعث افزایش احساس مسؤلیت برای شخص ابرازکننده (۸) و آسایش و رضایت برای طرف مقابل در رابطه می‌شود (۳۰). از سوی دیگر، نقش مثبت کیفیت ارتباط زوجین در رضایتمندی زناشویی آنها، در پژوهش‌های متعددی تأیید شده است (۳۱، ۳۲). بنابراین، با توجه آنچه گفته شد، انتظار می‌رود که قدردانی از طریق افزایش کیفیت ارتباط زناشویی، رابطه مثبت غیرمستقیم با رضایت زناشویی داشته باشد.

در مجموع، با توجه به نوظهور بودن سازه قدردانی، بررسی‌های بیشتر در مورد نقش آن در پیامدهای مثبت ارتباطی، از جمله رضایت زناشویی، حایز اهمیت است. به ویژه در ایران، تاکنون این مسئله در هیچ مطالعه‌ای بررسی نشده است. همچنین، مکانیسم‌هایی که قدردانی را به رضایت زناشویی مرتبط می‌سازند هنوز ناشناخته مانده و بررسی نشده است. بنابراین با توجه به پیشینه و آنچه بیان شد یکی از اهداف پژوهش حاضر، بررسی رابطه مستقیم قدردانی با رضایت زناشویی می‌باشد. علاوه بر این، مطالعه حاضر قصد دارد رابطه غیرمستقیم قدردانی با رضایت زناشویی را با توجه به نقش میانجی‌گر کیفیت ارتباط زناشویی ارزیابی کند. بدین منظور، یک مدل پیشنهادی برای پژوهش حاضر طراحی شد که در شکل ۱ ملاحظه می‌شود.

شکوفایی روابط زوجین کمک کند کمتر مورد توجه قرار گرفته‌اند (۴). با رشد سریع جنبش روانشناسی مثبت‌نگر در سال‌های اخیر، علاقه روزافزونی به بررسی جنبه‌های مثبت عملکرد ارتباطی به وجود آمده است (۵-۷). قدردانی، از جمله سازه‌هایی است که برخی مطالعات با بررسی آن، مبنایی را برای درک فرایندهای مثبتی که در روابط زوجین روی می‌دهند، پی ریزی کردند (۸). قدردانی به عنوان یک احساس ذاتی سیاست‌گذاری و تقدیر برای زندگی در نظر گرفته می‌شود. به عبارت دیگر، قدردانی، تمایل عمومی به تشخیص و پاسخ توأم با احساسات سپاس‌گزارانه به نقش خیرخواهانه سایر افراد در تجارب و پیامدهای مثبتی که فرد به دست می‌آورد؛ تعریف شده است (۹). قدردانی، حالتی شناختی-عاطفی است و معمولاً با این ادراک همراه است که فرد، منفعتی دریافت کرده که سزاوار آن نبوده یا آن را به دست نیاورده است، بلکه این منفعت به دلیل نیات خوب فرد دیگری به او رسیده است (۱۰). افرادی که از این توانمندی قدردانی برخوردار هستند، اغلب جملاتی بدین شرح بیان می‌کنند: «من بدون کمک دیگران نمی‌توانستم آنچه را که امروز دارم، به دست آورم» یا «من اغلب به این موضوع می‌اندیشم که در سایه تلاش‌های دیگران، چقدر زندگی‌ام آسان‌تر شده است» (۱۱). قدردانی، با پیامدهای مهمی از جمله سلامت روانی بالاتر (۱۲)، افزایش رضایت از زندگی (۱۳)، ترویج تغییرات مثبت در شرایط منفی (۱۴)، افسردگی کمتر (۱۵)، (۱۶)، سطوح بالاتر رفتار اجتماع یار (۱۷) و حس انسجام (۱۴) همراه است.

تمرکز اکثر تعاریف قدردانی، بر ادراک اینکه شخص چیز مثبتی را از یک خیرخواه و نیکوکار که نیت مثبتی دارد، دریافت کرده است، می‌باشد (۱۷). چنین تعریفی، قدردانی را سازه‌ای مطرح می‌کند که به طور ویژه دارای ملاحظاتی در روابط بین زوجین می‌باشد. در واقع، تصور می‌شود که قدردانی، یک برانگیزاننده یا محرک اخلاقی است که کمک می‌کند افراد، پیوندهای اجتماعی نزدیک شکل دهند (۱۸، ۱۹). مطالعات، قدردانی را به طور ویژه‌ای، مهم در شکل‌گیری روابط نزدیک و همچنین حیاطی برای تداوم و حفظ پیوندهای بین فردی موجود، نظیر روابط رمانتیک و زوجین در نظر می‌گیرند (۲۰-۲۳). ایمنوز و مک کلاف (۲۴) نشان دادند برای شکل‌گیری پیوندهای عاطفی بین افراد، نقش تسریع‌کنندگی دارد. به همین صورت، سایر پژوهش‌ها نیز دریافتند که قدردانی با ثبات ارتباط (۲۵)، رضایت زناشویی و تنظیم روابط (۲۶) در زوجین همراه است. با وجود مزایای بالقوه قدردانی برای زوجین و رضایت زناشویی، توجه کمی به این حوزه، به ویژه در ایران، شده است.



شکل ۱. مدل پیشنهادی روابط بین قدردانی، کیفیت ارتباط زناشویی و رضایت زناشویی

## ۲. مواد و روش

پژوهش حاضر، یک مطالعه همبستگی از طریق مدل‌یابی معادله ساختاری (SEM) است. جامعه آماری، کلیه معلمان زن شهر سبزواری در سال ۱۳۹۶ (۱۳۵۰ نفر) بودند که از بین آنها ۲۹۷ نفر به عنوان نمونه پژوهش با استفاده از جدول کرجسی و مورگان (۳۳) انتخاب شدند. به منظور انتخاب نمونه، از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده استفاده شد. به این ترتیب که ابتدا، پس از اخذ مجوز و کسب موافقت اداره آموزش و پرورش شهر سبزواری، لیستی از کلیه معلمان زن شاغل در مدارس مقطع ابتدایی و دبیرستان‌های مقطع متوسطه اول و دوم تهیه شد. سپس، با استفاده از جدول اعداد تصادفی، ۲۹۷ نفر از این لیست، به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. پس از اخذ آدرس مدارس محل خدمت اعضای نمونه از اداره آموزش و پرورش، محقق به مدارس محل خدمت آنها مراجعه کرد و پرسشنامه‌های پژوهش در بین آنها توزیع شد. شایان ذکر است پس از حذف پرسشنامه‌های ناقص و داده‌های پرت تک‌متغیری و چندمتغیری، داده‌های ۲۵۱ نفر تحلیل نهایی شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بودند از زن بودن، متأهل بودن، مشارکت داوطلبانه، وجود حداقل ۲ سال زندگی

مشترک، نداشتن اختلال روانشناختی بارز و برخورداری از سلامت روانی بر اساس پاسخگویی به پرسشنامه SCL-90 و نداشتن هر گونه اعتیاد و مصرف مواد مخدر. همچنین، ملاحظات اخلاقی پژوهش، از جمله اخذ رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان و محرمانه ماندن اطلاعات آنها رعایت گردید. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها در بخش توصیفی، از شاخص‌هایی نظیر میانگین، انحراف معیار و ضریب همبستگی استفاده شد. برازندگی مدل پیشنهادی، معنی‌داری روابط مستقیم و غیرمستقیم از طریق SEM و با استفاده از برآورد حداکثر درست‌نمایی نرم‌افزار AMOS-24 انجام شد. به منظور تعیین کفایت برازش مدل پیشنهادی با داده‌ها، ترکیبی از شاخص‌های برازش شامل مجذور کای ( $X^2$ )، شاخص هنجار شده مجذور کای یا نسبت مجذور کای به درجه آزادی  $X^2/df$ ، شاخص نیکویی برازش (GFI)، شاخص نیکویی برازش اصلاح شده (AGFI)، شاخص برازندگی هنجار شده (NFI)، شاخص برازندگی تطبیقی (CFI)، شاخص نوکر-لویس (TLI) و جذر میانگین مجذورات خطای تقریب (RMSEA) استفاده شد. به منظور جمع‌آوری داده‌های پژوهش از پرسشنامه‌های زیر استفاده شد:

زندگی، خوش‌بینی و امید بین ۰/۲۰ تا ۰/۵۰ همبستگی مثبت داشت و با عاطفه منفی، افسردگی و اضطراب، همبستگی منفی داشت که نشان‌دهنده روایی این پرسشنامه است (۹). ویژگی‌های روان‌سنجی این پرسشنامه در جامعه ایرانی، مطلوب گزارش شده است (۳۶). پایایی این پرسشنامه در مطالعه حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شد و ۰/۸۱ به دست آمد.

**پرسشنامه کیفیت ادراک شده ابعاد ارتباط زناشویی (PRQC):** این ابزار را فلیچر، سیمپسون و توماس (۳۷) با هدف ارزیابی کیفیت رابطه زناشویی ساختند و دارای شامل ۱۸ سؤال در ابعاد رضایت، تعهد، صمیمت، اعتماد، شور و هیجان جنسی و عشق است. آزمودنی، پاسخ خود را در مقیاس لیکرت ۷ درجه‌ای از ۱ (اصلاً) تا ۷ (کاملاً) مشخص می‌کند. در این پرسشنامه، حداقل نمره ۱۸ و حداکثر نمره ۱۲۶ می‌باشد. نمرات پایین، نشان‌دهنده کیفیت پایین‌تر و نمرات بالاتر نشان‌دهنده کیفیت بهتر رابطه زناشویی در ابعاد مختلف است. پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۵ و برای ابعاد پرسشنامه بین ۰/۷۸ تا ۰/۹۶ به دست آمده است. سازندگان نیز روایی آن را مطلوب گزارش کردند (۳۷). در جامعه ایرانی، اعتبار این پرسشنامه از طریق اعتبار همگرا و واگرا و تحلیل عاملی تأییدی و پایایی آن از طریق همسانی درونی، تأیید شده است (۳۸). مقدار پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمد.

### ۳. یافته‌های پژوهش

میانگین و انحراف معیار شرکت‌کنندگان پژوهش از لحاظ سن به ترتیب ۴۰/۳۲ و ۵/۱۸، مدت زمان ازدواج به ترتیب ۴/۶۸ و ۰/۸۵ و تعداد فرزندان به ترتیب ۲ و ۱/۰۶ می‌باشد. در جدول ۱ میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

جدول ۱. میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

	ضرایب همبستگی			انحراف معیار	میانگین	متغیر
	۳	۲	۱			
۱				۴/۰۶	۲۶/۸۹	قدردانی
۲			**۰/۶۶	۱۸/۳۴	۱۰۴/۶۶	کیفیت ارتباط
۳		**۰/۸۲	**۰/۶۳	۲۰/۳۸	۱۶۳/۷۹	رضایت زناشویی

\*\*p<۰/۰۱

**مقیاس رضایت زناشویی انریچ:** ابزار شناخته شده‌ای است که اولسون (۳۴) با هدف ارزیابی زمینه‌های بالقوه مشکل‌زا یا شناسایی زمینه‌های قوت و پربراری رابطه زناشویی ساخته است. در مطالعه حاضر، نسخه کوتاه این مقیاس که ویژگی‌های روان‌سنجی آن در جامعه ایرانی تأیید شده است استفاده شد. این پرسشنامه شامل ۴۷ ماده و ۹ خرده‌مقیاس است که عبارتند از: مسائل شخصیتی، ارتباط زناشویی، حل تعارض، مدیریت مالی، فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت، روابط جنسی، ازدواج و فرزندان، بستگان و دوستان و جهت‌گیری عقیدتی است. پاسخ‌دهی به آن بر روی یک مقیاس لیکرت پنج‌گزینه‌ای (از کاملاً موافق تا کاملاً مخالف) انجام می‌شود. کمترین نمره ۴۷ و بیشترین نمره ۲۳۵ است. نمره بالا نشان‌دهنده رضایت بالاتر و نمره پایین‌تر، نشان‌دهنده رضایت پایین‌تر از زندگی زناشویی می‌باشد. پایایی این ابزار را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۹۲ و برای خرده‌مقیاس‌های آن بین ۰/۶۸ تا ۰/۹۰ گزارش شده است (۳۴). ویژگی‌های روان‌سنجی این مقیاس در جامعه ایرانی، مطلوب گزارش شده است (۳۵). مقدار پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمد.

**پرسشنامه قدردانی (6-QG):** این پرسشنامه که مک کالوف، ایمونز و سنگ (۹) ساخته‌اند، تفاوت‌های فردی درگرایش به قدردانی روزانه را می‌سنجد. این پرسشنامه شامل ۶ ماده است و پاسخ‌دهی به آن بر روی یک مقیاس لیکرت پنج‌گزینه‌ای (از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم) انجام می‌شود. حداقل نمره این پرسشنامه ۶ و حداکثر نمره آن ۴۲ است. پایایی این پرسشنامه به روش بازآزمایی در دامنه‌ای از ۰/۷۶ تا ۰/۸۴ و اعتبار این پرسشنامه را از طریق همبستگی آن با نمرات مقیاس خودگزارشی سپاسگزاری در طول یک دوره ۲۱ روزه بین ۰/۲۱ تا ۰/۲۵ گزارش شده است (۹). همچنین ماده‌های این پرسشنامه با هیجان‌های مثبتی مانند رضایت از

قدر مطلق ضریب کشیدگی کوچکتر از ۱۰ (۳۹) هستند و لذا تخطی از بهنجار بودن داده‌ها وجود نداشت. همچنین، با حذف آزمودنی‌های دارای داده پرت چندمتغیری توزیع چندمتغیری داده‌ها بهنجار شد و این مفروضه، محقق شد. هم‌خطی چندگانه متغیرها با استفاده از آماره تحمل و عامل تورم واریانس، بررسی شد و نتایج نشان داد برای کلیه متغیرها ارزش‌های تحمل به دست آمده بالای ۰/۱۰ و مقدار عامل تورم واریانس کوچکتر از ۱۰ هستند و در نتیجه بین متغیرها، هم‌خطی چندگانه وجود ندارد. نتایج ارزیابی برازش مدل با استفاده از SEM در جدول ۲ ارائه شده است.

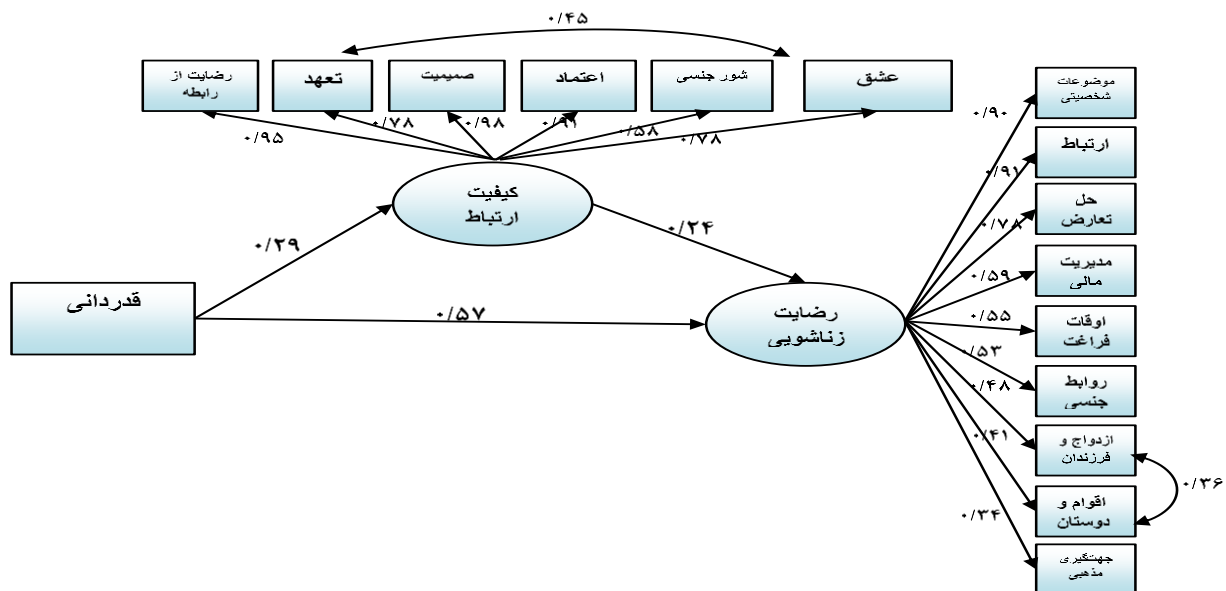
قبل از تحلیل استنباطی، مفروضه‌های زیربنایی SEM، شامل داده‌های پرت، بهنجار بودن و هم‌خطی چندگانه ارزیابی شدند. نتیجه بررسی داده‌های پرت تک‌متغیری با استفاده از نمره‌های Z نشان داد، نمره سه آزمودنی بیش از  $3/29 \pm (39)$  است که از تحلیل حذف شدند. داده‌های پرت چندمتغیری با استفاده از فاصله ماهالانوبیس محاسبه شد. نتایج دادشش آزمودنی دارای فاصله ماهالانوبیس بزرگ‌تر از مقدار  $\chi^2$  جدول (۲۰/۵۱) با درجه آزادی ۵ (تعداد متغیرهای پیش‌بین) در سطح  $p=0/001$  هستند که از تحلیل، حذف شدند. نتیجه بررسی بهنجار بودن تک‌متغیری با استفاده از ضریب کجی و ضریب کشیدگی نشان داد همه متغیرهای پژوهش دارای قدر مطلق ضریب کجی کوچکتر از ۳ و

جدول ۲. شاخص‌های برازندگی مدل پیشنهادی و نهایی پژوهش

شاخص‌های برازندگی مدل	$\chi^2$	df	$\chi^2/df$	GFI	AGFI	IFI	TLI	CFI	NFI	RMSEA
مدل پیشنهادی	۳۰۱/۷۸	۱۰۲	۲/۹۶	۰/۸۵	۰/۸۲	۰/۹۲	۰/۹۱	۰/۹۲	۰/۸۹	۰/۰۹
مدل اصلاح شده نهایی	۲۰۴/۴۱	۱۰۰	۲/۰۶	۰/۹۰	۰/۸۶	۰/۹۶	۰/۹۵	۰/۹۶	۰/۹۲	۰/۰۶۷

رضایت زناشویی نیز خطای مؤلفه‌های «ازدواج و فرزندان» و «اقوام و دوستان» به هم وصل شدند. حاصل اصلاحات اخیر، مدل دوم یا مدل اصلاح شده نهایی بود. همان‌گونه که جدول ۲ نشان می‌دهد، شاخص‌های برازندگی، حاکی از برازش بهتر مدل اصلاح شده نهایی با داده‌ها است. شکل ۲ مدل نهایی و ضرایب مسیر بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

همان‌گونه که در جدول ۲ ملاحظه می‌گردد مقادیر اکثر شاخص‌های مدل پیشنهادی نسبتاً مطلوب بود و مدل از برازش نسبتاً قابل قبولی برخوردار است. با این وجود، به منظور بهبود شاخص‌های برازندگی در گام بعدی، از میان شاخص‌های اصلاحی پیشنهادی نرم‌افزار AMOS-24، به انجام دو مورد از این اصلاحات اکتفا شد؛ در متغیر کیفیت ارتباط زناشویی خطای مؤلفه‌های «تعهد» و «عشق» به یکدیگر متصل شد. همچنین در متغیر



شکل ۲. مدل نهایی و ضرایب مسیر متغیرهای پژوهش

ترتیب ۰/۵۷، ۰/۲۹ و ضریب استاندارد مسیر کیفیت ارتباط زناشویی به رضایت زناشویی نیز ۰/۲۴ می‌باشد که همگی

همان‌گونه که در شکل ۲ ملاحظه می‌گردد ضریب استاندارد مسیر قدردانی به رضایت زناشویی و کیفیت ارتباط زناشویی به

معنی دار هستند ( $p < 0.05$ ). نتایج روابط غیرمستقیم با استفاده از

روش بوت استرپ در جدول ۳ ملاحظه می‌گردد.

جدول ۳. نتایج بوت استرپ برای مسیرهای غیرمستقیم مدل پژوهش

مسیر	داده‌ها	بوت	سوگیری	خطای	حد پایین	حد بالا
قدردانی ← کیفیت ارتباط زناشویی ← رضایت زناشویی	۲/۳۸	۲/۳۶	-۰/۰۲	۰/۲۴	۱/۹۳	۲/۸۷

آگاه‌تر و هوشیارتر باشند. این آگاهی به زوجین این امکان را می‌دهد که به صفات مثبت یکدیگر و شیوه‌های مثبتی که در رابطه‌شان ایجاد می‌کنند و منافی که از یکدیگر کسب می‌کنند، بیشتر توجه کنند. در نتیجه، سطح بالاتر مثبت بودن بین زوجین می‌تواند با افزایش رضایت زناشویی همراه باشد.

همچنین، نتایج نشان داد قدردانی از طریق افزایش کیفیت ارتباط زناشویی، به صورت غیرمستقیم رضایت زناشویی را افزایش می‌دهد. لمبرت و همکاران نیز (۸) همسو با این نتیجه دریافتند قدردانی به عنوان یک عامل تقویت‌کننده و تثبیت‌کننده ارتباطی در زوجین عمل می‌کند و از این طریق رضایت زناشویی آنها را افزایش می‌دهد. در واقع، قدردانی به عنوان عاملی مهم برای تأمین و ارتقای استراتژی‌های حفظ و پایداری روابط نزدیک در نظر گرفته می‌شود (۲۲) و پیش‌بینی‌کننده خوبی برای میزان تماس‌های ارتباطی بین همسران است و باعث بهبود کیفیت ارتباط زوجین می‌شود (۲۰). افراد با قدردانی از همسر، به نیازها و احساسات وی توجه می‌کنند که باعث تقویت ارتباط صمیمی بین آنها می‌شود (۴۲). همچنین، افرادی که قدردانی می‌کنند، در قبال همسر خود متعهد و نسبت به نیازهای وی پاسخگوتر هستند. قدردانی، افراد را به سمت روابط پایدار و شادتر سوق می‌دهد و پیش‌بینی‌کننده تعهد و ثبات ارتباط زناشویی در بلندمدت است (۴۳). ابراز قدردانی نسبت به همسر باعث می‌شود فرد، متوجه تلاش‌های همسرش شود و این باعث می‌شود که وی، در آینده نیز به نحو مشابهی عمل کند (۱۸). قدردانی موجب گسترش احساسات، افکار و رفتارهای مثبت، نسبت به همسر و ایجاد تعاملات مثبت در زندگی می‌شود. در یک محیط زناشویی مثبت، زوجها در صورت مواجه شدن با موقعیت‌های منفی، یا بروز مشکلی در رابطه، به دنبال حمایت و کمک به یکدیگر هستند (۴۴). در واقع، قدردانی، به عنوان مکانیسمی به زوجین کمک می‌کند تا بتوانند منابع مثبت، در رابطه خود را کشف کنند و تبادلات مثبت، بین خود را افزایش دهند. تبادلات مثبت، کلیدی‌ترین عامل، در شکوفایی و لذت بردن از زندگی زناشویی است (۴۰). از سوی دیگر، لذت بخش‌ترین لحظات در ارتباط زناشویی، زمانی است که همسران، احساسات خود را افشا می‌کنند، به یکدیگر گوش می‌دهند و با هم ارتباط برقرار می‌کنند (۴۵) و به احساسات و نیازهای همسر خود توجه می‌کنند (۱۸).

مطابق با جدول ۳، حد پایین و حد بالای فاصله اطمینان برای کیفیت ارتباط زناشویی به عنوان متغیرهای میانجی بین قدردانی و رضایت زناشویی بیرون از دامنه صفر قرار می‌گیرد. با توجه به اینکه این دامنه، صفر را در بر نمی‌گیرد، می‌توان عدم تساوی اندازه اثر غیرمستقیم متغیرهای میانجی گر با صفر را پذیرفت. سطح اطمینان برای این فاصله اطمینان ۹۵ درصد و تعداد نمونه‌گیری مجدد بوت استرپ ۵۰۰۰ است. با توجه به این یافته‌ها، رابطه غیرمستقیم بین قدردانی و رضایت زناشویی از طریق کیفیت ارتباط زناشویی، معنی دار بود و تأیید می‌شود.

#### ۴. بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر، بررسی مدل ساختاری روابط بین قدردانی، کیفیت ارتباط زناشویی و رضایت زناشویی بود. مدل نهایی نشان داد مقادیر شاخص‌های برازندگی مطلوب بوده و مدل، از برازش مناسبی برخوردار است. همچنین، قدردانی به صورت مثبت و مستقیم، با افزایش رضایت زناشویی همراه بود. این نتیجه با یافته‌های مطالعات قبلی در این زمینه همسو می‌باشد (۲۰، ۲۱، ۲۶). بر اساس نظریه گسترش و ساخت (۴۰)، قدردانی در تولید برخی ویژگی‌ها و هیجان‌های مثبت مانند امید، بخشش و خوش‌بینی نقش دارد. به هنگام قدردانی، آمایه‌های ذهنی ما در حال انتشار این فکر است که دیگران در رفاه حال ما سهیم هستند و این باعث ایجاد امید و خوش‌بینی درباره داشتن یک دنیای خیرخواهانه و وجود افراد یاری‌دهنده در زندگی می‌شود که در نهایت می‌تواند افزایش رضایتمندی از زندگی زناشویی را به همراه داشته باشد. مطالعات نشان می‌دهند که قدردانی، از طریق افزایش سطح شادکامی (۴۱)، عاطفه مثبت (۱۲) و رضایت از زندگی (۱۱) می‌تواند به افزایش میزان رضایتمندی زناشویی زوجین، منجر گردد. مزایای به دست آوردن قدردانی از طرف یک همسر، زوجین را قادر می‌سازد تا منابع مثبت را ایجاد کنند؛ به طوری که وقتی آنها با رویدادهای منفی در رابطه‌شان برخورد می‌کنند، می‌توانند بر روش‌های مثبت که قبلاً در تعاملاتشان وجود داشته تمرکز کنند و بنابراین با معضلاتی که در ازدواجشان برقرار می‌شود مبارزه کنند (۴۰). قدردانی می‌تواند برای یک رابطه، محیط مثبتی را فراهم کند که در آن، زوجین برای چیزهای خوبی که در ازدواجشان دارند



کمک کند. مشاوران می‌توانند در مشاوره قبل از ازدواج و همچنین انتخاب همسر، به ارزیابی تمایل فرد، به قدردانی بپردازند و از این طریق به شکل‌گیری ازدواج‌های پایدار و موفق کمک کنند. همچنین، پیشنهاد می‌شود در برنامه‌های آموزش مهارت‌های ارتباطی زناشویی و غنی‌سازی روابط زوجین، به سازه قدردانی، به عنوان یک مهارت ارتباطی توجه شود و از طریق آموزش و تقویت قدردانی، به افزایش کیفیت روابط زوجین و رضایت زناشویی کمک گردد.

### تشکر و قدردانی

این مقاله، برگرفته از پایان‌نامه مقطع کارشناسی ارشد، رشته مشاوره، گرایش خانواده، دانشگاه بجنورد می‌باشد که به شماره ۱۳۱۱۰۴۴ به ثبت رسیده است. از کلیه معلمان که در انجام این پژوهش مشارکت داشتند، تشکر و قدردانی می‌گردد.

### References

- [1]. Fredman SJ, Pukav-Martin ND, Macdonald A, Wagner AC, Vorstenbosch V, Monson CMI]oc, et al. Partner accommodation moderates treatment outcomes for couple therapy for posttraumatic stress disorder. *Journal of consulting and clinical psychology*, 2016;84(1): 79-87.
- [2]. Taniguchi ST, Freeman PA, Taylor S, Malcarne B. A study of married couples' perceptions of marital satisfaction in outdoor recreation. SAGE Publications Sage CA: Los Angeles, CA; 2006.
- [3]. national organization for civil registration. Available from: <http://www.sabteahval.ir/Default.aspx>. [Persian].
- [4]. Gordon CL, Baucom DH]PR. Examining the individual within marriage: Personal strengths and relationship satisfaction. *Personal Relationships*, 2009;16(3):421-35.
- [5]. Fincham FD, Beach SR]oFT, Review. Of memes and marriage: Toward a positive relationship science. *Journal of Family Theory & Review*, 2010;2(1):4-24.
- [6]. Segrin C]T]oFC. Invited article: Family interactions and well-being: Integrative perspectives. *The Journal of Family Communication*, 2006;6(1):3-21.
- [7]. Gottman JM, Notarius C]F]p. Marital research in the 20th century and a research agenda for the 21st century. *Family process*, 2002;41(2):159-97.
- [8]. Lambert NM, Clark MS, Durtschi J, Fincham FD, Graham SM]PS. Benefits of expressing gratitude: Expressing gratitude to a partner changes one's view of the relationship. *Psychological Science*, 2010;21(4):574-80.
- [9]. McCullough ME, Emmons RA, Tsang J-A]Jop, psychology s. The grateful disposition: a conceptual and empirical topography. *Journal of personality and social psychology*, 2002;82(1):112.
- [10]. Bono G, McCullough ME]Jocp. Positive responses to benefit and harm: Bringing forgiveness and gratitude into cognitive psychotherapy. *Journal of cognitive psychotherapy*, 2006;20(2):147-58.
- [11]. Peterson C, Seligman ME. *Character strengths and virtues: A handbook and classification*: Oxford University Press; 2004.
- [12]. Watkins PC, Woodward K, Stone T, Kolts RL]SB, journal Pai. Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude, and relationships with subjective well-being. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 2003;31(5):431-51.
- [13]. Lambert NM, Fincham FD, Stillman TF, Dean LR]T]oPP. More gratitude, less materialism: The mediating role of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 2009;4(1):32-42.
- [14]. Lambert NM, Graham SM, Fincham FD, Stillman TF]T]oPP. A changed perspective: How gratitude can affect sense of coherence through positive reframing. *The Journal of Positive Psychology*, 2009;4(6):461-70.
- [15]. Wood AM, Maltby J, Gillett R, Linley PA, Joseph S]J]oRiP. The role of gratitude in the development of social support, stress, and depression: Two longitudinal studies. *Journal of Research in Personality*, 2008;42(4):854-71.
- [16]. Lambert NM, Fincham FD, Stillman TF]C, Emotion. Gratitude and depressive symptoms: The role of positive reframing and positive emotion. *Cognition & Emotion*, 2012;26(4):615-33.
- [17]. McCullough ME, Kilpatrick SD, Emmons RA, Larson DB]Pb. Is gratitude a moral affect? *Psychological bulletin*, 2001;127(2):249-66.
- [18]. Algoe SB, Haidt J, Gable SL]E. Beyond reciprocity: Gratitude and relationships in everyday life. *Emotion*, 2008;8(3):425-9.
- [19]. McCullough ME, Kimeldorf MB, Cohen AD]C]dips. An adaptation for altruism: The social causes, social effects, and social evolution of gratitude. *Current directions in psychological science*, 2008;17(4):281-5.
- [20]. Algoe SB, Gable SL, Maisel NC. It's the little things: Everyday gratitude as a booster shot for romantic relationships. *Personal relationships*, 2010;17(2):217-33.
- [21]. Gordon CL, Arnette RA, Smith RE. Have you thanked your spouse today?: Felt and expressed gratitude among married couples. *J Personality Individual Differences*, 2011;50(3):339-43.
- [22]. Kubacka KE, Finkenauer C, Rusbult CE, Keijsers L. Maintaining close relationships: Gratitude as a motivator and a detector of maintenance behavior. *J Personality Social Psychology Bulletin*, 2011;37(10):1362-75.
- [23]. Ceaser JW. No Thanks to Gratitude. *J Policy Review*. 2011.
- [24]. Emmons RA, McCullough ME. Counting blessings versus burdens: an experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of personality social psychology*, 2003;84(2):377.

- [25]. Gable SL, Gonzaga GC, Strachman A. Will you be there for me when things go right? Supportive responses to positive event disclosures. *Journal of personality social psychology*, 2006;91(5):904.
- [26]. Schramm DG, Marshall JP, Harris VW, Lee TR. After "I do": The newlywed transition. *J Marriage Family Review*, 2005;38(1):45-67.
- [27]. azargoon h, kajbaf m, ghamarani a. The Effectiveness of Emmons Gratitude Training on life Hope and Happiness Young couples in Neishabour city. *Journal of Family Research*, 2018;14(1):23-37. [Persian].
- [28]. Sanford K. Communication during marital conflict: When couples alter their appraisal, they change their behavior. *J Journal of Family Psychology*, 2006;20(2):256-65.
- [29]. Barton AW, Futris TG, Nielsen RB. Linking financial distress to marital quality: The intermediary roles of demand/withdraw and spousal gratitude expressions. *J Personal Relationships*, 2015;22(3):536-49.
- [30]. Lambert NM, Fincham FD. Expressing gratitude to a partner leads to more relationship maintenance behavior. *J Emotion*, 2011;11(1):52-60.
- [31]. Bloch L, Haase CM, Levenson RW. Emotion regulation predicts marital satisfaction: More than a wives' tale. *J Emotion*, 2014;14(1):130-44.
- [32]. Lavner JA, Karney BR, Bradbury TN, Family. Does couples' communication predict marital satisfaction, or does marital satisfaction predict communication? *J Journal of Marriage*, 2016;78(3):680-94.
- [33]. Krejcie RV, Morgan DW. Determining sample size for research activities. *J Educational psychological measurement*, 1970;30(3):607-10.
- [34]. Olson D, Fournier D, Druckman J. Counselor's manual for PREPARE/ENRICH (revised edition). Minneapolis, MN: PREPARE/ENRICH, Inc; 1987.
- [35]. Soleimani A. The study of irrational thinking based on cognitive approach to marital dissatisfaction. Tehran: Tarbiat Moalem University; 1994. [Persian].
- [36]. Aqababae n, Farahani H, Fazeli Mehr Abadi A. Measuring Gratitude among University and Religious Students: An Enquiry into the psychometric features of the Gratitude Questionnaire. *Scientific Journal Management System*, 2010;4(6):75-88. [Persian].
- [37]. Fletcher GI, Simpson JA, Thomas G. The measurement of perceived relationship quality components: A confirmatory factor analytic approach. *J Personality Social Psychology Bulletin*, 2000;26(3):340-54.
- [38]. Nilforooshan P, Ahmadi A, Fatehizadeh M, Reza Abedi M, Ghasemi V. The Simultaneous Effects of General Factor of Personality and Attachment Dimensions on Marital Quality %J *Family Counseling and Psychotherapy*, 2014;4(3):473-507. [Persian].
- [39]. Kline RB. *Convergence of structural equation modeling and multilevel modeling*; na; 2011.
- [40]. Fredrickson B. The broaden-and-build theory of positive emotions. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 2004;359(1449):144-66.
- [41]. Seligman ME, Steen TA, Park N, Peterson C. Positive psychology progress: empirical validation of interventions. *J American psychologist*, 2005;60(5):410-21.
- [42]. Mirgain SA, Cordova IV. Emotion skills and marital health: the association between observed and self-reported emotion skills, intimacy, and marital satisfaction. *J Journal of Social Clinical Psychology*, 2007;26(9):983-1009.
- [43]. Gordon AM, Impett EA, Kogan A, Oveis C, Keltner D. To have and to hold: Gratitude promotes relationship maintenance in intimate bonds. *J Journal of personality social psychology*, 2012;103(2):257-74.
- [44]. Davila J, Kashy DA. Secure base processes in couples: Daily associations between support experiences and attachment security. *Journal of Family Psychology*, 2009;23(1):76-88.
- [45]. Laurenceau J-P, Bolger N. Using diary methods to study marital and family processes. *Journal of Family Psychology*, 2005;19(1):86-97.
- [46]. Markman HJ, Stanley SM, Blumberg SL. *Fighting for your marriage: A deluxe revised edition of the classic best-seller for enhancing marriage and preventing divorce*: John Wiley & Sons; 2010.



## Structural Model of the Relationships between Gratitude, Marital Relationship Quality and Marital Satisfaction in teachers of Sabzevar City

Sakineh Saeidi<sup>1</sup>, Ali Mohammadzadeh Ebrahimi<sup>2\*</sup>, Aliakbar Soleimani<sup>3</sup>

1. M. Sc. in Family Counseling, Department of counseling, Faculty of humanities Sciences, University of Bojnord, Bojnord, Iran.
2. Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of humanities Sciences, University of Bojnord, Bojnord, Iran.
3. Associate Professor, Department of counseling, Faculty of humanities Sciences, University of Bojnord, Bojnord, Iran.

### Abstract

**Introduction:** Gratitude, as a positive factor, can help enrich and strengthen relationships between couples. The aim of this study was testing a model of the relationships gratitude, marital relationship quality, and marital satisfaction.

**Materials and Methods:** The statistical population included all married female teachers of Sabzevar city in 1396. The statistical sample was 241 participants who were selected using the random sampling method. The data collection was performed using the ENRICH Marital Satisfaction (EMS), Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6), perceived Relationship Quality. Amos -24 and SPSS -24 software packages were applied for data analysis. Bootstrap in Preacher and Hayes' Macro program was used for testing mediation.

**Results:** Results indicated that the model with some modification had a good fit with the data. The gratitude had a positive direct effect on marital satisfaction and marital relationship quality ( $p < 0.05$ ). Marital relationship quality had a positive direct effect on marital satisfaction ( $p < 0.05$ ). The gratitude had the positive indirect effect on marital satisfaction via marital relationship quality ( $p < 0.05$ ).

**Conclusion:** Gratitude, directly and indirectly, through increased marital relationship quality, is associated with higher marital satisfaction. This study shows a stage into a better understanding of positive processes that can protect couples against marital dissatisfaction, and that can assist counselors to help couples in attaining and keeping the marital satisfaction.

**Received:** 2018/09/18

**Accepted:** 2018/11/05

**Keywords:** Gratitude, Marital Relationship Quality, Marital satisfaction.