



بررسی تاثیر آموزش سبک زندگی اسلامی بر رضایت زناشویی زوجین مستعد طلاق

اعظم پریسوز^۱
دکتر اقبال زارعی^۲

چکیده

هدف: یکی از جنبه های حیاتی یک سیستم زناشویی، رضایتی است که همسران در رابطه خویش احساس و تجربه می کنند. از همان روزهای آغازین زندگی مشترک زوج ها، عدم توافق های جدی و مکرر به وجود می آیند که اگر حل نشوند، می توانند رضایت و ثبات زناشویی را با تهدید جدی مواجه کنند. این پژوهش با هدف بررسی تاثیر آموزش سبک زندگی اسلامی بر رضایت زناشویی زوجین مستعد طلاق شهرستان گناباد انجام گرفت.

روش: روش این پژوهش نیمه تجربی از نوع پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل بوده است. جامعه آماری آن شامل تمام مراجعین خود معرف به مراکز مشاوره خصوصی و مراکز تحت نظر بهزیستی و کمیته امداد شهرستان گناباد در بهار سال ۱۳۹۴ می باشد، که از میان آنها ۴۰ زوج با روش نمونه گیری داوطلبانه انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. متغیر وابسته رضایت زناشویی زوجین و متغیر مستقل آموزش سبک زندگی اسلامی با تاکید بر نظام خانواده بود که در ۱۰ جلسه به گروه آزمایش آموزش داده شد. داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS و روش تحلیل کواریانس تحلیل شد.

یافته ها: آموزش سبک زندگی اسلامی بر رضایت زناشویی زوجین در سطح $\alpha=0/05$ معنی دار است.

نتیجه گیری: نتایج نشان داد که آموزش سبک زندگی اسلامی با تاکید بر نظام خانواده، رضایت زناشویی زوجین و ابعاد آن را افزایش می دهد.

کلید واژه ها: سبک زندگی اسلامی، رضایت زناشویی، طلاق.

^۱. دانشجوی دکتری مشاوره خانواده هرمزگان

^۲. عضو هیئت علمی دانشگاه هرمزگان



مقدمه

ازدواج مقدمه تشکیل خانواده است. خانواده با پیوند زناشویی شکل می‌گیرد و تداوم و بقای آن نیز به تداوم و بقای پیوند زناشویی وابسته است. علی‌رغم اینکه ازدواج رضایت‌بخش یکی از عوامل مهم بهداشت روانی جامعه محسوب می‌شود، ولی چنانچه ازدواج و زندگی خانوادگی شرایط نامساعدی برای ارضای نیازهای روانی زوجین ایجاد کند، نه تنها بهداشت روانی تحقق نمی‌یابد، بلکه آثار منفی و گاهی جبران‌ناپذیری را به جای می‌گذارد، به طوری که اختلالات عصبی، افسردگی و خودکشی از پیامدهای اختلالات خانوادگی می‌باشند. به اعتقاد ویزمن، شلدون و گورینک بسیاری از اختلالات روان‌پزشکی از جمله اختلالات جسمانی، شناختی، رفتاری و استرس تحت تأثیر آشفتگی زناشویی به وجود می‌آیند (سلیمانیان و دیگران، ۱۳۸۴، به نقل از مصلحی و همکاران، ۱۳۹۲).

رابطه زناشویی به عنوان مهمترین و اساسی‌ترین رابطه انسان توصیف شده است. زیرا ساختاری اولیه را برای بنا نهادن رابطه خانوادگی و تربیت کردن نسل آینده فراهم می‌سازد. به عبارت دیگر، یکی از جنبه‌های حیاتی یک سیستم زناشویی، رضایتی است که همسران در رابطه خویش احساس و تجربه می‌کنند (تانیگوچی، ۲۰۰۶). برای رضایت زناشویی تعاریف متعددی ارائه شده است. وینچ بر این باور است که رضایت‌مندی زوجی انطباق بین وضعیت موجود و وضعیت مورد انتظار است؛ یعنی انطباق بین انتظاراتی که فرد از زندگی زناشویی دارد و آنچه در زندگی خود تجربه می‌کند. همچنین آلوجا، باریو و گارسیا (۲۰۰۷) می‌نویسند: "رضایت زناشویی عبارتست از برونداد ناشی از مجموعه‌ای از عوامل مانند حل تعارض موفقیت‌آمیز، یا موفقیت در فعالیت‌های مرتبط با شادکامی در فرایند ازدواج (مصلحی و احمدی، ۱۳۹۲).

یکی از نکات کلیدی و مهم برای ایجاد و تداوم رابطه موفق زناشویی، یادگیری است. زنان و مردان موفق در طول زندگی سعی می‌کنند تا اطلاعات خود را افزایش دهند تا بتوانند در هر مرحله به نیازهای همسر خود بهتر پاسخ دهند. مشاوران و روانشناسان می‌توانند با آموزش صحیح، تغییر مثبت و پایداری را در رابطه زن و شوهر ایجاد کنند. نکته جالب توجه آن است که جامعه ایران از پیشینه فرهنگی و علمی غنی و کارآمدی برای رویارویی با مسایل خانواده برخوردار است. مهم‌ترین متون دینی در ایران، یعنی قرآن و کلمات پیامبر (ص) و معصومان (ع)، سرشار از توصیه‌های کارآمد و متناسب با عصر حاضر، در باب اساسی‌ترین مسایل خانواده تا جزئی‌ترین موارد آن است. تعالیم اسلام درباره چگونگی روابط اعضای خانواده و به عبارتی حقوق و مسئولیت‌های آن‌ها، توصیه‌های اسلامی و اخلاقی فراوانی دارد. سخنان معصومان (ع) و سیره خانوادگی آنان ظرایف رفتاری جالب توجهی در بر دارد که هر چند جزئی به نظر می‌رسد، گاه در تحکیم پایه‌های خانواده نقش اساسی دارد (سالاری‌فر، ۱۳۸۷).

بهبود ارتباطات زوج‌ها برای پیشگیری از بروز مشکل و داشتن یک رابطه رضایت‌مندانانه لازم بنظر می‌رسد. امروزه مدل‌ها و رویکردهای گوناگونی در جهت بهبود و پر بار ساختن زندگی زوجین و رابطه آن‌ها پدیدار گشته است. یکی از این رویکردها آموزش سبک زندگی اسلامی است. یکی از آموزه‌های مشترک همه ادیان الهی، این است که در متون دینی، از یک سو، سبک زندگی غیرالهی مذمت شده است و آسیب‌شناسی در خوری از سبک زندگی آنان، به عمل آمده است. در برخی از آیات، سبک زندگی مورد تایید اسلام نیز بیان شده است، تا انسان‌ها بدانند سبک زندگی مطلوب اسلامی چیست و ویژگی‌ها و آثار آن چه می‌باشد و رسیدن به آن، ممکن است.

سبک به معنای روش و منش و چگونگی کار است. سبک زندگی هر فرد عبارت از چارچوب شناختی است که در آن فرد رفتارهای خاصی را انتخاب می‌کند. این رفتارها به فرد کمک می‌کند تا با زندگی کنار بیاید. سبک زندگی مطلوب در سبک زندگی اسلامی تجلی پیدا می‌کند. منبع اصلی سبک زندگی اسلامی کتاب الهی بوده، زندگی اسلامی در زندگی قرآنی معنا پیدا می‌یابد. سبک زندگی اسلامی یعنی در زندگی هر فرد، چه شخصی، چه خانوادگی و چه اجتماعی، قواعد و الگوها و قالب‌ها و ملاک‌های اسلامی نقش مهمی ایفا کند؛ یعنی روش‌ها را بر اساس آنچه اسلام گفته و خواسته است به کار گیرد مفهوم سبک زندگی اسلامی



با مفهوم سبک زندگی، که آدلر بیان می‌کند، شباهت‌هایی دارد. بعضی از این شباهت‌ها شامل ۱- توجه به ارزش‌ها ۲- کل‌نگری ۳- غایت‌نگری ۴- جهت‌یابی فردی ۵- خود خلاق و... است (هادوی، ۱۳۹۱).

پیشینه بسیاری از پژوهش‌های خارجی، وجود بیماری‌های روانی و جسمی و آسیب‌های اجتماعی را با سبک زندگی مرتبط می‌دانند (کندلر و پرسکات^۱، ۱۹۹۷؛ نوکام و همکاران^۲، ۱۹۸۶؛ لورچ و هیوگز^۳، ۱۹۸۵ و بل و جانستون^۴، ۱۹۹۷). همچنین پژوهش‌های داخلی، وجود مشکلات جسمی و روانی و آسیب‌های اجتماعی مثل اعتیاد، طلاق، الکلیسم، مصرف زردگی، تجمل پرستی و بیکاری را متأثر از غلبه سبک زندگی غربی در کشورمان می‌بینند (سعیدی، ۱۳۸۴؛ قاسمی و همکاران، ۱۳۸۷؛ شمس و نژاد نادری، ۱۳۸۸ و ازکیا و رودبارکی، ۱۳۸۸).

ماهونی و همکاران^۵ (۱۹۹۹) با تجزیه و تحلیل مشاهدات‌شان نشان دادند که جنبه‌های گوناگون عملکرد شناختی شامل رضایت زناشویی، تعداد برخوردها و خشونت فیزیکی با فعالیت‌ها و اعتقادات مذهبی در ارتباط است، به این صورت که زوج‌های دارای اعتقادات مذهبی بالاتر، رضایت زناشویی بیشتری داشته و برخوردها و خشونت‌های آنان نسبت به هم کمتر است. به همین دلیل، درک ارزش‌های دینی درباره‌ی ازدواج برای سلامت رابطه‌ی زوجین اهمیت زیادی دارد (نظری، ۱۳۸۸ به نقل از مصلحی و همکاران، ۱۳۹۲). با توجه به شواهد بهتر است به بررسی سبک‌های زندگی موجود در جامعه و نیز تلاش برای طراحی سبک زندگی اسلامی - ایرانی توجه کافی به عمل آید (هارت و تینکر^۶، ۲۰۰۴؛ هانت و موفی^۷، ۱۹۹۹؛ و استرابریچ، کوهن و کاپلان^۸، ۲۰۰۱).

با توجه به تغییر شیوه‌های زندگی در سال‌های اخیر، و با توجه به اهمیت کارکرد متعادل خانواده و اهمیت جلوگیری از متلاشی شدن آن، شناخت عوامل مرتبط با رضایت زناشویی که پایه استحکام بخش زندگی خانوادگی است، ضروری به نظر می‌رسد. بنابراین در صورت توجه به عوامل مؤثر بر رضایت زناشویی می‌توان انتظار داشت که با افزایش رضایتمندی زناشویی، بسیاری از مشکلات روانی، عاطفی و اجتماعی خانواده‌ها و در کل، جامعه کاهش یابد. لذا با توجه به نرخ رو به رشد طلاق‌های صورت گرفته ناشی از نارضایتی زناشویی، و با توجه به اینکه مذهب و سبک زندگی اسلامی یکی از عوامل مهم در رضایت زناشویی به شمار می‌رود و همچنین کمبود پژوهش‌هایی در این زمینه که زوجین را با هم و در کنار یکدیگر مورد بررسی قرار دهند، محقق را بر آن داشت تا تأثیر آموزش سبک زندگی اسلامی بر رضایت زناشویی زوجین مستعد طلاق در شهرستان گناباد را مورد مطالعه قرار دهد.

روش

پژوهش حاضر نیمه تجربی با روش پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه شاهد انجام شده و جامعه آماری آن شامل تمام مراجعین خود معرف به مراکز مشاوره خصوصی و مراکز تحت نظر بهزیستی و کمیته امداد شهرستان گناباد در بهار سال ۱۳۹۴ می‌باشد، که علت مراجعه آن‌ها حل مشکلات زناشویی با شروع روند طلاق بود. جامعه آماری این طرح، افرادی را که به دلیل اعتیاد، بیماری روانی، قتل و خیانت زناشویی برای طلاق مراجعه کرده بودند، در بر نمی‌گرفت. افراد منتخب در این طرح کسانی بودند که دو سال

¹- Candler and Prescott

²- Nvkam et al

³- Lorch and Hyvgz

⁴- Bell and Johnston

⁵- Mahoney & others

⁶-Hart and Tinker

⁷- Hunt and Mvfy

⁸-Astrabrych Cohen and Kaplan



از ازدواجشان گذشته و به دلیل مشکلات موجود بین زوجین برای مشاوره، مراجعه کرده بودند. پس از اطلاع رسانی جهت تشکیل جلسات آموزشی، از زوجین خود معرف داوطلب، مصاحبه اولیه و فرم رضایت نامه گرفته شد. روش نمونه‌گیری در این تحقیق از نوع نمونه‌گیری داوطلبانه بود. از بین ۴۸ زوج متقاضی، ۲۰ زوج شرایط اولیه ورود به طرح پژوهشی را داشتند و این ۲۰ زوج (۴۰ نفر) به صورت تصادفی در دو گروه شاهد و آزمون قرار گرفتند.

ابزار

پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ: این پرسشنامه ۱۱۵ سوال دارد و شامل ۱۲ خرده مقیاس می‌باشد: ۱- تحریف آرمانی، ۲- رضایت زناشویی، ۳- مسائل شخصیتی، ۴- ارتباط زناشویی، ۵- حل تعارض، ۶- مدیریت مالی، ۷- فعالیت‌های اوقات فراغت، ۸- رابطه جنسی، ۹- فرزندان و فرزندپروری، ۱۰- خانواده و دوستان، ۱۱- نقش‌های مساوات طلبی، ۱۲- جهت‌گیری عقیدتی. این پرسشنامه برای ارزیابی زمینه‌های بالقوه مشکل‌زا یا شناسایی زمینه‌های قوت و پربراری رابطه زناشویی بکار می‌رود. از این پرسشنامه برای تشخیص زوج‌هایی استفاده می‌شود که دارای نارضایتی زناشویی بوده و نیاز به مشاوره، آموزش و تقویت رابطه دارند. به عنوان یک ابزار معتبر در پژوهش‌های متعددی برای بررسی رضایت زناشویی مورد استفاده قرار گرفته است (ثناپی و همکاران، ۱۳۸۴).

اولین بار سلیمانیان و نوایی‌نژاد همبستگی درونی آزمون را برای فرم بلند ۹۳٪ و برای فرم کوتاه ۹۵٪ محاسبه و گزارش کرده‌اند. در یک پژوهش مهدویان (۱۳۷۶) در کار روی اعتبار آزمون با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و با روش بازآزمایی، به فاصله یک هفته، برای مردان ۹۳٪ و برای زنان ۹۴٪ و برای مردان و زنان ۹۴٪ به دست آورد. این ضرایب برای خرده مقیاس‌های هدف-گزینی، رضایت زناشویی، مسائل شخصیتی، ارتباط، حل تعارض، مدیریت مالی، فعالیت‌های اوقات فراغت، رابطه جنسی، فرزندان و فرزندپروری، خانواده و دوستان، نقش‌های مساوات طلبی و جهت‌گیری مذهبی گروه زنان و مردان به ترتیب عبارت بودند از: ۷۲٪، ۸۵٪، ۷۶٪، ۷۶٪، ۷۶٪، ۸۱٪، ۶۳٪، ۶۹٪، ۸۷٪، ۶۹٪، ۶۲٪، ۷۲٪، و ضریب آلفای ۴۸ سوالی پرسش‌نامه در پژوهش میرخشتی ۹۲٪ به دست آمده است. همچنین ضریب همبستگی پرسش‌نامه با مقیاس‌های رضایت خانوادگی از ۴۱٪ و تا ۶۰٪ و با مقیاس‌های رضایت از زندگی ۳۲٪ تا ۴۰٪ می‌باشد. کلیه خرده مقیاس‌های پرسش‌نامه اینریچ، زوج‌های ناسازگار و سازگار را متمایز می‌کنند و این نشان می‌دهد که این پرسش‌نامه از روایی ملاک خوبی برخوردار است.

روند اجرا

پس از انتخاب نمونه، آزمودنی‌ها به طور تصادفی در دو گروه کنترل و آزمایش جایگزین شدند، و از آن‌ها جهت شرکت در جلسه توجیهی دعوت به عمل آمد. پژوهشگر به افراد متذکر شد که در طول همکاری و شرکت در این طرح، نباید هیچ درمان دیگری دریافت دارند، و یا با درمانگر نیز ارتباط درمانی داشته باشند، اما پس از اتمام طرح افراد گروه کنترل در صورت علاقه‌مندی می‌توانند به صورت رایگان از این دو رویکرد درمانی بهره ببرند. در پایان جلسه، افراد با توجه به راهنمایی‌های پژوهشگر، پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ را تکمیل کردند. یک هفته پس از جلسه توجیهی، اولین جلسه درمانی برای افراد برگزار گردید. از افراد رضایت‌نامه‌ای جهت شرکت منظم و فعال در جلسات گرفته شد و افراد هفته‌ای یک بار در جلسات درمانی شرکت می‌کردند. کل جلسات آموزشی ۱۰ جلسه و مدت زمان هر جلسه ۱/۵ ساعت به طول کشید. یک هفته پس از اتمام جلسات از تمام اعضای گروه-های آزمایشی و کنترل تقاضا شد تا مجدداً پرسشنامه انریچ را تکمیل کنند.



یافته‌ها

جدول شماره ۱ ویژگی‌های توصیفی آزمودنی‌ها را نشان می‌دهد.

جدول ۱، مشخصات جمعیت شناختی نمونه

بر اساس بررسی‌های آماری انجام شده بین شاخص‌های توصیفی گروه‌های آزمایشی و کنترل تفاوت معناداری ملاحظه نشده است.

متغیر	گروه	کنترل	آزمایش
جنس	زن	۱۰	۱۰
	مرد	۱۰	۱۰
	مجموع	۲۰	۲۰
تحصیلات	زیر دیپلم	۴	۴
	دیپلم	۸	۷
	فوق دیپلم	۲	۲
	لیسانس	۵	۶
	فوق لیسانس	۱	۱
	مجموع	۲	۲
میانگین سن	۲۶/۲	۲۶/۵	

جدول ۲، میانگین و انحراف استاندارد نمرات شرکت‌کننده‌ها در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون

شاخص	پیش‌آزمون	انحراف معیار	پس‌آزمون	انحراف معیار
گروه	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
آزمایش	۱۲۶/۳۲	۱۷/۴۸	۱۵۸/۹۵	۱۳/۱۷
کنترل	۱۲۵/۵۹	۱۸/۰۶	۱۲۴/۴۵	۱۷/۶۹

جدول ۲ یافته‌های توصیفی مربوط به رضایت زناشویی دو گروه آزمون و شاهد را نشان می‌دهد. نتایج تحلیل کوواریانس در مرحله پس‌آزمون در جدول ۳ ارائه شده است. بنا بر نتایج، تفاوت بین میانگین نمرات زوجین در رضایت زناشویی زوجین در مرحله پس‌آزمون در دو گروه شاهد و آزمون معنی‌دار است ($p < .001$).

پیش‌فرض لوین مبنی بر تساوی واریانس‌های گروه‌ها در جامعه تایید شد ($F=458, p > .05$). تایید پیش‌فرض تساوی واریانس‌ها در جامعه، به این معنی است که پراکندگی نمرات رضایت زناشویی در گروه آزمایش و کنترل برابر است.

همان‌طور که نتایج تحلیل کوواریانس نشان می‌دهد تفاوت بین نمره‌های رضایت زناشویی گروه آزمایش و کنترل ($P, .001$)، $F=133/76$ ، مجذور اتا $.88$ است، یعنی 88 درصد از واریانس نمره‌های رضایت زناشویی مربوط به آموزش سبک زندگی اسلامی است. توان آماری برابر 1 است، یعنی کفایت حجم نمونه بسیار مناسب است.

میانگین و خطای استاندارد نمره‌های رضایت زناشویی در دو گروه آزمایش و کنترل پس از مهار متغیر مداخله‌گر در جدول ۴ نشان داده شده است.



جدول ۴. میانگین و خطای استاندارد نمره های رضایت زناشویی در دو گروه آزمایش و کنترل پس از کنترل نمره های پیش آزمون

گروه	میانگین	خطای استاندارد
آزمایش	۱۵۸/۹۵	۲/۹۵۱
کنترل	۱۲۴/۴۵	۲/۷۴۲

همان طور که در جدول زیر مشاهده می شود آموزش سبک زندگی اسلامی بر مؤلفه های رضایت زناشویی، ارتباطات، مسائل شخصیتی، حل تعارض و جهت گیری عقیدتی تأثیر گذار بوده است.

جدول ۵. نتایج تحلیل کوواریانس دو گروه آزمایش و کنترل در مؤلفه های رضایت زناشویی

مؤلفه ها	درجه آزادی	میانگین مجذورات	ضریب F	معناداری	مجذورات اتا	توان آماری
رضایت زناشویی	۱	۱۸۴/۲۴	۳۴/۷۶	۰/۰۰۱	۰/۶۹	۱/۰۰
ارتباطات	۱	۷۸/۳۷	۱۷/۶۳	۰/۰۲	۰/۵۲	۰/۹۵
مدیریت مالی	۱	۱۱/۱۴	۳/۸۴	۰/۵۱۰	۰/۲۹	۰/۴۰
اوقات فراغت	۱	۱۴/۳۱	۴/۵۹	۰/۴۸۸	۰/۲۴	۰/۳۷
روابط جنسی	۱	۱۸/۱۷	۵/۵۴	۰/۲۱۵	۰/۳۲	۰/۳۸
وظایف والدینی	۱	۱۴/۱۶	۴/۳۱	۰/۵۶	۰/۳۳	۰/۴۱
اقوام و دوستان	۱	۱۱/۲۴	۳/۳۵	۰/۸۶	۰/۱۹	۰/۲۲
جهت گیری عقیدتی	۱	۳۹/۳۲	۱۲/۴۵	۰/۰۴۲	۰/۴۵	۰/۹۶
موضوعات شخصیتی	۱	۵۴/۴۱	۱۵/۵۶	۰/۰۰۶	۰/۷۷	۰/۹۹
حل تعارض	۱	۱۲۴/۱۵۹	۲۴/۹۸	۰/۰۰۱	۰/۶۷	۰/۹۳

همان طور که در جدول شماره ۵ ملاحظه می شود آموزش سبک زندگی اسلامی بر رضایت زناشویی زوجین موثر بوده است.



بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر در صدد بررسی تأثیر آموزش سبک زندگی اسلامی بر رضایت زناشویی زوجین مستعد طلاق بود. نتایج نشان داد که آموزش سبک زندگی اسلام محور در افزایش رضایت زناشویی زوجین اثر دارد. گروه آزمایشی در مقایسه با گروه کنترل، افزایش معناداری را در نمره‌های پس‌آزمون رضایت زناشویی نشان دادند. علاوه بر این، اثربخشی آموزش سبک زندگی اسلام محور در هر یک از مؤلفه‌های رضایت زناشویی نیز مورد بررسی و تحلیل قرار گرفت. یافته‌ها نشان داد که آموزش سبک زندگی اسلام محور در مؤلفه‌های ارتباطات زناشویی، مسائل شخصیتی، حل تعارض، رضایت زناشویی و جهت‌گیری عقیدتی تأثیرگذار است. اختلافات مذهبی بین اعضای خانواده موجب بروز مشکلات برای ادامه زندگی می‌شود که این مساله خود منجر به کاهش رضایت‌مندی و افزایش تعارضات و اختلافات زناشویی می‌گردد. نتایج این تحقیق همسو با یافته‌های سایر پژوهش‌های انجام شده در این زمینه است. در بررسی پیشینه تحقیق لیم و پوتنام (۲۰۱۰)، در پژوهشی نشان دادند که افراد مذهبی رضایت بیشتری از زندگی دارند. هدی و همکاران (۲۰۱۰)، نشان دادند که افراد مذهبی رضایت بیشتری از زندگی دارند و بالعکس، افرادی که از نظر مذهبی ضعیف ترند، رضایت کمتری از زندگی دارند. کلارک و لاکز (۲۰۰۹)، با هدف بررسی تأثیر مذهب بر رضایت از زندگی پژوهشی انجام داده و نشان دادند که به هر میزان فضای حاکم مذهبی باشد، رضایت از زندگی بیشتر خواهد بود.

رابطه مثبت بین تعالی معنوی و رضایت زناشویی نیز همسو با تحقیقات روحانی و معنوی پور (۱۳۸۷)، لیچر و کارمات (۲۰۰۹) و شرکات (۲۰۰۴) می‌باشد. کسانی که به تعالی معنوی رسیده باشند، در همدلی، درک، مسولیت‌پذیری و انعطاف‌پذیری توفیق بیشتری خواهند داشت و توانایی آن‌ها برای بهبود روابط و تعاملات خود بیشتر است اختلاف دینی بین اعضای خانواده منجر به کاهش رضایت‌مندی زناشویی و افزایش تعارضات و اختلافات زناشویی و نیز طلاق می‌گردد (شرکات، ۲۰۰۴). تعالی معنوی موجب افزایش مشارکت کلامی، افزایش میزان شادکامی، عواطف مثبت مانند خوش خلقی، مهربانی و آرامش، کاهش چشمگیر پرخاشگری کلامی و تعارضات و اختلافات زناشویی شده و در نهایت سبب فزونی رضایت‌مندی زناشویی می‌گردد. همچنین تعالی منجر به افزایش کیفیت زندگی می‌شود (لانفردی، کاندینی، بویزا، فراری، بویرو و همکاران، ۲۰۱۴). مارش و دولز، با بررسی نقش دین و تجانس مذهبی در بین زوجین، به این نتیجه رسیدند که مذهب نقش مهمی در رضایت زناشویی دارد (مارش و دولز، ۲۰۰۰). در تحقیق قربانعلی‌پور، فراهانی، برجعلی و مقدس (۱۳۸۷) نشان داده شد که تغییر سبک زندگی، تغییر در باورهای ناکارآمد زوجها، بهبود مبادلات کلامی، روابط جنسی و هم‌سویی در چگونگی حل مشکلات زندگی را باعث می‌شود و منجر به افزایش رضایت زناشویی می‌گردد.

ارتباط با خدا یک نقش تعاملی و جبرانی در رابطه با رضایت زناشویی دارد. دانش، نیز نشان داد که با خودشناسی اسلامی می‌توان میزان سازگاری زناشویی را افزایش داد و اختلاف‌های آن‌ها را از بین برد. نگرش‌های معیوب زوجین به دنیا را تغییر داد و معنی جدیدی به زندگی زناشویی خود بدهند، به رفتارهای خود بصیرت پیدا کنند و تفکرات و انتظارات غیرمنطقی خود را تصحیح کنند (دانش، ۱۳۸۴).

با توجه به مطالب بالا، مشخص شد که آموزش سبک زندگی اسلامی می‌تواند موجب افزایش رضایت زناشویی شود. این مطلب بر اساس آموزه‌های دینی نیز تایید می‌شود، چرا که زندگی زمانی شیرین و آرام بخش است که فرد از خداوند و پاداش غافل نبوده و نعمت‌هایش را فراموش نکند و همواره در طلب رضای الهی باشد در چنین زندگی‌هایی خداوند به سبب عمل صالح زن و شوهر، آن‌ها را با حیات طیب زنده می‌کند. زن و شوهری که خواستار روابطی خوب و پر عاطفه بین خود هستند باید روابط خود را با خداوند اصلاح کنند اگر چنین کنند خداوند نیز روابط آن‌ها را اصلاح می‌کند، هر چقدر که زن و شوهر خود را با اطاعت خداوند بیشتر زینت ببخشند، خشم خداوند را از خود دور کرده و موجبات سعادت خود را در دنیا و آخرت فراهم می‌آورند (مصلحی، ۱۳۹۲).



منابع

- ثنایی، باقر، علاقبنده، ستیلا، فلاحتی، شهره، هومن، عباس (۱۳۸۴). مقیاس های سنجش خانواده و ازدواج. تهران: انتشارات بعثت. صص ۱۹ تا ۲۲.
- دانش، عصمت (۱۳۸۴). بررسی تاثیر خودشناسی اسلامی در افزایش رضایت زناشویی. رشد و توسعه مشاوره. ۳(۱۱)، صص ۸ - ۳۰.
- سالاری فر، محمدرضا و دیگران. (۱۳۹۰). مبانی نظری مقیاس های دینی در: برگزیده مقالات همایش " مبانی نظری و روان سنجی مقیاس های دینی." چاپ دوم. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- مصلحی، جواد و احمدی، محمدرضا (۱۳۹۲). نقش زندگی مذهبی در رضامندی زناشویی زوجین. روانشناسی و دین، سال ششم، شماره دوم، تابستان ۱۳۹۲، صص ۷۵-۹۰.
- مصلحی، جواد. (۱۳۹۲). رابطه همانندی / تضاد ویژگیهای شخصیتی (درونگرایی / برونگرایی) و رضایت زناشویی با توجه به پایبندی مذهبی زوجین. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره).

منابع لاتین

- Clark, A. E., & Lelkes, L. (2009). "Let us pray: religious interactions in life satisfaction". PSE Working Papers, PSE (Ecolenormalesupérieure). Daniel JW, Balard RDS. (1999). How couple maintain marriage. *J Fam Relat* 1999; 48(3): 263.
- Headey, B., Schupp, J., Tucci, I., & Wagner, G. G. (2010). Authentic Happiness Theory Supported by Impact of Religion on Life Satisfaction: A Longitudinal Analysis with Data for Germany. *The Journal of Positive Psychology*, 1, 73.
- Lanfredi, M., Candini, V., Buizza, C., Ferrari, C., Boero, M., E, Giobbio, G., M, Goldschmidt, N., Greppo, S., Iozzino, L., Maggi, P., Melegari, A., Pasqualetti, P, Rossi, G & Girolamo, G. (2014). The effect of service satisfaction and spiritual well-being on the quality of service satisfaction and spiritual well-being on the quality of *life of patient with schizophrenia*. *Psychiatry Research*, 216: 185-191.
- Lichter, D. Carmalt, J (2009). "Religion and marital quality among low-income couples», *Social Science Research*, 38, 168-187.
- Marsh, R., & Dallos, R. (2000). Religious beliefs and practices and Catholic couples' management of anger and conflict. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 7(1): 22-36.
- Sherkat, D. E. (2004). "Religious intermarriage in the united states: Trends, patterns, and predictors», *Journal of social science research*, 18, 47-55.
- Lima, C., & Putnam, P. D. (2010). "Religion, Social Networks, and Life Satisfaction." *American Sociological Review*, 75(6), 914-933.
- Taniguchi, S. T., Freeman, P. A., Taylor, S., & Malcarne, B. A. (2006). study of married couples' perceptions of marital satisfaction in outdoor recreation. *J Experi Edu*, 28(3): 253-256.