

نقش بهزیستی معنوی، گذشت و چشم‌انداز زمانی در تمییز زوج‌های دارای صمیمیت زناشویی بالا و پایین

سعید آریاپوران / دانشیار گروه روان‌شناسی دانشگاه ملایر


s.ariapooran@malayeru.ac.ir  orcid.org/0000-0003-3761-4068

mansoor.karimi1975@gmail.com

منصور کریمی / دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی دانشگاه ملایر

torkashvand110@yahoo.com

احسان ترکاشوند / استادیار گروه معارف اسلامی دانشگاه ملایر

 <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>

دریافت: ۱۳۹۹/۱۰/۱۸ - پذیرش: ۱۳۹۹/۱۲/۲۶

چکیده

«صمیمیت» عاملی اساسی در رضایت، کیفیت، ثبات و عملکرد زناشویی است. هدف پژوهش حاضر بررسی نقش «بهزیستی معنوی»، «گذشت» و «چشم‌انداز زمانی» در تمییز زوج‌های دارای صمیمیت زناشویی بالا و پایین بوده است. روش پژوهش «همبستگی» بود. جامعه آماری کل زوج‌های ۲۰ تا ۴۰ سال شهرستان ملایر بود که از میان آن‌ها به روش در دسترس ۳۶۶ زوج انتخاب شدند. برای گردآوری داده‌ها از مقیاس‌های «بهزیستی معنوی»، «گذشت تصمیمی و هیجانی»، «چشم‌انداز زمانی» و «صمیمیت زناشویی» استفاده شده است. داده‌ها با استفاده از «تحلیل تشخیصی» تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد ابعاد بهزیستی معنوی، گذشت و چشم‌انداز زمانی در پیش‌بینی عضویت گروهی زوج‌های دارای صمیمیت زناشویی بالا و پایین نقشی معنادار داشت. به عبارت دیگر، چشم‌انداز زمانی حال جبرگرا، گذشت هیجانی، چشم‌انداز زمانی گذشته منفی، بهزیستی وجودی، چشم‌انداز زمانی گذشته مثبت، گذشت تصمیمی، چشم‌انداز زمانی آینده و حال لذت‌گرا - به ترتیب - عضویت افراد در دو گروه را پیش‌بینی نموده است. با توجه به تأیید نقش بهزیستی معنوی، گذشت و چشم‌انداز زمانی در تمییز زوج‌های دارای صمیمیت زناشویی بالا و پایین، توجه مشاوران و روان‌شناسان زناشویی به نقش این متغیرها در برنامه‌های پیش‌گیری و خدمات مشاوره‌ای در زوج‌های دارای صمیمیت زناشویی پایین از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است.

کلیدواژه‌ها: بهزیستی معنوی، چشم‌انداز زمانی، زوج‌ها، صمیمیت زناشویی، گذشت.

۱. مقدمه

«صمیمیت زناشویی» پایین می‌تواند منجر به طلاق شود و نقش مهمی در کاهش رضایت، مشکلات ارتباطی و جنسی زوجین و حتی مشکلات روان‌شناختی دارد (پاک‌نیت و روشن‌چسلی، ۱۳۹۷؛ وینبرگر و همکاران، ۲۰۰۸؛ دیلانی، ۲۰۱۹؛ حبیبی و امان‌الهی، ۱۳۹۵). به نظر می‌رسد در میان زوجین جوان ۲۰ تا ۴۰ سال متغیرهایی از جمله «بهبودی معنوی»، «گذشت» و «چشم‌انداز زمانی» نقش مهمی در صمیمیت زناشویی زوجین داشته باشند؛ در پژوهش‌های قبلی رابطه بین بهبودی معنوی و گذشت با صمیمیت مورد بررسی قرار گرفته است (خدادادی‌سنگده و همکاران، ۲۰۱۸؛ موحدی و همکاران، ۱۳۹۳)؛ اما رابطه چشم‌انداز زمانی با صمیمیت مورد بررسی قرار نگرفته است. با توجه به اینکه هر یک از متغیرهای پیش‌بین در این مطالعه با رضایت زناشویی ارتباط داشته‌اند (صالحی و همکاران، ۱۳۹۵؛ میرزاده و فلاح‌چای، ۲۰۱۲؛ عزیزاده‌فرد و همکاران، ۱۳۹۵ الف) از این رو می‌توان گفت که این متغیرها می‌توانند در صمیمیت زناشویی زوجین جوان نقش داشته باشند که در پژوهش حاضر مورد بررسی قرار گرفته است.

۱-۱. صمیمیت

«صمیمیت» بیانگر یک رابطه نزدیک بین فردی (مانیرازمان، ۲۰۱۷) و یک عامل اساسی در رضایت، کیفیت، ثبات و عملکرد زناشویی است (کمالی و همکاران، ۲۰۲۰). صمیمیت گاهی در زمینه روابط جنسی مدنظر قرار می‌گیرد و به‌مثابه یک پیوند جنسی درک می‌شود، اما به صورت گسترده‌تر، تمایل به کشف خود در روابط با دیگران را دربر دارد (ون لانکولد و همکاران، ۲۰۱۸).

صمیمیت به‌مثابه تدبیری برای مراقبت از یکدیگر، افشای خود در مقابل شخص دیگر و لذت بردن از نزدیکی مورد تأکید قرار گرفته است (پلویا، ۲۰۱۷). صمیمیت اصلی‌ترین انگیزه برای ایجاد رابطه زناشویی است و شامل درجه‌ای از احساس نزدیکی و مراقبت است که هریک از زوجها نسبت به یکدیگر ابراز می‌کنند (پتی، ۲۰۱۰). صمیمیت زناشویی پایین می‌تواند طلاق را به دنبال داشته باشد (وینبرگر و همکاران، ۲۰۰۸). همچنین نشان داده شده است که صمیمیت با رضایت زناشویی (گریف و ماله‌رب، ۲۰۰۱؛ کونازوک و موسی، ۲۰۱۰؛ حبیبی و امان‌الهی، ۱۳۹۵)، ثبات زناشویی (کریمی و همکاران، ۲۰۱۹)، مشکلات ارتباطی (دیلانی، ۲۰۱۹)، ارتباط جنسی مؤثر و مشکلات روان‌شناختی، از جمله افسردگی (کونازوک و موسی، ۲۰۱۰) رابطه دارد.

رابطه بسیاری از متغیرها، از جمله ویژگی‌های شخصیتی، سبک‌های دلبستگی، مهارت‌های ارتباطی، الگوهای ارتباطی، سبک‌های حل تعارض و مشکلات ارتباطی با خانواده همسر و سن زنان با صمیمیت زناشویی به اثبات رسیده است (جابری، ۱۳۹۳). همچنین نشان داده شده است که رابطه با والدین در دوران کودکی و نوجوانی، روابط بین فردی و هویت با صمیمیت زوجها در ارتباط است (کزیزوفسکا و همکاران، ۲۰۱۹).

۲-۱. بهزیستی معنوی

متغیرهایی از جمله «بهزیستی معنوی»، «گذشت» و «چشم‌انداز» می‌توانند در تمییز زوج‌های دارای صمیمیت زناشویی بالا و پایین نقش داشته باشند، درحالی‌که در پژوهش‌های قبلی کمتر مدنظر قرار گرفته‌اند.

«بهزیستی معنوی» حالتی وجودی است که احساسات، رفتارها و شناخت‌های مثبت نسبت به رابطه با خود، دیگران، ماوراءالطبیعه و طبیعت را نشان می‌دهد که حس هویت، یکپارچگی، رضایت، شادی، خرسندی، زیبایی، عشق، احترام، نگرش مثبت، صلح، هماهنگی درونی، و جهت‌گیری در زندگی را ایجاد می‌کند (گومز و فیشر، ۲۰۰۳).

«بهزیستی وجودی» و «بهزیستی مذهبی» دو بُعد «بهزیستی معنوی» هستند. بهزیستی وجودی ارتباط فرد با خود، دیگران و محیط را دربر دارد که ابعاد وجودی و انتخاب‌ها را متحد می‌کند، و بهزیستی مذهبی ارتباط با یک قدرت برتر یا خداوند است (هاوکز و همکاران، ۱۹۹۵). بهزیستی معنوی با سلامت روان در ارتباط است (زارع و همکاران، ۲۰۱۹؛ یه، ۲۰۱۸).

در پژوهش‌ها رابطه بهزیستی معنوی با متغیرهای زناشویی، از جمله رضایت زناشویی (موسوی مقدم، ۱۳۹۳؛ صالحی و همکاران، ۱۳۹۵) تأیید شده است. پژوهش‌ها نشان داده است بهزیستی معنوی با صمیمیت زناشویی دانشجویان متأهل رابطه دارد (حسینی و همکاران، ۱۳۹۸). همچنین نشان داده شده که نگرش مذهبی صمیمیت زناشویی زنان را پیش‌بینی نموده است (خدادادی سنگده و همکاران، ۲۰۱۸). براساس پژوهش‌های قبلی، صمیمیت معنوی زوج‌ها مهارت‌های صمیمیت بین آنان را افزایش می‌دهد (پادجت و همکاران، ۲۰۱۹؛ هولاند و همکاران، ۲۰۱۶).

۳-۱. گذشت

یکی از متغیرهای پیش‌بین دیگر که با بهزیستی معنوی رابطه دارد (استویکیوا، ۲۰۱۸؛ ورتینگتون و همکاران، ۲۰۱۳) «گذشت» است. گذشت فرایندی عمدی و داوطلبانه است که با استفاده از آن یک قربانی دچار تغییر در احساسات و نگرش درباره یک رنجش می‌شود و با وجود آن بر احساس خشم و انتقام غلبه می‌کند (کینث، ۲۰۱۷). در تعالیم اسلام، خداوند «غفور» یا بسیار بخشنده در نظر گرفته می‌شود که منبع اصلی تمام گذشت‌ها و بخشش‌هاست و جست‌وجوی گذشت و بخشش از طرف خداوند یک فضیلت به‌شمار می‌رود (ابونیمر و نصر، ۲۰۱۳).

برای نمونه، در قرآن کریم در آیات ۱۷۸ و ۲۳۷ و ۲۸۰ سوره «بقره» و ۱۵۲ «آل‌عمران» و ۳۴ «فصلت» و ۸۵ «حجر» بر ارزشمندی گذشت تأکید و بیان شده که افراد بهتر است بر خطا و اشتباه و رفتار نادرست دیگران چشم ببوشند.

علاوه بر این، پیامبر اکرم ﷺ فرموده‌اند: «گذشت موجب سلامت روح و آرامش جان و طول عمر خواهد شد» (بگی و مؤمنی، ۱۳۹۴، به نقل از: محمدی ری‌شهری، ج ۳، ح ۱۳۱۸۴). در تفسیر *المیزان* آمده است که «گذشت» یعنی: هرگز به کسی که به شما ظلم کرده است ناسزا نگویند، آبروی وی را نبرید، از او به بدی یاد نکنید، در برابرش به او توهین نکنید و از او انتقام نگیرید، و این در صورتی پسندیده است که انسان قدرت انتقام گرفتن داشته باشد (طباطبائی، ۱۳۶۲، ج ۹ ص ۱۹۳-۱۹۴).

۱-۳-۱. انواع گذشت

«گذشت تصمیمی» و «گذشت هیجانی» (decisional and emotional forgiveness) دو بُعد گذشت هستند. براساس «گذشت تصمیمی» شخص در پی کاهش رفتار منفی نسبت به خطاکار است و (در صورت امکان) از سرگیری رفتار و ارتباط مناسب نسبت به خطاکار را دنبال می‌کند. «گذشت هیجانی» جایگزینی احساسات منفی با احساسات مثبت (مثلاً همدلی، عشق، دلسوزی) نسبت به فرد خطاکار است (هوک، ۲۰۱۲؛ ورتینگتون، ۲۰۰۶). پژوهش نشان داده است گذشت با سلامت روانی و جسمانی (راج و همکاران، ۲۰۱۶؛ چانگ، ۲۰۱۶؛ گریفین و همکاران، ۲۰۱۵؛ ویتوپلیت و مک‌کولاف، ۲۰۰۷) ارتباط دارد.

بین گذشت هیجانی و تصمیمی با ثبات زناشویی و کیفیت زندگی زناشویی در زوجها پس از یک سال از ازدواج، رابطه وجود دارد (هی و همکاران، ۲۰۱۸). همچنین بین گذشت با رضایت زناشویی رابطه‌ای معنادار به‌دست آمده است (میرزاده و فلاح‌چای، ۲۰۱۲). علاوه بر این، ارتباط گذشت تصمیمی و هیجانی با کیفیت زندگی زناشویی در زوجها به اثبات رسیده است (چی، ۲۰۱۲).

نتایج پژوهشی دیگر نشان داد زوج‌هایی که در زندگی زناشویی خود رضایت زناشویی را احساس می‌کنند، گذشت بیشتری نسبت به یکدیگر دارند (مکنالتی، ۲۰۰۸). پژوهش‌های دیگر نشان داده‌اند که گذشت با حل تعارض در زندگی زناشویی (فینچام و همکاران، ۲۰۰۴)، تعارض زناشویی (زارعی و همکاران، ۲۰۲۰) و صمیمیت زناشویی (موحدی و همکاران، ۱۳۹۳) مرتبط است.

۴-۱. چشم‌انداز زمانی

یکی از متغیرهای مرتبط با بهزیستی معنوی (کلین و پی‌پر، ۲۰۱۹) و گذشت (چنگ و ییم، ۲۰۰۸)، «چشم‌انداز زمانی» است. این متغیر فرایند ناهشیاری است که به موجب آن تجارب شخصی و اجتماعی در طبقات زمانی (گذشته، حال و آینده) قرار می‌گیرند و با اینکه اثرش بر بسیاری از رفتارهای آدمی شناخته نشده، اما قدرتمند و فراگیر است (زیمباردو و بوید، ۱۹۹۹).

۱-۴-۱. انواع چشم‌انداز زمانی

پنج نوع متفاوت از چشم‌انداز زمانی مشخص شده است:

۱. چشم‌انداز گذشته مثبت (positive past): دیدگاه مثبت و نگرش گرم و پذیرا نسبت به گذشته و رویدادهای آن؛

۲. گذشته منفی (negative past): دیدگاه منفی نسبت به گذشته و رویدادهای آن؛

۳. حال لذت‌گرا (present-hedonistic): نگرش لذت‌گرا نسبت به زمان و زندگی و نگرانی کمتر نسبت به آینده؛

۴. حال تقدیرگرا / جبرگرا (present-fatalistic): جبر کلی زمان حال و نگرش ناامیدانه نسبت به رویدادهای آینده؛

۵. چشم‌انداز زمانی آینده (future time perspective): اولویت‌بندی و زمان‌بندی رویدادها در آینده؛ مثلاً یک نگرانی کلی درباره رویدادهای آینده (همان).

پژوهش‌ها به رابطه چشم‌انداز زمانی با افسردگی، اضطراب، مشکلات اجتماعی، مشکلات زناشویی و عزت نفس اشاره نموده‌اند (زامیانچی و همکاران، ۲۰۱۰؛ زامیانچی و ریسی بیٹی، ۲۰۰۸؛ آناگنوستوپاولو و گریوا، ۲۰۱۱؛ یوری و همکاران، ۲۰۱۴؛ آستروم و همکاران، ۲۰۱۴؛ آستروم و همکاران، ۲۰۱۹).

پژوهش‌های قبلی رابطه چشم‌انداز زمانی با صمیمیت زناشویی را بررسی نکرده‌اند؛ اما براساس یک پژوهش، بیان شده که «چشم‌انداز زمانی متعادل» و «چشم‌انداز زمانی آینده» با رضایت زناشویی مرتبط است (استولارسکی و همکاران، ۲۰۱۶).

همچنین نشان داده شده است که چشم‌انداز زمانی گذشته مثبت، حال لذت‌گرا و آینده به‌طور مثبت، و گذشته منفی و حال جبرگرا به صورت منفی با رضایت زناشویی رابطه دارند (علیزاده‌فرد و همکاران، ۱۳۹۵ الف). در پژوهش‌های قبلی نیز این نتیجه به‌دست آمده است که چشم‌انداز زمانی گذشته منفی با رضایت زناشویی پایین، و چشم‌انداز زمانی گذشته مثبت با رضایت جنسی بالا ارتباط دارد. همچنین نتایج بیانگر آن است که داشتن چشم‌انداز زمانی آینده منجر به تداوم رابطه می‌شود (ووجکوفسکا و همکاران، ۲۰۱۶) و زنان متأهل نسبت به زنان مطلقه نمرات بالاتری در چشم‌انداز زمانی گذشته مثبت و چشم‌انداز زمانی آینده دریافت می‌کنند (آنجلوا و ترنچوا، ۲۰۱۷). هدف پژوهش حاضر بررسی نقش «بهزیستی معنوی»، «گذشت» و «چشم‌انداز زمانی» در تمیز زوج‌های جوان دارای صمیمیت زناشویی بالا و پایین است. در پژوهش‌های قبلی رابطه بهزیستی معنوی (خدادادی سنگده و همکاران، ۲۰۱۸) و گذشت (موحدی و

همکاران، ۱۳۹۳) با صمیمیت زناشویی تأیید شده است؛ اما نقش این متغیرها در تمییز زوج‌های جوان (۲۰ تا ۴۰ سال) دارای صمیمیت زناشویی بالا و پایین بررسی نشده است.

علاوه بر این، هرچند رابطه چشم‌انداز زمانی با رضایت زناشویی و رضایت جنسی (استولارسکی و همکاران، ۲۰۱۶؛ علیزاده‌فرد و همکاران، ۱۳۹۵ الف؛ ووجکوفسکا و همکاران، ۲۰۱۶) بررسی شده، اما در پژوهش‌های قبلی رابطه چشم‌انداز زمانی با صمیمیت زناشویی مدنظر قرار نگرفته است. با وجود این، انجام پژوهش در زمینه متغیرهای مرتبط با صمیمیت زناشویی در زوج‌های جوان می‌تواند در شناسایی متغیرهای پیش‌بین صمیمیت زناشویی بالا و پایین آنان مؤثر واقع شود و موجب توجه درمانگران و پژوهشگران مسائل زناشویی به نقش متغیرهای بهزیستی معنوی، گذشت و چشم‌انداز زمانی خواهد شد تا آنان بتوانند با انجام فعالیت‌های پژوهشی و بالینی مبتنی بر معنویت، گذشت و چشم‌انداز زمانی به بهبود صمیمیت زناشویی زوج‌های جوان کمک نمایند.

علاوه بر این، به علت عدم بررسی موضوع این پژوهش در پژوهش‌های قبلی، انجام این پژوهش تقویت پیشینه پژوهشی را به دنبال دارد. بنابراین، فرضیه پژوهش حاضر این بود که «بهزیستی معنوی، گذشت و چشم‌انداز زمانی در تمییز زوج‌های جوان (۲۰ تا ۴۰ سال) دارای صمیمیت زناشویی بالا و پایین نقش دارند».

۲. روش پژوهش

روش تحقیق این پژوهش «همبستگی» و از نوع «تحلیل تشخیص» است. براساس این روش، «بهزیستی معنوی»، «گذشت» و «چشم‌انداز زمانی» به‌مثابه متغیرهای پیش‌بین و صمیمیت زناشویی به‌منزله متغیر ملاک در نظر گرفته شده است.

جامعه آماری این پژوهش را کل زوج‌های جوان شهرستان ملایر در دامنه سنی ۲۰ تا ۴۰ سال تشکیل می‌دهد که براساس آمار تقریبی ثبت احوال این شهرستان، نزدیک به ۷۰۰۰ زوج بودند. برای انتخاب نمونه از جدول کرجسی و مورگان (Krejcie & Morgan, 1970) استفاده گردید که برای جامعه ۷۰۰۰ نفری ۳۶۴ تن در نظر گرفته شد. برای جلوگیری از ریزش نمونه و مشکلات مربوط به تکمیل ناقص پرسشنامه‌ها و مشکلاتی از جمله نارضایتی از شرکت در پژوهش، ۴۰۵ زوج جوان به‌عنوان نمونه با روش «نمونه‌گیری در دسترس» (به علت در دسترس نبودن فهرست خانواده‌ها) انتخاب شدند؛ به این صورت که شهرستان به سه قسمت مرکز، شرق و غرب تقسیم گردید و پژوهشگران با مراجعه به هریک از این بخش‌ها و با مراجعه به درب منازل ویلایی و مجتمع‌ها پرسشنامه‌های پژوهش را به نسبت مساوی (۱۳۵ زوج در مرکز، ۱۳۵ زوج در شرق و ۱۳۵ زوج در غرب شهرستان ملایر) در اختیار زوج‌های دارای ۲۰ تا ۴۰ سال قرار دادند و از آنان خواستند پرسشنامه‌ها را تکمیل کنند.

با توجه به عدم حضور برخی از همسران در منزل، از آنان درخواست گردید که تا سه روز بعد پرسشنامه‌ها را تکمیل کنند و در مراجعه بعدی پژوهشگران، پرسشنامه‌ها را در اختیار آنان قرار دهند. پس از جمع‌آوری پرسشنامه‌ها ۱۴ زوج - بنا به هر علت - پرسشنامه‌ها را تکمیل نکرده، تحویل دادند. در ۸ زوج فقط یکی از زوج‌ها (مرد یا زن) پرسشنامه را تکمیل کرد و پرسشنامه‌های مربوط به ۱۷ زوج نیز ناقص تکمیل شد. در نهایت این ۳۹ پرسشنامه از نمونه نهایی حذف و نمونه نهایی به ۳۶۶ زوج کاهش یافت.

ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بودند از: سن ۲۰ تا ۴۰ سال، سکونت در شهرستان ملایر، نداشتن بیماری‌های جسمی و روان‌شناختی شدید براساس گزارش زوج‌ها، عدم بستری به علت مسائل روان‌شناختی و جسمانی در یک ماه قبل از تکمیل پرسشنامه براساس گزارش زوج‌ها. ملاک‌های خروج نیز عبارت بودند از: نارضایتی در پژوهش، امضا نکردن فرم رضایت از پژوهش، عدم تکمیل پرسشنامه توسط یکی از زوج‌ها (زن یا شوهر)، تکمیل ناقص پرسشنامه‌ها.

۱-۲. ابزار پژوهش

۱-۱-۲. مقیاس بهزیستی معنوی

مقیاس «بهزیستی معنوی» توسط پالوتزیان و الیسون (Paloutzian & Ellison, 1982) ساخته شده و دارای ۲۰ گویه و دو بُعد بهزیستی مذهبی (۱۰ گویه) و بهزیستی وجودی (۱۰ گویه) است (پالوتزیان و الیسون، ۱۹۸۲). شیوه پاسخ‌گویی به این پرسشنامه به صورت مقیاس شش گزینه‌ای لیکرت از «بسیار مخالفم=۱» تا «بسیار موافقم=۶» است و دامنه نمرات بین ۲۰ تا ۱۲۰ بوده و نمره بالاتر نشان‌دهنده بهزیستی معنوی بالاست. پالوتزیان و الیسون (۱۹۸۲) ضریب آلفای کرونباخ کل مقیاس زیرمقیاس بهزیستی مذهبی و بهزیستی وجودی را به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۸۷ و ۰/۷۸ گزارش کرد (همان). در ایران، ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۸۲ گزارش شده است (الله‌بخشیان و همکاران، ۱۳۸۹). در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۸۵ بود و برای بهزیستی مذهبی و بهزیستی وجودی - به ترتیب - ضریب ۰/۷۳ و ۰/۷۹ به‌دست آمد.

۲-۱-۲. مقیاس گذشت تصمیمی و هیجانی

این مقیاس توسط هوک (Hook, 2007) ساخته شده و دارای ۱۶ گویه و دو زیرمقیاس «گذشت تصمیمی» (۸ گویه) و «گذشت هیجانی» (۸ گویه) است. شیوه پاسخ‌دهی به گویه‌های این مقیاس براساس یک مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت از «کاملاً موافق=۵» تا «کاملاً ناموافق=۱» است و نمره هر زیرمقیاس در دامنه ۸ تا ۴۰ قرار دارد (هوک، ۲۰۰۷).

ضریب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس گذشت تصمیمی و هیجانی - به ترتیب - برابر با $0/74$ و $0/88$ بوده است (همان). در ایران ضریب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس «گذشت تصمیمی» و «گذشت هیجانی» - به ترتیب - برابر با $0/76$ و $0/79$ به دست آمد (فرهادی و آریاپوران، ۱۳۹۱). در پژوهش حاضر، میزان ضریب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌های «گذشت تصمیمی» و «گذشت هیجانی» به ترتیب $0/77$ و $0/74$ به دست آمد.

۳-۱-۲. پرسشنامه چشم‌انداز زمانی

این پرسشنامه توسط زیباردو و بویلد (Zimbardo & Boyd, 1999) ساخته شده و دارای ۳۶ گویه و پنج زیرمقیاس «چشم‌انداز گذشته منفی» (۹ گویه)، «چشم‌انداز گذشته مثبت» (۷ گویه)، «چشم‌انداز حال لذت‌گرا» (۱۰ گویه)، «چشم‌انداز حال جبرگرا» (۴ گویه) و «چشم‌انداز زمانی آینده» (۶ گویه) است (زیباردو و بویلد، ۱۹۹۹). شیوه پاسخ‌دهی به گویه‌های آن براساس مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت به صورت «همیشه نادرست=۱» تا «همیشه درست=۵» است و نمره هر فرد در این مقیاس از ۳۶ تا ۱۸۰ در نوسان است (همان).

در ایران ضریب آلفای کرونباخ کل مقیاس برابر با $0/71$ و ضریب بازآزمایی آن برابر با $0/81$ بوده است (علیزاده‌فرد و همکاران، ۱۳۹۵ ب). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای چشم‌انداز گذشته منفی، چشم‌انداز گذشته مثبت، چشم‌انداز حال لذت‌گرا، چشم‌انداز حال جبرگرا و چشم‌انداز زمانی آینده - به ترتیب - برابر با $0/86$ ، $0/82$ ، $0/87$ ، $0/69$ و $0/73$ به دست آمد.

۳-۱-۴. مقیاس صمیمیت زناشویی

این مقیاس توسط والکر و تامپسون (Walker & Tompson, 1983) ساخته شده و دارای ۱۷ گویه بوده و دامنه نمرات هر گویه آن بین «هرگز=۱» تا «همیشه=۷» در نوسان است. نمره هر فرد در این مقیاس بین ۱۷ تا ۱۱۹ قرار دارد و نمره بالاتر نشان‌دهنده صمیمیت بیشتر است. این مقیاس با ضریب آلفای کرونباخ $0/91$ تا $0/97$ از همسانی درونی خوبی برخوردار است (والکر و تامپسون، ۱۹۸۳).

در ایران میزان ضریب آلفای کرونباخ و ضریب دونیمه‌سازی این مقیاس به ترتیب $0/90$ و $0/83$ بوده است (نادری و آزادمنش، ۱۳۹۱). در پژوهشی دیگر در ایران میزان ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس برابر با $0/925$ بوده است (آریاپوران و رازیانی، ۲۰۱۹). در این پژوهش میزان ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس $0/78$ بوده است.

۲-۲. شیوه اجرا

در این پژوهش پژوهشگران ابتدا به ثبت احوال شهرستان ملایر مراجعه کردند و پس از مشخص شدن تعداد زوج‌های ۲۰ تا ۴۰ سال، با اخذ نامه از دانشگاه ملایر مبنی بر انجام پژوهش و با مراجعه به درب منازل در سه

بخش مرکز، شرق و غرب پرسشنامه‌های پژوهش را در اختیار زوجها قرار دادند. آنان مدت زمانی نزدیک به ۴۰ دقیقه پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند و در صورت نبودن یکی از زوجها از آنان درخواست گردید که تا سه روز بعد و با مراجعه مجدد پژوهشگر، پرسشنامه‌های تکمیل شده را در اختیار وی قرار دهند.

پس از جمع‌آوری پرسشنامه‌ها به مدت سه ماه، تعداد ۳۶۶ پرسشنامه تکمیل شده جمع‌آوری گردید. سپس با جمع نمرات نهایی هر متغیر در زن و شوهر و تقسیم آن بر دو، نمره هر متغیر در زوجها مشخص شد. به عبارت دیگر، چون در این پژوهش زوجها به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند، بنابراین در هریک از متغیرهای پژوهش نمره زن و شوهر با هم جمع و بر دو تقسیم گردید تا نمره نهایی زوجها در متغیرها مشخص شود. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون تحلیل تشخیص (تمییز) و نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ استفاده شد.

۲-۲-۱. ملاحظات اخلاقی

هنگام ملاقات با زوجها، برای آنان هدف از انجام پژوهش به صورت صریح و روشن توضیح داده شد. آنان بعد از موافقت آگاهانه، نمون برگ رضایت از شرکت در پژوهش را امضا کردند. به آنان اطمینان داده شد که نتایج آنان محرمانه خواهد بود و در یک مقاله بدون ذکر نام و نشانی آنها چاپ خواهد شد. علاوه بر این، زمانی که زوجها میل داشتند نتایج مربوط به آنها برایشان تشریح شود، پس از اجرای پژوهش نتایج به صورت انفرادی در اختیار آنان قرار می‌گرفت و توصیه‌های لازم به آنان داده می‌شد.

۳. یافته‌های پژوهش

جدول ۱: شاخص‌های توصیفی (وضعیت زندگی مشترک، نسبت فامیلی، وضعیت منزل مسکونی،

زندگی با والدین و تعداد فرزندان) شرکت‌کنندگان در پژوهش

وضعیت زندگی مشترک		دوران عقد		زندگی زناشویی مشترک		نسبت فامیلی		بله		خیر	
		درصد	فراوانی	درصد	فراوانی						
		۴۰/۱۶	۱۴۷	۵۹/۸۴	۲۱۹			۳۰/۰۵	۱۱۰		
وضعیت منزل مسکونی		صاحب خانه		مستأجر		زندگی با والدین		بله		خیر	
		درصد	فراوانی	درصد	فراوانی						
		۳۴/۷۰	۱۲۷	۶۵/۳۰	۲۳۹			۳۹/۳۴	۱۴۴		
تعداد فرزندان		بدون فرزند		۱ فرزند		۲ فرزند		۳ فرزند		۴ فرزند	
		درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی
		۳۷/۷۰	۹۲	۲۵/۱۴	۷۳	۱۹/۹۴	۷۳	۹/۸۴	۳۶	۷/۳۸	۲۷

نتایج جدول (۱) نشان می‌دهد که از میان زوجها ۴۰/۱۶ درصد در دوران عقد و ۵۹/۸۴ درصد دارای زندگی زناشویی بودند. از نظر نسبت فامیلی ۳۰/۰۵ درصد زوجها با هم فامیل بودند و ۶۹/۹۵ درصد نسبت فامیلی

نداشتند. از نظر داشتن خانه، در میان زوج‌ها ۳۴/۷۰ درصد صاحب خانه و ۶۵/۳۰ درصد مستأجر بودند. از میان زوج‌ها ۳۹/۳۴ درصد با خانواده‌ها و ۶۰/۶۵ درصد جدای از خانواده‌ها زندگی می‌کردند. همچنین از میان زوج‌ها، ۳۷/۱۳۷۰ درصد بدون فرزند، ۲۵/۱۴ درصد دارای یک فرزند، ۱۹/۹۴ درصد دارای دو فرزند، ۹/۸۴ درصد دارای ۳ فرزند و ۷/۳۸ درصد دارای چهار فرزند بودند. میانگین و انحراف معیار مدت ازدواج زوج‌ها - به ترتیب - برابر با ۳/۰۹ و ۲/۷۸ بود. میانگین و انحراف معیار سن زنان به ترتیب ۳۰/۵۲ و ۵/۷۴ و میانگین و انحراف معیار مردان به ترتیب ۳۳/۳۹ و ۴/۴۵ بود.

جدول ۲: میانگین (M) و انحراف معیار (SD) متغیرهای پژوهش در زوج‌های دارای صمیمیت زناشویی بالا و پایین

		گروه		چولگی (کل)	کشدگی (کل)	متغیرهای پیش‌بین
		صمیمیت بالا (۱۲۷ زوج)				
SD	M	SD	M			
۵/۸۹	۳۹/۵۶	۶/۷۱	۳۹/۷۶	-۱/۱۹	۰/۲۰۶	الف. بهزیستی مذهبی
۶/۱۷	۲۸/۲۲	۸/۵۷	۳۳/۸۲	-۰/۵۹	۰/۵۰۸	ب. بهزیستی وجودی
۱۱/۵۲	۵۷/۷۹	۱۳/۳۶	۷۳/۵۸	-۰/۳۹۸	۰/۷۵۵	ج. بهزیستی معنوی
۴/۰۳	۳۳/۸۵	۳/۸۸	۳۳/۰۶	-۰/۵۰	۰/۳۵۶	الف. گذشت هیجانی
۴/۳۶	۳۴/۲۵	۴/۸۰	۲۶/۶۴	-۱/۰۲	-۰/۰۱	ب. گذشت تصمیمی
۴/۲۱	۱۸/۵۸	۵/۲۷	۲۱/۵۰	-۰/۳۸۱	۱/۱۶۵	الف. گذشته‌ی مثبت
۲/۷۸	۱۶/۶۶	۴/۲۸	۱۵/۸۲	-۱/۰۶	-۰/۱۲	ب. گذشته‌ی منفی
۲/۷۸	۱۶/۶۴	۲/۸۶	۱۹/۰۴	۰/۱۱	۰/۵۸۳	ج. حال لذت‌گرا
۲/۰۹	۱۳/۸۹	۲/۲۰	۱۲/۴۱	-۰/۷۷	۰/۴۹	د. حال جبرگرا
۱/۶۶	۱۴/۸۶	۵/۲۳	۱۵/۷۲	-۰/۸۳	۰/۱۷۷	هـ. آینده
۸/۸۲	۷۹/۱۳	۷/۷۴	۳۹/۸۷	-۰/۴۳۸	۰/۴۴۴	صمیمیت زناشویی

با توجه به اینکه برای مقیاس «صمیمیت زناشویی» (والکر و تامپسون، ۱۹۸۳) نقطه برش وجود ندارد، در این پژوهش نمره یک انحراف معیار بالاتر از میانگین برای نقطه برش در نظر گرفته شد. در این پژوهش میانگین نمرات این مقیاس در زوج‌ها برابر با ۵۹/۹۲ و انحراف معیار آن برابر با ۱۶/۶۷ بود. بنابراین یک انحراف معیار بالاتر از میانگین برابر با ۷۶/۵۹ و یک انحراف پایین‌تر از میانگین ۴۳/۲۵ بوده است. از این‌رو گروه دارای صمیمیت زناشویی بالا کسانی بودند که نمره بالاتر از ۷۶/۵۹ گرفتند و زوج‌های دارای نمرات پایین‌تر از ۴۳/۲۵ زوج‌های دارای صمیمیت زناشویی پایین در نظر گرفته شدند. بر این اساس، ۱۲۷ زوج (۶۳/۷۹ درصد) دارای صمیمیت زناشویی بالا و ۷۳ زوج (۳۶/۲۱ درصد) دارای صمیمیت زناشویی پایین بودند. میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش به تفکیک دو گروه دارای صمیمیت زناشویی بالا و پایین در جدول (۲) ذکر شده است.

جدول ۳: نتایج تحلیل تابع تشخیص به روش «گام‌به‌گام»

گام	متغیر پیش‌بین	لامبدای ویلکز						F واقعی		
		آماره	DF1	DF2	DF3	آماره	DF1	DF2	p	
۱	بهزیستی مذهبی	۰/۶۱۸	۱	۱	۱۹۷	۲۲۵/۰۴۲	۱	۱۹۷	۰/۰۰۱	
۲	حال جبرگرا	۰/۵۱۲	۲	۲	۱۹۷	۱۷۳/۱۳	۲	۱۹۷	۰/۰۰۱	
۳	گذشت هیجانی	۰/۳۵۴	۳	۳	۱۹۷	۲۱۹/۸۸۷	۳	۱۹۷	۰/۰۰۱	
۴	گذشته منفی	۰/۳۳۴	۴	۴	۱۹۷	۱۷۹/۸۲	۴	۱۹۷	۰/۰۰۱	
۵	بهزیستی وجودی	۰/۳۲۲	۵	۵	۱۹۷	۱۵۱/۵۰۸	۵	۱۹۷	۰/۰۰۱	
۶	گذشته مثبت	۰/۳۱۲	۶	۶	۱۹۷	۱۳۱/۶۹۷	۶	۱۹۷	۰/۰۰۱	
۷	گذشت تصمیمی	۰/۳۰۴	۷	۷	۱۹۷	۱۱۷/۰۱۵	۷	۱۹۷	۰/۰۰۱	
۸	آینده	۰/۳۰۰	۸	۸	۱۹۷	۱۰۴/۳۲۷	۸	۱۹۷	۰/۰۰۱	
۹	حال لذت‌گرا	۰/۲۹۱	۹	۹	۱۹۷	۹۶/۴۸۸	۹	۱۹۷	۰/۰۰۱	

جدول (۳) سهم معناداری متغیرهای پیش‌بین در تابع تشخیص را به ترتیب اهمیت نشان می‌دهد. همان‌گونه که نشان داده شده است، «بهزیستی مذهبی» ($p < ۰/۰۰۱$; $F = ۲۲۵/۰۴۲$; $\lambda = ۰/۶۱۸$; لامبدای ویلکز) بیشترین میزان تأثیر را در تابع تشخیص دارد؛ پس از آن متغیرهای «چشم‌انداز زمانی حال جبرگرا» ($p < ۰/۰۰۱$; $F = ۱۷۳/۱۳$ ؛ لامبدای ویلکز)، «گذشت هیجانی» ($p < ۰/۰۰۱$; $F = ۲۱۹/۸۸۷$; $\lambda = ۰/۳۵۴$; لامبدای ویلکز)، «چشم‌انداز زمانی گذشته منفی» ($p < ۰/۰۰۱$; $F = ۱۷۹/۸۲$; $\lambda = ۰/۳۳۴$; لامبدای ویلکز)، «بهزیستی وجودی» ($p < ۰/۰۰۱$; $F = ۱۵۱/۵۰۸$; $\lambda = ۰/۳۲۲$; لامبدای ویلکز)، «چشم‌انداز زمانی گذشته مثبت» ($p < ۰/۰۰۱$; $F = ۱۳۱/۶۹۷$ ؛ لامبدای ویلکز)، «گذشت تصمیمی» ($p < ۰/۰۰۱$; $F = ۱۱۷/۰۱۵$; $\lambda = ۰/۳۰۴$; لامبدای ویلکز)، «چشم‌انداز زمانی آینده» ($p < ۰/۰۰۱$; $F = ۱۰۴/۳۲۷$; $\lambda = ۰/۳۰۰$; لامبدای ویلکز) و «چشم‌انداز زمانی حال لذت‌گرا» ($p < ۰/۰۰۱$; $F = ۹۶/۴۸۸$; $\lambda = ۰/۲۹۱$; لامبدای ویلکز) قرار دارند. در جدول (۳) نتایج تحلیل تابع تشخیص نشان داده شده است.

جدول ۴: نتایج تحلیل تابع تشخیص

تابع تشخیص	ارزش ویژه تابع	درصد واریانس	همبستگی کانونی	لامبدای ویلکز	خی دو	درجه آزادی	سطح معناداری
۱	۱۵/۷۴۷	۱۰۰/۰۰	۰/۸۴۲	۰/۲۹۱	۴۴۴/۰۸۰	۸	۰/۰۰۱

براساس نتایج جدول (۴)، ارزش ویژه تابع که بین دو گروه زوج‌های دارای صمیمیت زناشویی بالا و پایین تمایز ایجاد کرده برابر با ۱۵/۷۴۷ است؛ به این معنی که تابع تشخیص ۱۰۰ درصد واریانس را تبیین می‌کند. همبستگی کانونی ۰/۸۴ و مقدار خی‌دو برابر با ۴۴۴/۰۸۰ بوده که نشانگر معناداری تمایز ایجاد شده در دو گروه به واسطه این تابع است.

جدول ۵: نتایج نهایی تحلیل تشخیصی به تفکیک دو گروه

گروه	صمیمیت زناشویی بالا	صمیمیت زناشویی پایین	جمع
فراوانی	۱۸	۱۰۹	۱۲۷
	۷۲	۰/۰	۷۲
درصد	۱۴/۲	۸۵/۸	۱۰۰/۰
	۱۰۰/۰	۰/۰	۱۰۰/۰

جدول (۵) نتایج نهایی و خلاصه تابع تشخیصی به منظور تفکیک دو گروه را نشان می‌دهد. نتایج این جدول نشان می‌دهد که این تابع تشخیصی توانسته است ۸۵/۸ درصد افراد گروه دارای صمیمیت زناشویی بالا و ۱۰۰ درصد افراد گروه دارای صمیمیت زناشویی پایین را درست گروه‌بندی کند. به‌طور کلی می‌توان گفت: ۹۲/۹ درصد کل آزمودنی‌ها را به درستی طبقه‌بندی کرده است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش بهزیستی معنوی، گذشت و چشم‌انداز زمانی در تمییز زوج‌های دارای صمیمیت زناشویی بالا و پایین بود. نتایج نشان داد نقش «بهزیستی معنوی» (بهزیستی مذهبی و بهزیستی وجودی)، «گذشت» (گذشت تصمیمی و گذشت هیجانی) و «چشم‌انداز زمانی» (چشم‌انداز گذشته منفی، چشم‌انداز گذشته مثبت، چشم‌انداز حال لذت‌گرا، چشم‌انداز حال جبرگرا و چشم‌انداز زمانی آینده) در تمییز زوج‌های دارای صمیمیت زناشویی بالا و پایین معنادار بوده است. در نتایج تحلیل تمییز، نقش بهزیستی مذهبی بالاتر از سایر متغیرها بود.

بنابراین می‌توان گفت: بهزیستی معنوی (مذهبی و وجودی) در صمیمیت زناشویی زوج‌ها نقشی معنادار داشته است. در پژوهش‌های گذشته، نقش بهزیستی معنوی در تمییز زوج‌های جوان دارای صمیمیت زناشویی بالا و پایین بررسی نشده؛ اما در پژوهش‌های قبلی رابطه بهزیستی معنوی با صمیمیت زناشویی (حسینی و همکاران، ۱۳۹۸؛ خدادادی سنگده و همکاران، ۲۰۱۸) و نقش صمیمیت معنوی زوج‌ها در افزایش مهارت‌های صمیمیت بین آنان تأیید گردیده است (پادجت و همکاران، ۲۰۱۹؛ هولاند و همکاران، ۲۰۱۶).

در تبیین این یافته می‌توان گفت: براساس نظر گومز و فیشر (گومز و فیشر، ۲۰۰۳) برخورداری از بهزیستی معنوی موجب احساسات و نگرش‌ها و رفتارهای مثبت نسبت به رابطه با خود و دیگران می‌شود و داشتن بهزیستی معنوی، رضایت، شادی، خرسندی، عشق، احترام و نگرش مثبت را به دنبال دارد. از این رو اگر زوج‌ها از بهزیستی معنوی مناسبی برخوردار باشند، به احتمال زیاد از زندگی زناشویی رضایت دارند و با عشق و احترام به یکدیگر، به زندگی خود ادامه می‌دهند و همین موجب می‌شود آنان صمیمیت زناشویی بیشتری داشته باشند.

در تأیید این تبیین، پژوهش‌های قبلی در ایران نشان داده‌اند معنویت، انجام فعالیت‌های معنوی و داشتن باورهای معنوی با عشق‌ورزی، الگوی ارتباطی متقابل، و الگوی سازنده عشق‌ورزی در میان زوجها ارتباطی مثبت دارد (کریمی و همکاران، ۱۳۹۶).

با توجه به اینکه بهزیستی مذهبی اولین متغیر پیش‌بین معنادار در تابع تشخیص بوده است، می‌توان گفت: بهزیستی مذهبی ارتباط با یک قدرت برتر یا خداوند را دربر دارد (هاوکز و همکاران، ۱۹۹۵). بنابراین داشتن ارتباط مناسب با خداوند می‌تواند موجب ارتباط مناسب زوجها با همدیگر شود و این ارتباط مثبت صمیمیت زناشویی آنها را تقویت می‌کند؛ زیرا زوج‌های دارای بهزیستی مذهبی بالا می‌کوشند در زندگی زناشویی خویش رفتارهایی داشته باشند که رضایت خداوند را به دنبال دارد.

در تبیینی دیگر می‌توان گفت: براساس نظر علامه طباطبائی، انسان برخوردار از معنویت یا انسان معنوی کنش و منش و تجلی خداوند و توحید است و اگر خداوند را بشناسد و به وی ایمان بیاورد در زندگی وی تحولات مثبت بسیاری اتفاق خواهد افتاد (طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۱۰، ص ۱۸۶). یکی از این تحولات مثبت رابطه صمیمی با همسر است.

نتیجه دیگر پژوهش حاضر این بود که گذشت هیجانی و گذشت تصمیمی در تمیز زوج‌های دارای صمیمیت زناشویی بالا و پایین نقشی معنادار داشته‌اند. پژوهش‌های قبلی نقش گذشت را در تمیز زوج‌های دارای صمیمیت زناشویی بالا و پایین بررسی نکرده، اما به صورت همبستگی، رابطه بین گذشت و صمیمیت زناشویی تأیید شده است (موحدی و همکاران، ۱۳۹۳). همچنین رابطه گذشت هیجانی و تصمیمی با ثبات زناشویی (هی و همکاران، ۲۰۱۸)، کیفیت زندگی زناشویی (هی و همکاران، ۲۰۱۸؛ چی، ۲۰۱۲)، رضایت زناشویی (میرزاده و فلاح چای، ۲۰۱۲؛ مک‌نالتی، ۲۰۰۸) و حل تعارضات زناشویی (فینچام و همکاران، ۲۰۰۴) تأیید شده است.

پژوهش‌های قبلی نشان داده است که گذشت ارتباطی بسیار قوی با احساس بهزیستی ذهنی، کاهش عواطف منفی، افزایش هیجانات مثبت و ارتباط مناسب با دیگران دارد (اختر و همکاران، ۲۰۱۷). بنابراین می‌توان گفت: برخورداری از گذشت در میان زوجها می‌تواند موجب افزایش هیجانات مثبت آنان نسبت به همدیگر و ارتباط مثبت آنان با یکدیگر شود و به احتمال زیاد افزایش صمیمیت زناشویی آنان را به دنبال دارد.

درباره قوی‌تر بودن نقش گذشت هیجانی به صورت منفی در تابع تشخیص در پژوهش حاضر، می‌توان گفت: پژوهش‌های قبلی نشان داده‌اند گذشت هیجانی موجب افزایش پیامدهای مثبت می‌شود (لیچتنفیلد و همکاران، ۲۰۱۹) و نقش دو نوع گذشت تصمیمی و هیجانی به صورت مثبت در ثبات زناشویی و کیفیت زندگی زناشویی تأیید شده است (هی و همکاران، ۲۰۱۸؛ چی، ۲۰۱۲).

در تبیین این یافته می‌توان گفت: نقش منفی گذشت هیجانی می‌تواند به این علت باشد که گذشت هیجانی فقط کاهش هیجانات منفی نسبت به فرد خطاکار را به دنبال دارد؛ اما گذشت تصمیمی منجر به از سرگیری روابط شخص با فرد خطاکار می‌شود (هوک و همکاران، ۲۰۱۲؛ ورتینگتون، ۲۰۰۶). به عبارت دیگر، می‌توان گفت: کاهش هیجانات منفی نسبت به همسر در روابط زناشویی ممکن است منجر به فراموش شدن ظاهری مشکل زوجها شود؛ زیرا زوج‌های دارای گذشت هیجانی هنگام مشاهده خطا و یا تعارضات زناشویی به ظاهر همسر خود را می‌بخشند و فقط هیجانات منفی نسبت به همسر خویش بروز نمی‌دهند. در این نوع گذشت، برخلاف گذشت تصمیمی، گذشت به صورت واقعی اتفاق نمی‌افتد و به احتمال زیاد مشکل در میان زوج‌ها به ظاهر حل می‌شود و در باطن مشکل به قوت خود باقی است. به همین علت، گذشت هیجانی ممکن است صمیمیت زناشویی پایین در زوجها را به دنبال داشته باشد؛ زیرا در پژوهش‌های گذشته نشان داده شده است علاوه بر تأثیر مثبت گذشت هیجانی، افراد برخوردار از این نوع گذشت کمتر نسبت به خطاکار احساس مسئولیت می‌کنند (لیچتنتیلد و همکاران، ۲۰۱۹)؛ زیرا ممکن است به صورت واقعی وی را نبخشیده باشند.

نتیجه نهایی این پژوهش آن بود که ابعاد چشم‌انداز زمانی در تمییز زوج‌های دارای صمیمیت زناشویی بالا و پایین دارای نقشی معنادار است. بنابراین سهم معناداری ابعاد چشم‌انداز زمانی - به ترتیب - مربوط به حال جبرگرا، چشم‌انداز زمانی گذشته منفی، گذشته مثبت، آینده و حال لذت‌گرا بوده که سهم حال جبرگرا و گذشته منفی در این تشخیص، منفی و سهم سایر ابعاد مثبت بوده است. پژوهش‌های قبلی نقش چشم‌انداز زمانی را در تشخیص زوج‌های دارای صمیمیت زناشویی بالا و پایین بررسی نکرده‌اند. برخی از پژوهش‌ها رابطه چشم‌انداز زمانی را با رضایت زناشویی (استولارسکی و همکاران، ۲۰۱۶؛ علیزاده‌فرد و همکاران، ۱۳۹۵ الف) تأیید کرده‌اند.

در تبیین این یافته می‌توان گفت: داشتن چشم‌انداز زمانی مثبت موجب می‌شود زوج‌ها دیدگاه مثبتی نسبت به ارتباط با یکدیگر داشته باشند و همین دیدگاه می‌تواند حل مسائل و مشکلات زناشویی را در آنان تسهیل کند و زمینه لازم برای افزایش صمیمیت زناشویی بین آنان را افزایش دهد؛ زیرا در پژوهش‌های قبلی نشان داده شده است که داشتن چشم‌انداز زمانی مناسب (از جمله گذشته مثبت و چشم‌انداز زمانی آینده) نه‌تنها رضایت جنسی زوجها را به دنبال دارد، بلکه موجب تداوم رابطه در آنان می‌شود (ووجکوفسکا و همکاران، ۲۰۱۶).

به عبارت دیگر، می‌توان گفت: اگر زوج‌های جوان دیدگاه مثبت و نگرش گرم و پذیرا نسبت به گذشته و رویدادهای آن داشته باشند (چشم‌انداز گذشته مثبت)، از زمان حال و زندگی لذت ببرند و نگرانی کمتری نسبت به آینده داشته باشند (چشم‌انداز زمانی حال لذت‌گرا) و رویدادهای آینده را اولویت‌بندی و زمان‌بندی کنند (چشم‌انداز زمانی آینده)، به احتمال زیاد در زندگی زناشویی نیز بر مشکلات غلبه خواهند کرد و صمیمیت بین آنها افزایش پیدا خواهد کرد. اما اگر زوج‌ها نسبت به رویدادهای گذشته احساس انزجار کنند و

با دیدگاه منفی درباره گذشته سخن بگویند (چشم‌انداز گذشته منفی) و احساس نمایند که در جبر زمان حال قرار دارند و نسبت به آینده ناامید باشند (چشم‌انداز زمانی حال جبرگرا)، ممکن است زندگی زناشویی خود را یک اجبار در نظر بگیرند و چون نسبت به گذشته هم دیدگاهی منفی دارند، بنابراین به احتمال زیاد صمیمیت بین آنها کاهش پیدا خواهد کرد.

از جمله محدودیت‌های این پژوهش نمونه پژوهش بود. در پژوهش حاضر زوج‌های جوان ۲۰ تا ۴۰ سال برای نمونه در نظر گرفته شدند و از نظر مشکلات و مسائل زناشویی غربال‌گری نگردیدند. به عبارت دیگر، زوج‌های عادی در پژوهش شرکت کردند. بنابراین برای پژوهش‌های بعدی پیشنهاد می‌شود پژوهش در میان زوج‌های دارای مشکلات زناشویی انجام شود. با توجه به مسائل فرهنگی، شغلی و اجتماعی، امکان انجام پژوهش در یک مکان و زمان فراهم نبود و همین موجب شد برخی از زوجها پرسشنامه‌ها را دیرتر از موعد مقرر تحویل دهند. بدین‌روی بهتر است این محدودیت در پژوهش‌های بعدی مدنظر قرار گیرد.

عدم تعیین «نقطه برش» در مقیاس صمیمیت زناشویی (والکر و تامپسون، ۱۹۸۳) نیز محدودیت دیگر پژوهش بود. این محدودیت موجب شد از نمره یک انحراف معیار بالاتر از میانگین به‌عنوان «نقطه برش» استفاده شود. بنابراین، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی از پرسشنامه‌های دارای نقطه برش استفاده شود.

در پژوهش حاضر بسیاری از زوجها (۱۴۷ زوج) در دوران عقدبستگی بودند و ممکن است این یکدست نبودن نمونه در نتایج تأثیر داشته باشد. بنابراین پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی زوج‌های دوران عقدبستگی با زوج‌هایی که زندگی مشترک را آغاز کرده‌اند از نظر متغیرهای زناشویی مقایسه گردند.

محدودیت دیگر پژوهش نوع نمونه‌گیری بود. در این پژوهش به علت در دسترس نبودن فهرست خانواده‌ها، روش «نمونه‌گیری در دسترس» انتخاب شد و شرایط برای نمونه‌گیری تصادفی مهیا نبود. بنابراین باید در تعمیم نتایج به موارد دیگر احتیاط شود.

با وجود این محدودیت‌ها، نتایج نشان داد ابعاد بهزیستی معنوی، گذشت و چشم‌انداز زمانی در تفکیک زوج‌های دارای صمیمیت زناشویی بالا و پایین نقشی معنادار داشتند. از این‌رو آموزش‌های مبتنی بر معنویت، گذشت و چشم‌انداز زمانی می‌تواند در افزایش صمیمیت زناشویی زوج‌های دارای صمیمیت زناشویی پایین مؤثر واقع شود و به درمان‌گران و مشاوران زناشویی پیشنهاد می‌گردد از چنین آموزش‌هایی استفاده کنند.

همچنین پیشنهاد می‌شود برای روان‌شناسان و مشاوران زناشویی کارگاه‌های آموزشی در خصوص درمان‌های مبتنی بر معنویت و مذهب، مبتنی بر گذشت زناشویی و چشم‌انداز زمانی برگزار شود تا آنان بتوانند با استفاده از چنین آموزش‌هایی به افزایش صمیمیت زناشویی زوج‌های جوان کمک نمایند.

منابع

- الله‌بخشیان، مریم و همکاران، ۱۳۸۹، «ارتباط سلامت معنوی و کیفیت زندگی در مبتلایان به مولتیپل اسکلروزیس»، *تحقیقات علوم پزشکی زاهدان*، دوره ۱۲، ش ۳، ص ۲۹-۳۳.
- بگی، حسینعلی و منظر مومنی، ۱۳۹۴، «اثرات معنوی عفو و بخشش»، در: *دومین کنگره بین‌المللی تفکر و پژوهش دینی*، اردبیل.
- پاک‌نیت، معصومه و رسول روشن چسلی، ۱۳۹۷، «پیش‌بینی رضایت زناشویی براساس هیجان‌خواهی، صمیمیت، عملکرد جنسی و ویژگی‌های شخصیتی در پرستاران»، *روانشناسی بالینی و تخصصی*، ش ۱۶، ص ۱۵۹-۱۷۸.
- جابری، سمیه، ۱۳۹۳، «تعیین عوامل پیش‌بینی‌کننده صمیمیت زناشویی زنان شهر اصفهان»، *مطالعات زنان و خانواده*، ش ۲، ص ۲۵-۵۲.
- حیبی، بهاره و عباس امان‌الهی، ۱۳۹۵، «بررسی رابطه بین صمیمیت و میل جنسی با نشانه‌های افسردگی و رضایت زناشویی در زنان ۳ ماه تا ۲ سال پس از زایمان»، *طلوع بهداشت*، ش ۱۵، ص ۲۰۴-۲۱۶.
- حسینی، مونس و همکاران، ۱۳۹۸، «نقش واسطه‌ای بهزیستی اجتماعی در ارتباط بین سلامت معنوی و صمیمیت زناشویی دانشجویان متأهل»، *مطالعات ناتوانی*، ش ۹، ص ۴-۴۰.
- صالحی، محمد و همکاران، ۱۳۹۵، «رابطه سلامت معنوی با رضایت زناشویی»، *مجله دانشگاه علوم پزشکی بابل*، ش ۱۹، ص ۴۷-۵۲.
- علیزاده‌فرد، سوسن و همکاران، ۱۳۹۵ الف، «بررسی خصوصیات روان‌سنجی فرم کوتاه پرسشنامه چشم‌انداز زمان در جمعیت بزرگسالان شهر تهران»، *روانشناسی بالینی و تخصصی*، ش ۱۴، ص ۱۵۷-۱۶۹.
- علیزاده‌فرد، سوسن و همکاران، ۱۳۹۵ ب، «مدل رابطه ابعاد چشم‌انداز زمان و رضایت زناشویی با توجه به اثرات میانجی بهزیستی روان‌شناختی»، *خانواده‌پژوهی*، ش ۱۲، ص ۱۹۷-۲۱۴.
- فرهادی، مهران و سعید آریاپوران، ۱۳۹۱، «هوش معنوی و گذشت تصمیمی و هیجانی در دانشجویان»، در: *نشست سمینار بهداشت روانی دانشجویان*، رشت، دانشگاه گیلان.
- کریمی، مهسا و همکاران، ۱۳۹۶، «رابطه معنویت‌گرایی با عشق‌ورزی و الگوی ارتباطی زوجین»، *پرستار و پزشک در رزم*، ش ۱۵، ص ۴۴-۵۲.
- طباطبائی، سیدمحمدحسین، ۱۳۶۲، *المیزان فی تفسیرالقرآن*، ترجمه سیدمحمدباقر موسوی همدانی، قم، محمدی.
- ، ۱۳۷۴، *المیزان فی تفسیرالقرآن*، ترجمه سیدمحمدباقر موسوی همدانی، قم، جامعه مدرسین.
- موحدی، معصومه و همکاران، ۱۳۹۳، «بررسی رابطه رضایت زناشویی، صمیمیت و کیفیت روابط زناشویی در متأهلین با گذشت»، *مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ش ۴، ص ۶۳۳-۶۵۲.
- موسوی مقدم و همکاران، ۱۳۹۳، «بررسی رابطه بین نگرش دینی، خویش‌داری و سلامت معنوی در بین خواهران بسیجی شهرستان شوش»، *پژوهش در دین و سلامت*، ش ۱، ص ۴۰-۴۷.
- نادری، فرح، و پونه آزادمنش، ۱۳۹۱، «مقایسه دلزدگی زناشویی، عملکرد خانواده و صمیمیت کارکنان زن و مرد»، *یافته‌های نو در روان‌شناسی (روانشناسی اجتماعی)*، ش ۷، ص ۹۷-۱۱۲.
- Abu-Nimer, M, & Nasser, E, 2013, "Forgiveness in the Arab and Islamic Contexts", *Journal of Religious Ethics*, V. 41, N. 3, p. 474-494.
- Akhtar, S, et al, 2017, "Understanding the Relationship Between State Forgiveness and Psychological Wellbeing: A Qualitative Study", *Journal of Religion and Health*, V. 56, N. 2, p. 450-463.

- Anagnostopoulos, F., & Griva, F., 2011, "Exploring time perspective in Greek young adults: validation of the Zimbardo Time Perspective Inventory and relationships with mental health indicators", *Social Indicators Research*, V. 106, N. 1, p. 41-59.
- Angelova, N., & Trencheva, M., 2017, "The marital status as predictor of differences in time perspective and optimistic pessimistic attitudes among women", *Problems of Psychology in the 21st Century*, V. 11, N. 1, p. 6-14.
- Ariapooran, S., & Raziani, S., 2019, "Sexual Satisfaction, Marital Intimacy, and Depression in Married Iranian Nurses with and Without Symptoms of Secondary Traumatic Stress", *Psychological Reports*, V. 122, N. 3, p. 809-825.
- Åström, E., et al, 2014, "Insights into features of anxiety through multiple aspects of psychological time", *Journal of Integrative Psychology and Therapeutics*, V. 2, N. 1, p. 1-7.
- Åström, E., et al, 2019, "Depressive symptoms and time perspective in older adults: associations beyond personality and negative life events", *Aging & Mental Health*, V. 23, N. 12, p. 1674-1683.
- Cheng, S. T., & Yim, Y. K., 2008, "Age differences in forgiveness: The role of future time perspective", *Psychology and aging*, V. 23, N. 3, p.676-680.
- Chi P., 2011, *Forgiveness following Spousal Infidelity: A Process Exploration in the Chinese Community*, Pok Fu Lam: Hong Kong University.
- Chung, M. S., 2016, "Relation Between Lack of Forgiveness and Depression: The Moderating Effect of Self-Compassion", *Psychological reports*, V. 119, N. 3, p. 573-585.
- Czyżowska, D., et al, 2019, "Selected Predictors of the Sense of Intimacy in Relationships of Young Adults", *International Journal of Environmental Research and Public Health*, V. 16, p. 44-47.
- Delaney, A. L., 2019, "Sexual intimacy challenges as markers of relational turbulence in couples with depression", *Journal of Social and Personal Relationships*, V. 36, N. 10, p. 3075-3097.
- Drozdowskyj, E. S., et al, 2020, "Factors Influencing Couples' Sexuality in the Puerperium: A Systematic Review", *Sexual Medicine Review*, V. 8, N. 1, p. 38-47.
- Fincham, F. D., et al, 2004, "Forgiveness and Conflict Resolution in Marriage", *Journal of Family Psychology*, V. 18, N. 1, p. 72-81.
- Glenn, C. T., Pieper, B., 2019, "Forgiveness and Spiritual Distress: Implications for Nursing", *Journal of Christian Nursing*, V. 36, N. 3, p. 185-189.
- Gomez, R., & Fisher, J. W., 2003, "Domains of spiritual well-being and development and validation of the spiritual well-being questionnaire", *Personality and Individual Differences*, V. 35, N. 8, p. 1975-1991.
- Greeff, A. P., & Malherbe, M. L., 2001, "Intimacy and marital satisfaction in spouses", *Journal of Sex and Marital Therapy*, V. 27, N. 3, p. 247-57.
- Griffin, B. J., et al, 2015, "Forgiveness and Mental Health", in Toussaint L., Worthington E., Williams D. (eds), *Forgiveness and Health*, Springer, Dordrecht.
- Hawks, S. R., et al, 1995, "Review of spiritual health: definition, role, and intervention strategies in health promotion", *American Journal of Health Promotion*, V. 9, N. 5, p. 371-378.
- He, Q., et al, 2018, "Forgiveness, Marital Quality, and Marital Stability in the Early Years of Chinese Marriage: An Actor-Partner Interdependence Mediation Model", *Frontiers Psychology*, V. 9, N. 1, p. 1-11.
- Holland, K. J., et al, 2016, "Spiritual Intimacy, Marital Intimacy, and Physical/Psychological Well-Being: Spiritual Meaning as a Mediator", *Psychology of religion and spirituality*, V. 8, N. 3, p. 218-227.

- Hook, J. N., et al, 2012, "Collectivistic self-construal and forgiveness", *Counseling & Values*, V. 57, N. 1, p. 109–124.
- Hook, N. J, 2007, *Forgiveness, Individualism, and Collectivism, A thesis submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of master of science at Virginia Commonwealth University*, University of Illinois at Urbana- Champaign.
- Iori, T., et al, 2014, "The effects of personality and time perspective on depression and self-esteem in a longitudinal sample of college students", *Personality and Individual Differences*, V. 60, N. 1, p. s24-s47.
- Kamali, Z., et al, 2020, "Factors that influence marital intimacy: A qualitative analysis of iranian married couples", *Cogent Psychology*, V. 7, N. 1, p. 1-17.
- Karimi, R., et al, 2019, "Protective factors of marital stability in long-term marriage globally: a systematic review", *Epidemiology and Health*, V. 41, N. 1, p. 1-10.
- Kenneth, D, 2017, "Grief is a journey", *Atria Books*, p. 14–16.
- Khodadadi Sangdeh, J., et al, 2018, "The Prediction of Marital Intimacy According to Religious Attitude and Family Problem Solving in Women", *Health, Spirituality and Medical Ethics*, V. 5, N. 2, p. 38-44.
- Krejcie, R. V, Morgan, D. W, 1970, "Determining sample size for research activities", *Educational and psychological measurement*, V. 30, N. 3, p. 607-610.
- Kunaszuk, R. M. E., & Mossey, J, 2010, "Intimacy, Libido, Depressive Symptoms and Marital Satisfaction in Postpartum Couples", *Journal of Sexual Medicine*, V. 7, N. 1, p. 125-125.
- Lichtenfeld, S., et al, 2019, "The Influence of Decisional and Emotional Forgiveness on Attributions", *Frontiers in Psychology*, V. 10, N. 1, p. 1-8.
- McNulty, J. K, 2008, "Forgiveness in marriage: putting the benefits into context", *Journal of Family Psychology*, V. 22, p. 1, p.171-175.
- Mirzadeh, M., & Fallahchai, R, 2012, "The Relationship between Forgiveness and Marital Satisfaction", *Journal of Life Science and Biomedicine*, V. 2, N. 6, p. 278-282.
- Muniruzzaman, M. D, 2017, "Transformation of intimacy and its impact in developing countries", *Life Science Society & Policy*, V. 13, N. 1, p. 10-39.
- Padgett, E., et al, 2019, "Marital Sanctification and Spiritual Intimacy Predicting Married Couples' Observed Intimacy Skills across the Transition to Parenthood", *Religions*, V. 10, N. 3, p.177-193.
- Paloutzian, R., & Ellison, C, 1982, "Loneliness, spiritual well-being and the quality of life", in Peplau D, Perlman D., *Loneliness: a sourcebook of current theory, research and therapy*, New York, John Wiley and Sons.
- Petty, B. D, 2010, "Developing the Art of Becoming a Couple: A Grounded Theory Study of the Positive Influence of Married and Loving It!", *Qualitative Report*, V. 15, N. 5, p. 1080-1101.
- Plopa, M, 2017, *Family Psychology: Theory and Research*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków, Poland.
- Raj, P, 2016, "Mental health through forgiveness: Exploring the roots and benefits", *Cogent Psychology*, V. 3, N. 1, p. 1-16.
- Stolarski, M., et al, 2016, "Time for love: Partners' time perspectives predict relationship satisfaction in romantic heterosexual couples", *Time & Society*, V. 25, N. 3, p. 552-574.
- Stoycheva, D. S, 2018, *Analysis of the relationship between religion and forgiveness*, Dissertations and Theses @ UNI. 930. <https://scholarworks.uni.edu..>
- Van Lankveld, J., et al, 2018, "The associations of intimacy and sexuality in daily life", *Journal of Social and Personal Relationships*, V. 35, N. 4, p. 557-570.

- Walker, A. J., & Thompson, L, 1983, "Intimacy and Intergenerational Aid and Contact among Mothers and Daughters", *Journal of Marriage and Family*, V. 45, N. 4, p. 841-849.
- Weinberger, M. I, et al, 2008, "Intimacy in Young Adulthood as a Predictor of Divorce in Midlife", *Personal Relationships*, V. 15, N. 4, p. 551-557.
- Witvliet, C. V. O., & McCullough, M. E, 2007, "Forgiveness and health: a review and theoretical exploration of emotion pathways", in *Altruism and Health: Perspectives from Empirical Research*, ed. S. G. Post, New York, NY, Oxford University Press.
- Wojtkowska, K, et al, 2016, "Adapting The Survey Of Perceived Organizational Support", *Polish Journal of Applied Psychology*, V. 14, N. 4, p. 47-57.
- Worthington, E. L, et al, 2013, "Religion, spirituality, and forgiveness", in R. F. Paloutzian & C. L. Park (eds.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality*, The Guilford Press.
- Worthington, E. L. 2006, *Forgiveness and Reconciliation: Theory and Application*, New York, NY, Routledge.
- Yeh, P.M., 2018, "The influences of family interaction and spiritual well-being on anxiety and depression among older adults in the United States", *Healthy Aging Research*, N. 7(3), p. 1-7.
- Zambianchi, M, & Ricci Bitti, P. E, 2008, "Adopting a systemic-interactionist perspective of human development", *Psicologia della Salute*, V. 2, N. 1, p. 43-62.
- Zambianchi, M, et al, 2010, "Time Perspective, personal agenda, and adoption of risk behaviors in adolescence", *Psicologia Clinica dello Sviluppo*, V. 2, N. 1, p. 397-414.
- Zare, A, et al, 2019, "The relationship between spiritual well-being, mental health, and quality of life in cancer patients receiving chemotherapy", *Journal of Family Medicine and Primary Care*, V. 8, N. 5, p. 1701-1705.
- Zarei, M, et al, 2020, "Investigating the Relationship of forgiveness and Religious Orientation to Marital Conflict", *Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat*, V. 6, N. 2, p. 87-99.
- Zimbardo, P, & Boyd, J. N, 1999, "Putting time in perspective: a valid, reliable individual differences metric", *Journal of Personality and Social Psychology*, V. 77, N. 6, p. 1271-1288.