

Investigating the role of Alexithymia and Spiritual Intelligence in predicting the Quality of Married life

ARTICLE INFO

Article Type

Research Article

Authors

Azam Ashouri^{1*}
Karvan Rostami²
Somayeh Rahmani³
Samaneh Gholizadeh⁴
Mina Hossein⁵

How to cite this article

Azam Ashouri, Karvan Rostami, Somayeh Rahmani, Samaneh Gholizadeh, Mina Hossein, Investigating the role of Alexithymia and Spiritual Intelligence in predicting the Quality of Married life. *Journal of Islamic Life Style Centered on Health*. 2023;7(1):442-448.

1. MA Clinical psychology, Roudhen Branch, Islamic Azad University, Roudhen, Iran (Corrsonding Author).
2. MA Counseling and Guidance, Research Sciences Unit, Islamic Azad University, Tehran, Iran.
3. MA General Psychology, Takestan Branch, Islamic Azad University, Takestan, Iran.
4. MA General Psychology, Amol Branch, Islamic Azad University, Amol, Iran.
5. MA Positive psychology, Central Tehran branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

* Correspondence:

Address:
Phone:
Email: Ashouri@gmail.com

Article History

Received: 2023/04/28
Accepted: 2023/05/13

ABSTRACT

Purpose: High quality of married life has a supportive role for people, on the other hand, low quality of married life plays the role of a high-risk factor, so the present study was conducted with the aim of determining the role of alexithymia and spiritual intelligence in predicting the quality of married life. **Materials and Methods:** The current study was descriptive-correlational, the research population was all married female educators of the elementary school of one vineyard district in the academic year 202-2023 (260 people), according to the table of Kejarsi and Morgan (1971), 150 people qualified according to the method Available sampling was selected; And they answered the alexithymia questionnaires of Bagbi et al. (1994), the spiritual intelligence of Farhoush et al. (2014) and the quality of marital life of Busby et al. Data analysis was done using Pearson's correlation coefficient test and stepwise regression using SPSS version 18 software.

Result: The results showed that there is a negative and significant relationship between alexithymia and quality of life ($r = -0.467$) and a positive and significant relationship between spiritual intelligence and quality of life ($r = 0.572$) ($P < 0.01$). Spirituality and alexithymia could significantly predict 36.2% of changes in quality of life.

Conclusion: The findings of the present study indicated the importance of alexithymia and spiritual intelligence in explaining the quality of women's married life.

Keywords: Alexithymia, Spiritual intelligence, Quality of married life, Women

بررسی نقش ناگویی هیجانی و هوش معنوی در پیش‌بینی

کیفیت زندگی زناشویی

بحث و نتیجه‌گیری: یافته‌های پژوهش حاضر نشانگر اهمیت ناگویی هیجانی و هوش معنوی در تبیین کیفیت زندگی زناشویی زنان بود.

واژگان کلیدی: ناگویی هیجانی، هوش معنوی، کیفیت زندگی زناشویی، زنان.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۲/۰۸

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۲/۲۳

*نویسنده مسئول: Ashouri@gmail.com

مقدمه

ازدواج به‌عنوان یکی از زیربناهای اصلی ساختمان اجتماع و یکی از قدیمی‌ترین و گرامی‌ترین رسوم در نظر گرفته می‌شود که به ارتباط اجتماعی، هیجانی و اخلاقی یک مرد و یک زن اشاره دارد و تعهدی است که موجب می‌شود زن و شوهر زندگی، امکانات و آینده خود را باهم ترکیب کنند (۱). زوجین همواره به دنبال زندگی باکیفیت هستند و داشتن کیفیت زندگی مطلوب نیز همواره آرزوی تمام اعضای خانواده بوده است (۲)؛ بنابراین شناخت عواملی که سبب پایداری رابطه زناشویی و بهبود کیفیت زندگی زناشویی (Marital quality of life) می‌شوند، بیش‌ازپیش مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است (۳). روان‌شناسان حوزه خانواده، کیفیت زندگی زناشویی را به‌عنوان موفقیت و عملکرد یک ازدواج توصیف کرده‌اند، که پیش‌بینی‌کننده مهم تداوم پایداری و ثبات زناشویی است (۴). کیفیت زندگی زناشویی به تعامل پویا و دینامیک بین زوجین اشاره دارد و شامل وجود شادی، رضایت، توافق، خرسندی، سازگاری و انسجام در زندگی زناشویی است که باعث تداوم زندگی زوجین می‌رود (۵). کیفیت روابط زناشویی مفهومی چندبعدی است که شامل ابعاد گوناگون ارتباط زوجین، مانند سازگاری، رضایت جنسی، شادمانی، انسجام و تعهد می‌شود (۶).

کیفیت زندگی زناشویی یک عامل مؤثر در بقای زندگی زناشویی است، دست‌یابی به چنین امری مستلزم توانایی ابراز هیجانات مثبت و برقراری ارتباطات مؤثر در تعاملات زوجی است، در این راستا از جمله عوامل دخیل در کیفیت زندگی زناشویی، ناگویی هیجانی (Alexithymia) و مشکلات بین شخصی است (۷). ناگویی هیجانی نقضی در پردازش شناختی تجربه هیجانی است که شامل یک توانایی ضعیف در نشان دادن بازنمایی‌های ذهنی از احساسات است و دارای دو جنبه شناختی (ناتوانی در شناسایی، درک و تفسیر هیجانات) و عاطفی (ناتوانی در شناسایی درک و تفسیر احساسات) است (۸). ناگویی هیجانی ساختار چندوجهی است که اختلال به شمار نمی‌رود؛ بلکه یک صفت شخصیتی است و در ناگویی هیجانی فرد با مشکل در شناسایی و تمایز دادن هیجان‌ها با حس‌های بدنی، توصیف هیجان‌ها، زندگی خیالی و هیجانی درونی پایین، تفکر معطوف به بیرون، اجتناب از حل تعارضات جدی روبه‌روست (۹). در مطالعات رابطه‌ی ناگویی خلقی باکیفیت رابطه زناشویی در زنان مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر متقاضی طلاق (۱۰)، بر مشکلات بین فردی و دلزدگی زناشویی در زنان ناسازگار (۱۱)، در رضایت و بخشش زناشویی در میان زنان دارای شخصیت ضداجتماعی (۱۲)،

اعظم آشوری*۱،

کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران.

کاروان رستمی*۲،

کارشناسی ارشد مشاوره و راهنمایی، واحد علوم تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

سمیه رحمنی*۳

کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، واحد تاکستان، دانشگاه آزاد اسلامی، تاکستان، ایران.

سمانه قلی‌زاده*۴

کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، واحد آیت الله آملی، دانشگاه آزاد اسلامی، آمل، ایران.

مینا حسین*۵

کارشناسی ارشد روانشناسی مثبت‌گرا، واحد تهران مرکز، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

چکیده

هدف: کیفیت بالای زندگی زناشویی نقش حمایتی برای افراد دارد، از طرفی کیفیت پایین زندگی زناشویی نقش یک عامل پرخطر را ایفا می‌سازد، بنابراین مطالعه حاضر باهدف تعیین نقش ناگویی هیجانی و هوش معنوی در پیش‌بینی کیفیت زندگی زناشویی انجام شد.

مواد و روش‌ها: پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی بود، جامعه پژوهش را تمامی فرهنگیان زن متأهل مقطع ابتدایی ناحیه یک تاکستان در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بودند (۲۶۰ نفر) که بر اساس جدول کجرسی و مورگان (۱۹۷۱) ۱۵۰ نفر واجد شرایط به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند؛ و به پرسش‌نامه‌های ناگویی هیجانی بگی و همکاران (۱۹۹۴)، هوش معنوی فروش و همکاران (۱۳۹۴) و کیفیت زندگی زناشویی باسی و همکاران (۱۹۹۵) پاسخ دادند. تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون گام‌به‌گام با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۸ صورت گرفت.

یافته‌ها: نتایج نشان داد بین ناگویی هیجانی و کیفیت زندگی (۰/۴۶۷) $r = -$ رابطه منفی و معنادار و بین هوش معنوی با کیفیت زندگی (۰/۵۷۲) $r =$ رابطه مثبت و معنادار برقرار است (۰/۰۱) $P >$ ، هوش معنوی و ناگویی هیجانی به‌طور معنی‌داری توانستند ۳۶/۲ درصد از تغییرات کیفیت زندگی را پیش‌بینی کنند.

مقیاس ناگویی هیجانی: بگی و همکاران (۱۹۹۴) این مقیاس ۲۰ سؤالی را طراحی که سه مقیاس دشواری در تشخیص احساسات، دشواری در توصیف احساسات و تفکر عینی را در طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای از کاملاً مخالف: ۱ تا کاملاً موافق: ۵ می‌سنجد؛ دامنه نمرات بین ۲۰ تا ۱۰۰ است و نمرات بالاتر نشان‌دهنده شدت ناگویی هیجانی بیشتر است و برعکس. بگی و همکاران روایی سازه به روش تحلیل عاملی تأیید و پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۷ به دست آمد (۲۲). در مطالعه بشارت (۲۰۱۲)، روایی هم‌زمان مقیاس ناگویی هیجانی هم برحسب همبستگی بین زیرمقیاس‌های این آزمون و مقیاس‌های هوش هیجانی، بهزیستی روان‌شناختی و درماندگی روان‌شناختی بررسی و مورد تأیید قرار گرفت و پایایی به روش آلفای کرونباخ برای ناگویی هیجانی کل و سه زیر مقیاس دشواری در توصیف احساسات، دشواری در توصیف احساسات و تفکر عینی به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۸۲، ۰/۷۵ و ۰/۷۲ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی خوب مقیاس است (۲۳). در پژوهش حاضر پایایی کل به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۴ به دست آمد.

مقیاس هوش معنوی: فرهوش و همکاران (۱۳۹۸) این پرسش‌نامه ۱۵ سؤالی را طراحی که سه مولفه تاب‌آوری معنوی (۱-۴-۷-۱۰ و ۱۳)، احساس نزدیکی به خدا (۲-۵-۸-۱۱-۱۴) و هدفمندی معنوی (۳-۶-۹-۱۲ و ۱۵) را بر اساس طیف چهار‌گزینه‌ای لیکرت از کاملاً مخالف (نمره یک) تا کاملاً موافق (نمره چهار) می‌سنجد. دامنه نمرات بین ۱۵ تا ۶۰ هست که نمره بالاتر نشان‌دهنده هوش معنوی بالاتر است. در پژوهش فرهوش و همکاران، روایی محتوایی و صوری و ملاکی این پرسشنامه مناسب ارزیابی شده است؛ و پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۷ برآورد شد (۲۴). در پژوهش حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمد. پرسشنامه کیفیت زندگی زناشویی: باسی و همکاران (۱۹۹۵) این پرسشنامه ۱۴ سؤالی را طراحی که سه خرده‌مقیاس توافق، رضایت و انسجام را بر روی طیف لیکرت ۶ درجه‌ای از صفر همیشه اختلاف داریم تا ۵ همیشه توافق داریم، می‌سنجد. دامنه نمرات بین صفر تا ۷۰ هست و نمرات بالا نشان‌دهنده کیفیت زناشویی بالاتر است. باسی و همکاران، روایی محتوایی آن را تأیید و پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ گزارش نمودند (۲۵). یوسفی (۱۳۹۰)، روی به روش تحلیل عاملی به شیوه چرخش متمایل از نوع آبلیمین مستقیم، تأیید و پایایی به روش ضریب آلفای کرونباخ و تصنیف برای کل پرسشنامه به ترتیب با مقدار ۰/۹۲ و ۰/۸۹ گزارش کرد (۲۶). در پژوهش حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ به دست آمد.

برای رعایت اصول اخلاقی پژوهش کسانی که برای انجام پژوهش تمایل نداشتند مجاز بودند پرسشنامه‌ها را تکمیل نکنند و افراد شرکت‌کننده با رضایت کامل و با دریافت توضیحات کافی وارد پژوهش شدند و از محرمانه بودن اطلاعات خود اطمینان کامل یافتند. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۱۸ صورت گرفت.

یافته‌ها

صمیمیت زناشویی زنان (۱۳) و سازگاری زناشویی زنان متقاضی طلاق (۱۴) تأیید شده است.

انسان برای کسب قدرت تشخیص در تصمیم‌گیری‌هایی که به رشد سلامت جسم و روان کمک می‌کند، نیازمند هوش معنوی (Spiritual Intelligence) است، زیرا موجب می‌شود فرد در برابر رویدادها و مشکلات زندگی بینش عمیق بیابد و از مشکلات نهراسد (۱۵). هوش معنوی به میزان استعداد یک فرد برای درک بعد غیرمادی انسان و میزان توانایی او در درک باورهایش اشاره دارد و شامل توانایی حفظ تعادل فکری و آرامش درونی، هدایت شناختی انسان، داشتن عملکردی همراه با بصیرت و مهربانی است (۱۶). هوش معنوی یکی از ابعاد جدید هوش انسان است که از آن برای حل مسائل مفهومی و ارزشی استفاده می‌شود و زمینه‌ساز باور افراد را می‌سازد بسیاری از روان‌شناسان معتقدند که هوش معنوی توانایی رفتار کردن با دلسوزی و دانایی در حین آرامش درونی و بیرونی صرف‌نظر از پیشامدها و رویدادهاست چراکه سبب می‌شود همه چیز آن‌طور که هست دیده شود، افراد باهوش معنوی در حین قضاوت توانایی منصفانه و دلسوزانه رفتار کردن را دارند (۱۷). پژوهش‌ها از نقش مؤلفه‌های هوش معنوی (زندگی معنوی و اتکا به هسته درونی) در پیش‌بینی کیفیت روابط زناشویی زوجین (۱۸)، رابطه هوش معنوی با کیفیت زندگی و رضایت زناشویی (۱۹)، کیفیت ابعاد رابطه زناشویی (صمیمیت و شور جنسی) در بین زنان متأهل (۲۰) حکایت دارند.

ارتباط انسان‌ها و به‌خصوص رابطه زناشویی بخشی مهم از زندگی انسان را تشکیل می‌دهد و حتی در تعیین مقدار احساس رضایت از زندگی و سلامت جسمانی نقش کلیدی دارد، از سوی دیگر در جوامع امروزی وجود فشارها و دشواری‌ها در زندگی و اختلافات و چالش‌های هیجانی در زندگی زناشویی می‌تواند کیفیت رابطه زناشویی را دستخوش تغییر سازد؛ بنابراین با کاهش کیفیت رابطه زناشویی احتمال طلاق افزایش می‌یابد و بر کیفیت کلی زندگی و سلامت افراد تأثیراتی منفی بر جای می‌گذارد (۲۱). از سویی نظر به اهمیت نقش ناگویی هیجانی و هوش معنوی در این بین و وجود خلأ پژوهشی در زمینه ارتباط متغیرهای مذکور، موجب شد تا مطالعه حاضر با هدف بررسی نقش ناگویی هیجانی و هوش معنوی در پیش‌بینی کیفیت زندگی زناشویی انجام شود و به دنبال پاسخ به این سؤال است که آیا بررسی ناگویی هیجانی و هوش معنوی در پیش‌بینی کیفیت زندگی زناشویی، نقش دارند؟

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی بود، جامعه پژوهش را تمامی فرهنگیان زن متأهل مقطع ابتدایی ناحیه یک تاکستان در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بودند (۲۶۰ نفر) که بر اساس جدول کجرسی و مورگان (۱۹۷۱) ۱۵۰ نفر واجد شرایط به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ملاک‌های ورود شامل مقطع ابتدایی، تمایل به همکاری و رغبت در پژوهش، داشتن سلامت روان بر اساس خود‌اظهاری بود و ملاک‌های خروج شامل عدم همکاری در فرآیند پژوهش و تکمیل ناقص ابزار پژوهش بود. ابزار جمع‌آوری اطلاعات شامل پرسش‌نامه‌های زیر بودند:

در جدول ۱. ماتریس همبستگی، میانگین، انحراف معیار، کجی و کشیدگی متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

جدول ۱. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

شاخص	ناگوی هیجانی	هوش معنوی	کیفیت زندگی
ناگوی هیجانی	۱		
هوش معنوی	** ۰/۵۴۷-	۱	
کیفیت زندگی	** ۰/۴۶۷-	** ۰/۵۷۲	۱
میانگین	۵۷/۱۳	۳۱/۳۶	۳۸/۱۱
انحراف معیار	۶/۶۳۷	۳/۵۱۵	۵/۴۲۹
کجی	۰/۳۹۱	۰/۱۹۴	-۰/۳۵۴
کشیدگی	۰/۳۲۷	۰/۴۸۴	۱/۶۶۷

$p < .05^*$, $p < .01^{**}$

عامل تورم واریانس برای پیش‌بینی کیفیت زندگی بر اساس ناگوی هیجانی و هوش معنوی ۱/۴۲۷ و مقدار دوربین واتسون برای پیش‌بینی کیفیت زندگی بر اساس ناگوی هیجانی و هوش معنوی ۱/۷۶۷ بود، از آنجایی که اگر مقدار عامل تورم واریانس کوچک‌تر از ۱۰ باشد، فرض هم خطی چندگانه رد و اگر مقدار دوربین-واتسون باشد، در دامنه ۱/۵ تا ۱/۵ باشد، فرض همبستگی باقی‌مانده رد می‌شود لذا استفاده از رگرسیون جهت تحلیل مجاز است. در جدول ۲. خلاصه مدل رگرسیونی چندگانه اساس ناگوی هیجانی و هوش معنوی در پیش‌بینی کیفیت زندگی ارائه شده است.

طبق جدول ۱. بین ناگوی هیجانی و کیفیت زندگی رابطه منفی و معنادار و بین هوش معنوی با کیفیت زندگی رابطه مثبت و معنادار برقرار است ($P < .01$)، بنابراین با افزایش ناگوی هیجانی، میزان کیفیت زندگی کاهش می‌یابد، همچنین با افزایش هوش معنوی، میزان کیفیت زندگی افزایش می‌یابد.

پیش از تحلیل داده‌ها با روش رگرسیون پیش‌فرض‌های آن بررسی شد فرض نرمال بودن به دلیل قرار داشتن مقدار کجی و کشیدگی در دامنه +۲ تا -۲ برای هیچ‌یک از متغیرها رد نشد، همچنین مقدار

جدول ۲. خلاصه مدل رگرسیونی چندگانه ناگوی هیجانی و هوش معنوی در پیش‌بینی کیفیت زندگی

متغیر وارد شده	ضریب همبستگی چندگانه	مجذور ضریب همبستگی	ضریب همبستگی اصلاح شده	دوربین-وانسون
ناگوی هیجانی	۰/۶۰۱	۰/۳۶۲	۰/۳۵۳	۱/۷۶۷
هوش معنوی				

زندگی توسط ناگوی هیجانی و هوش معنوی پیش‌بینی می‌شود. در جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه با مدل گام‌به‌گام در پیش‌بینی کیفیت زندگی بر اساس ناگوی هیجانی و هوش معنوی ارائه شده است.

در جدول ۲. نتایج نشان می‌دهد در تحلیل رگرسیون، ناگوی هیجانی و هوش معنوی با کیفیت زندگی دارای همبستگی چندگانه می‌باشند که مقدار ضریب همبستگی برابر با ۰/۶۰۱ و با توجه به مجذور ضریب همبستگی (۰/۳۶۲) حدود ۳۶/۲ درصد از واریانس کیفیت

جدول ۳. تحلیل رگرسیون چندگانه با مدل گام‌به‌گام در پیش‌بینی کیفیت زندگی بر اساس ناگوی هیجانی و هوش معنوی

مدل	متغیر	B	Beta	S.E	T(C.R)	P	R	R ²	F	P
۱	هوش معنوی	۰/۸۸۴	۰/۵۷۲	۰/۱۰۴	۸/۴۹۴	۰/۰۰۱	۰/۵۷۲	۰/۳۲۸	۷۲/۱۵۰	۰/۰۰۱
۲	هوش معنوی و ناگوی هیجانی	۰/۶۹۸	۰/۴۵۲	۰/۱۲۲	۵/۷۴۴	۰/۰۰۱	۰/۶۰۱	۰/۳۶۲	۴۱/۶۳۸	۰/۰۰۱
	هیجانی	-۰/۱۸۰	-۰/۲۲۰	۰/۰۶۴	-۲/۷۹۴	۰/۰۰۶				

با توجه به جدول ۳، در مدل اول هوش معنوی وارد معادله شد و این متغیر به‌طور معنی‌داری توانست ۳۲/۸ درصد و در مدل دوم هوش معنوی و ناگوی هیجانی به‌طور معنی‌داری توانستند ۳۶/۲ درصد از تغییرات کیفیت زندگی را پیش‌بینی کنند که با توجه به مقدار بتا سهم هوش معنوی در کیفیت زندگی بیشتر از ناگوی هیجانی بود ($p < .01$).

بحث و نتیجه‌گیری
کیفیت بالای زندگی زناشویی نقش حمایتی برای افراد دارد، از طرفی کیفیت پایین زندگی زناشویی نقش یک عامل پرخطر را ایفا می‌سازد، بنابراین مطالعه حاضر باهدف تعیین نقش ناگوی هیجانی و هوش معنوی در پیش‌بینی کیفیت زندگی زناشویی انجام شد. نتایج نشان داد بین ناگوی هیجانی و کیفیت زندگی رابطه منفی و معنادار وجود داشت، بنابراین با افزایش ناگوی هیجانی، میزان

خود را با خداوند مانند ارتباط با یک دوست بسیار صمیمی توصیف می‌کنند و معتقدند از طریق اتکا و توسل به خداوند می‌توان اثر موقعیت‌های غیرقابل مهار را کنترل نمایند بنابراین مذهب و اتکا به عالم هستی و درک معنایی ماورای معنای ظاهری و دنیوی می‌تواند به شیوه‌های فعال در رفع موانع ارتباطی زناشویی مؤثر باشد (۱۸). هوش معنوی موجب ایجاد آرامش، امنیت روانی رهایی از احساس پوچی و تنهایی، معنایابی زندگی، مثبت اندیشی، امیدواری، رضامندی از زندگی و حمایت اجتماعی می‌شود. از این طریق، ظرفیت روان‌شناختی و توانایی مقابله با استرس‌ها و مشکلات افزایش یافته و موجب ارتقای سلامت روانی جسمی و عمر طولانی‌تری می‌شود. از این رو موجب بهبود کیفیت رابطه زناشویی می‌شود.

از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به روش پژوهش اشاره کرد که امکان تعیین روابط علت و معلولی بین متغیرهای مستقل و وابسته پژوهش را با محدودیت مواجه می‌کند، بنابراین به پژوهشگران آتی پیشنهاد می‌شود تا با روش‌های پژوهشی دیگری از جمله روش‌های مقطعی و طولی به بررسی این روابط علی بپردازند. همچنین استفاده از ابزارهای دیگری غیر از پرسشنامه در جمع‌آوری داده‌ها امکان تعمیم‌پذیری داده‌ها را افزایش می‌دهد. این پژوهش بر روی جمعیت زنان معلم صورت گرفته است، لذا باید در تعمیم یافته‌ها نتایج احتیاط کرد. پیشنهاد می‌شود که در ارتباط با سایر عوامل روان‌شناختی مؤثر بر کیفیت زندگی زناشویی پژوهش‌های بیشتری انجام شود تا شناخت جامع‌تری حاصل گردد. همچنین بر اساس یافته‌های پژوهش با برگزاری دوره‌هایی مبتنی بر ارتقاء هوش معنوی و توانایی تنظیم هیجانات می‌توان قدم‌های سازنده در راستای ارتقاء کیفیت زندگی زناشویی زنان برداشت.

References

1. Valadkhani M, Mahmoudpour A, Farahbakhsh K, Bajestani HS. The Effects of Partner-Selection Patterns, Marriage Age, and Age Differences between Spouses on Marital Quality of Married Women in Tehran. *Clinical Psychology Studies*. 2017;7(25):173-90. (Persian).
2. Otero MC, Wells JL, Chen K-H, Brown CL, Connelly DE, Levenson RW, et al. Behavioral indices of positivity resonance associated with long-term marital satisfaction. *Emotion*. 2020;20(7):1225.
3. Frye N, Ganong L, Jensen T, Coleman M. A dyadic analysis of emotion regulation as a moderator of associations between marital conflict and marital satisfaction among first-married and remarried couples.

کیفیت زندگی کاهش می‌یابد. نتیجه به دست آمده با نتایج مطالعات پیشین همسو است. نتایج پژوهش هاشمی (۱۳۹۹) نشان داد نمره کل ناگویی خلقی و مؤلفه‌های آن یعنی دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات و تفکر عینی با کیفیت رابطه زناشویی ادراک شده رابطه معنی‌داری وجود دارد (۱۰). یافته‌های مطالعه‌ای دیگر نشان داد که مؤلفه‌های ناگویی هیجانی به‌طور معنی‌داری بخشش و رضایت زناشویی را پیش‌بینی می‌کنند (۱۲). یافته‌های پژوهش ایران‌دوست و همکاران (۱۳۹۷) نشان داد که ناگویی هیجانی بر درماندگی‌های روان‌شناختی به‌طور مثبت و معنی‌دار، بر صمیمیت زناشویی به‌طور منفی و معنی‌دار و بر اختلالات عملکرد جنسی به‌طور منفی و غیر معنی‌دار تأثیر است (۱۳). در تبیین یافته فوق می‌توان گفت ناتوانی در پردازش شناختی اطلاعات هیجانی و تنظیم، هیجانات، توانایی کم‌تجربه احساسات مثبت مانند شادی، دشواری در فهم بیان چهره‌ای و ظرفیت کمتر برای همدلی در این افراد سبب بی‌تفاوتی و بی‌علاقگی نسبت به دیگران شده و به مشکلات بین فردی متعددی منجر می‌شود. توانایی ایجاد و حفظ یک رابطه‌ی عاشقانه‌ی رضایت‌بخش نیازمند توانایی تشخیص عواطف و هیجان‌ها و توانایی ابراز آن‌ها و توانایی فهمیدن و درک کردن احساسات دیگران است (۲۷). دشواری در شناسایی احساسات موجب می‌شود تا زوجین همدلی شناخت و درک عمیقی از یکدیگر نداشته باشند و نتوانند نیازها هیجانات و احساسات یکدیگر را بشناسند و درک کنند. شناسایی احساسات یک مهارت است که مستلزم رفتارهای توجه آمیز و همدلانه هست و زوجینی که این مهارت را دارا باشند در جهت ارضای نیازهای همسر و شریک خود موفق خواهند بود که این امر سبب بهبود کیفیت زندگی زناشویی می‌شود.

دیگر یافته پژوهش نشان داد بین هوش معنوی با کیفیت زندگی رابطه مثبت و معنادار وجود داشت، یعنی با افزایش هوش معنوی، میزان کیفیت زندگی افزایش می‌یابد. نتیجه به دست آمده همسو با نتایج مطالعات پیشین در این زمینه هست. یافته‌های پژوهش آذر نیک و آقایی (۱۳۹۵) نشان داد بین هوش معنوی و زیرمقیاس‌های آن (درک و ارتباط با سرچشمه هستی و زندگی معنوی یا اتکا به هسته درونی) با کیفیت روابط زناشویی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و ابعاد هوش معنوی (زندگی معنوی و اتکا به هسته درونی) به‌صورت مثبت کیفیت روابط زناشویی را پیش‌بینی می‌کنند (۱۸). نتایج مطالعه‌ای دیگر نشان داد هوش معنوی می‌تواند بر کیفیت رابطه زوجین (صمیمیت و شور جنسی) تأثیرگذار باشد (۲۰). نتایج پژوهشی دیگر در همین راستا نشان داد که بین هوش معنوی و بهزیستی معنوی، با کیفیت زندگی و رضایت زناشویی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد (۱۹). در تبیین این یافته پژوهشی می‌تواند ادعان نمود که رفتارهای مذهبی از طریق ایجاد و امید به نگرش‌های مثبت باعث آرامش درونی فرد می‌شوند، باور به اینکه خدایی هست که موقعیت‌ها را کنترل می‌کند تا حد زیادی اضطراب مرتبط با موقعیت‌های متعارض را در زندگی زناشویی به دلیل تفاوت‌های شخصیتی، اجتماعی، فرهنگی و خانوادگی که در زندگی زوجین به وجود می‌آید را کاهش می‌دهد، به‌طوری‌که اغلب افراد که معنای زندگی و تفاوت‌های ناشی از آفرینش را دریافت کرده‌اند، ارتباط

- Maladjusted Women. *Positive Psychology Research*. 2020;5(4):35-50. (Persian)
12. Bahreini Z, Keshvari B, Farnam A. The Predictive Role of Alexithymia in Marital Satisfaction and Forgiveness among Women with Antisocial Personality. *Salamat-Ijtimai* 2019;6(2):208-16. (Persian)
 13. Irandosut R, Sohrai F, Maliholzackerin S, Ahi G. The casual model of relationship between alexithymia and sexual function by mediating rule of psychological distress and marital intimacy. *Journal of Family Research*. 2018;14(4):515-31. (Persian)
 14. Moayed F, Haji Ali Akbari Mehrizi S, Hobbi MB. The role of Alexithymia in marital conflicts in women who apply for divorce in Tehran. *Women and Family Studies*. 2018;11(42):125-40. (Persian)
 15. Zoghi L, Salmani M. The Relationship Between Spiritual Intelligence and General Health in the Elderly: The Mediating Role of Mindfulness. *Aging Psychology*. 2022;8(4):349-60. (Persian)
 16. Anwar MA, Gani AMO, Rahman MS. Effects of spiritual intelligence from Islamic perspective on emotional intelligence. *Journal of Islamic Accounting and Business Research*. 2020.
 17. Mohammadi N, Fardebrahimi F. The Successful Aging: The Role of Life Style, Spiritual Intelligence and Self-Efficacy. *Aging Psychology*. 2023;8(4):361-73. (Persian)
 18. Azarnik M, Aghaei A. Predicting the quality of the marital relationships between Isfahanian couples based on the components of spiritual intelligence (spiritual life and relying on the inner core). *Journal of Excellence in counseling and psychotherapy*. 2016;5(18):4-14. (Persian)
 19. Husseindokht A, Fathi Ashtiyani A, Taqizadeh M. The Relationship of Spiritual Intelligence and Spiritual Well-being with Life Quality and Marital Satisfaction. *Ravanshenasi Va Din*. 2013;6(2):57-74. (Persian)
 4. Zhang H, Xu X, Tsang SK. Conceptualizing and validating marital quality in Beijing: A pilot study. *Social indicators research*. 2013;113(1):197-212. (Persian).
 5. Dewi EM, Puspitawati H, Krisnatuti D. The effect of social capital and husband-wife interaction on marital quality among families in early years and middle years marriage *Journal of Family Sciences*. 2018;3(1):30-40.
 6. Bulanda JR, Brown JS, Yamashita T. Marital quality, marital dissolution, and mortality risk during the later life course. *Social Science & Medicine*. 2016;165:119-27.
 7. Khaje f, Khezri-Moghadam N. The relationships among alexithymia and interpersonal problems with marital satisfaction in married female nurses of the public hospitals in Kerman City. *Nursing and Midwifery Journal*. 2016;14(7):630-8. (Persian)
 8. Ghorbani S, Solimanifar2 S. The Effectiveness of Emotional Freedom Technique on Improving Alexithymia and Negative Mood in Women with Trait-State Anxiety. *Journal of Research in Behavioural Sciences*. 2022;20(3):447-58. (Persian)
 9. Chalah MA, Ayache SS. Alexithymia in multiple sclerosis: A systematic review of literature *Neuropsychologia*. 2017;104:31-47. (Persian)
 10. Hashemi Z. The relationship between Alexithymia and Relationship Quality in women with general anxiety disorder claiming divorce. *Quarterly Journal of Women and Society*. 2021;11(44):271-88. (Persian)
 11. Zakeri F, SaffarianToosi M, Nejat H. The Role of Self-Compassion Moderator in the Effect of Alexithymia and Interpersonal Problems on Marital Boredom in

20. Sadeghi H. Study the Relationship of Spiritual Intelligence and Quality Dimensions of the Marital Relation of Karaj married women. *Quarterly Journal of Health Breeze*. 2016, 4(3):15-20. (Persian)
21. Matin H, Yoosefi N, Solgi M, Arjmand Mazidi M. The Effect of Couple Therapy based on Imago Relationship Therapy (IRT) on quality of marital relationship in married women. *Knowledge & Research in Applied Psychology*. 2022;23(3):1-12. (Persian)
22. Bagby RM, Parker JD, Taylor GJ. The twenty-item Toronto Alexithymia Scale— I. Item selection and cross-validation of the factor structure. *Journal of psychosomatic research*. 1994;38(1):23-32.
23. Besharat MA, Naghshineh N, Ganji P, Tavalaeyan F. The moderating role of attachment styles on the relationship of alexithymia and fear of intimacy with marital satisfaction. *International Journal of Psychological Studies*. 2014;6(3):106-17. (Persian)
24. Farhoush M, Erfani A, Davodi A, Ghorbani S. Construction and validation of Muslim student's spiritual intelligence scale. *Ravanshenasi Va Din*. 2022;4(4):41-52. (Persian)
25. Busby DM, Christensen C, Crane DR, Larson JH. A revision of the Dyadic Adjustment Scale for use with distressed and nondistressed couples: Construct hierarchy and multidimensional scales. *Journal of Marital and family Therapy*. 1995;21(3):289-308.
26. Yoosefi N. Investigation of Psychometric Properties of the Revised Dyadic Adjustment Scales (RDAS). *Research in Clinical Psychology and Counseling*. 2012;1(2):183-200. (Persian)
27. Guvensel K, Dixon A, Chang C, Dew B. The relationship among gender role conflict, normative male alexithymia, men's friendship discords with other men, and psychological well-being. *The journal of men's studies*. 2018;26(1):56-76.