

## Prediction of marital satisfaction based on Islamic lifestyle and spiritual health in married employees of Bushehr University of Medical Sciences

### ARTICLE INFO

#### Article Type

Research Article

#### Authors

Nahid GhaderiAzarkhavarani  
Fatemeh Eisazadeh  
Hasan Sheikhiyani

#### How to cite this article

Nahid GhaderiAzarkhavarani, Fatemeh Eisazadeh, Hasan Sheikhiyani, Prediction of marital satisfaction based on Islamic lifestyle and spiritual health in married employees of Bushehr University of Medical Sciences, *Journal of Islamic Life Style Centered on Health*, 2023:7: 447-446.

1. MA, Department of Psychology, Refah Non-Profit University, Tehran, Iran.
2. PhD, Department of Psychology, Payam Noor University, Tehran, Iran (Corresponding Author).
3. MA, Department of Education, Payam Noor University, Tehran, Iran.

#### \* Correspondence:

Address:

Phone:

Email: f.eisazadeh74@gmail.com

#### Article History

Received: 2023/03/28

Accepted: 2023/05/27

### ABSTRACT

**Purpose:** What causes marriage to continue is marital satisfaction; Therefore, the purpose of this research is to predict marital satisfaction based on Islamic lifestyle and spiritual health in married employees of Bushehr University of Medical Sciences.

**Materials and methods:** The present research was a descriptive-correlational study that was conducted in 1402 in Bushehr city. The statistical population of the present study was the married employees of Bushehr University of Medical Sciences, and the sampling method in this study was available sampling. In the present study, the sample size was 90 (45 men and 45 women). In order to collect data, three Enrich marital satisfaction questionnaires, Islamic lifestyle questionnaire and spiritual health questionnaire were used.

**Findings:** The results showed that Islamic lifestyle and spiritual health are correlated with marital satisfaction. It was also found that Islamic lifestyle and spiritual health predict 57% of changes in life expectancy.

**Conclusion:** The findings of the present study indicate that by providing suitable grounds to strengthen the Islamic lifestyle and spiritual health in married people, marital satisfaction can be improved.

**Keywords:** Marital Satisfaction, Islamic Lifestyle, Spiritual Health

## پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک زندگی اسلامی و سلامت معنوی در کارمندان متاهل دانشگاه علوم پزشکی بوشهر

ناهید قادری آذر خوارانی

کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، دانشگاه غیرانتفاعی رفا، تهران، ایران.

فاطمه عیسی زاده \*

دکتری تخصصی، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران (نویسنده مسئول).

حسن شیخانی

کارشناسی ارشد، گروه معارف، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

### چکیده

هدف: آنچه که باعث تداوم ازدواج می شود، رضایت زناشویی است؛ لذا، هدف پژوهش حاضر پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک زندگی اسلامی و سلامت معنوی در در کارمندان متاهل دانشگاه علوم پزشکی بوشهر می باشد.

مواد و روش ها: پژوهش حاضر یک مطالعه توصیفی-همبستگی بود که در سال ۱۴۰۲ و در شهر بوشهر انجام شد. جامعه آماری مطالعه حاضر کارمندان متاهل دانشگاه علوم پزشکی بوشهر بود که روش نمونه گیری در این مطالعه از نوع نمونه گیری در دسترس بود. در پژوهش حاضر، حجم نمونه، ۹۰ (۴۵ مرد و ۴۵ زن) بود. جهت جمع آوری داده ها از سه پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ، پرسشنامه سبک زندگی اسلامی و پرسشنامه سلامت معنوی استفاده شد.

یافته ها: نتایج حاصل نشان داد که سبک زندگی اسلامی و سلامت معنوی با رضایت زناشویی همبستگی دارند. همچنین مشخص شد که سبک زندگی اسلامی و سلامت معنوی ۵۷ درصد از تغییرات امید به زندگی را پیش بینی می کنند.

نتیجه گیری: یافته های مطالعه حاضر، حاکی از آن است که با فراهم آوردن زمینه های مناسب جهت تقویت سبک زندگی اسلامی و سلامت معنوی در افراد متاهل، می توان رضایت زناشویی را در آن ها بهبود بخشید.

واژه ها کلیدی: رضایت زناشویی، سبک زندگی اسلامی، سلامت معنوی.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۱/۰۸

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۵/۲۷

\*نویسنده مسئول: f.eisazadeh74@gmail.com

### مقدمه

خانواده، مولفه ای بسیار مهم و با ارزش در حیات انسان تلقی می گردد. خانواده، یک نهاد اجتماعی است که پایه و اساس ارتباط انسانی را تشکیل می دهد. به واسطه تشکیل خانواده، مرد و زن از طریق یک نیروی ناشی از غرایز آیین محبت و عشق به هم جذب می شوند، به طور آزادانه و کامل متعهد یکدیگر شده تا واحد بویایی را به عنوان خانواده ایجاد نمایند. به این دلیل خانواده تنها نظام اجتماعی است که رسماً در همه جوامع پذیرفته شده است. خانواده محیطی مقدس، باصفا و به زیباترین تعبیر قرآنی، محل سکون و آرامش واقعی است. آنچه در خانواده مهم می باشد، احساسات مثبت نسبت به همسر و رضایت ازدواج است. مسئله ازدواج زناشویی یکی از مهم ترین و اساسی ترین موضوعات مورد توجه جامعه بشری است (۱). ازدواج به عنوان یکی از مهم ترین مسائل در زندگی افراد تلقی می شود و صرفاً جنبه های فردی ندارد، در واقع می توان گفت که نهاد جامعه بشری بر پایه ازدواج قرار گرفته است (۲). اما آنچه که باعث تداوم ازدواج می شود، رضایت زناشویی است که نقش مهمی در عملکرد خانواده داشته و به معنی برداشت ذهنی و شناختی افراد از روابط زناشویی خود می باشد. عدم رضایت زناشویی، سلامت ازدواج را چنان در معرض خطر قرار می دهد که تکرار ناسازگاری ها و عدم حل اختلاف ها نه تنها ثبات رابطه، بلکه تعهد زناشویی زوجین را نیز تهدید می کند و می تواند خطرات زیانباری برای نهاد خانواده و جامعه داشته باشد (۳).

یکی از عوامل مهم و مؤثرگذار در رضایت زناشویی، سبک زندگی خانواده است. سبک زندگی شامل الگوی کامل عمل و واکنش فرد در برابر موانع و مشکلات زندگی است. امروزه، سبک زندگی و اهمیت آن به صورت یکی از مسائل مهم روانشناختی درآمده است و انتخاب سبک زندگی، چه آگاهانه و چه ناآگاهانه، آینده ی فرد را رقم می زند (۴). در این میان، اعتقادات دینی و تقیّدات مذهبی یکی از ارکان زندگی سعادتمندانه است که بر تمامی ابعاد زندگی انسان و از جمله دیدگاه فرد به ازدواج تأثیرگذار است. مقوله هایی از جمله الگوهای رفتاری در چهارچوب زندگی و یا به عبارت دیگر، سبک زندگی اسلامی در دیدگاه فرد به ازدواج مؤثر است و نهاد خانواده به عنوان یکی از اصلی ترین ارکان جامعه ی بشری، به دلیل نقشی که در سعادت و شقاوت جامعه و کمال انسانی دارد، همواره مورد توجه همه ی مکاتب الهی و غیرالهی قرار گرفته است (۵). سبک زندگی اسلامی، از آن جهت که اسلامی است، نمی تواند با عواطف و شناخت ها بی ارتباط باشد. بر این اساس، هر رفتاری که بخواهد مبنای اسلامی داشته باشد، باید حداقل هایی از شناخت و عواطف اسلامی را پشتوانه ی خود قرار دهد (۶). مهم ترین نوآوری در مفهوم سبک زندگی اسلامی این است که در آن به آموزه های اسلامی نگاه شده است و مدعی است که بهترین الگوی زندگی را برای آگاهی و خودشناسی به افراد و جامعه پیشنهاد می کند (۷). تحقیقات در زمینه ی معنویات و باورهای مذهبی نشان داده اند که جمع گرایی و پذیرش نقش در نظام خانواده که از ارزش های دینی محسوب می شود، می تواند رضایت زناشویی بیشتری را پیش بینی نماید (۸ و ۹).

مطالعه، ارائه توضیحات کامل درباره مراحل، جزئیات و اهداف مطالعه برای شرکت کنندگان و حضور داوطلبان آن‌ها در مطالعه بود و همچنین به شرکت کنندگان اعلام گردید، هر زمان که بخواهند می‌توانند از مطالعه خارج شوند و به آن‌ها اطمینان داده شد که اطلاعات آن‌ها کاملاً محرمانه خواهد ماند.

جهت جمع‌آوری داده‌ها از سه پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ (Enrich)، پرسشنامه سبک زندگی اسلامی و پرسشنامه سلامت معنوی استفاده شد.

پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ (Enrich): پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ که فرم ۴۷ سؤالی آن توسط Olson (۱۹۹۸)، تهیه شد شامل ۱۲ مقیاس است که عبارتند از: پاسخ قراردادی، رضایت زناشویی، مسایل شخصیتی، ارتباط زناشویی، حل تعارض، نظارت مالی، فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت، روابط جنسی، ازدواج و فرزند، بستگان و دوستان، نقش‌های مساوات طلبی و جهت‌گیری عقیدتی ساخته شده است. برای به دست آوردن نمره رضایت کلی از روابط زناشویی، نمرات فرد در تمامی ۴۷ ماده با یکدیگر جمع می‌شود؛ بدین صورت که در سوالات ۱، ۲، ۳، ۵، ۷، ۹، ۱۰، ۱۷، ۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸، ۲۹، ۳۳، ۳۴، ۳۶ و ۴۴ پاسخ‌های کاملاً موافق ۵ نمره و پاسخ‌های کاملاً مخالف ۱ نمره و در سوالات ۴، ۶، ۸، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۳۰، ۳۱، ۳۲، ۳۵، ۳۷، ۳۸، ۳۹، ۴۰، ۴۱، ۴۲، ۴۳، ۴۵، ۴۶ و ۴۷ پاسخ‌های کاملاً موافق ۱ نمره و پاسخ‌های کاملاً مخالف ۵ نمره کسب می‌کنند. در این مقیاس نمره بالا نشان دهنده رضایت بالاتر از زندگی زناشویی است و دامنه نمرات بین ۴۷ تا ۲۳۵ می‌باشد؛ همچنین، ضریب آلفای پرسشنامه انریچ که بیانگر پایایی آن است، دارای میانگین ۰/۷۹ بود (۱۵). در ایران میرخشتی (۱۶)، ضریب آلفای کرونباخ که نشان دهنده اعتبار و ثبات و همسانی درونی تست است را ۰/۹۲ به دست آورد که نشان دهنده ضریب بالایی است. سلیمانیان (۱۷)، در پژوهشی درباره روایی این پرسش‌نامه اظهار می‌دارد که برای استفاده در تحقیق ابتدا پرسش‌نامه ترجمه گردید، پس از ترجمه سوالات به رؤیت متخصصین روان‌شناسی رسید و روایی محتوایی پرسش‌نامه مورد تأیید قرار گرفت. در مرحله بعد پرسش‌نامه بروی یک گروه ۱۱ نفری اجرا گردید و ضریب اعتبار آن از طریق ضریب آلفا محاسبه شد که عدد ۰/۹۳ به دست آمد.

پرسشنامه سبک زندگی اسلامی: این پرسشنامه در سال ۱۳۸۸ و توسط کاویانی ساخته شده و روایی آن تأیید گشته است. این پرسشنامه، ۷۵ آیت‌م دارد که پاسخگویان باید با توجه به وضعیت فعلی زندگی خود، به هر کدام، در یک طیف ۴ درجه‌ای از "خیلی کم" تا "خیلی زیاد" پاسخ دهند. هر آیت‌م با توجه به اهمیتش، ضریبی بین ۹ تا ۴ می‌گیرد. نمره ی کل آزمودنی، حداقل ۱۴۱ و حداکثر ۵۷۰ است و نمره بالا به معنی این است که فرد به سبک زندگی اسلامی پایبند می‌باشد. ۱۰ شاخص، زیرمقیاس‌های این آزمون را تشکیل می‌دهند که عبارتند از: شاخص اجتماعی (۱۱ آیت‌م)، باورها (۶ آیت‌م)، عبادی (۶ آیت‌م)، اخلاق (۱۱ آیت‌م)، مالی (۱۲ آیت‌م)، خانواده (۸ آیت‌م)، سلامت (۷ آیت‌م)، تفکر و علم (۵ آیت‌م)، امنیتی - دفاعی (۴ آیت‌م)، زمان‌شناسی (۵ آیت‌م). ضریب پایایی کل این آزمون ۰/۷۱ است. نتایج تحلیل عوامل نیز روایی و ساختار عاملی

یکی از دیگر، مسائل تأثیر گذار بر کیفیت زندگی زوجین، وضعیت سلامتی است. تلاش در جهت صنعتی شدن و گسترش شهرنشینی و زندگی مکانیزه که لازمه آن قبول شیوه‌های نوین برای زندگی است، سبب گشته تا در مقوله سلامت، علاوه بر جسم و روان ابعاد دیگری نیز نمایان گردد (۱۰). از جمله متغیرهایی که پژوهشگران به آن توجه داشته‌اند، سلامت معنوی است و به عنوان چارچوبی است که انسان می‌تواند معنی، هدف و ارزش‌های متعالی زندگی خود را درک کند. معنویت، مفهوم گسترده‌ای است که با خرد، غمخواری، تجربه زندگی لذت بخش و حساسیت‌های اخلاقی در ارتباط است (۱۱). در حقیقت، سلامت معنوی جدیدترین بعد سلامت می‌باشد که در کنار ابعاد دیگر سلامتی همچون سلامت جسمی، روانی و سلامت اجتماعی قرار گرفته، و باعث ارتقاء سلامت عمومی شده و سایر ابعاد سلامت را نیز هماهنگ می‌کند. این کار باعث افزایش توان سازگاری و کارکرد روانی می‌شود (۱۲). سلامت معنوی با ویژگی‌هایی همچون ثبات در زندگی، صلح، احساس ارتباط نزدیک با خویشتن، خدا، جامعه و محیط، تناسب و هماهنگی، داشتن هدف و معنی در زندگی مشخص می‌شود که همه این عوامل می‌توانند بر رضایت زناشویی تأثیری شگرف بگذارند. (۱۳).

امروزه جایگاه رضایت زناشویی به دلیل افزایش روزافزون آمار مشاجرات، خیانت‌ها و طلاق، در مطالعات خانواده و ازدواج بسیار با اهمیت تشخیص داده شده است. از آن جا که سبک زندگی اسلامی و سلامت معنوی سازه‌هایی مهم در زندگی زناشویی محسوب می‌شوند و کارکرد مهمی در حفظ، پایداری و سلامت ازدواج دارند و فقدان آن‌ها سبب گسستگی و متزلزل شدن بنیان خانواده می‌گردد و در نهایت پدیده طلاق را به دنبال خواهد داشت، لذا جهت پیش‌بینی رضایت زناشویی، شناخت صحیح این دو سازه‌ی مهم و عوامل موثر بر حفظ و تداوم آن‌ها ضرورت دارد. بنابراین، هدف پژوهش حاضر پیش‌بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک زندگی اسلامی و سلامت معنوی می‌باشد.

#### مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر یک مطالعه توصیفی-همبستگی بود که در سال ۱۴۰۲ و در شهر بوشهر انجام شد. جامعه آماری مطالعه حاضر کارمندان متاهل دانشگاه علوم پزشکی بوشهر بود که تعداد آن‌ها ۱۷۱ نفر می‌باشد. روش نمونه‌گیری در این مطالعه از نوع نمونه‌گیری در دسترس بود. حداقل حجم نمونه در روش‌های همبستگی، ۳۰ نفر پیشنهاد شده است (۱۴)؛ با این وجود، در پژوهش حاضر، حجم نمونه، ۹۰ (۴۵ مرد و ۴۵ زن) نفر از کارمندان متاهل دانشگاه علوم پزشکی بوشهر است که تمایل به شرکت در پژوهش را داشتند؛ این تعداد از نمونه، ۳ برابر حداقل حجم نمونه می‌باشد و میانگین سنی شرکت‌کنندگان در پژوهش نیز ۴۲/۷۰ سال بود. معیارهای ورود به پژوهش شامل: متاهل بودن، اشتغال در دانشگاه علوم پزشکی بوشهر و تمایل به شرکت در پژوهش بود. معیارهای خروج از پژوهش نیز عبارت بودند از: عدم تمایل به ادامه مشارکت در پژوهش و طلاق. ملاحظات اخلاقی مطالعه شامل: کسب رضایت شفاهی در خصوص شرکت در پژوهش از تک‌تک افراد مورد

(۱۰۰-۱۲۰) تقسیم بندی شده است (۱۹). روایی و پایایی پرسشنامه سلامت معنوی با ویرایش ایرانی، در مطالعات متعدد تعیین شده و ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۲ برای آن تعیین گردیده است. جهت تجزیه و تحلیل داده ها ابتدا اطلاعات دموگرافیک مشارکت کنندگان در پژوهش و سپس یافته های توصیفی مربوط به متغیرهای مطالعه به صورت میانگین، انحراف استاندارد و حداقل و حداکثر نمره و دامنه تغییرات محاسبه شدند. در ادامه به منظور بررسی فرضیه های مطالعه داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS-26 و به روش تحلیل رگرسیون تجزیه و تحلیل گردیدند.

یافته ها

در این مطالعه ۹۰ نفر از کارمندان متاهل دانشگاه علوم پزشکی بوشهر شرکت نمودند که ۴۵ نفر (۵۰٪) آن ها مذکر و ۴۵ نفر (۵۰٪)، مونث بودند. میانگین سن شرکت کنندگان در پژوهش، ۴۲/۷۰ سال (انحراف معیار = ۳/۱۵) بود. سایر اطلاعات دموگرافیک در جدول ۱ آمده است.

جدول ۱- شاخص های دموگرافیک آزمودنی ها به تفکیک جنسیت

متغیر	دسته ها	جنسیت	تعداد	درصد
	زیر ۱۰ سال	مذکر	۸	۸/۸۸
		مونث	۱۱	۱۲/۲۲
تعداد سال های ازدواج	۱۰ تا ۲۰ سال	مذکر	۲۹	۳۲/۲۲
		مونث	۲۱	۲۳/۳۳
	بالاتر از ۲۰ سال	مذکر	۱۱	۱۲/۲۲
		مونث	۱۰	۱۱/۱۱
	دیپلم و زیردیپلم	مذکر	۴	۴/۴۴
		مونث	۱	۱/۱۱
تحصیلات	فوق دیپلم و لیسانس	مذکر	۲۸	۳۱/۱۱
		مونث	۲۹	۳۲/۲۲
	کارشناسی ارشد و بالاتر	مذکر	۱۱	۱۲/۲۲
		مونث	۱۷	۱۸/۸۸

جدول شماره ۲ داده های توصیفی مربوط به شاخص های مرکزی و پراکندگی سبک زندگی اسلامی، سلامت معنوی و رضایت زناشویی را نشان می دهد.

جدول ۲- داده های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین (M)	انحراف استاندارد	حداقل نمره	حداکثر نمره	دامنه تغییرات
سبک زندگی اسلامی	۳۹۳/۰۲	۹/۸۸	۱۶۹	۵۱۴	۳۴۵
سلامت معنوی	۵۹/۶۳	۲/۴۷	۳۶	۱۰۹	۷۳
رضایت زناشویی	۱۷۹/۹۴	۵/۱۱	۶۰	۲۱۱	۱۵۱

زندگی اسلامی (مثبت و معنادار) و سلامت معنوی (مثبت و معنادار) با رضایت زناشویی رابطه معناداری وجود دارد.

جدول ۳ به همبستگی میان متغیرهای پژوهش مربوط می شود. نتایج آزمون همبستگی در جدول ۳ بیانگر آن است که بین سبک

جدول ۳- نتایج آزمون همبستگی پیرسون میان متغیرهای مورد مطالعه

رضایت زناشویی	سلامت معنوی	سبک زندگی اسلامی
		۱
	۱	*۰/۳۲۷
۱	**۰/۲۰۹	**۰/۴۱۲

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ 

آزمون، پیش فرض های نرمال بودن متغیر ملاک، استقلال خطاها، و عدم خطی بودن متغیرهای پیش بین مورد بررسی و تایید قرار گرفت. نتایج تحلیل رگرسیون در جدول ۴ ارائه شده است.

جهت آزمون فرضیه پژوهش و بررسی رابطه متغیر پیش بین (سبک زندگی اسلامی و سلامت معنوی) با متغیر ملاک (رضایت زناشویی) از روش تحلیل رگرسیون استفاده شد. پیش از اجرای

جدول ۴- نتایج تحلیل رگرسیون مدل پیش بینی نمرات

سطح معناداری	F	میانگین مجزورات	مجموع مربعات	R2	R
۰/۰۰۲	۲۸/۳۶	۳۷۰۲/۹۱	۸۷۱۵/۲۴	۰/۵۷۰	-۰/۷۵۵

است و در هر مورد، راهکارها و توصیه های فراوانی برای زندگی کردن به شیوه بهتر و سالم تر ارائه می دهد. یکی از مواردی که دین اسلام به آن توجه می کند، روابط بین فردی، به ویژه روابط زوجین است. اسلام با الگو قرار دادن سبک زندگی پیامبر (ص) و ائمه اطهار (ع) رهنمودهایی درباره شیوه ای که اعضای خانواده باید با یکدیگر رفتار کنند، ارائه کرده است و با بیان نتایج دنیوی و اجر اخروی این سبک، انگیزه بیشتری را در اجرای آن برای زوجین ایجاد می کند. در نتیجه زوجین با پیوندی که بین باورهای دینی و نیازهای زندگی زناشویی ایجاد می کنند، به نوعی تعهد معنوی و درونی نسبت به انظام وظایف زناشویی می یابند. بنابراین، فرد با اجرای سبک زندگی اسلامی، در چارچوب برنامه و نقش راه از پیش تدوین شده الهی قرار می گیرد و از پیامدهای منفی تصمیم های آنی ناشی از لذت های دنیوی مصون بوده و در نتیجه رضایت زناشویی بالاتری را تجربه خواهد کرد.

یافته های پژوهش حاضر جهت پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس متغیر سلامت معنوی با یافته های پژوهش تجویدی و همکاران (۲۴)، صالحی و همکاران (۲۵) و موسوی مقدم و همکاران (۲۶) همخوانی داشته است. در تبیین این یافته می توان استنباط نمود که معنویت به منزله چتری است که مفاهیم گوناگونی مانند سلامت معنوی، ایمان، باورها و سازگاری معنویت

را پوشش می دهد. همچنین پیشرفت علوم بهداشتی از یک سو و ماهیت پویا و پیچیده جوامع نوین از سوی دیگر باعث شده که نیازهای معنوی بشر در برابر خواسته ها و نیازهای مادی وی قد علم کند و اهمیت بیشتری یابد. در ایمان به خدا نیروی فوق العاده ای وجود دارد که نوعی قدرت معنوی به انسان دیندار می بخشد و در تحمل سختی های زندگی او را کمک می کند و در نتیجه رضایت مندی بالاتری از زندگی دارند. از طرفی در جوامع همسر گزینی مرد و زن مقدمه ای برای تشکیل خانواده است. سلامت معنوی ارتباطی هماهنگ بین نیروهای داخلی فراهم کرده و با ویژگی هایی مانند ثبات در زندگی، صلح، تناسب، احساس ارتباط نزدیک با خود و خدا و محیط مشخص می گردد (۱۲). به طور کلی، می توان بیان کرد که سلامت معنوی و نگرش و درک انسان به خداوند و مفهوم

جدول ۴ نشان می دهد که پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک زندگی اسلامی و سلامت معنوی معنادار بوده و این مدل قادر است تا ۵۷ درصد از تغییرات رضایت زناشویی را تبیین کند. با توجه به جدول شماره ۴ می توان نتیجه گرفت که فرضیه پژوهش حاضر تایید گردید؛ لذا، میان سبک زندگی اسلامی و سلامت معنوی با رضایت زناشویی رابطه معناداری در حد ۰/۰۱ وجود دارد؛ به عبارت دیگر، با ۹۹ درصد اطمینان می توان گفت که میان دو متغیر سبک زندگی اسلامی و سلامت معنوی با رضایت زناشویی رابطه معناداری وجود دارد.

## نتیجه گیری

هدف از مطالعه حاضر پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک زندگی اسلامی و سلامت معنوی در میان کارمندان متاهل دانشگاه علوم پزشکی بوشهر بود. نتایج جدول ۴ که مربوط به بررسی فرضیه های پژوهش است، حاکی از آن می باشد که دو متغیر پیش بین پژوهش (سبک زندگی اسلامی و سلامت معنوی) توانایی پیش بینی متغیر ملاک (رضایت زناشویی) را دارند؛ همچنین، نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که رضایت زناشویی ۵۷ درصد از واریانس رضایت زناشویی را تعیین می کنند.

یافته های پژوهش حاضر جهت پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس متغیر سبک زندگی اسلامی با یافته های پژوهش شریفیان جزی (۲۱)، برجعلی و همکاران (۲۲) و برجعلی و همکاران (۲۳) همخوانی داشته است. در تبیین این یافته می توان استنباط نمود که سبک زندگی اسلامی توانسته است به عنوان چارچوبی مناسب در قالب الگوهای رفتاری، برای رشد و تعالی انسان و هدایت او به سمت زندگی بهتر، عمل کند. از طرفی، با توجه به منابع اسلامی، سبک زندگی اسلامی، زوجین را تشویق می کند که سازگاری بیشتری داشته باشند و الگوهای موفقیت آمیز حل تعارض را افزایش دهند. در تبیین یافته فوق می توان گفت که باورهای دینی و مذهبی از جمله باورهای ضد طلاق و اعتماد به اینکه خداوند حامی زندگی زناشویی است، دیدگاه افراد به ازدواج و روابط زناشویی را تحت تأثیر قرار می دهد (۲۱). دین اسلام شامل جنبه های مختلف زندگی

## References

- 1- Moradi Darab Khani F, Parandin S. The Effectiveness of Group Spirituality Therapy on Resilience, Marital Adjustment and Positive Emotions Relative to Husband in Married Women Working in Kermanshah Hospitals. *Journal of New Developments in Psychology, Educational Sciences and Education*. [Persian]
- 2- Agahheris M, Eisazadeh F, Niabati Charandabi H. Predicting Marital Satisfaction through Job Stress in Bushehr City Sailors. *J Mar Med* 2022; 4 (3): 160-166. [Persian]
- 3- Khalili Z, Sadrolahi A, Golipour F, Nazari R, Mohammadi M, Nasiri Kh. Evaluation of marital satisfaction and related factors in female nurses of Khalkhal city. *Journal of Qom University of Medical Sciences*, 2014; 9 (10): 72-64. [Persian]
- 4- Shafiabadi A, Naseri G. Counseling and psychotherapy theories. Tehran: Academic Publishing Center. 2015. [Persian]
- 5- Bojari S, Parcham A. Comparative study of the position and importance of marriage and family formation in Islam and Judaism. *Knowledge of Religions*, 2012; 4(2):17-36. [Persian]
- 6- Kaviani M. Islamic lifestyle and its measuring tool. Qom: Sobhan Publishing House (Hozeh Research Institute and University). 2011. [Persian]
- 7- Kajbaf MB, Sajjadian P, Kaviani M, Anvari H. The relationship between Islamic lifestyle and happiness in the life satisfaction of Isfahan students. *Psychology and Religion*, 2018; 4(4): 61-74. [Persian]
- 8- David P, Stafford L. A relational approach to religion and spirituality in marriage: The role of couples' religious communication in marital satisfaction. *Journal of Family Issues*, 2015; 36(2): 232-249.
- 9- Abol-Maali K, Mojtabaei M, Rahimi N. Prediction of marital life satisfaction based on social problem solving skills and spiritual intelligence in married people.

و تصویری که از خداوند دارد بر سلامت و پایداری زندگی به خصوص زندگی زناشویی او تاثیر می گذارد، نکته دیگر این که، نوع نگاه به خداوند و تصویری که فرد از خداوند دارد تحت تاثیر جریان پرورش و تعلیم و تربیت می باشد.

در مجموع میتوان گفت که در حال حاضر بسیاری از مکاتب درمانی از آموزه های مذهبی و معنوی استفاده می کنند. آموزش ها و درمان های مذهبی و معنوی در سلامت افراد و خانواده ها مؤثر است و معنویت بخش مهمی از زندگی انسان در فرهنگ ملل و قومیت های مختلف به شمار می رود و تأثیر بسزایی بر سلامت و بهزیستی افراد و خانواده ها دارد. سال هاست که سبک زندگی غربی مهم ترین ارزش های اسلامی را نشانه گرفته است؛ از آنجا که در دین اسلام، خانواده از ارزش والایی برخوردار است؛ از این رو ترویج دهندگان سبک زندگی غربی، بنیان خانواده ها را مورد هدف قرار داده اند. در فرهنگ غربی روابط خانوادگی کمرنگ است، و بی بند باری موج می زند و حالا تصمیم گرفته اند تا این بی قیدی و بی تعهدی را به میان خانواده های اسلامی بکشانند. برای نجات سبک زندگی اسلامی باید به ارزشمند بودن نقش خانواده پی برده و تلاش شود تا این رکن اساسی جامعه، سالم نگه داشته شود. از این رو، نتایج چنین پژوهش هایی می تواند به عنوان یک شیوه درمانی در رضایت زناشویی مورد توجه متخصصان تعلیم و تربیت و آموزش عالی قرار گیرد. ضمن آن که تاکید جامعه و به خصوص جامعه دانشگاهی بر سبک زندگی سالمی و سلامت معنوی در تمام مراحل زندگی و آرامش و آسایش و مشکلات باید مورد توجه بیشتر قرار گیرد.

پژوهش حاضر، مانند هر پژوهش دیگری دارای برخی محدودیت ها می باشد که موجب می شود در تعمیم نتایج آن به سایر جوامع احتیاط شود، یکی از مهم ترین محدودیت های پژوهش حاضر، محدود بودن جامعه آماری پژوهش حاضر به کارمندان متاهل دانشگاه علوم پزشکی بوشهر می باشد. لذا، باید در تفسیر یافته های این پژوهش به سایر افراد متاهل در شهر های دیگر و با مشاغل دیگر احتیاط شود. همچنین با توجه به قدرت پیش بینی کنندگی ۵۷ درصدی رضایت زناشویی بر اساس سبک زندگی اسلامی و سلامت معنوی پیشنهاد می گردد نسبت به برگزاری کارگاه ها و کلاس های آموزشی مانند کلاس های مهارت زندگی به سبک اسلامی برای قبل از ازدواج توجه بیشتری شود. همچنین با برگزاری کنفرانس ها و سمینارهای علمی در تقویت ارزش های معنوی در خانواده ها تلاش شود. علاوه بر این، به محققین حوزه معارف اسلامی و روانشناسان پیشنهاد می گردد با تحقیق و پژوهش هرچه بیشتر در زمینه سبک زندگی اسلامی و سلامت معنوی، فواید آن ها را به گوش همگان برسانند تا افراد جامعه اسلامی با بهره برداری از این موهبت الهی به نهایت سعادت و خوشبختی در عرصه های گوناگون زندگی دست یابند.

تشکر و قدردانی

نویسندگان مقاله حاضر، از همه عزیزانی که به نحوی ما را در انجام این پژوهش یاری کردند، کمال تشکر را دارند.

- marital satisfaction. *Behbood Journal*. 2011; 15(2):119-26. [Persian]
- 20- Rezaei M, Seyedfatemi N, Hosseini F. Spiritual Wellbeing in Cancer Patients Who Undergo Chemotherapy. *Hayat* 2006;14(3-4):33-39. [Persian]
- 21- Sharifian Jazi, A. Predicting Marital Satisfaction Based on Family Flexibility, Cohesion and Islamic Lifestyle in Married Women of Shahinshahr. *New Approach in Educational Sciences*, 2023; 5(1): 148-155. doi: 10.22034/naes.2023.376191.1288 [Persian]
- 22- Borjali, A., Sohrabi, F., Skndari, H., Moatamedy, A., Fallah, A. An Investigation into the Relationship between Islamic Lifestyle and Marital Satisfaction with the Mediation of Optimism. *Studies in Islam and Psychology*, 2018; 12(22): 43-62. doi: 10.30471/psy.2018.1485 [Persian]
- 23- Borjali, A., Sohrabi, F., Skndari, H., Moatamedy, A., Fallah, A. Developing and Validating a Causal Model of Marital Satisfaction according to Islamic Lifestyle through the Mediation of Self-Control. *Ravanshenasi Va Din*, 2021; 13(3): 75-90. [Persian]
- 24- Tajvidi M, Bahrami T, Zeighami Mohammadi S, Taleghani M. The Relationship Between Spiritual Well Being and Marital Satisfaction in Married Women Referred to Health Centers in Karaj. *aumj* 2017; 6 (2) :123-129. URL: <http://aums.abzums.ac.ir/article-1-580-fa.html> [Persian]
- 25- Salehi M, Hoseini Dronkolaei S, Alamian Gavzan S, Motevalian S. Relationship between Spiritual Health with Marital Satisfaction. *J Babol Univ Med Sci* 2017; 19 (3) :47-52 URL: <http://jbums.org/article-1-6568-fa.html> [Persian]
- 26- Mousavi Moghadam SR, Esmaeil Chegeni M, Ashrafi Hafez A. Explore the relationship among spiritual health, marital satisfaction, and demographic characteristics (age, duration of marriage, Journal of Behavioral Sciences, 2012; 7(2): 115-122. [Persian]
- 10- Khalili F, Sam Sh, Asayesh H. The situation of spiritual health in Elderly in Isfahan. *Journal of Iranian Elderly* 2014; 8(28): 16-23. [Persian]
- 11- Valerie M, et al. Developmental patterns of adolescent spiritual health in six countries. *SSM -Population Health* 2016; 2: 294-303.
- 12- Asarodi A, Jalilvand M.R, Oudi D, Akaberi A. Relationship between spiritual health and life satisfaction in nurses of Hashemi nejad in Mashhad. *Journal of Nursing and Midwifery University of Birjand Medical Sciences* 2013; 9(2): 156-162. [Persian]
- 13- Tehrani H, Rakhshani, T, Shojaee Zadeh, D, Hosseini, S.M, Bagheriyan S. Analyzing the relationship between job stress to mental health, personality type and stressful life events of the nurses occupied in Tehran 115 emergency. *The Iranian red crescent medical journal* 2013; 3(64): 272-273. [Persian]
- 14- Delavar A. Educational and psychological Research. *Payam Noor University*: 2003. [Persian]
- 15- Olson DH. *Families: What makes them work?* New York: Hamiltion, 1989.
- 16- Mir Khashti F. Investigating the relationship between life satisfaction and mental health. Master of Islamic Azad University of Counseling, Roodehen Branch. 1996. [Persian]
- 17- Soleimani H. *Tehran Enrich Intelligence Test, Marital Satisfaction Application Questionnaire*. 1995. [Persian]
- 18- Kaviani M. *Designing the theory of lifestyle based on the Islamic point of view and building the Islamic lifestyle test and examining its psychological characteristics*. PhD thesis in psychology, Isfahan University. 2009. [Persian]
- 19- Shahi A, Ghaffari I, Ghasemi K. Relationship between mental health and

duration of employment) in Mafi hospital nurses of Susa City (2015). JRRH 2015;1(4):38-44. URL: <https://journals.sbm.ac.ir/jrrh/article/view/8157> [Persian]