

The Role of Adherence to Islamic Lifestyle and Psychological Hardiness in the rate of Marital Conflicts

ARTICLE INFO

Article Type
Research Article

Authors

Mohammad Elahi ^{1*}
Fateme Molaee²,
Mehri Jalali³,
Mohsen Fouladi⁴,
Narges Momenijoo⁵

How to cite this article

Mohammad Elahi , Fateme Molaee, Mehri Jalali, Mohsen Fouladi, Narges Momenijoo. The Role of Adherence to Islamic Lifestyle and Psychological Hardiness in the rate of Marital Conflicts. *Islamic Life Style*. 2022; 6(2):11-19

1. Assistant Professor, Department of Islamic Education, Fasa University of Medical Sciences, Iran (Corresponding Author).
2. PhD student, Department of Quranic and Hadith Sciences, Isfahan Branch, Islamic Azad University (Khorasgan), Isfahan, Iran.
3. Associate Professor, Department of Quran and Hadith, University of Isfahan, Isfahan, Iran.
4. Professor, Department of Quran and Hadith, University of Isfahan, Isfahan, Iran
5. M.Sc., Department of Clinical Psychology, Karaj Branch, Islamic Azad University, Karaj, Iran.

* Correspondence:

Address:

Phone:

Email: m.amirabad1362@gmail.com

Article History

Received: 2021/11/09

Accepted: 2022/02/26

ABSTRACT

Purpose: It is important and necessary to study the effective factors in improving marital conflicts; therefore, the present study was conducted to determine the role of adherence to Islamic lifestyle and psychological hardiness in the rate of marital conflict.

Materials and Methods: In a descriptive-analytical study of from the statistical population that included all female primary and secondary school teachers in Najafabad, Isfahan in the academic year 2019-2020, 196 people were selected by available sampling method. Subjects were evaluated using Kaviani Islamic Lifestyle Short Form Questionnaire (2009), psychological hardiness of Kiamrei et al. (1998) and Sanaei Marital Conflict (2008) and the data were analyzed by Pearson correlation test and multiple regressions using SPSS software version 24.

Findings: The results showed that the relationship between Islamic lifestyle ($r = - 0.823$, $p < 0.01$) and psychological stubbornness ($r = - 0.511$, $p < 0.01$) with marital conflicts was negative and significant. Also, the components of Islamic lifestyle explain 94% and psychological hardiness of 28.3% of the variance of marital conflicts.

Conclusion: According to the findings, it can be concluded that paying attention to the Islamic lifestyle and trying to apply psychological training will play an important role in reducing marital conflicts.

Keywords: Islamic lifestyle, Psychological Hardiness, Marital Conflicts

نقش پابندی به سبک زندگی اسلامی و سرسختی روانشناختی در میزان تعارضات زناشویی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۸/۱۸
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۲/۰۷
*نویسنده مسئول: m.amirabad1362@gmail.com

مقدمه

ماهیت پویای نظام خانواده با انطباق پذیری از شرایط و حفظ ارزش‌ها، هنجارها، نقش‌ها، هویت خانوادگی و فرهنگی مشخص می‌شود (۱). یکی از عوامل تهدیدکننده بنیان و کانون خانواده تعارضاتی است که در روابط بین زوجین بروز پیدا می‌کند (۲). تعارضات زناشویی زمانی اتفاق می‌افتد که بین زوجها عدم توافق و عدم سازگاری، باشد رخ می‌دهد (۳). و ناشی از ناهماهنگ بودن زوجین در نوع خواسته‌ها و انتظارات و اختلاف در رفتارهای غیرمسئولانه نسبت به ارتباط زناشویی و ازدواج است (۴). عواطفی چون یاس، رنجش و بیزاری باعث نارضایتی شده و رابطه را مختل می‌نماید (۵). پژوهش‌ها نشان می‌دهند تعارضات زناشویی تأثیرات زیان‌آوری بر سلامت، جسم، روان و خانواده (۶)، جدایی و طلاق (۷) دارد.

از عوامل ارتقادهنده سلامت و حل تعارضات زوجین، سبک زندگی است (۸). سبک زندگی بیانگر شیوه زندگی با تأثیرپذیری از باورها و ارزش‌ها و نگرش‌های انسان به جهان هستی است (۹). امروزه بسیاری از صاحب‌نظران و پژوهشگران به مفهوم سبک زندگی اسلامی توجه می‌کنند. این مفهوم به سبکی از زندگی اشاره دارد که منبع اصلی استخراج آن قرآن است (۱۰). سبک زندگی اسلامی فرد را قادر می‌سازد تا ضمن شناخت بهتر خود و دیگران به ایجاد ارتباطات مناسب با مردم و سازگاری با محیط و اجتماع بپردازد (۱۱). سبک زندگی اسلامی مبتنی بر آموزه‌های اسلامی است که گستره شناخت، عواطف، نیت و رفتار فرد را در طول زندگی دنیای مادی تا معنوی برای نیازهای دنیا تا آخرت وی در همه ابعاد را پوشش داده است (۱۲). سبک زندگی اسلامی به مجموعه‌ای از موضوعات مورد قبول اسلام در عرصه زندگی اشاره دارد که بر اساس آن معیار رفتار ما باید مبتنی بر اسلام و آموزه‌های اسلامی باشد. خدامحوری و حاکمیت ارزش‌های اسلامی در زندگی از مهم‌ترین معیارهای سبک زندگی مورد تأیید اسلام است؛ در واقع در این سبک زندگی، زندگی فردی و اجتماعی افراد باید مبتنی بر اسلام و رهنمودهای قرآنی باشد (۱۳). زیربنای سبک زندگی اسلامی مبتنی بر اصول اعتقادی، فرامین دینی و درنهایت قرب الهی سازمان‌دهی شده است؛ بنابراین اگر سبک زندگی اسلامی افراد بهبود یابد، کیفیت زندگی و امید به زندگی در جامعه افزایش پیدا خواهد کرد. در مطالعات نقش سبک زندگی اسلامی در همبستگی صمیمیت زوجین (۱۴)، رضایت زناشویی (۱۵)، پیش‌بینی تعارضات خانوادگی (۱۶)، پیش‌بینی رضامندی زناشویی دانشجویان (۱۷)، رضایت زندگی زوجین (۱۸) و سازگاری زناشویی (۱۹) تأیید شده است. لذا مرور پیشینه پژوهش نشان می‌دهد که در زمینه نقش سبک زندگی اسلامی در تعارضات زناشویی مطالعه ای به صورت

محمد الهی^{۱*}

استادیار، گروه معارف اسلامی، دانشگاه علوم پزشکی فسا، ایران (نویسنده مسئول).

فاطمه ملائی^۲

کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی عمومی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران.

مهری جلالی ریگی^۳

کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی بالینی، واحد نجف آباد، دانشگاه آزاد اسلامی، نجف آباد، ایران.

محسن فولادی^۴

کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی بالینی، واحد خمین، دانشگاه آزاد اسلامی، خمین، ایران.

نرگس مومن جو^۵

کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی بالینی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران.

چکیده

هدف: بررسی عوامل موثر در بهبود تعارضات زناشویی مهم و ضروری هست، بنابراین پژوهش حاضر با هدف تعیین نقش پابندی به سبک زندگی اسلامی و سرسختی روانشناختی در میزان تعارضات زناشویی انجام شد.

مواد و روش‌ها: در یک پژوهش توصیفی-تحلیلی از جامعه آماری که شامل تمامی معلمان زن ابتدایی و متوسطه شهر نجف آباد اصفهان در سال تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۹ بودند، تعداد ۱۹۶ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. آزمودنی‌ها با استفاده از پرسش‌نامه‌های فرم کوتاه سبک زندگی اسلامی کاویانی (۱۳۸۸)، سرسختی روانشناختی کیامرثی و همکاران (۱۳۷۷) و تعارضات زناشویی ثنایی (۱۳۸۷) ارزیابی شدند و داده‌ها با آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه و با کمک نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد رابطه سبک زندگی اسلامی $r = -0.0823$ ($p < 0.01$) و سرسختی روانشناختی $r = -0.511$ ($p < 0.01$) با تعارضات زناشویی منفی و معناداری بود. همچنین مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی، ۹۴ درصد و سرسختی روانشناختی ۲۸/۳ درصد از واریانس تعارضات زناشویی را تبیین می‌کنند.

نتیجه‌گیری: با توجه به یافته‌ها می‌توان نتیجه گفت توجه به سبک زندگی اسلامی و تلاش برای به کارگیری آموزش‌های سرسختی روانشناختی، نقش مهمی در کاهش تعارضات زناشویی خواهد داشت.

کلیدواژه‌ها: سبک زندگی اسلامی، سرسختی روانشناختی، تعارضات زناشویی.

2. Islamic Life Style

1. Marital Conflicts

فرم کوتاه پرسشنامه سبک زندگی اسلامی: این پرسشنامه ۷۸ سؤالی توسط کاویانی، ساخته شده که ۱۰ خرده مقیاس شامل مؤلفه های (اجتماعی، عبادی، باورها، اخلاقی، مالی، خانواده، سلامت، تفکر و علم، امنیتی- دفاعی و زمان شناسی) را در یک طیف ۴ درجه‌ای از خیلی کم نمره یک تا خیلی زیاد نمره ۴ می‌سنجد هست. نمره آزمودنی بین ۷۸ تا ۳۱۲ خواهد بود که نمرات بالاتر نشان‌دهنده پای بندی بیشتر به سبک زندگی هست و برعکس. در مطالعه کاویانی، روایی به روش تحلیل عاملی تأییدی، ساختار عاملی مناسبی را برای آن نشان داد و روایی همزمان آن با آزمون جهت‌گیری مذهبی ۰/۶۴ به‌دست‌آمده است. همچنین پایایی به روش همسانی درونی (ضریب آلفای کرونباخ) ۰/۷۱ به دست آمد (۲۹). در پژوهش حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ به دست آمد.

مقیاس سرسختی روانشناختی اهواز: این پرسشنامه ۲۰ سؤالی توسط کیامرئی، نجاری و مهرابی زاده هنرمند، ساخته شده که سه خرده مقیاس مبارزه‌جویی، کنترل و تعهد را بر روی یک مقیاس چهارگزینه‌ای (هرگز نمره صفر تا بیشتر اوقات نمره سه) می‌سنجد؛ اما ماده‌های ۲۱، ۱۷، ۱۳، ۱۰، ۷، ۶ به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود، لذا دامنه نمرات بین صفر تا ۶۰ قرار می‌گیرد و احراز نمره بالا نشان‌دهنده سرسختی روان‌شناختی بالا در فرد است. کیامرئی و همکاران، روایی این آزمون به روش روایی هم‌زمان با سه ملاک مقیاس اضطراب عمومی، پرسشنامه افسردگی و خودشکوفایی ملو محاسبه گردید و ضرایب به‌دست‌آمده به ترتیب ۰/۶۷، ۰/۶۵، ۰/۶۷ و ۰/۶۲ بود و ضرایب پایایی را به دو روش باز آزمایی و آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۸۴ و ۰/۷۶ محاسبه کردند (۳۰). در این پژوهش ضریب پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۵ به دست آمد. پرسشنامه تعارضات زناشویی: این پرسشنامه ۵۴ سؤالی به‌وسیله ثنایی، ساخته شده که ۸ خرده مقیاس (کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش‌های هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزندان، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه با خویشاوندان همسر و دوستان، جدا کردن امور مالی از یکدیگر و کاهش ارتباط مؤثر) را و به روش پاسخ‌دهی ۵ گزینه‌ای لیکرت (هرگز: نمره یک تا همیشه ۵ نمره) اندازه‌گیری می‌کند. سؤالات ۳، ۱۱، ۱۶، ۲۹، ۳۰، ۳۳، ۴۷ و ۵۶ به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند، دامنه نمرات بین ۵۴ تا ۲۷۰ هست. در مجموع یک نمره کلی از تعارضات زناشویی می‌دهد. این پرسشنامه تعارضات زوجه‌ها را در چهار سطح فاقد تعارض با نمره ۱۲ تا ۹۰، تعارض در حد طبیعی با نمره ۹۰ تا ۱۱۱، تعارض بیش‌از حد طبیعی با نمره ۱۱۱ تا ۱۹۱ و تعارض بسیار شد یا با نمره بالاتر از ۱۹۰ طبقه‌بندی می‌کند. در مطالعه ثنایی، روایی محتوایی پرسشنامه تأیید و پایایی کل به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۶ و برای خرده مقیاس در دامنه‌ای بین ۰/۶۱ تا ۰/۸۹ به دست آمد (۳۱). در مطالعه حاضر پایایی کل به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمد.

در این پژوهش تمامی اصول اخلاقی مرتبط از جمله محرمانه بودن پرسشنامه‌ها، رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان در پژوهش و اختیار

مستقیم انجام نشده است و در این زمینه خلاء پژوهشی احساس می‌شود.

از طرفی سرسختی روانشناختی^۱ از مؤلفه‌های مهم شخصیت و تعیین‌کننده آسیب‌پذیری در مقابل تنیدگی، تعارضات و مشکلات خانوادگی است (۲۰). سرسختی روان‌شناختی مجموعه‌ای از ویژگی‌های شخصیتی است که به‌عنوان منبع مقاومت در برابر فشارهای زندگی و استرس عمل می‌کند (۲۱). سرسختی روان‌شناختی یک جهت‌گیری کلی نسبت به خود و دنیای اطراف است و شامل سه مؤلفه تعهد (اعتقاد به اهمیت و مهم بودن، جالب بودن، معنی‌دار بودن و ارزشمند بودن فعالیت‌های زندگی است)، کنترل (منعکس‌کننده میزانی است که شخص احساس می‌کند بر عوامل فشارزا تسلط دارد) و مبارزه‌جویی (تغییر بخشی طبیعی از زندگی است و انتظار می‌رود تغییر، انگیزه رشد باشد نه تهدیدی برای امنیت و ایمنی) است (۲۲). افراد سرسخت انعطاف‌پذیری بالایی دارند، به‌جای اتکا بر جنبه‌های ثابت زندگی بر انجام تغییرات و تطابق با شرایط تمرکز دارند (۲۳)، به دلیل برخورداری از سبک تئینی خوش‌بینانه، احساس توانمندی در رویارویی با مشکلات، برخورد مسئله‌مدارانه با مشکلات، می‌توانند سلامت روان خود را در رویدادهای پیش‌بینی‌نشده و ناگوار حفظ کنند (۲۴). مطالعات از نقش سرسختی روانشناختی زوجین در پیش‌بینی طلاق عاطفی (۲۵)، رضایت زناشویی (۲۶)، بی‌رمقی زناشویی (۲۷) حکایت دارند.

تعارض در روابط زوجین، سست شدن روابط زناشویی و به دنبال آن افزایش میزان طلاق را به دنبال دارد (۲۸). لذا با توجه به پیامدهای نامطلوب تعارضات زناشویی، با تشخیص عوامل مؤثر در آن، می‌توان به بهبود زندگی زوجین کمک شایانی کرد. از سوی مرور پیشینه پژوهش نشان داد که پژوهش‌های اندکی در زمینه ارتباط سبک زندگی اسلامی و سرسختی روانشناختی با تعارضات زناشویی صورت گرفته است و خلأ پژوهشی در این زمینه احساس می‌شود. از این رو با توجه به اهمیت تعارضات زناشویی و نقش عواملی همچون سبک زندگی اسلامی و سرسختی روانشناختی در این بین، مطالعه حاضر باهدف تعیین نقش پایبندی به سبک زندگی اسلامی و سرسختی روانشناختی در میزان تعارضات زناشویی انجام شد.

مواد و روش‌ها

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری شامل تمامی معلمان زن ابتدایی و متوسطه شهر نجف آباد اصفهان در سال تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۹ بودند (۴۰۰ نفر) که از جامعه آماری واجد شرایط بر اساس جدول گجرسی و مورگان نیز تعداد ۱۹۶ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ملاک‌های ورود شامل: متاهل بودن، گذشت حداقل دو سال از زندگی زناشویی، دامنه سنی ۲۰ تا ۵۰ سال و تمایل به شرکت در پژوهش بود. ملاک خروج از مطالعه نیز وجود سابقه اختلال روان‌پزشکی و مشکلات جسمانی شدید (طبق اظهارات خود فرد) و عدم ادامه همکاری با پژوهشگران بود. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه‌های زیر بودند:

^۱ Psychological hardiness

خروج از پژوهش رعایت شده است. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها علاوه بر آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون خطی چندگانه با رعایت پیش فرض های آماری یعنی توزیع نرمات با استفاده از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف، بررسی استقلال باقی مانده‌ها از آماره دوربین-واتسون، وجود همخطی چندگانه بین متغیرهای پیش‌بین از شاخص‌های تحمل و عامل تورم واریانس با کمک نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ استفاده شد.

یافته‌ها

بر اساس یافته‌های جمعیت شناختی از بین افراد نمونه ۶۱ نفر ۳۰-۳۰ سال (۳۱/۱ درصد)، ۸۸ نفر ۴۰-۳۱ سال سن (۴۴/۹ درصد)، ۴۷ نفر ۵۰-۴۱ سال سن (۲۴ درصد) داشتند. ۱۱۲ نفر لیسانس (۵۷/۱ درصد) و ۷۹ نفر فوق لیسانس (۴۰/۳ درصد)، ۵ نفر دکتری (۲/۶ درصد) داشتند. در جدول ۱ یافته‌های توصیفی مولفه های پرسش-نامه های پژوهش شامل میانگین و انحراف معیار گزارش شده است.

متغیرها	میانگین	انحراف معیار
۱- اجتماعی	۱۷.۳۱	۳.۵۹۹
۲- عبادی	۱۳.۱۶	۲.۸۶۳
۳- باورها	۱۶.۰۸	۲.۵۰۷
۴- اخلاقی	۱۷.۳۵	۳.۳۶۹
۵- مالی	۱۲.۸۰	۲.۷۵۸
۶- خانواده	۱۴.۸۱	۲.۳۷۲
۷- سلامت	۹.۹۹	۱.۸۰۲
۸- تفکر و علم	۹.۱۹	۲.۵۳۲
۹- امنیتی- دفاعی	۱۱.۴۵	۲.۴۷۹
۱۰- زمان شناسی	۱۳.۶۳	۲.۱۲۵
۱۱- سبک زندگی اسلامی	۱۳۵.۷۷	۷.۴۲۱
۱۲- مبارزه جویی	۱۰.۰۴	۱.۸۲۰
۱۳- کنترل	۱۲.۹۵	۱.۸۹۸
۱۴- تعهد	۱۹.۵۳	۲.۸۵۱
۱۵- سرسختی روانشناختی	۴۲.۵۲	۴.۷۲۲
۱۶- تعارضات زناشویی	۱۵۲.۳۸	۳۲.۴۲۰

جدول ۱. ضرایب همبستگی بین سبک زندگی اسلامی با تعارضات زناشویی

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱- اجتماعی												
۲- عبادی	۰/۲۱۷**											
۳- باورها	۰/۴۹۶**	۰/۱۳۹*										
۴- اخلاقی	۰/۵۷۷**	۰/۱۸۸**	۰/۵۰۴**									
۵- مالی	۰/۱۰۶*	۰/۱۸۹**	۰/۲۴۶**	۰/۲۳۰**								
۶- خانواده	۰/۵۶۲**	۰/۱۹۴**	۰/۶۴۷**	۰/۲۶۵**	1							
۷- سلامت	۰/۵۱۹**	۰/۱۹۱**	۰/۴۲۴**	۰/۵۴۴**	۰/۱۴۶*	۰/۴۹۴**						
۸- تفکر و علم	۰/۱۵۴*	۰/۱۸۲*	۰/۱۶۴*	۰/۳۱۸**	۰/۱۵۵*	۰/۱۴۳*	۱					
۹- امنیتی- دفاعی	۰/۱۲۰*	۰/۲۰۷**	۰/۱۳۲*	۰/۴۱۳**	۰/۱۳۱*	۰/۲۹۴**	۰/۱۹۸**	۱				
۱۰- زمان شناسی	۰/۴۵۲**	۰/۲۷۴**	۰/۵۷۵**	۰/۴۷۴**	۰/۱۵۸*	۰/۵۸۰**	۰/۳۷۱**	۰/۱۷۲*	۰/۱۸۰*	۱		

۱۱- سبک زندگی اسلامی	۰/۵۳۴**	۰/۳۲۲**	۰/۵۹۱**	۰/۵۷۸**	۰/۴۴۶**	۰/۵۹۶**	۰/۴۰۲**	۰/۳۲۷**	۰/۲۴۸**	۰/۳۹۷**	۱	
۱۲- تعارضات زناشویی	۰/۷۰۹**	۰/۳۹۳**	۰/۷۸۹**	۰/۶۷۰**	۰/۲۶۶**	۰/۸۱۷**	۰/۶۳۲**	۰/۱۸۵**	۰/۱۵۱**	۰/۷۶۰**	۰/۸۲۳**	۱

* معنی داری در سطح ۰/۰۵ ** معنی داری در سطح ۰/۰۱
 بر اساس نتایج بدست آمده از جدول ۲. تمامی ضرایب همبستگی محاسبه شده بین سبک زندگی اسلامی با تعارضات زناشویی منفی و در سطح آلفای ۰/۰۵ معنی دار بود و منفی بودن ضرایب به دست آمده نشان می دهد که بین سبک زندگی اسلامی با تعارضات زناشویی ارتباط معکوس وجود داشت ($p < 0.05$).

جدول ۳. ضرایب همبستگی بین سرسختی روانشناختی با تعارضات زناشویی

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	۱	۲	۳	۴	۵
۱- مبارزه جویی	۱۰۰۰۴	۱۸۲۰	۱				
۲- کنترل	۱۲۰۹۵	۱۸۹۸	۰/۳۰۲**	۱			
۳- تعهد	۱۹۰۵۳	۲۸۵۱	۰/۲۶۹**	۰/۵۷۱**	۱		
۴- سرسختی روانشناختی	۴۲۰۵۲	۴۷۲۲	۰/۴۲۳**	۰/۶۱۹**	۰/۵۲۸**	۱	
۵- تعارضات زناشویی	۱۵۲۰۳۸	۳۲۰۴۲۰	۰/۳۹۷**	۰/۴۵۱**	۰/۳۸۹**	۰/۵۱۱**	۱

* معنی داری در سطح ۰/۰۵ ** معنی داری در سطح ۰/۰۱
 بر اساس نتایج بدست آمده از جدول ۳. تمامی ضرایب همبستگی محاسبه شده بین سرسختی روانشناختی با تعارضات زناشویی منفی و در سطح آلفای ۰/۰۱ معنی دار بود و منفی بودن ضرایب به دست آمده نشان می دهد که بین سرسختی روانشناختی با تعارضات زناشویی ارتباط معکوس وجود داشت ($p < 0.01$).

جدول ۴. تحلیل رگرسیون چندگانه برای پیش بینی تعارضات زناشویی از طریق سبک زندگی اسلامی

مدل	B	خطای استاندارد	ضرایب استاندارد نشده		t	مقدار احتمال	R	مجذور R تعدیل شده	مقدار F	مقدار احتمال
			Beta	ضرایب استاندارد شده						
ثابت	۴۰۹/۹۴۲	۵/۱۹۷			۷۸.۸۸۴	۰.۰۰۱	۰.۹۷۱	۰.۹۴۰	۳۰۵.۷۹۹	۰.۰۱
اجتماعی	-۱.۷۳۱	۰.۲۲۹	-۰.۱۹۲	-۰.۵۵۴	-۷.۵۵۴	۰.۰۰۱				
عبادی	-۱.۶۰۶	۰.۲۱۶	-۰.۱۴۲	-۷.۴۵۲	-۷.۴۵۲	۰.۰۰۱				
باورها	-۳.۶۱۶	۰.۳۲۸	-۰.۲۸۰	-۱۱.۰۱۷	-۱۱.۰۱۷	۰.۰۰۱				
اخلاقی	-۰.۷۸۵	۰.۲۳۱	-۰.۰۸۲	-۳.۴۰۰	-۳.۴۰۰	۰.۰۰۱				
مالی	-۱.۲۰۰	۰.۲۴۹	-۰.۱۱۷	-۴.۸۰۴	-۴.۸۰۴	۰.۰۰۱				
خانواده	-۳.۴۸۹	۰.۳۷۴	-۰.۲۵۵	-۹.۳۲۹	-۹.۳۲۹	۰.۰۰۱				
سلامت	-۲.۳۲۱	۰.۳۹۸	-۰.۱۲۹	-۵.۸۳۱	-۵.۸۳۱	۰.۰۰۱				
تفکر و علم	-۰.۵۳۳	۰.۲۴۹	-۰.۰۴۲	-۲.۱۲۸	-۲.۱۲۸	۰.۰۳۴				
امنیتی- دفاعی	-۰.۹۱۱	۰.۲۷۶	-۰.۰۷۰	-۳.۲۹۸	-۳.۲۹۸	۰.۰۰۱				
زمان شناسی	-۳.۴۵۵	۰.۳۷۱	-۰.۲۲۷	-۹.۳۲۴	-۹.۳۲۴	۰.۰۰۱				

برابر با ۰/۹۴۰ به دست آمد که نشان داد مؤلفه های سبک زندگی اسلامی، ۹۴ درصد از واریانس تعارضات زناشویی را تبیین می کنند. مقدار ضریب رگرسیونی استاندارد شده (Beta) برای مؤلفه اجتماعی ($\beta = -0.192, p < 0.01$)، عبادی ($\beta = -0.142, p < 0.01$)، باورها ($\beta = -0.280, p < 0.01$)، اخلاقی ($\beta = -0.082, p < 0.01$)،

در جدول ۴ مقدار F به دست آمده برای بررسی مدل رگرسیونی برابر با ۳۰۵/۷۹۹ بود که در سطح آلفای کوچک تر از ۰/۰۱ معنی دار بود که نشان داد سبک زندگی اسلامی می تواند تغییرات مربوط به تعارضات زناشویی را به خوبی تبیین کند و نشان دهنده مناسب بودن مدل رگرسیونی ارائه شده بود. مقدار مجذور R تعدیل شده

مالي ($\beta = -0.117, p < 0.01$)، خانواده ($\beta = -0.255, p < 0.05$)، سلامت ($\beta = -0.129, p < 0.05$)، تفکر و علم ($\beta = -0.42, p < 0.05$)، امنیت-دفاعی ($\beta = -0.70, p < 0.05$) و زمان‌شناسی ($\beta = -0.227, p < 0.01$) است. لذا نتیجه گرفته شد که سبک زندگی اسلامی به شکل منفی و معنی‌داری تعارضات زناشویی زنان را پیش‌بینی می‌کند.

جدول ۵. تحلیل رگرسیون چندگانه برای پیش‌بینی تعارضات زناشویی از طریق سرسختی روانشناختی

مقدار احتمال	مقدار مقدار F	مجذور R	مقدار R	ت	ضرایب استاندارد نشده		مدل
					Beta	B	
0.01	26.688	0.283	0.542	17.984	16.536	297.376	ثابت
0.001				-4.214	-0.270	1.141	مبارزه‌جویی
0.001				-3.731	-0.281	1.284	کنترل
0.037				-2.096	-0.156	-1.174	تعهد

توصیه‌های فراوانی برای هر چه بهتر و سالم‌تر زیستن انسان ارائه می‌دهد. یکی از مواردی که دین اسلام بدان توجه می‌کند، روابط بین فردی، به‌ویژه روابط زوجین است. اسلام با الگو قرار دادن سبک زندگی پیامبر اسلام و ائمه اطهار رهنمودهایی درباره شیوه‌های که اعضای خانواده باید با یکدیگر رفتار کنند، ارائه کرده است و با بیان نتایج دنیوی و اجر اخروی این سبک، انگیزه بیشتری در اجرای آن برای زوجین ایجاد می‌کند. در نتیجه زوجین با پیوندی که بین باورهای دینی و نیازهای زندگی زناشویی ایجاد می‌کنند، به‌نوعی تعهد معنوی و درونی نسبت به انجام وظایف زناشویی می‌یابند؛ بنابراین، فرد با اجرای سبک زندگی اسلامی، در چارچوب برنامه و نقشه راه از پیش تدوین‌شده الهی قرار می‌گیرد و از پیامدهای منفی تصمیم‌های آنی ناشی از نداشتن الگوی زندگی زناشویی مصون بوده و در نتیجه تعارضات زناشویی کمتری را تجربه خواهد کرد (۱۵). همچنین می‌توان گفت زوج‌های دارای سطوح بالای پایبند مذهبی، دوام و بقای ازدواج خود را از برکت خداوند می‌دانند و خوشاوندی و پیامدهای مثبت ازدواج نیز در سایهٔ مذهب، رنگ مقدسی به خود خواهد گرفت (۳۲)، در واقع پایبندی به سبک زندگی اسلامی فرد را قادر می‌سازد که از جنبه‌های مختلف فیزیولوژیکی، شناختی و عاطفی، خشم خود را کنترل کند و به او کمک می‌کند که مسئولیت اعمال خود را در تعارضات بپذیرد، همچنین از لحاظ بین فردی، اعمال مذهبی شرایطی ایجاد می‌کند که فرد در هنگام خشم به خدا توجه کند و حمایتی برای هر دو زوج ایجاد می‌کند که از تعارض با یکدیگر اجتناب کنند (۱۶). بر این اساس، هر چه قدر میزان پایبندی خانواده‌ها و زوجین به سبک زندگی اسلامی و مباحث مذهبی بیشتر باشد، میزان اختلافات در آن خانواده کمتر خواهد بود. در تبیینی دیگر می‌توان گفت زنان دارای اعتقادات مذهبی بالا و پایبند به سبک زندگی اسلامی در مواقع مواجهه با عصبانیت، با منحرف کردن فکر خود به سمت خداوند احساس آرامش کرده و مردان مذهبی نیز از ایجاد درگیری و بیان کلماتی که باعث تشدید دعوا و درگیری می‌شود، اجتناب می‌کنند (۳۳). لذا پایبند بودن افراد به مسائل مذهبی امکان پیش‌بینی رفتارهای آنان را در کانون خانواده و اجتماع فراهم می‌کند. بالطبع، افرادی که از نظر مذهبی قوی‌تر هستند در مورد

در جدول ۵. مقدار F به‌دست‌آمده برای بررسی مدل رگرسیونی برابر با ۲۶/۶۸۸ بود که در سطح آلفای کوچک‌تر از ۰/۰۱ معنی‌دار بود که نشان داد سرسختی روانشناختی می‌تواند تغییرات مربوط به تعارضات زناشویی را به‌خوبی تبیین کند و نشان‌دهنده مناسب بودن مدل رگرسیونی ارائه‌شده بود. مقدار مجذور R تعدیل‌شده برابر با ۰/۲۸۳ به دست آمد که نشان داد مؤلفه‌های سرسختی روانشناختی، ۲۸/۳ درصد از واریانس تعارضات زناشویی را تبیین می‌کنند. مقدار ضریب رگرسیونی استاندارد شده (Beta) برای مؤلفه مبارزه‌جویی ($\beta = -0.270, p < 0.01$)، کنترل ($\beta = -0.281, p < 0.01$) و تعهد ($\beta = -0.156, p < 0.05$) است. لذا نتیجه گرفته شد که سرسختی روانشناختی به شکل منفی و معنی‌داری تعارضات زناشویی زنان را پیش‌بینی می‌کند.

نتیجه‌گیری

هدف مطالعه حاضر تعیین نقش پایبندی به سبک زندگی اسلامی و سرسختی روانشناختی در میزان تعارضات زناشویی بود. اولین یافته پژوهش نشان داد مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی، به شکل منفی و معنی‌داری تعارضات زناشویی زنان را پیش‌بینی می‌کنند. لذا می‌توان نتیجه گرفت که با به‌کارگیری و پیاده‌سازی مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی، میزان تعارضات زناشویی کاهش می‌یابد. در زمینه نتیجه به‌دست‌آمده مطالعه‌ای به‌صورت مستقیم انجام‌نشده است، اما با نتایج مشابه و نزدیک در این زمینه که از نقش سبک زندگی اسلامی در میزان رضایت‌مندی زناشویی و ارتقای سلامت خانواده‌ها حکایت دارند، (۱۹-۱۴) همسو است. به‌طور مثال مطالعه برجلی و همکاران، نشان داد سبک زندگی اسلامی با واسطه‌گری خوش‌بینی، بر رضایت زناشویی اثر غیرمستقیم دارد (۱۵). در مطالعه‌ای دیگر نشان داده شد، هر چه میزان پایبندی به سبک زندگی اسلامی در بین خانواده‌ها بیشتر باشد، میزان اختلافات و تعارضات زناشویی کمتر می‌شود (۱۶). همچنین نتایج پژوهش سلم‌آبادی و همکاران، نشان داد با پیاده‌سازی سبک زندگی اسلامی، سازگاری زناشویی مناسبی برای زوجین و افراد خانواده ایجاد می‌شود (۱۹). در تبیین این یافته می‌توان گفت دین اسلام شامل جنبه‌های مختلف زندگی انسان است و در هر مورد، راهکارها و

فرایند زندگی زوجین، پیشگیری از تعارضات بین زوجین میان زوجین و آگاهی افزایشی زوج‌های در شرف ازدواج استفاده کرد. همچنین مشاوران، روانشناسان و درمانگران حوزه خانواده می‌توانند در ارائه خدمات مشاوره‌های خود به زوجین با تأکید بر مؤلفه‌ها و ابعاد سبک زندگی اسلامی و سرسختی روانشناختی، به کاهش تعارضات زناشویی کمک کنند. در نهایت پیشنهاد می‌شود با برگزاری سلسله کارگاه‌های آموزشی در زمینه سبک زندگی اسلامی و سرسختی روانشناختی در جهت بهبود زندگی زناشویی گام برداشت.

References

1. Makiwane M, Gumede NA, Makoae M, Vawda M. Family in a changing South Africa: structures, functions and the welfare of members. *South African Review of Sociology*. 2017;48(2):49-69.
2. Park T-Y, Park Y. Contributors influencing marital conflicts between a Korean husband and a Japanese wife. *Contemporary Family Therapy*. 2019;41(2):157-67.
3. Makhanova A, McNulty JK, Eckel LA, Nikonova L, Maner JK. Sex differences in testosterone reactivity during marital conflict. *Hormones and Behavior*. 2018;105:22-7.
4. Jafarimanesh M, Zaharakar K, Taghvaei D, Pirani Z. The Effect of Acceptance and Commitment Therapy on Marital Burnout in Couples with Marital Conflicts. *Journal of School of Public Health and Institute of Public Health Research*. 2021;18(4):435-46.
5. Salisbury R. *Staying in Love: The Top Secrets of Great Relationships*; Penguin Random House New Zealand Limited; 2010.
6. Lucas-Thompson RG, Lunkenheimer ES, Dumitrache A. Associations between marital conflict and adolescent conflict appraisals, stress physiology, and mental health. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*. 2017;46(3):379-93.
7. Clout D, Brown R. Marital relationship and attachment predictors of postpartum stress, anxiety, and depression symptoms.

مسائل زندگی به اختلاف کمتری برخورد و در صورت بروز اختلاف با سعه‌صدر در جهت برطرف کردن مشکل برمی‌آیند. دیگر یافته پژوهش نشان داد مؤلفه‌های سرسختی روانشناختی، به شکل منفی و معنی‌داری تعارضات زناشویی زنان را پیش‌بینی می‌کنند. لذا می‌توان نتیجه گرفت که با ارتقای سرسختی روانشناختی، میزان تعارضات زناشویی کاهش می‌یابد. همسو با نتیجه به‌دست‌آمده، مطالعه‌ای به‌صورت مستقیم انجام‌نشده است، اما با پژوهش‌های مرتبط و نزدیک در این زمینه همسو است. به‌عنوان مثال بر اساس یافته‌های مطالعه عظیمی و همکاران نشان داد، سرسختی روانشناختی بالا می‌تواند از بروز طلاق عاطفی جلوگیری کند (۲۵). مطالعه سیفی و تقوی، نشان داد سرسختی روانشناختی دارای اثر مثبت بر رضایت زناشویی هست (۲۶). همچنین پژوهش زالی و همکاران، نشان داد سرسختی روانشناختی، پیش‌بینی‌کننده بی‌رمقی زناشویی هست (۲۷). در تبیین نتیجه فوق می‌توان گفت سرسختی روانشناختی الگویی از راهبردها و نگرش‌های ساخته‌شده‌ای است که موجب تبدیل شرایط استرس‌زا از فجاج بالقوه به افزایش فرصت‌ها می‌گردد. سه مؤلفه نگرش‌های سرسختانه، تعهد، کنترل و مبارزه‌جویی باهم منجر به شهامت وجودی و انگیزه انجام راهبردهای سرسختانه مقابله حل مسئله، تعاملات حمایت‌گرانه - اجتماعی و خودمراقبتی بهینه می‌شوند، و نقش مهم و ویژه‌ای در معنا بخشی به یک زندگی کارآمد و کامیاب ایفا می‌کنند (۳۴)؛ سرسختی روانشناختی باعث پرورش دیدی خوش‌بینانه نسبت به عوامل استرس‌زا می‌شود، و فرد را قادر می‌سازد تا رویدادها را به‌جای این‌که تهدیدی برای امنیت خود در نظر بگیرد، به فرصت‌هایی جهت یادگیری تبدیل کند و همین عامل سبب افزایش بهبود زندگی زناشویی و کاهش تعارضات زناشویی می‌شود (۳۵). در تبیینی دیگر می‌توان گفت سرسختی روانشناختی ویژگی مثبتی است که میزان مناسب و بالای آن در بهبود توانمندی‌های ارتباطی، ادراک فردی و بهبود زندگی بین فردی و درون فردی موثر است. افراد دارای سرسختی روانشناختی بالاتر نسبت به کنترل رفتار خود توانمندتر بوده و تعهد بیشتری نسبت به مسائل و اهداف دارند که این مهم باعث خواهد شد که زوجین دارای سرسختی روانشناختی بالاتر در مقابل مسائل و مشکلاتی که در زندگی برای آن‌ها پیش می‌آید از تلاش لازم برخوردار باشند. این رفتار در بهبود زندگی زناشویی و به‌تبع کاهش تعارضات زناشویی آن‌ها تأثیرگذار خواهد بود (۳۶).

از محدودیت‌های پژوهش می‌توان به خود گزارشی بودن ابزار پژوهش و تعداد زیاد سؤالات ابزار می‌توان اشاره کرد، طرح پژوهش حاضر به دلیل آن‌که همبستگی بود، در استنباط علی از آن باید احتیاط کرد. همچنین محدودیت دیگر عدم کنترل ویژگی‌های دموگرافیک بود. پیشنهاد می‌شود، تحقیقات آینده به‌منظور روشن شدن ارتباط بین این متغیرها در قشرهای دیگر جامعه همچون پرستاران، کارمندان و افراد خانه‌دار و گروه‌های سنی دیگر انجام شود. پیشنهاد می‌شود که در مطالعات آینده به مقایسه متغیرهای مذکور با نقش تعدیل‌کننده عوامل جمعیت شناختی از جمله سن، جنس، تحصیلات، وضعیت اقتصادی- اجتماعی در قالب معادلات ساختاری پرداخته شود. از نتایج این پژوهش می‌توان برای بهبود

- journal of policing & social studies of women & family (pssw). 2016;1395(6):49-66.
17. Motahhari S, Farahbakhsh K, Soltaninejad A, Noori MR. Prediction of Islamic Marital Satisfaction Based on Islamic Lifestyle Components for Married Students. *Journal of Cultural Guardianship of The Islamic Revolution*. 2016;5(12):47-69.
 18. Farsadnia E, Ramezani F. Islamic lifestyle and life satisfaction in couples. 2nd International Conference on Psychology, Educational Sciences and Lifestyle; Mashhad.
 19. Salmabadi M, Shafie Abadi A, Kalantar Kousheh SM. Designing the Marital Adjustment Model with due attention to Islamic life Style and Perfectionism in High School Teachers. *Journal of counseling research*. 2015;13(52):51-73.
 20. Azimi N, Hosseini SS, Arefi M, Parandin S. Identifying the role of cognitive stubbornness interface in conflict and emotional divorce control methods for couples. *The Journal Of Psychological Science*. 2020;18(84):2319-28.
 21. Samadifard HR, Mikaeli N. Social Health in the Spouses of Veterans: The Role of Psychological Hardiness, Spiritual Wellbeing and Perceived Stress. *Journal of Military Medicine*. 2015;13(52):51-73.
 22. Maddi SR. Hardiness as a pathway to resilience under stress. *The Routledge international handbook of psychosocial resilience*: Routledge; 2016. p. 144-50.
 23. Fischer TD, Smout MF, Delfabbro PH. The relationship between psychological flexibility, early maladaptive schemas, perceived parenting and psychopathology. *Journal of contextual behavioral science*. 2016;5(3):169-77.
 24. Monjezi E, Haroon Rashidi H, Kazemian moghadam K. The Relationship between Family Relationship Patterns and Attitudes Toward Creativity: Mediating
- Journal of Social and Clinical Psychology. 2016;35(4):322-41.
 8. Hoseini kamkar E, Soleymani A, Mahdavian A, javidi N, Najafi M. The Efficacy of Training in Change of Life Style for Improvement of Mental Health and Resolving Conflicts of Maladjusted Couples. *Quarterly Journal of Health Breeze*. 2014;2(2):41-9.
 9. Zamiri M, karegar R, Malekirad M. The functionality of Mahdiship in Offering Islamic Lifestyle Model. *Journal of Islam and Social Studies*. 2019;6(24):7-33.
 10. Heirat A, Fatehizadeh Ms, Ahmadi SA, Bahrami F, Etemadi O. Evaluate the psychometric properties of couples lifestyle questionnaire with Islamic approach, a combination study. *Quarterly of Educational Measurement*. 2014;5(17):149-73.
 11. Ranjdoust S. Role of Islamic Life Style in Reducing Newfound Social Harms. *Islamic Life Style*. 2019;3(2):83-90.
 12. Kaviani M. Quantification and measurement of Islamic life style. 2011.
 13. Afshani SAR, Rasulinejad SP, Kavyani M, Samiei HR. The Investigation into the Relationship between Islamic Life Style and Social Health among People of Yazd City. *Studies in Islam and Psychology*. 2014;8(14):83-103.
 14. Safara M, Lotfi M, Pourshahriyary M, Solgi M. Correlation between Love and Intimacy of Couples with Mental Health of Married Women: Emphasizing the Characteristics of Islamic Lifestyle in Marriage. *Islamic Life Style*. 2019;3(2):99-103.
 15. 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.
 16. Atadokht A, Hashemi J, jesarati A. The Role of Women Adherence to Islamic lifestyle in Predicting Familial Conflicts.

case for and against psychological hardiness. *Psychological reports*. 2019;122(6):2096-118.

35. Shahbazirad A, Ghazanfari F, Abbasi M, Mohammadi F. The Role of Psychological Hardiness and Spiritual Health in Predict of Quality of Life in Students of Kermanshah University of Medical Sciences. *Journal of Education and Community Health*. 2015;2(2):20-7.

36. Bowen S, De Boer D, Bergman AL. The role of mindfulness as approach-based coping in the PTSD-substance abuse cycle. *Addictive behaviors*. 2017;64:212.

Academic Vitality in Students. *Thinking and Children*. 2022;12(2):1-1.

25. Azimi N, Hosseini SS, Arefi M, Parandin S. Predicting Emotional Divorce Based on Conflict Control Styles and Psychological Hardiness in Couples. *Journal of Excellence in counseling and psychotherapy*. 2020;9(33):47-57.

26. Saify Y, Taghavi M. Relationship between Spiritual well-being and Marital Satisfaction: The mediation of psychological Hardiness. *Contemporary psychology*. 2019;14(1):31-41.

27. Zali Z, Ahmadi S, Sarami Foroshani G. The mediating role of marital forgiveness in the relationship between psychological hardiness and marital burnout. *Pathology, counseling and family enrichment*. 2019;5(1):107-24.

28. Babaie E. Prediction of marital conflicts of women involve in domestic violence based on sexual schemas, sexual function and sexual satisfaction. *Journal of Nursing Education*. 2018;6(5):16-24.

29. Kaviani M. Designing a lifestyle theory based on the Islamic perspective and constructing an Islamic lifestyle test and examining its psychometric properties. Isfahan: University of Isfahan; 2010.

30. Kiyamryy A, Najarian B, Mehrabizade M. Construction and validation of a measure of hardiness. *Journal of Psychology*. 2004; 1(7):271-84.

31. Sanaei B. *Family and Marriage Scales*. Tehran: Besat; 2008.

32. Mullins DF. The effects of religion on enduring marriages. *Social Sciences*. 2016;5(2):24.

33. Marsh R, Dallos R. Religious beliefs and practices and Catholic couples' management of anger and conflict. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*. 2000;7(1):22-36.

34. Kowalski CM, Schermer JA. Hardiness, perseverative cognition, anxiety, and health-related outcomes: A