

Investigating the Factors Affecting Marital Burnout of Couples in Tehran

ARTICLE INFO

Article Type
Analytical Review

Authors

Jamaledin Faraji¹,
Hooman Namvar^{*2},
Bagher Namvar³

How to cite this article

Jamaledin Faraji, Hooman Namvar, Bagher Sanai, Investigating the Factors Affecting Marital Burnout of Couples in Tehran. *Journal of Islamic Life Style*, 2021:5(1): 47-60.

ABSTRACT

Purpose: This study aimed to identify the factors affecting marital burnout.

Materials and Methods: The method of this research was descriptive-correlational. The statistical population included all married men and women living in Tehran. Multi-stage cluster sampling method was used to select the sample. The sample size was 500 people. The questionnaires used included a 70-item questionnaire developed by the researcher to assess the effective factors and a 21-item questionnaire on marital burnout. To analyze the data from descriptive statistical methods including tables of frequency, mean and standard deviation. Inferential statistics such as Pearson correlation coefficient, multiple linear regression, confirmatory factor analysis and structural equation modeling were used with SPSS and AMOA software.

Findings: The findings showed that communication traits, personality traits and living conditions predict marital burnout. Components of communication traits (emotional relationship, sex and support and care), components of personality traits (responsibility, self-confidence). And emotional expression), components of living conditions (job and financial conditions and marriage style) are predictors of marital burnout.

Conclusion: The results of confirmatory factor analysis and structural equation modeling showed that all extracted factors have a suitable factor load and the conceptual model has a logical and acceptable fit.

Keywords: Effective Factors, Marital Burnout, Couples, Tehran.

1. PhD Student, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Saveh Branch, Islamic Azad University, Saveh, Iran.

2. Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Saveh Branch, Islamic Azad University, Saveh, Iran. (Corresponding Author).

3. Professor, Department of Counseling, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Kharazmi University, Karaj, Iran

* Correspondence:

Address:

Phone:

Email: Hooman.namvar@gmail.com

Article History

Received: 2020/08/29

Accepted: 2020/12/08

بررسی عوامل مؤثر بر فرسودگی زناشویی زوجین در تهران

جمال‌الدین فرجی^۱

دانشجو دکتری، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه، ایران.

هومن نامور^{۲*}

استادیار، گروه علوم تربیتی، واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه، ایران (نویسنده مسئول).

باقر ثنایی^۳

استاد، گروه مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه خوارزمی، کرج، ایران.

چکیده

هدف: این تحقیق با هدف شناسایی عوامل مؤثر بر فرسودگی زناشویی انجام شده است.

مواد و روش‌ها: روش این تحقیق توصیفی-همبستگی همبستگی بوده است. جامعه آماری شامل کلیه زنان و مردان متأهل ساکن در شهر تهران بود. برای انتخاب نمونه از شیوه نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای استفاده شد. حجم نمونه ۵۰۰ نفر بوده است و پرسش‌نامه‌های مورد استفاده شامل پرسش‌نامه ۷۰ سؤالی محقق‌ساخته برای سنجش عوامل مؤثر و پرسش‌نامه ۲۱ سؤالی فرسودگی زناشویی پاینز بوده است. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آماری توصیفی شامل جداول فراوانی، میانگین و انحراف معیار. آمارهای استنباطی مثل ضریب همبستگی پیرسون، رگرسیون خطی چندگانه، تحلیل عاملی تأییدی و مدلیابی معادلات ساختاری با نرم‌افزارهای SPSS و AMOA استفاده شده است.

یافته‌ها: یافته‌های پژوهش نشان داد که ویژگی‌های ارتباطی، خصوصیات شخصیتی و شرایط زندگی پیش‌بینی‌کننده فرسودگی زناشویی هستند، مؤلفه‌های ویژگی‌های ارتباطی (رابطه عاطفی، رابطه جنسی و حمایت و مراقبت)، مؤلفه‌های ویژگی‌های شخصیتی (مسئولیت‌پذیری، اعتمادبه‌نفس و ابرازگری هیجانی)، مؤلفه‌های شرایط زندگی (شرایط شغلی و مالی و سبک ازدواج) پیش‌بینی‌کننده فرسودگی زناشویی هستند.

نتیجه‌گیری: نتایج حاصل از تحلیل عاملی تأییدی و مدلیابی معادلات ساختاری نشان داد، کلی عامل‌های استخراج شده دارای بار عاملی مناسبی هستند و مدل مفهومی از برآزش منطقی و قابل قبولی برخوردار است.

کلید واژه‌ها: عوامل مؤثر، فرسودگی زناشویی، زوجین، تهران.

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۶/۰۸

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۰۹/۱۸

*نویسنده مسئول: Hooman.namvar@gmail.com

مقدمه

نظام خانواده در زمره مهمترین نظام‌های اجتماعی است که بر اساس ازدواج بین دو جنس شکل می‌گیرد (۱)؛ از این‌رو، نیاز به برقراری و حفظ پیوند و روابط نزدیک با دیگران به‌عنوان انگیزه اساسی و بنیادی بشر قلمداد می‌شود (۲). خانواده اولین، مهمترین و والاترین نهاد اجتماعی در تاریخ بشری است که زمینه تکوین، رشد و شکوفایی عاطفی و اجتماعی اعضای خود را فراهم می‌کند و ازدواج حساس‌ترین تعهد عاطفی است که انسان برای برخورداری از آرامش روانی و روابط گرم و صمیمی آن را می‌پذیرد (۳).

کیفیت روابط درون خانواده، نقش به‌سزایی در شکل‌گیری نگرش‌ها و بازخوردهای اجتماعی، آمادگی و توسعه مهارت‌های اجتماعی اعضای خانواده دارد و پایه و اساس روابط درون خانواده بر محور رابطه زن و شوهر استوار است (افروز، ۱۳۹۴). محققان بر این باورند که زن و شوهر به مثابه نیرویی تعیین‌کننده در جهت حرکت خانواده، در چرخه زندگی نقشی بنیادین را ایفا می‌کنند. روابط زناشویی پایدار و رضایت‌بخش، در فراهم آوردن نتایج مثبت بسیار، برای اعضای خانواده از جمله سلامت روانی مثبت، سلامت بدنی و رشد، کارآمد هستند و همچنین رشد و سلامتی اعضای خانواده را ارتقا می‌دهند (۴).

سلامت و پویایی نظام خانواده زندگی زناشویی بستگی به کیفیت روابط بین زن و مرد دارد. طبعاً اگر چنین روابطی بر اساس عشق و تعهد صمیمانه و پایدار باشد بر یک یک اعضای خانواده تأثیر عمیق و شگرف دارد. کیفیت روابط زن و شوهر بر سلامت روانی افراد خانواده عمیقاً تأثیر می‌گذارد. رابطه زناشویی یک ارتباط انسانی منحصر به فرد است که با هیچ‌یک از روابط بین‌فردی دیگر قابل مقایسه نیست (۵).

ثبات ازدواج، فقدان مشکلات زناشویی نیست، بلکه حضور شور و اشتیاق، صمیمیت و تعهد است که ازدواج را سالم و بی‌عیب حفظ می‌کند (۶).

یکی از مشکلات اساسی و واقعی این است که در اجتماع امروز ما بسیاری، روابط زناشویی را تقریباً یا به‌طور کامل بر عشق بنا می‌کنند و آن وقت تقاضاهای متعددی بر آن تحمیل می‌شود که عشق به‌تنهایی از عهده آن بر نمی‌آید. روابط زناشویی گاهی با مشکلات و نارضاقتی‌هایی همراه است که زوجین را دچار تعارض می‌کند. بعد از ازدواج تغییراتی در سبک زندگی، روابط اجتماعی و روابط بین فردی طرفین ایجاد می‌شوند که همگی نیازمند توانایی سازگاری زوجین می‌باشند (۷). گاهی اوقات ازدواج نمی‌تواند به همه نیازهای فرد پاسخ دهد و ازدواجی که با شور و علاقه شروع شده به خشم، نفرت، تنهایی و نهایتاً طلاق می‌انجامد. وضعیت نامساعد اقتصادی، عدم رضایت از مسائل جنسی، مشکلات روان‌شناختی زوجین و داشتن تصورات خیالی و کمال‌گرایانه از زندگی مشترک، در سازش با وظایف و مسئولیت‌های زندگی زناشویی اخلال ایجاد می‌کند و منجر به ناسازگاری می‌شود. یا مثلاً اغلب زوج‌ها درباره دخل و خرج خانواده، نگهداری فرزندان، فعالیت‌های اجتماعی، گذراندن اوقات فراغت و تقسیم کار در خانواده باورهای متفاوتی دارند که می‌تواند منجر به تعارض شود (۸). همچنین تعارض زمانی رخ می‌دهد که معانی ذهنی و انتظارات فرد از موقعیت (ایده‌آل) انطباق کافی با تجربه او در موقعیت یاد

¹.interpersonal relationship

مطالبات عاطفی ایجاد می‌شود. در این تعریف فرسودگی جسمی با کاهش انرژی، خستگی مزمن، ضعف و تنوع وسیعی از شکایت‌های جسمی و روان‌تنی مشخص می‌شود. در حالی که خستگی عاطفی، شامل احساسات درماندگی، ناامیدی و فریب می‌شود، خستگی روانی به رشد نگرش منفی نسبت به خود، کار و زندگی بر می‌گردد (۱۶). از نظر لینگرن، فرسودگی از پا افتادن جسمی، عاطفی و روانی است که ناشی از عدم تناسب بین توقعات و واقعیات می‌باشد (۱۴). فرسودگی به علت ناکامی در عشق بروز می‌کند و پاسخی است در برابر مسائل وجودی. به اعتقاد کایزر فرسودگی و سرخوردگی زناشویی، کاهش تدریجی دلبستگی عاطفی به همسر است که با احساس بیگانگی، بی‌علاقگی و بی‌تفاوتی زوجین به یکدیگر و جایگزینی عواطف منفی به جای عواطف مثبت، همراه است. در یک ازدواج سرخورده یک یا هر دو زوج ضمن تجربه احساس گسستگی از همسر و کاهش علائق و ارتباطات متقابل نگرانی‌های قابل توجهی در خصوص تخریب فراینده رابطه و پیش‌روی به سمت جدایی و طلاق دارند. مؤلفه‌های فرسودگی زناشویی را در سه بعد خستگی جسمانی^۴، خستگی روانی^۵ و خستگی عاطفی^۶ مشخص کرده است (۱۷).

فرسودگی زناشویی دلایل گوناگونی دارد، این دلایل متناسب با موقعیت، طبقه و جایگاه اجتماعی زوجین متفاوت است که به این دلیل می‌بایست به فرسودگی زناشویی توجه فراوانی صورت گیرد. البته آمار رسمی فرسودگی زناشویی به‌طور کامل نشان‌دهنده میزان ناکامی همسران در زندگی زناشویی نیست، زیرا در آن آمار بزرگتر به طلاق‌های عاطفی^۷ اختصاص دارد، یعنی به زندگی‌های خاموش و خانواده‌های تو خالی که زن و مرد در کنار هم به سردی زندگی می‌کنند، ولی تقاضای طلاق قانونی نمی‌کنند (۱۸). در واقع برخی از ازدواج‌ها که به طلاق قانونی پایان نمی‌یابند، به ازدواج‌های تو خالی تبدیل می‌شوند که فاقد عشق، مصاحبت و دوستی هستند و همسران فقط با جریان زندگی خانوادگی پیش می‌روند و زمان را سپری می‌کنند. در این شرایط زن و شوهر اگر چه ممکن است با هم بودن را مانند یک گروه اجتماعی ادامه دهند، اما جاذبه و اعتماد آنها نسبت به یکدیگر از بین رفته است (۱۹).

در سال‌های اخیر نرخ طلاق و فرسودگی زناشویی در کشور رو به افزایش است. آمار ازدواج در شش ماهه اول سال ۹۷، ۳۴۹ هزار و ۱۱۴ مورد ثبت شده است. در عوض افزایش ۸ درصدی میزان طلاق در مقایسه با سال گذشته آمار چشم‌گیری است. به گفته مدیر کل دفتر آمار و اطلاعات جمعیتی و مهاجرت سازمان ثبت احوال کشور، طلاق در ۹ ماه نخست سال ۱۳۹۷، افزایش چشم‌گیری داشته است، به‌طوری‌که در این مدت ۷۹ هزار و ۸۰۶ واقعه طلاق روی داده است که هر شبانه روز ۴۳۶ مورد و هر ساعت ۱۸ واقعه طلاق به ثبت رسیده است. ۱۴ درصد از طلاق‌ها در سال اول و ۴۸ درصد از طلاق‌ها در پنج سال اول زندگی مشترک رخ می‌دهد و به‌طور متوسط از هر ۴،۴ ازدواج یک مورد به طلاق می‌انجامد. به‌طور متوسط افراد طلاق گرفته ۸،۱ سال با هم زندگی مشترک داشته‌اند و کل طلاق‌ها ۸،۷ درصد افزایش داشته است. در طلاق، دو عامل اصلی اقتصادی و مسائل روحی و روانی از عوامل اصلی طلاق

شده (واقعیت) نداشته باشد. چراکه به‌خوبی می‌دانیم انتظارات و شیوه نگرش اشخاص در سنین مختلف فرق می‌کند (۹).

مسائل زناشویی یکی از رایج‌ترین مشکلات زنان و مردان متأهل است و این مسائل متأسفانه وضعیت روان‌شناسی آنان را به گونه‌ای متأثر می‌سازد که علاوه بر افت و کارکرد تحصیلی و شغلی موجب از هم گسیختن نظام خانواده آنها می‌گردد (۱۰).

هنگامی که توقعات عاشقانه محقق نشود، احساس ناکامی و سرخوردگی به طور مستقیم به همسر نسبت داده می‌شود و سبب تحلیل رفتن عشق و تعهد می‌گردد و فرسودگی^۱ و سرخوردگی^۲ جای جای عشق را می‌گیرد. در واقع افرادی که فرسودگی زناشویی دچار می‌شوند که انتظار داشته‌اند عشق رمانتیک به زندگی‌شان معنا دهد، وقتی افراد ببینند علی‌رغم تلاش‌هایشان روابط صمیمانه‌شان برای زندگی آنها معنا نمی‌سازد دچار فرسودگی می‌شوند. همچنین یکی دیگر از نشانه‌ها فقدان پذیرش بدون قید و شرط یکدیگر، فقدان توجه به قابلیت‌های یکدیگر و فقدان احترام نسبت به یکدیگر می‌باشد. در شرایط فرسودگی، یک قسمت از زندگی زناشویی (روابط جنسی، وظایف والدینی، همراهی و مصاحبت) به طور نامتناسب در مقایسه با سایر قسمت‌ها برای فرد مهم می‌گردد و هریک از طرفین رابطه احساس می‌کنند که بیشتر در ازدواجشان گیر افتاده‌اند و اینکه به مهم‌ترین نیازهایشان پرداخته نمی‌شود (۱۱). هنگامی که رابطه صمیمانه متوقف می‌شود، انرژی عشق، به آزردهی و خشم تبدیل می‌شود و در نتیجه منازعات فراوان آزردهی‌های مکرر، پناه بردن به سکوت، عدم همراهی عاطفی و لاینحل ماندن مشکلات را پدید می‌آورد و در نتیجه انباشته شدن این مشکلات و سرخوردگی‌ها در زوجین نوعی فرسایش و دل‌زدگی در روابط را به وجود می‌آورد (۱۲).

یکی از مهمترین آسیب‌های خانوادگی، فرسودگی زناشویی است. با آنکه نگرش منفی نسبت به طلاق در جامعه وجود دارد، اما میزان آن رو به افزایش است و ایران جزو کشورهای مستعد از نظر میزان طلاق معرفی شده است (۱۳).

از نظر لینگرن فرسودگی از پا در افتادن جسمی، عاطفی و روانی است که از عدم تناسب بین توقعات ناشی می‌شود. فرسودگی، یک روند تدریجی است و به ندرت ناگهانی بروز می‌کند (۱۴). در واقع صمیمیت و عشق به تدریج رنگ می‌بازد و به‌همراه آن، احساس خستگی عمومی عارض می‌شود. در شدیدترین نوع آن، این فرسودگی باعث فروپاشی رابطه می‌شود. فرسودگی زمانی ظاهر می‌شود که زوجین متوجه می‌شوند با وجود تمام تلاشی که کرده‌اند، این رابطه به زندگی‌شان هیچ معنا و مفهوم خاصی نداده و هرگز نخواهد داد. انباشته شدن فشارهای روانی تضعیف‌کننده عشق، افزایش تدریجی خستگی و یک‌نواختی و جمع شدن رنجش‌های کوچک به بروز فرسودگی کمک می‌کند. از آنجا که فرسودگی زناشویی^۳ کاهش عشق، علاقه و افزایش رفتار خصمانه را به دنبال دارد، می‌تواند به ناراضی زناشویی منجر شده و بنیان خانواده را متزلزل سازد (۱۵).

پاینز به‌عنوان اولین فردی که فرسودگی را به حوزه‌های غیرشغلی و سایر جنبه‌های زندگی تعمیم داد و اولین بار کلمه فرسودگی زناشویی را مطرح نمود، فرسودگی را به‌عنوان یک حالت خستگی جسمی، عاطفی و ذهنی می‌داند که در شرایط دیگری طولانی‌مدت همراه با

⁴ Physical fatigue

⁵ Mental disability

⁶ Emotional disability

⁷ affective divorce

¹ Burnout

² Disaffection

³ Couple & burnout

داده‌ها از مدل‌یابی معادلات ساختاری با نرم‌افزار SPSS و AMOS استفاده شده است. ابزار جمع‌آوری اطلاعات شامل دو پرسش‌نامه زیر بوده است:

پرسش‌نامه عوامل مؤثر بر فرسودگی زناشویی: همان‌طور که ذکر شد، پرسش‌نامه مورد استفاده برای سنجش عوامل مؤثر بر فرسودگی زناشویی یک پرسش‌نامه محقق‌ساخته می‌باشد که بر اساس مطالعه کیفی و مصاحبه‌های انجام شده در مرحله کیفی ساخته شده است. این پرسش‌نامه دارای ۷۰ سؤال است که مؤلفه: ویژگی‌های ارتباطی، خصوصیات شخصیتی و شرایط واسطه‌ای و تأثیرگذار را می‌سنجد. گزینه‌های سؤالات به صورت طیف لیکرت پنج‌گزینه بوده است که از ۱ تا ۵ نمره‌گذاری شده‌اند. ضریب پایایی کل این پرسش‌نامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۸۳، و برای مؤلفه‌های ویژگی‌های ارتباطی، خصوصیات شخصیتی و شرایط زندگی به ترتیب ۰/۶۵۳، ۰/۵۶۸ و ۰/۵۶۸ به دست آمد. روایی محتوایی و صوری این پرسش‌نامه بر اساس نظر ۵ تن از متخصصان مورد تأیید قرار گرفت و روایی سازه‌ای آن بر اساس تحلیل عاملی تأییدی سنجیده شد.

روایی سازه‌ای سؤالات رابطه عاطفی با روش تحلیل عاملی تأییدی (CFI) با استفاده از نرم‌افزار AMOS18 مورد آزمون قرار گرفت و با توجه به آماره‌های به دست آمده در جدول و نمودار ۱ نتایج الگوی تحلیل عاملی تأییدی، برازشی منطقی و قابل‌قبول به دست آمد. توجه به شاخص‌های $X^2/Df=۴/۳۹$ ، $GFI=۰/۹۶۹$ ، $IFI=۰/۹۷$ ، $TLI=۰/۹۵$ ، $NFI=۰/۹۶۲$ ، $CFI=۰/۹۷$ و $RMSEA=۰/۰۸۲$ نشان می‌دهد که الگوی اندازه‌گیری متغیر مکنون رابطه عاطفی در ابعاد مختلف از برازندگی و روایی سازه‌ای خوبی برخوردار است. به طوری در بارهای عاملی مؤلفه‌های رابطه عاطفی یعنی بیان احساسات، روابط کلامی، تفاهم، همکاری و قدرشناسی، اعتماد و تعهد، هدف و برنامه مشترک، مدیریت تعارضات و حفظ استقلال خانواده به ترتیب: ۰/۳۸، ۰/۷۶، ۰/۵۱، ۰/۴۵، ۰/۷۷، ۰/۷۹، ۰/۷۶ و ۰/۷۶ می‌باشد. بنابراین بارهای عاملی مؤلفه‌های رابطه عاطفی بالاتر از ۰/۳۰ می‌باشد که نشان‌دهنده قابل قبول بودن بارهای عاملی مؤلفه‌های رابطه عاطفی می‌باشد.

جدول ۱. بارهای عاملی پرسش‌نامه رابطه عاطفی

معنی‌داری	بارهای عاملی	شاخص‌های اندازه‌گیری (متغیرهای مشاهده شده)	عامل‌های نهفته (متغیرهای مکنون)
۰/۰۰۱	۰/۳۸	بیان احساسات	رابطه عاطفی
۰/۰۰۱	۰/۷۶	روابط کلامی	رابطه عاطفی
۰/۰۰۱	۰/۵۱	تفاهم	رابطه عاطفی
۰/۰۰۱	۰/۴۵	همکاری و قدرشناسی	رابطه عاطفی
۰/۰۰۱	۰/۷۷	اعتماد و تعهد	رابطه عاطفی
۰/۰۰۱	۰/۷۹	هدف و برنامه مشترک	رابطه عاطفی
۰/۰۰۱	۰/۷۶	مدیریت تعارضات	رابطه عاطفی
۰/۰۰۱	۰/۷۶	حفظ استقلال خانواده	رابطه عاطفی

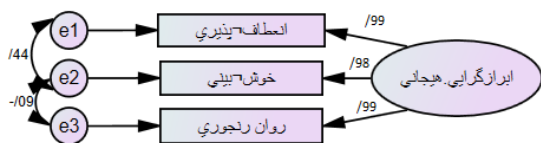
نمودار ۱: بارهای عاملی مؤلفه‌های رابطه عاطفی

گزارش شده است. در شهرهای بزرگ و مناطق پردرآمدتر، میزان طلاق افزایش یافته است. بنابراین شیوه زندگی در تصمیم برای طلاق گرفتن از اهمیت زیادی برخوردار است (۲۰).

همچنین در سال ۱۳۹۶ به گزارش پایگاه اطلاع‌رسانی سازمان ثبت احوال کشور، بیش از ۶۶۰ هزار واقعه ازدواج ثبت الکترونیک شده است که در مقایسه با سال ۹۵ دو درصد کاهش را نشان داده است. در مقابل بیش از ۱۷۴ هزار واقعه طلاق ثبت شده است که نسبت به سال ۹۵، شش درصد افزایش را نشان داده است. مدیرکل دفتر ازدواج و تعالی خانواده وزارت ورزش و جوانان در آذرماه سال ۱۳۹۶ اعلام کرد، تهران و البرز در هفت‌ماهه اول سال ۱۳۹۶ نیز مانند سال گذشته در آمار طلاق صدر نشین بوده است (۲۱). افزایش میزان طلاق در شهرهای بزرگ و مناطق پردرآمدتر آمار بالاتری را نشان می‌دهد. در برخی استان‌ها به‌ازای هر ۱۰۰ ازدواج، ۳۷ طلاق گزارش شده و در برخی شهرستان‌ها به ازای هر ۱۰۰ ازدواج، بیش از ۵۰ طلاق ثبت شده و متأسفانه در برخی از شهرها به ازای هر ۱۰۰ ازدواج، ۶۰ مورد طلاق وجود داشته است (۲۲). امروزه شیوع فرسودگی زناشویی بیشتر شده است. به طوری که ۵۰ درصد از زوجها در ازدواج خود با فرسودگی زناشویی مواجه می‌شوند. اینکه عوامل فرسودگی چیست و آیا ممکن است ارتباط زوج‌هایی که دچار فرسودگی شده‌اند را به ارتباطی عاشقانه و کارآمد تبدیل کرد، تحقیقات انجام شده به عواملی چند اشاره کرده‌اند که در این زمینه می‌توان به تصورات رویایی از عشق، عدم توانایی حل تعارضات زناشویی و اثرات زبان‌بار آن بر سلامت فیزیکی و عاطفی زوجین اشاره کرد. با توجه به توضیحات و مسائل تبیین‌شده در زمینه‌های فوق، پژوهش حاضر به دنبال بررسی عوامل مؤثر فرسودگی زناشویی در زوجین شهر تهران است که به سؤال این پاسخ می‌دهد: عوامل مؤثر فرسودگی زناشویی در زوجین شهر تهران کدامند؟

مواد و روش‌ها

با توجه به اینکه مقاله حاضر از یک رساله دکتری استخراج شده است و در رساله ابتدا به صورت مطالعه کیفی و با روش داده‌بنیاد عوامل شناسایی و مدل مفهومی ترسیم شد که در مقاله دیگری نتایج حاصل از قسمت کیفی منتشر شده است. در این مقاله صرفاً قسمت کمی مطالعه ارائه شده است بر این اساس روش تحقیق حاضر توصیفی-همبستگی می‌باشد. جامعه آماری شامل کلیه زنان و مردان متأهل ساکن در شهر تهران در سال ۱۳۹۸ می‌باشد در مرحله کمی پژوهش از شیوه نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای استفاده شد. بدین ترتیب شهر تهران به پنج ناحیه شمال، جنوب، شرق، غرب و مرکز تقسیم شده و در هر منطقه به صورت تصادفی شش خیابان انتخاب شد. از هر خیابان به‌طور تصادفی چهار کوچه انتخاب شده و از هر کوچه به صورت تصادفی ۱۵ خانه انتخاب شد. در نهایت پرسش‌نامه‌ها روی افراد انتخاب شده اجرا گردید. تعداد ۶۰۰ پرسش‌نامه اجرا شد، که تعداد ۵۰۰ تا به صورت صحیح پاسخ داده شده و به پژوهشگر عودت داده شد. در پژوهش‌های مربوط به تحلیل عاملی و تحلیل مسیر، معمولاً حجم نمونه به‌ازای هر متغیر بین ۱۰ تا ۳۰ نفر پیشنهاد شده است. برخی پژوهشگران نیز تعداد ۵۰۰ نفر را کافی می‌دانند (هومن، ۱۳۹۶؛ کلین، ۲۰۱۱؛ سان، ۲۰۰۵). در پژوهش حاضر، در مرحله تحلیل عاملی ۲۲ متغیر مورد بررسی قرار گرفته و حجم نمونه ۵۰۰ نفر می‌باشد. جهت تجزیه و تحلیل



نمودار ۲. بارهای عاملی مؤلفه‌های ابرازگری هیجانی

روایی سازه‌ای عوامل مؤثر بر فرسودگی زناشویی با روش تحلیل عاملی تأییدی (CFI) مرتبه دوم مورد آزمون قرار گرفت و با توجه به بارهای عاملی به دست آمده در جدول و نمودار ۳ نتایج الگوی تحلیل عاملی تأییدی، برازشی منطقی و قابل قبول به دست آمد. توجه به شاخص‌های $X^2/Df=2/21$, $GFI=0/95$, $JFI=0/98$ و $CFI=0/98$, $NFI=0/97$, $TLI=0/98$ نشان می‌دهد که الگوی اندازه‌گیری متغیر عوامل مؤثر بر فرسودگی زناشویی در ابعاد مختلف از برازندگی و روایی سازه‌ای خوبی برخوردار است. به طوری در تحلیل عاملی مرتبه اول تمامی بارهای عاملی مؤثر بر فرسودگی زناشویی از خرده-مقیاس‌های مربوطه بالاتر از ۰/۴۰ می‌باشد و شاخص اعتماد به نفس با بار عاملی ۰/۹۹ در تحلیلی عاملی مرتبه دوم دارای بیشترین وزن برای تبیین متغیر عوامل مؤثر بر فرسودگی زناشویی می‌باشند و کمترین بار عاملی مرتبه دوم ۰/۴ و مربوط به شاخص مسئولیت-پذیری می‌باشد. بنابراین تمامی بارهای عاملی مرتبه اول و دوم تحلیل عاملی تأییدی عوامل مؤثر بر فرسودگی زناشویی بالاتر از ۰/۴۰ و مناسب است.

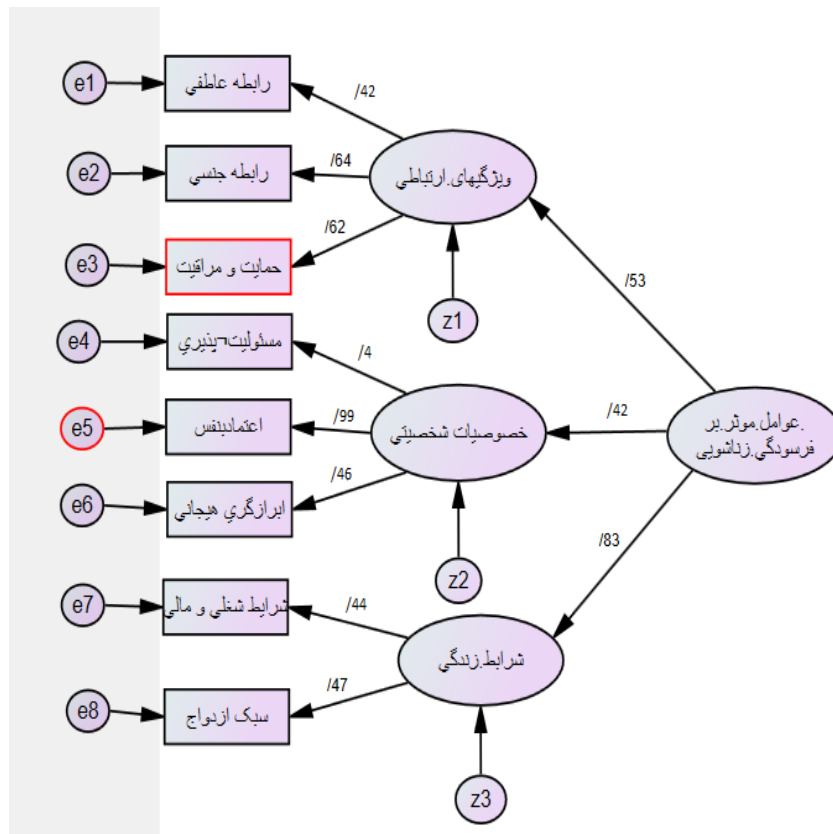
همچنین روایی سازه‌ای سؤالات ابرازگری هیجانی با روش تحلیل عاملی تأییدی (CFI) مورد آزمون قرار گرفت و با توجه به آماره-های به دست آمده در جدول و نمودار ۲ نتایج الگوی تحلیل عاملی تأییدی، برازشی منطقی و قابل قبول به دست آمد. توجه به شاخص-های $X^2/Df=1/0.58$, $GFI=0/99$, $JFI=0/98$, $TLI=0/99$, $NFI=0/99$, $CFI=0/99$ و $RMSEA=0/12$ نشان می‌دهد که الگوی اندازه‌گیری متغیر مکنون ابرازگری هیجانی در ابعاد مختلف از برازندگی و روایی سازه‌ای خوبی برخوردار است. به طوری در بارهای عاملی مؤلفه‌های ابرازگری هیجانی یعنی انعطاف-پذیری، خوش بینی و روان رنجوری به ترتیب ۰/۹۸، ۰/۹۹ و ۰/۹۹ می‌باشد. بنابراین بارهای عاملی مؤلفه‌های ابرازگری هیجانی بالاتر از ۰/۳۰ می‌باشد که نشان‌دهنده قابل قبول بودن بارهای عاملی مؤلفه‌های ابرازگری هیجانی می‌باشد.

جدول ۲. بارهای عاملی پرسش‌نامه ابرازگری هیجانی

عامل‌های نهفته (متغیرهای مکنون)	شاخص‌های اندازه‌گیری (متغیرهای مشاهده شده)	بارهای عاملی	معنی‌داری
	انعطاف‌پذیری	۰/۹۹	۰/۰۰۱
ابرازگری هیجانی	خوش‌بینی	۰/۹۸	۰/۰۰۱
	روان رنجوری	۰/۹۹	۰/۰۰۱

جدول ۳. بارهای عاملی مؤثر بر فرسودگی زناشویی

عامل‌های نهفته (متغیرهای مکنون مرتبه دوم)	عامل‌های نهفته (متغیرهای مکنون مرتبه اول)	بارهای عاملی مرتبه دوم	معنی‌داری	شاخص‌های اندازه‌گیری (متغیرهای مشاهده شده)	بارهای عاملی مرتبه اول	معنی‌داری
عوامل مؤثر	ویژگی‌های ارتباطی	۰/۵۳	۰/۰۰۱	رابطه عاطفی	۰/۴۲	۰/۰۰۱
				رابطه جنسی	۰/۶۴	۰/۰۰۱
				حمایت و مراقبت	۰/۶۲	۰/۰۰۱
	خصوصیات شخصی	۰/۴۲	۰/۰۰۱	مسئولیت‌پذیری	۰/۴۰	۰/۰۰۱
				اعتمادبنفس	۰/۹۹	۰/۰۰۱
				ابرازگری هیجانی	۰/۴۶	۰/۰۰۱
	شرایط زندگی	۰/۸۳	۰/۰۰۱	شرایط شغلی و مالی	۰/۴۴	۰/۰۰۱
				سبک ازدواج	۰/۴۷	۰/۰۰۱



نمودار ۳. بارهای عاملی مرتبه دوم عوامل مؤثر بر فرسودگی زناشویی

سن: از بین پاسخگویان مورد بررسی ۴۳ نفر (۸/۶ درصد) ۲۵ سال و کمتر، ۱۶۶ نفر (۳۳/۲ درصد) بین ۲۶ تا ۳۰ سال، ۱۱۵ نفر (۲۳ درصد) بین ۳۱ تا ۳۵ سال، ۳۹ نفر (۷/۸ درصد) بین ۳۶ تا ۴۰ سال، ۶۱ نفر (۱۲/۲ درصد) بین ۴۱ تا ۴۵ سال، ۲۵ نفر (۵ درصد) بین ۴۶ تا ۵۰ سال و ۵۱ نفر (۱۰/۲ درصد) بیشتر از ۵۰ سال سن داشته‌اند. میزان تحصیلات: از بین پاسخگویان مورد بررسی ۶۰ نفر (۱۲ درصد) دارای تحصیلات زیردیپلم، ۹۲ نفر (۱۸/۴ درصد) دیپلم، ۴۰ نفر (۸ درصد) کاردانی، ۱۹۳ نفر (۳۸/۶ درصد) کارشناسی، ۸۳ نفر (۱۶/۶ درصد) کارشناسی‌ارشد و ۳۲ نفر (۶/۴ درصد) دارای مدرک دکتری بوده‌اند.

تعداد سال‌های ازدواج: از بین پاسخگویان مورد بررسی ۵۸ نفر (۱۱/۶ درصد) ۵ سال و کمتر، ۲۸۸ نفر (۵۷/۶ درصد) ۶ تا ۱۰ سال، ۵۱ نفر (۱۰/۲ درصد) ۱۱ تا ۱۵ سال، ۳۴ نفر (۶/۸ درصد) ۱۶ تا ۲۰ سال، ۱۹ نفر (۳/۸ درصد) ۲۱ تا ۲۵ سال، ۱۸ نفر (۳/۶ درصد) ۲۶ تا ۳۰ سال و ۳۲ نفر (۶/۴ درصد) بیشتر از ۳۰ سال ازدواج کرده‌اند.

تعداد فرزندان: از بین پاسخگویان مورد بررسی ۱۱۴ نفر (۲۲/۸ درصد) بدون فرزند بوده‌اند، ۲۱۱ نفر (۴۲/۲ درصد) ۱ فرزند، ۱۲۹ نفر (۲۵/۸ درصد) ۲ فرزند، ۳۷ نفر (۷/۴ درصد) ۳ فرزند و ۹ نفر (۱/۸ درصد) ۴ فرزند داشته‌اند.

پرسش‌نامه فرسودگی زناشویی پاییز: این پرسش‌نامه توسط پاییز (۲۰۰۴) با هدف اندازه‌گیری درجه فرسودگی زناشویی در بین زوجین طراحی شده است. شامل ۲۱ ماده است که سه مؤلفه از پا افتادگی جسمی (خستگی، سستی و اختلال خواب) از پا افتادگی عاطفی (افسردگی، ناامیدی و در دام افتادن) و از پا افتادگی روانی (بی‌ارزشی، سرخوردگی و خشم نسبت به همسر) را می‌سنجد. نمره‌گذاری این مقیاس در یک مقیاس ۷ درجه‌ای لیکرت در دامنه‌ای بین ۱ (هرگز) تا ۷ (همیشه) می‌باشد که آزمودنی تعداد دفعات اتفاق افتاده مورد مطرح شده در رابطه زناشویی خود را مشخص می‌سازد.

ضریب پایایی مقیاس، روش بازآزمایی در یک دوره یک ماهه برابر ۰/۷۶ محاسبه شد. همچنین پایایی این مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ در دامنه‌ای بین ۰/۹۱ تا ۰/۹۳ محاسبه شده است (پاییز، ۲۰۰۴؛ به نقل از شاداب، ۱۳۹۶). نعیم (۱۳۸۷) در پژوهش خود، پایایی این مقیاس را با استفاده از روش آلفای کرونباخ و تنصیف به ترتیب ۰/۸۵ و ۰/۸۲ محاسبه نموده است. در تحقیق حاضر ضریب پایایی این پرسش‌نامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۱۶ به دست آمد.

یافته‌ها

شاخص‌های دموگرافیک
جنسیت: از بین پاسخگویان مورد بررسی ۲۶۸ نفر (۵۳/۶ درصد) زن و ۲۳۲ نفر (۴۶/۴ درصد) مرد هستند.

جدول ۴. توزیع فراوانی مشخصات عمومی پاسخ‌گویان

متغیر	گزینه‌ها	فراوانی	درصد فراوانی
جنسیت	زن	۲۶۸	۵۳/۶
	مرد	۲۳۲	۴۶/۴
سن	۲۵ سال و کمتر	۴۳	۸/۶
	۲۶ تا ۳۰ سال	۱۶۶	۳۳/۲
	۳۱ تا ۳۵ سال	۱۱۵	۲۳
	۳۶ تا ۴۰ سال	۳۹	۷/۸
	۴۱ تا ۴۵ سال	۶۱	۱۲/۲
	۴۶ تا ۵۰ سال	۲۵	۵
	بیشتر از ۵۰ سال	۵۱	۱۰/۲
	زیردیپلم	۶۰	۱۲
میزان تحصیلات	دیپلم	۹۲	۱۸/۴
	کاردانی	۴۰	۸
	کارشناسی	۱۹۳	۳۸/۶
	کارشناسی ارشد	۸۳	۱۶/۶
	دکتری	۳۲	۶/۴
	۵ سال و کمتر	۵۸	۱۱/۶
تعداد سال‌های ازدواج	۶ تا ۱۰ سال	۲۸۸	۵۷/۶
	۱۱ تا ۱۵ سال	۵۱	۱۰/۲
	۱۶ تا ۲۰ سال	۳۴	۶/۸
	۲۱ تا ۲۵ سال	۱۹	۳/۸
	۲۶ تا ۳۰ سال	۱۸	۳/۶
	بیشتر از ۳۰ سال	۳۲	۶/۴
	بدون فرزند	۱۱۴	۲۲/۸
	۱ فرزند	۲۱۱	۴۲/۲
تعداد فرزندان	۲ فرزند	۱۲۹	۲۵/۸
	۳ فرزند	۳۷	۷/۴
	۴ فرزند	۹	۱/۸

جدول ۵. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	جولگی	کشیدگی
فرسودگی زناشویی	۸۷/۲۷	۲۴/۰۱۷	-۰/۱۷۹	-۱/۴۱۴
خستگی جسمی	۲۴/۸۷	۷/۵۸۶	-۰/۲۶۲	-۰/۷۶۵
خستگی عاطفی	۳۳/۰۶	۸/۷۷۴	-۰/۲۰۴	-۱/۰۸۴
خستگی روانی	۳۰/۴۴	۱۰/۲۵۵	-۰/۲۳۵	-۱/۳۰۵
ویژگی‌های ارتباطی	۱۱۹/۴۴	۲۱/۴۴۹	۰/۲۲۸	۱/۸۰۵
خصوصیات شخصیتی	۶۲/۷۲	۱۰/۰۸۵	-۰/۹۸۷	۱/۲۹۳
شرایط زندگی	۲۶/۷۰	۵/۹۰۷	-۰/۰۷۳	۰/۴۵۶
رابطه عاطفی	۹۵/۷۹	۱۷/۶۲۹	-۰/۱۵۸	۱/۲۲۹
رابطه جنسی	۱۲/۰۱	۳/۳۰	۰/۰۹۷	-۰/۱۰۱
حمایت و مراقبت	۱۱/۶۴	۳/۰۳۷	-۰/۳۷۲	-۰/۰۰۶
مسئولیت‌پذیری	۹/۳۳	۲/۵۸۶	۰/۰۱۳	-۰/۲۶۷
اعتماد بنفس	۱۲/۴۵	۲/۸۲۸	۰/۰۲۲	-۰/۴۷۹
ابرازگری هیجانی	۴۰/۹۴	۷/۱۷۰	-۱/۰۳۸	۱/۲۸۳
شرایط شغلی و مالی	۱۴/۹۶	۴/۴۲۳	۰/۱۲۶	-۰/۵۸۳
سبک ازدواج	۱۱/۷۴	۳/۳۱۴	-۰/۲۰۴	-۰/۱۹۶

بیان احساسات	۱۱/۷۷	۲/۹۳۰	۰/۰۹۹	-۰/۲۹۶
روابط کلامی	۱۱/۹۱	۳/۱۴۴	۰/۰۵۶	-۰/۳۵۵
تفاهم	۱۲/۱۸	۲/۸۰۶	-۰/۰۰۶	۰/۱۹۵
همکاری و قدرشناسی	۱۱/۹۲	۳/۳۸۸	۰/۳۱۵	-۰/۵۳۷
اعتماد و تعهد	۱۱/۵۴	۳/۰۶۶	۰/۰۴۴	۰/۰۵
هدف و برنامه مشترک	۸/۷۳	۲/۵۷۶	۰/۱۵۷	-۰/۳۰۶
مدیریت تعارضات	۱۵/۶۲	۳/۶۵۷	-۰/۲۲۰	-۰/۰۶
حفظ استقلال خانواده	۱۲/۱۲	۳/۳۵۳	۰/۱۵۱	-۰/۵۰۵
انعطاف‌پذیری	۱۴/۹۵	۳/۱۵۰	-۰/۷۳۲	۰/۸۳۸
خوش‌بینی	۱۲/۳۵	۳/۱۹۶	-۰/۲۰۱	-۰/۴۶۷
روان‌رنجوری	۱۰/۳۷	۳/۱۹۱	۰/۵۳۸	-۰/۴۴۲

به‌منظور ارزیابی الگوی پیشنهادی که در تحقیق تدوین شده، از الگویابی معادلات ساختاری^۱ (SEM) استفاده شده است. تعیین کفایت برازش الگوی پیشنهادی با استفاده از چندین شاخص برازندگی شامل مقدار کای دو^۲، شاخص هنجار شده مجذور کای دو^۳ (نسبت مجذور کای بر درجات آزادی)، شاخص نیکویی برازش^۴ (GFI)، شاخص نیکویی برازش تعدیل یافته^۵ (AGFI)، شاخص برازندگی هنجار شده^۶ (NFI)، شاخص برازندگی تطبیقی^۷ (CFI)، شاخص برازندگی افزایشی^۸ (IFI)، شاخص توکر-لویس^۹ (TLI) و جذر میانگین مجذورات خطای تقریب^{۱۰} (RMSEA) انجام گرفت.

برازش الگوی اولیه بر اساس شاخص‌های برازندگی مورد استفاده در این مطالعه در ردیف اول (مدل تدوین شده) جدول ۸ گزارش شده است. که نشان می‌دهد، مقادیر بعضی از شاخص‌های برازندگی الگوی اولیه حاکی از آن بود که الگوی پیشنهادی به اصلاحات و بهبود نیاز دارد، برای این منظور در مرحله بعد با توجه به شاخص‌های اصلاحی^{۱۱} (MI) در خروجی AMOS 18 مسیرهای که معنی‌دار نبودند، حذف و مسیرهای کوواریانس پیشنهادی (شکل ۵) به مدل اضافه شد. پس از اعمال این تغییرات، نتایج شاخص‌های برازندگی آن در ردیف الگوی دوم جدول ۶ آورده شده است. همان‌گونه که مندرجات جدول ۶ نشان می‌دهد، الگوی اول از برازش خوبی برخوردار نیست (چون شاخص‌های برازش یعنی GFI و IFI، CFI، TLI از ۰/۹۰ کمتر است) در مراحل بعد با اضافه کردن مسیرهای شاخص‌های اصلاحی (MI) پیشنهادی، الگو بهبود یافته و شاخص‌های برازندگی الگوی نهایی مورد قبول می‌باشد (چون شاخص‌های برازش یعنی GFI، IFI، CFI، TLI نزدیک ۰/۹۰ و بالاتر است).

Structural Equation Modeling^۱

Chi- square^۲

^۳ Normed X² index

^۴ Goodness- of-fit index

^۵ Adjusted goodness -of-fit index

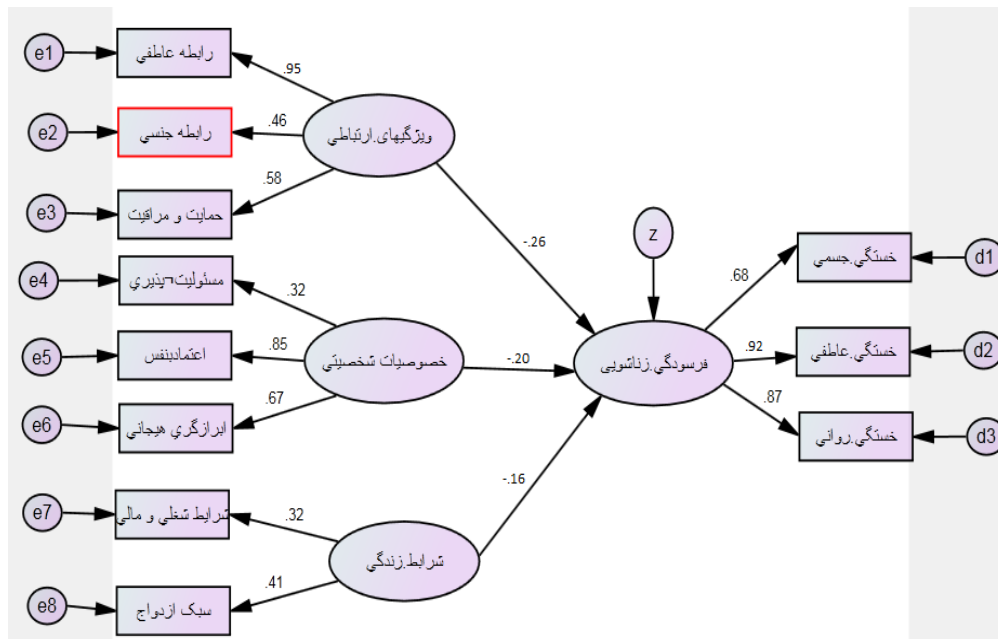
^۶ Normed fit index

^۷ Comparative fit index

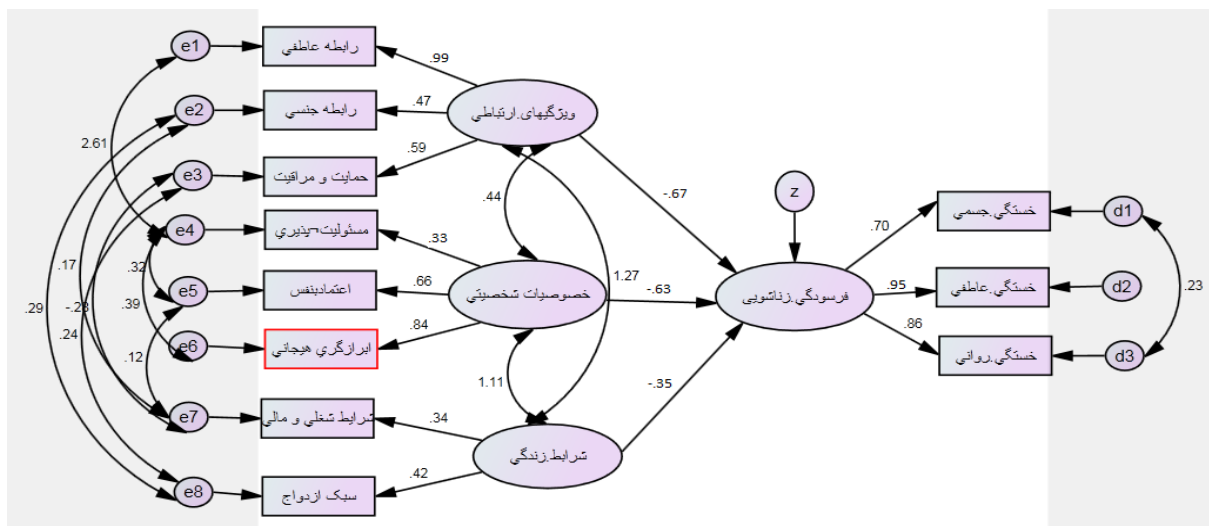
^۸ Incremental fit index

^۹ Tucker-Lewis index

^{۱۰} Root- mean- square error of approximation



شکل ۴. مدل تدوین شده تأثیر ویژگی‌های ارتباطی، خصوصیات شخصیتی و شرایط زندگی بر فرسودگی زناشویی در پژوهش حاضر



شکل ۵. الگوی اصلاح شده تأثیر ویژگی‌های ارتباطی، خصوصیات شخصیتی و شرایط زندگی بر فرسودگی زناشویی در پژوهش حاضر

جدول ۸. شاخص‌های برازندگی برای الگوهای تدوین شده و الگوی نهایی

شاخص‌های برازندگی الگو	X ²	Df	X ² /Df	NPAA	GFI	IFI	TLI	CFI	RMSEA
مدل تدوین شده	۱۱۱۱/۱۶	۴۲	۲۶/۴۶	۲۴	۰/۷۳۶	۰/۶۶۶	۰/۵۶۱	۰/۶۶۵	۰/۲۲۶
مدل اصلاحی (نهایی)	۳۲۴۵/۶۶	۲۱	۴/۵۳	۴۵	۰/۹۶۶	۰/۹۷۷	۰/۹۳۹	۰/۹۷۷	۰/۰۸۴
مدل استقلال	۳۲۴۵/۶۶	۵۵	۵۹/۰۱	۱۱	۰/۴۱۲	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۳۴۱

خوب الگو و مقدار ۰/۰۸ یا کمتر بیانگر خطای منطقی تقریب است؛ مقدار بالاتر از ۰/۱۰ نشان از الزام رد کردن الگو می‌باشد (قاسمی، ۱۳۸۹). بنابراین با توجه به مقادیر شاخص‌های برازش الگوی نهایی (الگوی تدوین شده) و مرز مقادیر قابل قبول که در بالا ذکر شد، می‌توان گفت که مدل ارائه شده در این تحقیق مورد قبول می‌باشد. ضرایب رگرسیونی مدل نشان می‌دهد که متغیرهای ذکر

برای شاخص برازندگی X^2/Df مقادیر کوچکتر از ۵ مناسب و هر چقدر به صفر نزدیکتر باشد، حاکی از برازش خوب الگو می‌باشد. برای شاخص GFI و IFI مقدار نزدیک به ۰/۹۰ و بالاتر به‌عنوان برازش نیکویی قابل قبول تلقی می‌شود که نشان‌دهنده خوب بودن مدل می‌باشد. در ارتباط با شاخص $RMSEA$ مقادیر نزدیک به ۰/۰۵ یا کمتر نشان‌دهنده برازش

در مورد شاخص‌های نسبی نیز باید گفت در این جدول مقدار کای اسکور نسبی (CMIN/ DF) ۱/۵۱ است که از وضعیتی قابل قبول برای مدل حکایت دارد. همچنین مقدار ۰/۰۸۴ شاخص ریشه دوم میانگین مربعات باقیمانده (RMSEA) برای مدل عاملی تدوین شده حاکی از قابل قبول بودن مدل است. در جدول فوق شاخص برازش توکر- لویس (TLI) برابر با ۰/۹۳۹ و شاخص برازش تطبیقی (CFI) برابر با ۰/۹۷۷ است و از آنجایی که مقادیر آنها نزدیک ۰/۹۰ است، لذا بر اساس این شاخص‌ها، مدل تدوین شده قابل قبول تلقی می‌گردد. در جدول فوق مقدار شاخص نیکویی برازش (GFI)، برابر با ۰/۹۶۶ و مقدار شاخص برازش افزایشی (IFI) برابر با ۰/۹۷۷ می‌باشد که هر دو مقادیری قابل قبول را نشان می‌دهند. مقادیر شاخص‌های کلی برازش که در جدول فوق آمده، نشان می‌دهد که مدل اندازه‌گیری این پژوهش کاملاً از وضعیت قابل قبولی برخوردار است.

شده به‌خوبی تأثیر ویژگی‌های ارتباطی، خصوصیات شخصیتی و شرایط زندگی بر فرسودگی زناشویی را تبیین می‌کند. با استفاده از شاخص‌های کلی برازش می‌توان به این پرسش پاسخ داد که صرف‌نظر از مقادیر خاص گزارش شده برای پارامترها، آیا به‌طور کلی، مدل تدوین شده، توسط داده‌های تجربی گردآوری شده حمایت می‌شود یا خیر؟ در صورتی که پاسخ مثبت باشد، مدل قابل قبول است. برای تفسیر مقادیر موجود در جدول فوق باید گفت: وجود کای اسکور اسکور غیر معنادار (CMIN) برابر با ۴/۵۳ و سطح معناداری (P = ۰/۰۰۱) نتیجه‌ای مطلوب را به نمایش می‌گذارد، اما در این میان نقش درجه آزادی (Df) نیز از اهمیت برخوردار است. علاوه بر این با توجه به اینکه درجه آزادی (Df) مدل برازش شده (برابر با ۲۱) از صفر دور و به درجه آزادی مدل استقلال (برابر با ۵۵) نزدیک می‌شود باید تلقی مطلوبی از مدل داشت. تعداد پارامترهای آزاد برای مدل تدوین شده (NPAR) که مقدار آن ۴۵ است، نشان می‌دهد در تدوین مدل به راحتی به هزینه کردن درجات آزادی پرداخته نشده است و این وضعیت قابل قبول است.

جدول ۹. الگوی ساختاری مسیرها و ضرایب استاندارد آنها در الگوی نهایی

مسیر	β	R ²	P
ویژگی‌های ارتباطی ← رابطه عاطفی	۰/۹۹	۰/۹۸	۰/۰۰۱
ویژگی‌های ارتباطی ← رابطه جنسی	۰/۴۷	۰/۲۲	۰/۰۰۱
ویژگی‌های ارتباطی ← حمایت مراقبت	۰/۵۹	۰/۳۵	۰/۰۰۱
خصوصیات شخصیتی ← مسئولیت‌پذیری	۰/۳۳	۰/۱۱	۰/۰۰۱
خصوصیات شخصیتی ← اعتمادبه‌نفس	۰/۶۶	۰/۴۳	۰/۰۰۱
خصوصیات شخصیتی ← ابرازگری هیجانی	۰/۸۴	۰/۷	۰/۰۰۱
شرایط زندگی ← شرایط شغلی و مالی	۰/۳۴	۰/۱۱	۰/۰۰۱
شرایط زندگی ← سبک ازدواج	۰/۴۲	۰/۱۸	۰/۰۰۱
فرسودگی زناشویی ← خستگی جسمی	۰/۷	۰/۴۹	۰/۰۰۱
فرسودگی زناشویی ← خستگی عاطفی	۰/۹۵	۰/۹	۰/۰۰۱
فرسودگی زناشویی ← خستگی روانی	۰/۸۶	۰/۷۴	۰/۰۰۱
ویژگی‌های ارتباطی ← فرسودگی زناشویی	-۰/۶۷	۰/۴۵	۰/۰۰۱
خصوصیات شخصیتی ← فرسودگی زناشویی	-۰/۶۳	۰/۴	۰/۰۰۱
شرایط زندگی ← فرسودگی زناشویی	-۰/۳۵	۰/۱۲	۰/۰۰۱
شرایط زندگی ← خصوصیات شخصیتی	۱/۱۱	-	۰/۰۰۱
ویژگی‌های ارتباطی ← خصوصیات شخصیتی	۱/۲۷	-	۰/۰۰۱
ویژگی‌های ارتباطی ← شرایط زندگی	۱/۲۷	-	۰/۰۰۱
رابطه جنسی ← سبک ازدواج	۰/۲۹	-	۰/۰۰۱
حمایت و مراقبت ← شرایط شغلی و مالی	۰/۲۵	-	۰/۰۰۱
حمایت و مراقبت ← سبک ازدواج	۰/۲۴	-	۰/۰۰۱
رابطه عاطفی ← مسئولیت‌پذیری	۲/۶۱	-	۰/۰۰۱
اعتمادبه‌نفس ← شرایط شغلی و مالی	۰/۱۲	-	۰/۰۴۶
رابطه جنسی ← شرایط شغلی و مالی	۰/۱۷	-	۰/۰۰۱

آشکار بیرونی تشکیل‌دهنده متغیر مکنون بیرونی ویژگی‌های ارتباطی هستند. ضریب رگرسیون تأثیرپذیری خصوصیات شخصیتی از مسئولیت‌پذیری، اعتمادبه‌نفس و ابرازگری هیجانی به ترتیب برابر با ۰/۳۳، ۰/۶۶ و ۰/۸۴ است و چون سطح معنی‌داری کوچکتر از ۰/۰۵

نتایج حاصل از مدل نشان می‌دهد که ضریب رگرسیون تأثیرپذیری ویژگی‌های ارتباطی از رابطه عاطفی، رابطه جنسی و حمایت مراقبت به ترتیب برابر با ۰/۹۹، ۰/۴۷ و ۰/۵۹ است و چون سطح معنی‌داری کوچکتر از ۰/۰۵ (α=۰/۰۵) است، در نتیجه می‌توان گفت که رابطه عاطفی، رابطه جنسی و حمایت مراقبت متغیرهای

نتیجه‌گیری

نتایج تحقیق نشان می‌دهد که ویژگی‌های ارتباطی، خصوصیات شخصیتی و شرایط زندگی بر فرسودگی زناشویی تأثیر معنی‌داری دارند که این نتایج با یافته‌های لینگرن، مقیمی، رهنورد، هاستون، کایسر، پناهی، بخارایی، برادران که هر کدام در تحقیقات خود یکی از متغیرهای ذکر یعنی ویژگی‌های ارتباطی، خصوصیات شخصیتی و شرایط زندگی و یا شاخص‌های آن‌ها را در فرسودگی شغلی مؤثر دانسته‌اند، مطابقت دارد. بر این اساس می‌توان گفت وقتی که زوجین بتوانند با یکدیگر ارتباط سازنده برقرار ارتباط کنند، احساسات خود را به‌خوبی با هم در میان بگذارند، با همدیگر محترمانه برخورد کنند، برای همدیگر ارزش قائل شوند، اعتماد به نفس یکدیگر را تقویت کنند، هیجانات مثبت خود به‌خوبی بیان کنند و هیجانات منفی خود را بتوانند کنترل کنند، مشکلات شغلی و کاری را به محیط خانواده نکشند، و زندگی زناشویی و خانوادگی خود را به‌خاطر مشغله کاری نادیده نگیرند، برای خانواده و تحکیم آن وقت بگذارند در آن‌صورت احتمال فرسودگی زناشویی آنها کمتر می‌شود (۱۹-۱۳).

طبق نتایج تحقیق مؤلفه‌های ویژگی‌های ارتباطی (رابطه عاطفی، رابطه جنسی و حمایت و مراقبت) بر فرسودگی زناشویی تأثیر معنی‌داری دارند. که در راستای این نتایج منصور و همکاران به این نتیجه رسیدند که یکی از عوامل مهمی که در ایجاد یا افزایش فرسودگی زناشویی، تشدید باورهای غلط جنسی در زمینه عملکرد جنسی و میزان پایین احقاق جنسی در زنان تأثیرگذار است، اختلال و کژکارکردی جنسی در همسر می‌باشد. بابایی گرمخانی، مدنی و لواسانی نشان دادند که الگوهای ارتباطی به‌طور معناداری می‌تواند فرسودگی زناشویی را در زنان متقاضی طلاق پیش‌بینی کند. هالوگ و همکاران به این نتیجه رسیدند که مهارت‌های ارتباطی می‌تواند میزان فرسودگی زناشویی را تحت تأثیر قرار دهد، هانسون و لندبلند نشان دادند که این آموزش ارتباطی، باعث بهبود ویژه‌ای در روابط زوجین و کاهش فرسودگی زناشویی و سلامت روان آن‌ها شده است. کاپری و گکچاکان به این نتیجه رسیدند که حمایت از همسر، ازدواج و روابط پیش‌بینی‌کننده فرسودگی زناشویی هستند. بر این اساس می‌توان گفت وقتی که زوجین به همدیگر ابراز احساسات کنند، نسبت به همدیگر گذشت، فداکاری، دلسوزی و محبت و علاقه داشته باشند، روابط کلامی آنها توأم با محبت کلامی باشد و بیشتر به صحبتشان درباره یکدیگر باشد. در زمینه های مذهبی، تربیت فرزندان، مسایل شغلی، سبک زندگی و غیره با هم توافق داشته باشند، احترام زیادی برای نهاد خانواده قایل باشند و نسبت به خانواده خود احساس تعهد کنند. خود را در برابر خانواده خود مسئول بدانند و احساس آرامش خود را در محیط خانواده جستجو کنند، روابط جنسی خوبی داشته باشند و به نیازهای طرف مقابل در مسائل جنسی توجه داشته باشند، در چگونگی رابطه جنسی به توافق برسند، یکدیگر را حمایت کنند و سعی کنند کمتر بر خلاف نظر طرف مقابلشان رفتار کنند و به خواسته‌های یکدیگر توجه کنند در آن‌صورت می‌توان انتظار داشت که فرسودگی زناشویی و دل‌زدگی از زندگی زناشویی در بین زوجین کمتر شود.

نتایج تحقیق دیگری نشان داد که مؤلفه‌های ویژگی‌های شخصیتی (مسئولیت‌پذیری، اعتمادبه‌نفس و ابرازگری هیجانی) بر فرسودگی زناشویی، تأثیر معنی‌داری دارند که در راستای این نتایج شاه‌مرادی به این نتیجه رسید که ویژگی‌های شخصیتی پیش‌بینی‌کننده تعارض زناشویی هستند، نفعی نشان داد که ویژگی شخصیتی روان‌رنجور

($\alpha=0/05$) است، در نتیجه می‌توان گفت که مسئولیت‌پذیری، اعتمادبه‌نفس و ابرازگری هیجانی متغیرهای آشکار بیرونی تشکیل‌دهنده متغیر مکنون بیرونی خصوصیات شخصیتی هستند.

ضریب رگرسیون تأثیرپذیری شرایط زندگی از شرایط شغلی و مالی و سبک ازدواج به‌ترتیب برابر با $0/34$ و $0/42$ است و چون سطح معنی‌داری کوچکتر از $0/05$ ($\alpha=0/05$) است، در نتیجه می‌توان گفت که شرایط شغلی و مالی و سبک ازدواج متغیرهای آشکار بیرونی تشکیل‌دهنده متغیر مکنون بیرونی شرایط زندگی هستند.

ضریب رگرسیون تأثیرپذیری فرسودگی زناشویی از خستگی جسمی، عاطفی و روانی به‌ترتیب برابر با $0/07$ ، $0/95$ و $0/86$ است و چون سطح معنی‌داری کوچکتر از $0/05$ ($\alpha=0/05$) است در نتیجه می‌توان گفت که خستگی جسمی، عاطفی و روانی متغیرهای آشکار بیرونی تشکیل‌دهنده متغیر مکنون بیرونی فرسودگی زناشویی هستند.

نتایج به‌دست آمده از آزمون مدل فوق نشان می‌دهد که ضریب رگرسیون رابطه ویژگی‌های ارتباطی و فرسودگی زناشویی برابر با $0/67$ - است و چون P مقدار (معنی‌داری) برابر $0/001$ و کوچکتر از سطح معنی‌داری $0/05$ ($\alpha=0/05$) است. در نتیجه می‌توان گفت که بین ویژگی‌های ارتباطی و فرسودگی زناشویی رابطه معنی‌داری وجود دارد. با توجه به منفی بودن ضریب رگرسیون می‌توان گفت با افزایش ویژگی‌های ارتباطی، فرسودگی زناشویی کاهش می‌یابد.

نتایج دیگر مدل نشان می‌دهد که ضریب رگرسیون رابطه خصوصیات شخصیتی و فرسودگی زناشویی برابر با $0/63$ - است و چون P مقدار (معنی‌داری) برابر $0/001$ و کوچکتر از سطح معنی‌داری $0/05$ ($\alpha=0/05$) است، در نتیجه می‌توان گفت که بین خصوصیات شخصیتی و فرسودگی زناشویی رابطه معنی‌داری وجود دارد. با توجه به منفی بودن ضریب رگرسیون می‌توان گفت با افزایش خصوصیات شخصیتی، فرسودگی زناشویی کاهش می‌یابد.

با توجه به نتایج مدل ضریب رگرسیون رابطه شرایط زندگی و فرسودگی زناشویی برابر با $0/35$ - است و چون P مقدار (معنی‌داری) برابر $0/001$ و کوچکتر از سطح معنی‌داری $0/05$ ($\alpha=0/05$) است، در نتیجه می‌توان گفت که بین شرایط زندگی و فرسودگی زناشویی رابطه معنی‌داری وجود دارد. با توجه به منفی بودن ضریب رگرسیون می‌توان گفت با افزایش شرایط زندگی، فرسودگی زناشویی کاهش می‌یابد.

همچنین نتایج مدل نهایی در ارتباط با متغیرهای اضافه شده به مدل نهایی نشان می‌دهد که ضریب کوواریانس شرایط زندگی و خصوصیات شخصیتی برابر $1/11$ است و چون P مقدار (معنی‌داری) کوچکتر از سطح معنی‌داری $0/05$ $\alpha=0/05$ است، در نتیجه می‌توان گفت که بین شرایط زندگی و خصوصیات شخصیتی رابطه متقابل وجود دارد. همچنین ضریب کوواریانس ویژگی‌های ارتباطی و خصوصیات شخصیتی برابر $0/44$ است و چون P مقدار (معنی‌داری) کوچکتر از سطح معنی‌داری $0/05$ $\alpha=0/05$ است، در نتیجه می‌توان گفت که بین ویژگی‌های ارتباطی و خصوصیات شخصیتی رابطه متقابل وجود دارد. ضریب کوواریانس ویژگی‌های ارتباطی و شرایط زندگی برابر $1/27$ است و چون P مقدار (معنی‌داری) کوچکتر از سطح معنی‌داری $0/05$ $\alpha=0/05$ است، در نتیجه می‌توان گفت که بین ویژگی‌های ارتباطی و شرایط زندگی رابطه متقابل وجود دارد.

خوبی و باورهای غیر منطقی پیش‌بینی‌کننده دلزدگی زناشویی هستند، کریمی‌ثانی و همکاران به این نتیجه رسیدند که مسئولیت‌پذیری در ازدواج موفق نقش دارد. حکیمی‌تهرانی نشان داد آموزش امنیت هیجانی بر فرسودگی زناشویی تأثیر دارد، رحیمی و همکاران به این نتیجه رسیدند که بین صفات شخصیت، با رضایت زناشویی، زوج‌های شاغل در آموزش و پرورش رابطه وجود دارد. گل‌پرور به این نتیجه رسید که ویژگی‌های روانی شخصیتی با ناسازگار زناشویی رابطه دارد. کریمی‌ثانی نشان داد که تنظیم هیجانی بر فرسودگی زناشویی تأثیر دارد. بر این اساس اگر زوجین در زندگی زناشویی مسئولیت‌های خانوادگی و زناشویی خود را به‌خوبی انجام دهند، و زیر بار مسئولیت‌هایی که منطبق با عرف جامعه بر عهده دارند شانه خالی نکنند، نسبت به فرزندان و اعضای خانواده مسئولیت‌پذیر باشند، به توانایی‌های خود اعتماد داشته و در مسیر زندگی خویش، قاطع و مصمم باشند. تمرکز و تسلط کافی بر احساسات خود داشته باشند و بتوانند از احساسات مثبت خود به موقع و مناسب استفاده کنند، در آن‌صورت فرسودگی زناشویی آنها کمتر می‌شود.

بر اساس نتایج به‌دست آمده مؤلفه‌های شرایط زندگی (شرایط شغلی و مالی و سبک ازدواج) بر فرسودگی زناشویی تأثیر معنی‌داری دارند. که در راستای این نتایج کریمی‌ثانی و همکاران به این نتیجه رسیدند که وضعیت اقتصادی، فرهنگ خانواده و شناخت کافی از خانواده همسر پیش‌بینی‌کننده ازدواج موفق هستند، یوسفی و باقریان نشان دادند که ملاک محتوایی همسرگزینی با فرسودگی زناشویی و احتمال طلاق در زوجین رابطه دارد. اسدی، بیرانی، تقوایی نشان دادند که نوع ازدواج و میزان درآمد داری توان پیش‌بین معنادار تعارض زناشویی را دارند، پابنز و همکاران به این نتیجه رسیدند که بین میزان درآمد با فرسودگی زناشویی و دلزدگی شغلی رابطه معنی‌دار و منفی وجود دارد. بنابراین می‌توان گفت وقتی که زوجین در ارتباط با مسائل شغلی و مالی اختلاف نظر زیادی داشته باشند. هر دو یا یکی از آن‌ها به مسائل شغلی و وضعیت مالی بیش از حد بها دهد. مسائل و مشکلات کاری را در روابط زناشویی دخالت دهند، در آن‌صورت احتمال دچار شده آنها به فرسودگی زناشویی بیشتر می‌شود. همچنین زوجینی که بدون اطلاع خانواده و با تحقیقات کمتر و با تصمیمات احساسی اقدام به ازدواج می‌کنند، احتمال بیشتر دارد که در آینده دچار فرسودگی زناشویی شوند.

طبق نتایج تحقیق مؤلفه‌های رابطه عاطفی (بیان احساسات، روابط کلامی، تفاهم، همکاری و قدرشناسی، اعتماد و تعهد، هدف و برنامه مشترک، مدیریت تعارضات و حفظ استقلال خانواده) بر فرسودگی زناشویی تأثیر معنی‌داری دارند که در تأیید این نتایج بابایی گرمخانی و همکاران به این نتیجه رسیدند که الگوهای ارتباطی به طور معناداری فرسودگی زناشویی را در زنان متقاضی طلاق پیش‌بینی می‌کند؛ نادری و آزادمنش نشان دادند زوجینی که دچار فرسودگی زناشویی هستند، صمیمیت کمتری را با همسر خود تجربه می‌کنند، هالوگ و همکاران به این نتیجه رسیدند که مهارت‌های ارتباطی می‌تواند میزان فرسودگی زناشویی را تحت تأثیر قرار دهد، هانسون و لندبلند نشان دادند که این آموزش ارتباطی، باعث بهبود ویژه‌ای در روابط زوجین و کاهش فرسودگی زناشویی و سلامت روان آن‌ها شده است. کاپری و گکچاکان به این نتیجه رسیدند که حمایت از همسر، ازدواج و روابط پیش‌بینی‌کننده فرسودگی زناشویی هستند. بر این اساس می‌توان گفت، عدم بیان

احساسات نسبت به یکدیگر باعث تشدید فرسودگی زناشویی می‌شود. اما اگر زوجین به‌طور مداوم احساسات مثبت و عاطفی خود را نسبت به یکدیگر ابراز کنند از فرسودگی زناشویی پیش‌گیری می‌شود. زوج‌های دچار فرسودگی‌های زناشویی در روابط خود از الگوهای ارتباطی مطلوب نمی‌برند. آنها در ابراز خواسته‌ها و احساسات خود به همسرشان موفق عمل نمی‌کنند و قادر نیستند که پیام‌های خود را بدون ابهام و کنایه به یکدیگر منتقل نمایند. نداشتن اشتراک نظر در امور مختلف زندگی از قبیل مکان زندگی، تربیت فرزندان، اوقات فراغت، برنامه‌های اقتصادی و غیره می‌تواند روحیه نشاط و احساس رضایت‌مندی را در زوج‌ها از بین برده و آنها را دچار فرسودگی زناشویی کند. عدم همکاری زن و شوهر با یکدیگر می‌تواند میزان عشق و صمیمیت بین آن‌ها را کاهش داده و پایه‌گذار فرسودگی زناشویی باشد. همکاری زن و شوهر در امور زندگی، نشان می‌دهد که آنها هدف مشترکی را در زندگی دنبال می‌کنند. داشتن هدف مشترک، یعنی داشتن آینده مشترک. همچنین همکاری می‌تواند نشان‌دهنده عشق، صمیمیت و همدلی باشد. عدم تعهد به خانواده و عدم احساس مسئولیت در برابر آن می‌تواند گرمای رابطه زن و شوهر را کاهش داده و باعث فروپاشی ازدواج گردد. زوج‌های موفق به یکدیگر متعهد بوده و پیوند خود را یک پیوند مقدس می‌دانند. آنها در کنار هم تشکیل خانواده داده و نسبت به آینده خانواده خود احساس تعلق و مسئولیت دارند. زوج‌هایی که توانایی حل تعارضات خود را ندارند، مسائل کوچک را به راحتی بزرگ کرده و از اختلافات کوچک، مشکلات غیر قابل حل می‌سازند. زوج‌های دچار فرسودگی زناشویی از توانایی حل تعارض برخوردار نبوده و برای مقابله با مشکلات احتمالی در مسیر زندگی خود هیچ آمادگی ندارند. حفظ استقلال خانواده، به معنای جلوگیری از دخالت‌های دیگران در زندگی زناشویی، مشخصه بارز کاهش فرسودگی زناشویی است. در ازدواج‌های موفق، زوج‌ها قادرند، استقلال نسبی داشته باشند و حریم زوجی خود را از دخالت‌های بی‌مورد و نابه‌جای دیگران حفظ نمایند. وابستگی عاطفی شدید یک عضو زوج به خانواده اصلی و عدم توانایی در جدا شدن از خانواده، می‌تواند استحکام رابطه زناشویی را به خطر بیندازد.

نتایج دیگر تحقیق نشان می‌دهد که مؤلفه‌های ابرازگری هیجانی (انعطاف‌پذیری، خوش‌بینی و روان‌رنجوری) بر فرسودگی زناشویی تأثیر معنی‌داری دارند. در راستای تأیید این نتایج حکیمی‌تهرانی نشان داد که آموزش امنیت هیجانی بر فرسودگی زناشویی تأثیر دارد. کریمی‌ثانی نشان داد که تنظیم هیجانی بر فرسودگی زناشویی تأثیر دارد. شاه‌مرادی به این نتیجه رسید که روان‌رنجوری پیش‌بینی‌کننده تعارض زناشویی هست و نجفی‌ثانی نشان داد که ویژگی شخصیتی روان‌رنجور خوبی پیش‌بینی‌کننده دلزدگی زناشویی هست. بنابراین ابرازگری هیجانی عنصر مهم و اساسی در فرسودگی زناشویی می‌باشد. آگاهی از هیجانات و توانایی کنترل هیجانات منفی می‌تواند از بروز بسیاری مشکلات زناشویی جلوگیری نماید. بسیاری از مشکلات زناشویی در اثر بروز نامناسب هیجانات و عدم آگاهی کافی از نقش هیجانات در زندگی ایجاد شده، و حل آنها نیز در بسیاری موارد، به شناخت و آگاهی از این هیجانات بستگی دارد. زوج‌های دچار فرسودگی زناشویی، قادر نیستند که هیجانات منفی خود را کنترل کرده و از قدرت هیجانات خود در جهت بهبود روابط استفاده نمایند. وقتی که یکی از زوجین فردی بی‌ثبات از نظر اخلاقی و عاطفی باشد، رفتارشان قابل پیش‌بینی نباشد، دارای

9. Willoughby BJ. Marital attitude trajectories across adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*. 2013; 39: 1305-17.
10. Pines AM. Adult attachment styles and their relationship to burnout: a preliminary, Cross-cultural investigation. *Work and stress*. 2004;18(1): 66-80.
11. Najafi A. The relationship between personality traits, irrational beliefs and Couple Burnout. *J Soc Sci*. 2016; 3(1):1-7.
12. Rahnvard S, Hosseinpour M, Attari YA. The effectiveness of communication skills training in the method of couples communication program on reducing marital boredom in couples. *Journal of Thought and Behavior*. 2009; 14, (4).
13. Moghimi F. Investigating the relationship between family cohesion and parental conflict with attitudes toward marriage. Unpublished dissertation, General Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Islamic Azad University, Ayatollah Amoli Branch. 2018.
14. Lingern HG. Marriage burnout. From [http:// she knows.com](http://sheknows.com). 2013.
15. Huston TL. Whats Love got to do with it? Why some marriages succeed and others fail. *Personal Relationships*. 2009; 16(3): 301-27.
16. Kayser K. The marital disaffection scale: An inventory for assessing motional estrangement in marriage. *The American Journal of Family Therapy*. 1996; 24 (1):68-80.
17. Panahi M, Kazemi Sh, Enayatpour M, Rostami M. The effectiveness of couple-behavioral couple therapy on reducing marital boredom and fear of intimacy. *Journal of Applied Psychology*. 2017; 11 (3 consecutive 43): 373-92.
18. Bukharaee A. *Sociology of Silent Lives in Iran*. Tehran: Pajhwok Publications. 2017.
19. Baradaran B. Family pathology with an approach to the causes of marital instability. *Journal of the Second National Conference on Sustainable Lifestyle and Family*. 2016; 16-1.

احساسات غم، ترس، برانگیختگی، خشم، احساس گناه، دمدمی مزاج، ناراضی از زندگی، دارای عزت نفس پایین و نفرت باشد. در آن صورت انتظار بروز فرسودگی زناشویی بیشتر می شود. از طرفی دیگر افراد خوش بین از سلامتی بیشتری برخوردار بوده و شبکه روابط بین فردی آنها مستحکم و پایدار می باشد. خوش بینی، دیگران را به سمت ما جلب می کند و حل مشکلات پیش رو را آسان تر می سازد. بدون شک زوج های خوش بین، بهتر و راحت تر می توانند با مشکلات زندگی مواجه شوند و در مواقع بروز مشکل گام های مؤثرتری را بر می دارند. خوش بینی به افراد کمک می کند تا تسلیم حوادث نشده و از روحیه مبارزه جویی بیشتری برخوردار باشند و این ویژگی ها می تواند به ثبات زندگی زناشویی کمک نماید.

References

1. Aslani Kh, Jamei M, Rajabi Gh. The effectiveness of communication illustration training on the quality of marital relationships of couples. *Journal of Applied Psychology*. 2015; 9 (4 consecutive 36): 37-53.
2. Besharat M A. The Relationship between Fear of Intimacy and Marital Satisfaction in a Sample of Iranian Couples: The Modifying Role of Attachment Styles. *Bi-Quarterly Journal of Applied Consulting*. 2012; 1 (2); 1-18.
3. Vaterlaus JM, Skogrand L, Chaney C. Help-seeking for marital problems: Perceptions of individuals in strong African American marriages. *Contemporary Family Therapy*. 2015; 37(1): 22-32.
4. Michalitsianis N. Resiliency: A resource for promoting marriage satisfaction. Master dissertation in Marriage & Family Therapy. Kean University. 2014.
5. Nawabi Nejad Sh. Family therapy, determining effective treatment, Publications: Parents. 2018.
6. Santrock JW. *Adolescence*. New York: McGraw- Hill. Available from: <http://www.Mhhe.com/santrockalo>. 2005.
7. Amini M, Heydari H. Effectiveness of Relationships Enrichment Education on Improvement of Life Quality and Marital Satisfaction in Married Female Students. *J Educ Community Health*. 2016; 3 (2): 23-31.
8. Veenhoven R. *Data book of happiness*. Reidel publishing company: New York. 2013.

20. The Civil Registration. Registration of marriage and divorce. 2018.
21. Arefi M, Azrafrooz M, Toofani, F. Assessing the Level of Marital Conflict and Marriage Instability - The Probability of Divorce in Incompatible Couples in Rasht Affected by Marital Life Skills Training, International Congress on Mental Health and Psychological Sciences, Tehran, Permanent Secretariat of the Conference. 2017.
22. Falah MA, Deldar F. Investigating the factors affecting divorce in Iranian provinces with emphasis on economic factors. Cultural and Educational Quarterly of Women and Family. 2016; 10 (34): 136-46.