

مدل رابطه ابعاد چشم‌انداز زمان و رضایت زناشویی با توجه به اثرات میانجی بهزیستی روان‌شناختی

The Model of Relationship Between Time Perspective Dimensions and Marital Satisfaction With Considering the Mediative Role of Psychological Wellbeing

S. Alizadehfard, Ph.D.

M. Mohamadnia, M.A.

F. G. Zimbardo, Ph.D.

دکتر سوسن علیزاده‌فرد ✉

استادیار گروه روان‌شناسی دانشگاه پیام نور

معصومه محمدنیا

کارشناسی ارشد روان‌شناسی دانشگاه پیام نور

دکتر فیلیپ جورج زیمباردو

استاد روان‌شناسی دانشگاه استنفورد

دریافت مقاله: ۹۴/۸/۳۰

دریافت نسخه اصلاح شده: ۹۵/۲/۱

پذیرش مقاله: ۹۵/۲/۲۹

Abstract

This study was conducted to examine the relationship between time perspective dimensions and marital satisfaction with considering the mediative role of psychological wellbeing, through a path analysis model. Statistical samples of this study were 408 married women, 20 to 50 years old, from Tehran city that were selected through multi-phase clustering method. Research instruments were the Enrich's Marital Satisfaction Inventory, the Ryff's Psychological Well-Being Scale, and short form of

چکیده

این پژوهش با هدف بررسی رابطه ابعاد چشم‌انداز زمان و رضایت زناشویی با توجه به نقش واسطه‌ای بهزیستی روان‌شناختی در قالب یک مدل تحلیل مسیر به انجام رسیده است. نمونه آماری این پژوهش عبارت بود از ۴۰۸ زن متأهل ۲۰ تا ۵۰ ساله ساکن شهر تهران که با استفاده از روش خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. ابزار پژوهش حاضر شامل پرسش‌نامه رضایت زناشویی انریچ، بهزیستی روان‌شناختی ریف و فرم کوتاه چشم‌انداز زمان زیمباردو بود.

✉Corresponding author: Department of Psychology, Faculty of Human Sciences, Payame Noor University
Email: salizadehfard@gmail.com

✉نویسنده مسئول: دانشگاه پیام‌نور تهران، دانشکده علوم انسانی،

گروه روان‌شناسی

پست الکترونیکی: salizadehfard@gmail.com

of the Zimbardo's Time Perspective Inventory. Pearson's correlation coefficient and path analysis method were used to analyze data. The results showed an acceptable fitness in structural model. In addition, results indicated that Positive Past, Hedonistic Present and Future, with mediative role of psychological wellbeing, had positive and significant relationships with marital satisfaction, not only directly, but also indirectly. Also findings showed that Negative Past and Fatalistic Present, with mediative role of psychological wellbeing, had a negative and significant relationship with marital satisfaction, not only directly, but also indirectly. In conclusion, time perspective dimensions had an effect on marital satisfaction, and psychological wellbeing have a mediative role in their relationship, which can be tacitly applied in establishing marital interventions by experts and psychologists.

Keywords: time perspective, marital satisfaction, psychological wellbeing, path analysis.

برای تحلیل داده‌ها از روش ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر استفاده شد. نتایج نشان داد که مدل پژوهش از برازش مناسبی برخوردار است. همچنین مشخص شد که گذشته خوب، حال لذت‌گرا و آینده، نه تنها به طور مثبت مستقیم، بلکه به طور مثبت و غیرمستقیم با واسطه بهزیستی روان‌شناختی بر رضایت زناشویی تأثیر می‌گذارند. به علاوه متغیرهای گذشته بد و حال منفعل به‌طور منفی مستقیم و همچنین به طور منفی و غیرمستقیم با واسطه بهزیستی روان‌شناختی بر رضایت زناشویی تأثیرگذار هستند. از مجموع یافته‌ها نقش ابعاد چشم‌انداز زمان بر رضایت زناشویی و نقش میانجی بهزیستی روان‌شناختی تأیید شد که این امر دارای تلوپحات کاربردی برای متخصصان و روان‌شناسان در تدوین مداخلات زناشویی است.

کلیدواژه‌ها: چشم‌انداز زمان، رضایت زناشویی، بهزیستی روان‌شناختی، تحلیل مسیر

مقدمه

بدون تردید ازدواج بزرگ‌ترین و مهم‌ترین رویداد زندگی هر انسان است و به دلیل نقش مهمی که در بنا نهادن نظام خانوادگی و تربیت نسل آینده دارد، به عنوان مهم‌ترین و اساسی‌ترین رابطه بشری توصیف شده است (پورحیدری، باقریان، دوستکام و بهادرخان^۱، ۱۳۹۲). در واقع به لحاظ کارکردهای مهمی که خانواده در جامعه برعهده دارد، همواره این نهاد و به خصوص سلامت روابط زوجین مورد توجه پژوهشگران و نظریه‌پردازان حوزه‌های علوم رفتاری بوده است. در این زمینه، رضایت زناشویی به عنوان شاخصی از سلامت روابط زن و شوهر، بیش از سایر موضوعات مورد توجه قرار گرفته است. همان طور که تحقیق گریف^۲ (۲۰۰۰) نشان داده، رضایت زناشویی یکی از مهم‌ترین شاخص‌های تعیین‌کننده عملکرد سالم خانواده است. رضایت زناشویی حالتی از خشنودی و رضایت ازدواج است که از جنبه درون‌فردی، تجارب ذهنی، میان‌فردی و انتظارات انسان از ازدواج با واقعیات

زندگی نشأت می‌گیرد. به بیانی دیگر رضایت زناشویی به احساس عینی از خشنودی، رضایت و لذت تجربه‌شده توسط زن و مرد اشاره دارد (ذوالفقاری و تبریزی^۳، ۱۳۹۰).

با توجه به نتایج تحقیقاتی که در این زمینه انجام شده، می‌توان عوامل مؤثر در رضایت زناشویی را به سه دسته کلی تقسیم کرد: الف) عوامل فردی مانند ویژگی‌های شخصیتی، جنسیت، سبک‌های دل‌بستگی و اسنادهای ناسازگار؛ ب) فرآیندهای میان‌فردی مانند مهارت‌های ارتباطی، سبک‌های حل مسأله و تعارض، کیفیت رابطه جنسی، سبک دل‌بستگی و ج) عوامل اجتماعی و محیطی مانند فرزندان، تاریخچه زندگی، شرایط خانواده اصلی زوجین، فشارهای زندگی و استرس‌ها (بیچ^۴، ۲۰۰۱؛ ربلو، سیلوا و بریتو^۵، ۲۰۱۴؛ احمدزاده، فرامرزی، شمسی و صمدی^۶، ۱۳۹۱).

پژوهش‌ها نشان می‌دهند که عامل فردی یا شخصی مؤثر در رضایت زناشویی تحت تأثیر موارد متفاوتی شکل می‌گیرد. مثلاً لوکاس، پارک‌هیل، وندورف، امامقلو، ویسفیلد، ویسفیلد و شن^۷ (۲۰۰۸) به تأثیر ارزش‌های فرهنگی و اجتماعی در شکل‌گیری ارزش‌های فردی مرتبط با رضایت زناشویی اشاره کردند. استرواد، دوربین، سیگال و نوبلاچ فدرز^۸ (۲۰۱۰)، فانی و نسقچی خیرآبادی^۹ (۲۰۱۱) و لتزرینگ و نافتل^{۱۰} (۲۰۱۰) به بررسی ویژگی‌های شخصیتی مؤثر در رضایت زناشویی پرداخته و تأیید کردند که صفات و ویژگی‌های شخصیتی و فردی بر میزان رضایت زناشویی تأثیرگذار هستند.

مفاهیم گوناگونی درباره عوامل مؤثر بر شکل‌گیری شخصیت انسان و تحلیل ویژگی‌های هر عامل در روان‌شناسی شخصیت و روان‌شناسی شناختی مطرح است. مفهوم چشم‌انداز زمان یکی از این مفاهیم است که در دهه‌های اخیر در ادبیات روان‌شناسی شناختی و شخصیت وارد شده و تحقیقات زیادی را به خود معطوف داشته است. مفهوم چشم‌انداز زمان اولین بار توسط زی‌مباردو^{۱۱}، به عنوان یک بعد اساسی در ساختار روان‌شناسی شناختی زمان مطرح شد که بر اساس آن فرآیندهای شناختی، تجارب انسان را بر حسب زمان گذشته، حال و آینده تفکیک می‌کند. طبق این نظریه، افراد نسبت به زمان دارای جهت‌گیری‌های روان‌شناختی متفاوتی هستند که بر اساس آن تجارب خود را در زمان‌های متفاوت تقسیم‌بندی می‌کنند (زی‌مباردو و بوید^{۱۲}، ۱۹۹۹).

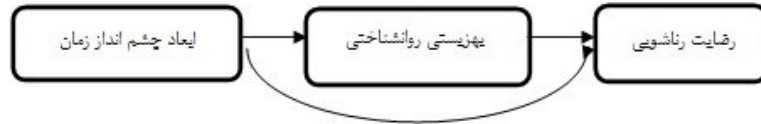
زی‌مباردو و بوید این مفهوم را به صورت ارائه پنج فاکتور اصلی پیشنهاد کردند. این فاکتورها عبارتند از: جهت‌گیری منفی نسبت به گذشته، جهت‌گیری مثبت نسبت به گذشته، جهت‌گیری متمرکز بر آینده، جهت‌گیری منفعل نسبت به زمان حال و جهت‌گیری لذت‌جویی از زمان حال. در این معنا بازتاب‌های گذشته منفی به صورت آسیب، درد و پشیمانی موجب جهت‌گیری منفی نسبت به گذشته شده و بازتاب‌های گذشته مثبت به شکل احساس خونگرمی و نگرش‌های عاطفی به سمت گذشته بازتاب‌هایی می‌شوند. بازتاب‌های لذت‌جویی در زمان حال شامل لذت‌جویی و گرایش‌های هیجان‌خواهی و تنوع‌طلبی است و فردی با چنین ویژگی‌هایی، اساساً در زمان حال زندگی کرده و تأمل، برنامه‌ریزی و نگرانی اندکی برای پیامد رفتارهایش دارد. بازتاب‌های حال منفعل نیز به صورت

درماندگی، پذیرش افراطی شرایط و ناامیدی در زندگی آشکار می‌شود. این همه در حالی است که بعد آینده چشم‌انداز زمان شامل بازنمایی‌های ذهنی از پیامدهای آینده و اهمیت آنها، نگرانی، مسئولیت‌پذیری، برنامه‌ریزی و کوشش برای رسیدن به اهداف آینده و پاداش‌های آن است.

با عنایت به موضوع چشم‌انداز زمان از یک سو و اهمیت بررسی عوامل مؤثر بر رضایت زناشویی، هدف اولیه این پژوهش بررسی چگونگی رابطه بین این دو مقوله است. یعنی در نخستین مرحله فرض بر این است که ابعاد مختلف چشم‌انداز زمان روی رضایت زناشویی اثر مستقیم و معنی‌دار دارند. معیذا ممکن است که این اثر به واسطه تأثیر متغیرهای میانجی صورت پذیرد. از این رو لازم است تا سایر متغیرهای مؤثر نیز در این رابطه بررسی شوند که از جمله مهم‌ترین این متغیرها باید از بهزیستی روان‌شناختی نام برد. بهزیستی روان‌شناختی که در ابتدا ریف و کیز^{۱۳} در ۱۹۹۵ الگوی آن را پیشنهاد کردند، به طور گسترده‌ای در جهان توسط پژوهشگرانی چون کلارک، مارشال، ریف و ویتون^{۱۴} (۲۰۰۱)، دایرندوک^{۱۵} (۲۰۰۵)، چنگ و چان^{۱۶} (۲۰۰۵) و لیندفورس، برنستون و لوندبرگ^{۱۷} (۲۰۰۶) بررسی شد. بهزیستی روان‌شناختی یک مفهوم چندمؤلفه‌ای و دربرگیرنده موارد زیر است: پذیرش خود یعنی نگرش مثبت به خود و پذیرش جنبه‌های مختلف خود مانند ویژگی‌های خوب و بد و احساس مثبت درباره زندگی گذشته؛ روابط مثبت با دیگران، احساس رضایت و صمیمیت از رابطه با دیگران و درک اهمیت این وابستگی‌ها؛ خودمختاری، احساس استقلال و اثرگذاری در رویدادهای زندگی و نقش فعال در رفتارها؛ تسلط بر محیط، حس تسلط بر محیط، کنترل فعالیت‌های بیرونی و بهره‌گیری مؤثر از فرصت‌های پیرامون؛ زندگی هدفمند، داشتن هدف در زندگی و باور به اینکه زندگی حال و گذشته او معنی‌دار است؛ رشد شخصی، احساس رشد بادوام و دستیابی به تجربه‌های نو به عنوان یک موجود دارای استعدادهای بالقوه (ریف و کیز، ۱۹۹۵؛ ریف و سینگر^{۱۸}، ۱۹۹۸).

پژوهش‌های متعددی نشان می‌دهند که بهزیستی روان‌شناختی با رضایت زناشویی ارتباط مستقیم دارد که از آن جمله می‌توان به تحقیقات آسودو، آرون، فیشر و براون^{۱۹} (۲۰۱۲)، کوهن، جرون و فارچی^{۲۰} (۲۰۰۹)، شفیع کنجدجانی، آذر، جان بزرگی، نوحی و حسینی^{۲۱} (۱۳۸۶)، لو، چن، یو، ژنگ، ژاویانگ و زو^{۲۲} (۲۰۰۸)، هالیست، میلر، فالستو و فرناندز^{۲۳} (۲۰۰۷)، مجیدی^{۲۴} (۱۳۸۵) و ایمان و یادعلی جمالویی^{۲۵} (۱۳۹۱) اشاره کرد. هم‌چنین نتایج پژوهش‌های انجام‌شده، رابطه ابعاد چشم‌انداز زمان با بهزیستی روان‌شناختی را تأیید می‌کنند که در این رابطه می‌توان به پژوهش‌های کازاکینا^{۲۶} (۱۹۹۹)، بانی وول، اوسین، لینلی و ایوانچنکو^{۲۷} (۲۰۱۰)، دریک، دانکن، ساترلند، ابرنتی و هنری^{۲۸} (۲۰۰۸)، سیرکوا و میتینا^{۲۹} (۲۰۰۸)، بانی وول و زیمباردو (۲۰۰۴)، لاگی، بایوکو، دالسیو و گاریری^{۳۰} (۲۰۰۹)، ون بیک، برگویس، کرکهوف و بیکن^{۳۱} (۲۰۱۱) و زیمباردو و بوید (۱۹۹۹) اشاره کرد. این پیشینه پژوهشی نشان می‌دهد که متغیر بهزیستی روان‌شناختی از یک سو با رضایت

زناشویی و از سوی دیگر با ابعاد چشم‌انداز زمان در رابطه است، به همین دلیل پژوهش حاضر درصدد است تا اثر بهزیستی روان‌شناختی را به عنوان واسطه و میانجی تأثیر ابعاد چشم‌انداز زمان بر رضایت زناشویی مورد بررسی قرار دهد. با این منظور؛ الگوی مفهومی و نظری ارتباط بین ابعاد چشم‌انداز زمان را با نقش میانجی بهزیستی روان‌شناختی بر رضایت زناشویی؛ به شرح زیر معرفی می‌کند:



روش

این تحقیق بر اساس هدف، بنیادی و از نظر روش جزء پژوهش‌های توصیفی - همبستگی است. زیرا از یک سو به توصیف شرایط و وضعیت متغیرها و از سوی دیگر به مطالعه رابطه و همبستگی بین متغیرها و الگوهای ارتباط بین آنها می‌پردازد. به این منظور از روش آماری تحلیل مسیر استفاده شده است. تحلیل مسیر نخستین بار توسط رایت^{۳۲} در ۱۹۳۴ (سرمد، بازرگان هرندی و حجازی^{۳۳}، ۱۳۸۵) به کار گرفته شد. هدف این روش به دست آوردن برآوردهای کمی روابط علی بین مجموعه‌ای از متغیرهاست که در یک جهت جریان یافته و به عنوان مسیرهای متمایز در نظر گرفته می‌شوند. مفاهیم تحلیل مسیر به صورت نمودار مسیر تبیین می‌شود که در آن پیوندهای علی احتمالی بین متغیرها نمایان می‌شود.

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زنان متأهل ۲۰ تا ۵۰ ساله شهر تهران بود. از جامعه مورد نظر تعداد ۴۵۰ نفر به صورت خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. معیارهای ورود به گروه نمونه به این قرار بودند: سکونت در شهر تهران، زن بودن، تأهل و دامنه سنی ۲۰ تا ۵۰ سال. بعد از حذف پرسش‌نامه‌های ناقص یا مخدوش، تعداد ۴۰۸ نمونه صحیح به دست آمد که ۴۱٪ (۱۶۸ نفر) زیر ۳۰ سال، ۴۲٪ (۱۷۴ نفر) بین ۳۰ تا ۴۰ سال و ۱۶٪ (۶۶ نفر) بین ۴۰ تا ۵۰ سال سن داشتند. هم‌چنین ۵۲/۴۵٪ (۲۱۴ نفر) دیپلم و زیر دیپلم، ۱۵/۶۸٪ (۶۴ نفر) فوق دیپلم، ۲۳/۰۳٪ (۹۴ نفر) کارشناسی و ۸/۸۲٪ (۳۶ نفر) دارای مدرک کارشناسی ارشد یا دکتری بودند. جهت بررسی داده‌ها از نرم‌افزارهای SPSS18 و AMOS21 استفاده شد.

ابزارهای پژوهش

در پژوهش حاضر با توجه به متغیرهای موجود از ۳ ابزار و در مجموع ۱۶۷ گویه استفاده شد.

پرسش‌نامه چشم‌انداز زمان زیمباردو (ZTPI)^{۳۴}: این پرسش‌نامه توسط زیمباردو و بوید (۱۹۹۹) طراحی و ساخته شده است. ZTPI پرسش‌نامه‌ای با ۳۶ عبارت است که در طیف لیکرت پنج درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود (اصلاً مطابق خصوصیات من نیست = ۱ تا کاملاً مطابق خصوصیات من است = ۵). بر این اساس شرکت‌کنندگان بر حسب توافقی که با عبارات یا گویه‌ها دارند، نمره‌ای از یک تا پنج می‌دهند. این پرسش‌نامه پنج زیرمقیاس دارد که شامل گذشته منفی ^{۳۵}PN (گذشته خاطرات ناخوشایند زیادی با خود دارد و من ترجیح می‌دهم درباره آنها فکر نکنم)، لذت‌گرا در زمان حال ^{۳۶}PH (تلاش می‌کنم که هر ساعت از روزهای زندگی‌ام را تا جایی که ممکن است به بهترین وجه بگذرانم)، آینده‌نگر ^{۳۷}F (با استفاده از برنامه‌های منظم، کارهایم را به موقع تمام می‌کنم)، گذشته مثبت ^{۳۸}PP (فکر کردن درباره گذشته برایم لذت‌بخش است) و منفعل در زمان حال ^{۳۹}PF (زندگی را قسمت و سرنوشت تعیین کرده است). جهت بررسی روایی و پایایی، طراحان این ابزار در ۲۶ نمونه از ۲۴ کشور پرسش‌نامه را مورد ارزیابی قرار داده و گزارش کردند که این پرسش‌نامه از روایی و پایایی قابل قبولی برخوردار است؛ اگرچه شاخص منفعل در زمان حال نسبت به دیگر مؤلفه‌ها از پایایی کمتری برخوردار است. در مجموع، طراحان این پرسش‌نامه، شاخص‌های ریشه خطای میانگین مجذورات تقریب (RMSEA=۰/۰۵۷)، ریشه مجذورات میانگین باقیمانده استاندارد شده (SRMR=۰/۰۶۲) و شاخص برازش تطبیقی (CFI=۰/۰۸۶) را برای این ابزار مناسب گزارش کردند (مک‌کی، وورل، تمپل، پری، کول و ملو^{۴۰}، ۲۰۱۵).

نتایج تحقیقات علیزاده‌فرد، محتشمی و زیمباردو^{۴۱} (۱۳۹۴) نشان داد که این پرسش‌نامه برای جامعه ایرانی نیز از اعتبار و روایی خوبی برخوردار است. این بررسی نتایج نشان داد که ضریب پایایی پرسش‌نامه با استفاده از آلفای کرونباخ مقدار ۰/۷۱ برای کل آزمون است که حاکی از پایایی مطلوب برای کل مقیاس و هرکدام از عامل‌ها بود. هم‌چنین نتایج نشان داد که عامل‌های مقیاس چشم‌انداز زمان با ویژگی‌های شخصیتی نئو فرم کوتاه رابطه معنی‌دار دارند. هم‌چنین نتایج تحلیل عاملی اکتشافی نیز بیانگر وجود پنج عامل گذشته منفی، خوشگذران در زمان حال، آینده‌نگر، گذشته مثبت و منفعل در زمان حال است که در مجموع ۳۷٪ واریانس کل را تبیین می‌کند. هم‌چنین ضریب بازآزمایی پس از دو هفته نیز ۰/۹۲ بوده است. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ معادل ۰/۷۵ برای گذشته خوب، ۰/۷۷ برای گذشته بد، ۰/۷۵ برای حال لذت‌گرا، ۰/۷۰ برای حال منفعل و ۰/۸۳ برای زیرمقیاس آینده به دست آمد.

مقیاس رضایت زناشویی انریچ^{۴۲}: این مقیاس توسط اولسون^{۴۳} (۱۹۸۹) ساخته شد. شامل ۴۷ سؤال و ۱۱ خرده‌مقیاس است. در این پرسش‌نامه نیز از طیف پنج گزینه‌ای لیکرت استفاده شده است و پاسخ‌ها از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) نمره دارند. این پرسش‌نامه دارای تعدادی گویه معکوس است که این گویه‌ها ارزش عددی معکوس دریافت می‌کنند. در ایران اولین بار

سلیمانیان^{۴۴} (۱۳۷۳) همبستگی درونی آزمون را برای فرم بلند ۰/۹۳ و برای فرم کوتاه ۰/۹۵ محاسبه و گزارش کرده است. برای محاسبه روایی پرسش‌نامه انریچ، شریف‌نیا^{۴۵} (۱۳۸۰) روایی پرسش‌نامه رضایت زناشویی را با پرسش‌نامه سازگاری زوجی ابزارسنج خانواده (FAD) ۹۲٪ به دست آورد. همچنین این مقیاس با مقیاس‌های رضایت خانوادگی و مقیاس رضایت از زندگی همبسته شد. نتایج نشان داد که ضریب همبستگی این پرسش‌نامه با رضایت خانوادگی از ۰/۴۱ تا ۰/۶۰ و با مقیاس‌های رضایت از زندگی از ۰/۳۲ تا ۰/۴۱ است که نشانه روایی سازه آن است (مهدویان^{۴۶}، ۱۳۷۷). روایی هم‌زمان این پرسش‌نامه با فرم اصلی توسط سلیمانیان (۱۳۷۳) ۰/۹۵ محاسبه شد. روایی سازه پرسش‌نامه توسط محقق مورد بررسی قرار گرفت و همبستگی زیرمقیاس‌های پرسش‌نامه با نمره کل بین ۰/۶۴ تا ۰/۸۵ به دست آمد. اعتبار بازآزمایی این پرسش‌نامه در یک چهار هفته‌ای بین ۰/۷۷ تا ۰/۹۲ با میانگین ۰/۸۶ بوده است (ثنایی^{۴۷}، ۱۳۷۹). در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ معادل ۰/۹۴ به دست آمد.

مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف: این مقیاس توسط ریف^{۴۸} در سال ۱۹۸۹ ساخته شد. این آزمون ۸۴ سؤالی و دارای ۶ عامل است. هر عامل دارای ۱۴ پرسش است. آزمودنی‌ها در مقیاس ۶ درجه‌ای (کاملاً مخالف تا کاملاً موافق) به سؤال‌ها پاسخ می‌دهند. برای هر پرسش نمره‌های ۱ تا ۶ داده می‌شود. نمره بالاتر بیانگر بهزیستی روان‌شناختی بهتر است. در این آزمون ۴۷ سؤال مستقیم و ۳۷ سؤال به صورت معکوس نمره‌گذاری شده‌اند. در مطالعه دایرناندک^{۴۹} (۲۰۰۴) همسانی درونی خرده‌مقیاس‌های مناسب و آلفای کرونباخ بین ۰/۹۰ و ۰/۷۷ گزارش شد. در مطالعه بیانی، محمدکوچکی و بیانی^{۵۰} (۱۳۸۷) نیز همسانی درونی مقیاس‌های بهزیستی روان‌شناختی بین ۰/۹۳ و ۰/۸۶ به دست آمد و روایی نسخه فارسی پرسش‌نامه نیز مطلوب گزارش شد. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ معادل ۰/۸۴ به دست آمد.

یافته‌ها

ابتدا نتایج آماره‌های توصیفی مربوط به متغیرها استخراج شد که در جداول ۱ و ۲ آورده شده است.

جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای مورد مطالعه در پژوهش

متغیرهای پژوهش	میانگین	انحراف استاندارد
رضایت زناشویی	۱۶۷/۷۷	۲۹/۸۰
بهزیستی روان‌شناختی	۳۶۴/۲۱	۳۳/۱۲
چشم‌انداز زمان	گذشته خوب	۲۳/۴۹
	گذشته بد	۲۳/۳۶
	حال لذت‌گرا	۲۸/۱۹
	حال منفعل	۱۰/۱۶
	آینده	۲۴/۵۵

همان طور که در جدول ۱ نشان داده شده، میانگین و انحراف استاندارد رضایت زناشویی برابر با ۱۶۷/۷۷ و ۲۹/۸۰ است. در ادامه همبستگی بین متغیرهای پژوهش بررسی شد که نتایج آن در جدول ۲ مشخص است.

جدول ۲: ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش در کل آزمودنی‌ها

متغیرهای پژوهش	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
رضایت زناشویی	-	**۰/۴۹۱	*۰/۲۹	*-۰/۲۵	*۰/۱۰۴	*-۰/۱۲۸	*۰/۲۷۶
بهبودی روان‌شناختی	-	-	**۰/۳۱۸	*-۰/۱۶۱	*۰/۲۳۰	*۰/۱۷۷	*۰/۲۰۲
گذشته خوب	-	-	-	۰/۱۶۰	*۰/۳۲۵	۰/۱۲۲	*۰/۴۱۸
گذشته بد	-	-	-	-	*۰/۱۲۶	۰/۱۰۱	-۰/۰۱۱
حال لذت‌گرا	-	-	-	-	-	۰/۰۲۵	۰/۱۳۳
حال منفعل	-	-	-	-	-	-	۰/۰۰۶
آینده	-	-	-	-	-	-	-

* در سطح $p < 0/05$ و ** در سطح $p < 0/01$ معنادار است

به منظور تدوین مدل رضایت زناشویی بر اساس متغیرهای ابعاد چشم‌انداز زمان و بهزیستی روان‌شناختی از روش تحلیل مسیر استفاده گردید. یکی از پیش‌فرض‌های آماری انجام تحلیل مسیر، طبیعی بودن یا بهنجار بودن توزیع متغیرهاست. جهت بررسی فرض طبیعی بودن متغیرها، آزمون کولموگروف اسمیرنوف انجام شد و نتایج نشان داد که توزیع نمره‌های به دست آمده از اندازه‌گیری متغیرها، طبیعی است. یکی دیگر از مفروضه‌های تحلیل مسیر، فرض خطی بودن رابطه بین متغیرهای مورد مطالعه و همچنین همگنی واریانس‌هاست. به همین منظور رابطه بین متغیرهای موجود با استفاده از نمودار پراکنش متغیرها با خط رگرسیون و نمودار پراکنش ویرایش‌شده باقی‌مانده‌های استاندارد شده در مقابل مقادیر پیش‌بینی شده استاندارد شده و در نهایت ماتریس نمودار پراکنش بررسی شد. از جمله دیگر پیش‌فرض‌های تحلیل مسیر، پراکندگی مناسب داده‌ها یعنی میانگین بیش از ۲ و انحراف معیار بیش از ۳ است و شرط دیگر عدم وجود چند هم‌خطی بین متغیرهای مستقل است که در این مورد اخیر همبستگی زیاد بین متغیرها و معمولاً بیش از ۰/۸ نشانگر وجود چند هم‌خطی است. نتایج این بررسی‌ها نشان داد که همه پیش‌فرض‌های انجام تحلیل مسیر برقرار است.

در ادامه با استفاده از آزمون KMO به محاسبه توان آماری و تأیید کفایت حجم نمونه قبل از بررسی مدل اقدام شد. مقدار این آزمون بین (۰) تا (۱) نوسان دارد. به طوری که اگر مقدار آن ۰/۷ و بالاتر باشد؛ با تأیید کفایت حجم نمونه و توان آماری، انجام تحلیل عاملی پیشنهاد می‌شود (حبیب‌پور و صفری^{۵۱}، ۱۳۹۱). مقدار این شاخص برای متغیرهای پژوهش در جدول ۳ نشان داده شده است.

جدول ۳: اندازه شاخص KMO برای متغیرهای پژوهش

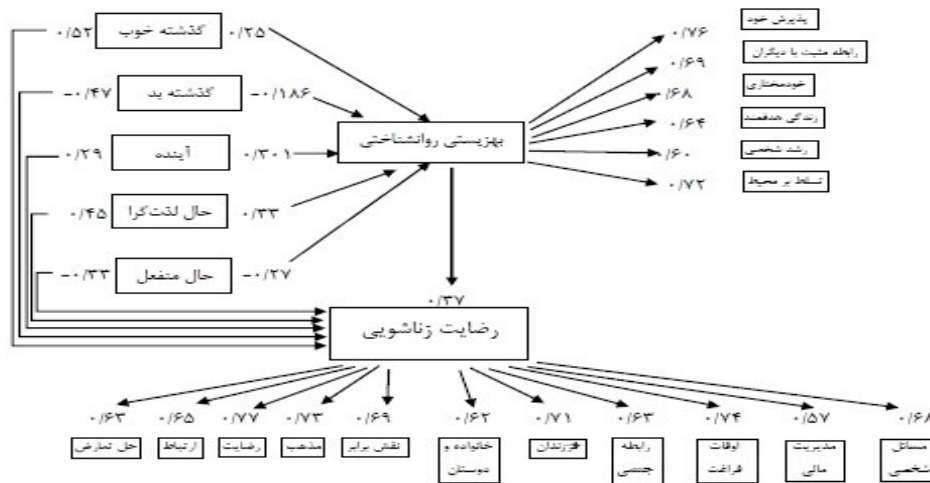
نتیجه	KMO	ابعاد
توان آماری و کفایت نمونه تأیید می‌شود.	۰/۷۷۹	بهبودی
توان آماری و کفایت نمونه تأیید می‌شود.	۰/۷۹۸	رضایت زناشویی
توان آماری و کفایت نمونه تأیید می‌شود.	۰/۷۰۴	چشم‌انداز زمان

نتیجه آزمون KMO در جدول فوق نشان می‌دهد که این مقدار برای همه مقیاس‌ها بیشتر از ۰/۷ می‌باشد. بنابراین حجم نمونه از کفایت خوبی برخوردار بوده و با توان آماری مناسبی می‌توان از تحلیل عاملی استفاده کرد. جهت بررسی مدل لازم بود تا ابتدا شاخص‌های برازش مدل پیشنهادی محاسبه شوند که نتایج در جدول ۴ آمده است.

جدول ۴: شاخص‌های برازش مدل ساختاری پژوهش

شاخص	X2/df	RMR	GFI	AGFI	NFI	RFI	IFI	TLI	CFI	PRATIO	PNFI	PCFI	RMSEA
حد مطلوب	۳ و کمتر	نزدیک به صفر	۰/۹ و بالاتر	۰/۹ و بالاتر	۰/۹ و بالاتر	۰/۹ و بالاتر	۰/۹ و بالاتر	۰/۹ و بالاتر	۰/۹ و بالاتر	۰/۵ و بالاتر	۰/۵ و بالاتر	۰/۵ و بالاتر	۰/۰۸
مدل ساختاری	۲/۸۶	۰/۰۶۵	۰/۹۱۹	۰/۹۶۲	۰/۹۴۱	۰/۹۱۶	۰/۹۶۱	۰/۹۴۹	۰/۹۶۰	۰/۷۰۹	۰/۶۶۷	۰/۶۸۱	۰/۰۹۲

نتایج شاخص‌های فوق در جدول ۴ نشان می‌دهد که مدل ساختاری پژوهش از برازش مناسبی برخوردار است. بنابراین می‌توان بر اساس ضرایب رگرسیونی به دست آمده، مدل فرضی پژوهش را مورد آزمون قرار داد. شکل ۲ مدل ساختاری نهایی و جدول ۵ ضرایب رگرسیونی آن را نشان می‌دهد.



شکل ۲: الگوی نهایی اثر ابعاد چشم‌انداز زمان با واسطه بهبودی روان‌شناختی بر رضایت زناشویی

جدول ۵: ضرایب رگرسیونی و سطوح معناداری مدل نهایی

رابطه	ضریب تأثیر	سطح معناداری	تأثیرگذاری
بهبودی روان‌شناختی ← رضایت زناشویی	۰/۳۷	*۰/۰۰۱	مستقیم
گذشته خوب ← رضایت زناشویی	۰/۵۲	*۰/۰۰۵	مستقیم
گذشته بد ← رضایت زناشویی	-۰/۴۷	*۰/۰۰۴	مستقیم
حال لذت‌گرا ← رضایت زناشویی	۰/۴۵	*۰/۰۰۱	مستقیم
حال منفعل ← رضایت زناشویی	-۰/۳۳	*۰/۰۰۲	مستقیم
آینده ← رضایت زناشویی	۰/۲۹	*۰/۰۰۴	مستقیم
گذشته خوب ← بهبود روان‌شناختی ← رضایت زناشویی	۰/۲۵	*۰/۰۰۲	غیرمستقیم
گذشته بد ← بهبود روان‌شناختی ← رضایت زناشویی	-۰/۱۸۶	**۰/۰۲۴	غیرمستقیم
حال لذت‌گرا ← بهبود روان‌شناختی ← رضایت زناشویی	۰/۳۳۳	*۰/۰۰۱	غیرمستقیم
حال منفعل ← بهبود روان‌شناختی ← رضایت زناشویی	-۰/۲۷۵	*۰/۰۰۳	غیرمستقیم
آینده ← بهبود روان‌شناختی ← رضایت زناشویی	۰/۳۰۱	*۰/۰۰۲	غیرمستقیم

*در سطح $p < 0/001$ و **در سطح $p < 0/005$ معنادار است

نتایج حاصل در جدول ۵ نشان می‌دهد که متغیرهای بهبود روان‌شناختی و ابعاد چشم‌انداز زمان (گذشته خوب، گذشته بد، حال لذت‌گرا، حال منفعل و آینده) به طور مستقیم بر متغیر رضایت زناشویی تأثیر می‌گذارند و همه این تأثیرات در سطح ۹۹/۹٪ معنادار هستند. همچنین متغیرهای گذشته خوب، گذشته بد، حال لذت‌گرا، حال منفعل و آینده؛ به طور غیرمستقیم و معنادار از طریق متغیر بهبود روان‌شناختی بر متغیر رضایت زناشویی تأثیر می‌گذارند. این یافته حاکی از آن است که همه تأثیرات غیرمستقیم حداقل در سطح اطمینان ۹۵٪ معنادار هستند.

بحث و تفسیر

همان‌گونه که اشاره شد هدف از پژوهش حاضر، ارائه مدلی از ارتباط ابعاد چشم‌انداز زمان با رضایت زناشویی و بررسی نقش واسطه‌ای بهبود روان‌شناختی است. از روش تحلیل مسیر برای ارزیابی این مدل استفاده شد و نتایج مندرج در جدول ۴ حاکی از برازش مناسب الگوی نهایی با داده‌های مشاهده شده بود.

نتایج ارزیابی تحلیل مسیر مندرج در جدول ۵، تأثیر مستقیم بهبود روان‌شناختی بر رضایت زناشویی را تأیید می‌کند که این نتیجه با مطالعات کوهن و همکاران (۲۰۰۹)، شفیع‌کنجانی و همکاران (۱۳۸۶)، لو و همکاران (۲۰۰۸)، هالیست و همکاران (۲۰۰۷)، مجیدی (۱۳۸۵) و ایمان و یادعلی‌جمالی (۱۳۹۱) هماهنگ است.

همان‌طور که بیان شد بهبود روان‌شناختی به منزله دارا بودن ویژگی‌های مثبت و کاهش ویژگی‌های روان‌شناختی منفی مانند اضطراب و افسردگی است. افرادی که بهبود روان‌شناختی بالایی دارند در رفتارها و ارتباط با محیط نقش فعال داشته و احساس کنترل و تسلط بر آن‌ها را دارند.

آنان توانایی برقراری روابط مثبت با دیگران را داشته و از این رابطه و صمیمیت با دیگران احساس رضایت دارند. این خصوصیات در کنار حس شادکامی موجب می‌شود تا فرد در رابطه با همسر نیز دارای رابطه مثبتی باشد و خود را در ارتباط زناشویی فعال و مسلط ببیند. شادکامی و کم بودن اضطراب و افسردگی نیز موجب می‌شود تا فرد رویدادهای رابطه زناشویی خود را مثبت‌تر دریافت نموده و در نتیجه احساس رضایت‌مندی بیشتری داشته باشد (کیم و مکتری^{۵۲}، ۲۰۰۲).

نتایج ارزیابی تحلیل مسیر تأثیر مستقیم و غیرمستقیم چشم‌انداز زمان بر رضایت زناشویی به چند رابطه منتج می‌شود که همگی تأییدکننده رابطه مستقیم ابعاد چشم‌انداز زمان با رضایت زناشویی است. اگرچه در پیشینه پژوهش تحقیقی در رابطه با تأثیر ابعاد چشم‌انداز زمان با رضایت زناشویی به دست نیامد، اما این نتایج را می‌توان با استفاده از نتایج پژوهش‌های نزدیک و وابسته تبیین نمود. در واقع پژوهش‌هایی مانند استرواد و همکاران (۲۰۱۰)، فانی و نسچی خیرآبادی (۲۰۱۱) و لتزینگ و نافتل (۲۰۱۰) به صورتی هماهنگ، تأیید می‌کنند که خصوصیات شخصیتی بر میزان رضایت زناشویی مؤثر هستند. افراد بر اساس خصوصیات فردی و شخصیتی خود به ایجاد روابط بین فردی اقدام نموده، کیفیت آن را درک کرده و درصدد ادامه یا ترک آن برمی‌آیند.

هم‌چنین نتایج ارزیابی تحلیل مسیر تأثیر غیرمستقیم ابعاد چشم‌انداز زمان بر رضایت زناشویی با واسطه بهزیستی روان‌شناختی را تأیید می‌کنند. این نتیجه با مطالعات کازاکینا (۱۹۹۹)، بانی وول و همکاران (۲۰۱۰)، دریک و همکاران (۲۰۰۸)، سیرکوا و میتینا (۲۰۰۸)، بانی وول و زیمباردو (۲۰۰۴)، لاگی و همکاران (۲۰۰۹)، ون بیک و همکاران (۲۰۱۱) و زیمباردو و بوید (۱۹۹۹) هماهنگ است. در تبیین جزئی این تأثیرات لازم است تا در تحلیل مسیر، رابطه‌های مستقیم و غیرمستقیم مورد بحث و بررسی قرار گیرند.

نتایج تحلیل مسیر نشان داده‌اند که گذشته بد اولاً با تأثیر منفی با رضایت زناشویی رابطه دارد و ثانیاً با کاهش بهزیستی روان‌شناختی نیز موجب کاهش رضایت زناشویی می‌گردد. بررسی ادبیات پژوهشی نشان می‌دهند که گذشته بد موجب کاهش بهزیستی روان‌شناختی شده و با اختلالات روان‌شناختی مانند افسردگی، اضطراب، خودبیمارانگاری، کاهش اعتماد به نفس و سوءمصرف مواد و الکل در ارتباط است (زیمباردو و بوید، ۱۹۹۹؛ ون بیک و همکاران، ۲۰۱۱؛ داگرتی و بریس^{۵۳}، ۲۰۱۰؛ اویانادل و بلاکاسال^{۵۴}، ۲۰۱۴). زیمباردو معتقد است که گذشته بد به معنی تمرکز روانی فرد بر خاطرات بد و ناگوار گذشته است که می‌تواند ساختارهای شناختی فرد را تحت تأثیر قرار داده و فرد را برای ابتلا به اختلالات روان‌شناختی مانند افسردگی مستعد سازد. در نتیجه بعد گذشته بد نه‌تنها موجب کاهش بهزیستی روان‌شناختی و به تبع آن موجب کاهش رضایت زناشویی می‌گردد، بلکه به طور مستقیم نیز بر ادراک کیفیت و شیوه بهبود روابط زناشویی تأثیر گذاشته و موجب کاهش رضایت زناشویی خواهد شد. تمرکز بر گذشته بد مانند فیلتری عمل می‌کند که تجربیات

زمان گذشته و حال را تحت تأثیر قرار داده و با تمرکز بر اتفاقات منفی روابط زناشویی را متأثر نموده و از کیفیت آن می‌کاهد.

همچنین یافته‌ها مشخص نمودند که گذشته خوب اولاً با تأثیر مثبت با رضایت زناشویی رابطه دارد و ثانیاً با افزایش بهزیستی روان‌شناختی نیز موجب افزایش رضایت زناشویی می‌گردد. در واقع همان تبیین درباره گذشته بد، در اینجا نیز به صورت معکوس وجود دارد. در واقع تمرکز بر گذشته خوب موجب تقویت ساختارهای شناختی مثبت فرد خواهند شد که نتیجه آن افزایش بهزیستی روان‌شناختی و افزایش رضایت زناشویی به طور مستقیم و غیرمستقیم می‌گردد. تمرکز بر گذشته خوب موجب ادراک مثبت روابط زناشویی شده و فرد انرژی بیشتری را صرف تجارب و رویدادهای مثبت خواهد نمود (داگرتی و بریس، ۲۰۱۰؛ اوپانادل و بلاکاسال، ۲۰۱۴؛ گاتری، باتلر، لسل، اوچی و وارد^{۵۵}، ۲۰۱۴).

از دیگر نتایج تحلیل مسیر تأثیر مثبت تمرکز بر بُعد آینده به طور مستقیم و غیرمستقیم بر رضایت زناشویی است. در واقع تمرکز بر آینده موجب بروز صفاتی مانند افزایش خودکارآمدی، امید، افزایش اعتماد به نفس و زندگی هدفمند خواهد شد. این صفات بهزیستی روانی فرد را افزایش داده و به صورت غیرمستقیم موجب افزایش رضایت زناشویی می‌گردد. به علاوه فردی که بر آینده تمرکز دارد در رابطه زناشویی خود نیز به دنبال رشد و تعالی رابطه بوده و نه تنها بر مشکلات و تعارضات تمرکز ندارد، بلکه با تلاش، آموزش و برنامه‌ریزی بر بهبود روابط متمرکز است و بنابراین به طور مستقیم نیز موجب افزایش حس رضایت از رابطه زناشویی خواهد شد (کینگ و گارلان^{۵۶}، ۲۰۱۵).

آخرین دسته از نتایج تحلیل مسیر در این پژوهش به بُعد زمان حال مربوط بوده و نشان می‌دهد که حال لذت‌جو با تأثیر مثبت و حال منفعل با تأثیر منفی نه تنها بر رضایت زناشویی به طور مستقیم اثر می‌گذارند، بلکه با اثر بر بهزیستی روان‌شناختی موجب تغییرات رضایت زناشویی خواهند شد. به طوری که حال لذت‌جو با تأثیر مثبت و حال منفعل با تأثیر منفی با بهزیستی روان‌شناختی و سپس با رضایت زناشویی رابطه دارند.

فردی که تمرکز زمانی او بر لذت‌جویی از زمان حال است، اساساً به دنبال کسب رضایت و حداکثر هیجان از زمان حال بوده و تجربیات یا رویدادهای گذشته و آینده برای او ارزشی نداشته و تعیین‌کننده نیست. چنین فردی نگرانی اندکی برای پیامد رفتارهایش دارد. این حالت لذت‌طلبی موجب می‌شود تا رویدادهای مثبت بار هیجانی بیشتری یافته و هیجان منفی حاصل از رویدادهای غیرمثبت، به عقب رانده شوند. بنابراین فرد لذت‌جو، در روابط بین فردی نیز فقط بر کسب لذت تمرکز داشته و در مجموع هیجان‌های مثبت را با لذت دریافت کرده و احساس رضایت بالایی خواهد داشت. این کسب فعال شادی و عدم نگرانی و واپس زدن هر هیجان منفی (مانند حس اضطراب یا

افسردگی) موجب یک بهزیستی کاذب روانی می‌شود که به صورت غیرمستقیم می‌تواند موجب افزایش رضایت زناشویی گردد (سورد، سورد، برانسکیل و زیمباردو^{۵۷}، ۲۰۱۴).

از سوی دیگر فردی که با حالتی منفعلانه بر زمان حال تمرکز دارد، رویدادها و حوادث را خارج از حیطه کنترل خود می‌بیند. این حالت موجب بروز حالاتی مانند کاهش اعتماد به نفس، کاهش امید، کاهش اعتماد به محیط و خودکارآمدی خواهد شد که در مجموع بهزیستی روانی فرد را کاهش داده و به صورتی غیرمستقیم موجب کاهش رضایت زناشویی می‌گردد. هم‌چنین این تمرکز منفعلانه بر زمان حال، در یک رابطه زناشویی موجب می‌شود که فرد تلاشی در جهت رشد و بهبود روابط نکرده و بروز حوادث مثبت یا منفی را خارج از حیطه کنترل خود بداند. در چنین وضعیتی حتی رویدادهای مثبت هم امری اتفاقی قلمداد می‌گردد که همواره با خطر تبدیل شدن به یک رویداد منفی روبه‌روست. از این جهت حتی اعتمادی به وجود یا پایایی روابط مثبت نداشته و موجب کاهش رضایت زناشویی می‌شود (سورد و همکاران، ۲۰۱۴).

در مجموع نتایج به دست آمده می‌تواند تلویحات کاربردی مهمی برای متخصصان روان‌شناس و مشاوران داشته باشد. بسیاری از روان‌شناسان و خانواده درمانگران ویژگی‌های شخصیتی و چگونگی تجارب زندگی را مهم‌ترین عامل موفقیت در ازدواج می‌دانند (تیموری‌آسیفچی، لواسانی و بخشایش^{۵۸}؛ ۱۳۹۱). در واقع موقعیت‌ها، اتفاقات و تجربیات متفاوت در دوران زندگی منجر به شکل‌گیری سطوح گوناگونی از رضایت در روابط می‌شود (ملک‌عسگر، موتابی و مظاهری^{۵۹}؛ ۱۳۹۳). از این رو بایستی با توجه به نقش ابعاد چشم‌انداز زمان و بهزیستی روان‌شناختی به تدوین و تهیه مداخلات مؤثر در زمینه زوج‌درمانی و راهکارهای افزایش رضایت زناشویی مبادرت ورزید.

در اینجا باید یادآور شد که نتایج این پژوهش به واسطه محدودیت‌های تحقیق با رعایت شرایطی قابل تعمیم است، چنانچه برای گروه مردان متأهل، ساکنان سایر مناطق (به غیر از تهران) و خارج از دامنه سنی ۲۰ تا ۵۰ سال باید با احتیاط تعمیم داده شود. از این رو به سایر پژوهشگران علاقه‌مند توصیه می‌شود تا اولاً این موضوع را روی سایر گروه‌ها اجرا نمایند. ثانیاً نقش واسطه‌ای سایر متغیرها مانند سنوات ازدواج، شادکامی یا میزان کنترل خود را نیز بررسی نمایند.

پی‌نوشت‌ها

1. Pourheidari, Bagerian, Dorostkam & Bahadorkhan
2. Greef
3. Zolfaghari & Tabrizi
4. Beach
5. Rebello, Silva & Brito
6. Ahmadzadeh, Faramarzi, Shamsi & Samadi
29. Sircova & Mitina
30. Laghi, Baiocco, D'Alessio & Gurrieri
31. Van Beek, Berghuis, Kerkhof & Beekman
32. Right
33. Sarmad, Bzargan-Harandi & Hejazi
34. Zimbardo Time Perspective Inventory
35. Past Negative

- | | |
|--|---|
| 7. Lucas, Parkhill, Wendorf, Imamoglu, Weisfeld, Weisfeld & Shen | 36. Present Hedonistic |
| 8. Stroud, Durbin, Saigal & Knobloch-Fedders | 37. Future |
| 9. Fania & Nasaghchi kheirababdi | 38. Past Positive |
| 10. Letzring & Nofhle | 39. Present Fatalistic |
| 11. Zimbardo | 40. McKay, Worrell, Temple, Perry, Cole & Mello |
| 12. Zimbardo & Boyd | 41. Alizadehfard, Mohtashami & Zimbardo |
| 13. Ryff & Keyes | 42. Enrich |
| 14. Clark, Marshall, Ryff & Wheaton | 43. Olson |
| 15. Dierendonck | 44. Soleimani |
| 16. Cheng & Chan | 45. Sharifnia |
| 17. Lindfors, Berntsson & Lundberg | 46. Mahdavian |
| 18. Ryff & Singer | 47. Sanaie |
| 19. Acevedo, Aron, Fisher & Brown | 48. Ryff |
| 20. Cohen, Geron & Farchi | 49. Dierendonck |
| 21. Shafiei Kandjani, Azar, Janbozorgi, Nouhi & Hosseini | 50. Bayani, Mohamad kochaki & Bayani |
| 22. Luo, Chen, Yue, Zhang, Zhaoyang & Xu | 51. Habibpour & Safari |
| 23. Hollist, Miller, Falceto & Fernandes | 52. Kim & McKenry |
| 24. Majidi | 53. Daugherty & Brase |
| 25. Iman & Yadali Jamaloei | 54. Oyanadel & Buela-Casal |
| 26. Kazakina | 55. Guthrie, Butler, Lessl, Ochi & Ward |
| 27. Boniwell, Osin, Linley & Ivanchenko | 56. King & Gaerlan |
| 28. Drake, Duncan, Sutherland, Abernethy & Henry | 57. Sword, Sword, Brunskill & Zimbardo |
| | 58. Teimoori Asifchi, Lavasani & Bakhshayesh |
| | 59. Malek Asgar, Motabi & Mazaheri |

منابع

- احمدزاده، م.، فرامرزی، س.، شمسی، ع. و صمدی، م. (۱۳۹۱). فراتحلیل بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی با رضایت زناشویی. *اندیشه و رفتار*، ۷(۲۵)، ۳۷-۴۶.
- ایمان، م. ت و یادعلی جمالویی، ز. (۱۳۹۱). بررسی تأثیر بهزیستی روانی بر رضایتمندی زناشویی زنان. *مجله جامعه‌شناسی کاربردی*، سال ۲۳، شماره چهارم (۴۸)، ۲۴-۱.
- بیانی، ع. ا.، محمد کوچکی، ع. و بیانی، ع. (۱۳۸۷). روایی و پایایی مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف. *مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی*، سال ۱۴، شماره ۲، ۱۵۱-۱۴۶.
- پورحیدری، س.، باقریان، ف.، دوستکام، م. و بهادرخان، ج. (۱۳۹۲). تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر رضایت جنسی و زناشویی در زوج‌های جوان. *مجله دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، سال ۱۴، شماره ۱ (۱۵)، ۲۲-۱۴.
- تیموری آسیفچی، ع.، لواسانی، م. غ. و بخشایش، ع. (۱۳۹۱). پیش‌بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی و خودمتمایزسازی. *مجله خانواده‌پژوهی*، سال ۸، شماره ۳۲، ۴۶۳-۴۴۱.
- ثنایی، ب. (۱۳۷۹). *مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج*. تهران: انتشارات بعثت.
- حبیب‌پور، ک. و صفری، ر. (۱۳۹۱). *راهنمای جامع کاربرد SPSS در تحقیقات پیمایشی*. تهران: انتشارات متفکران.
- ذوالفقاری، د. و تبریزی، س. (۱۳۹۰). مقایسه کیفی و کمی رضایت زناشویی در زنان شاغل با تأکید بر همسانی و عدم همسانی منزلت شغلی زوجین. *مجله خانواده‌پژوهی*، سال ۷، شماره ۲۸، ۴۳۳-۴۲۱.

سرمد، ز.، بازرگان هرندی، ع. و حجازی، ا. (۱۳۸۵). *روش‌های تحقیق در علوم رفتاری*. تهران: انتشارات آگاه.

سلیمانیان، ع. (۱۳۷۳). بررسی تأثیر تفکرات غیرمنطقی بر نارضایتی زناشویی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی، دانشگاه تربیت معلم تهران.

شریف‌نیا، ف. (۱۳۸۰). رابطه بین رضایت از ازدواج و افسردگی مادران و ارتباط این متغیر با سازگاری اجتماعی و عملکرد تحصیلی دختران آنها. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران.

شفیعی کندیجانی، ع. ر.، آذر، م.، جان بزرگی، م.، نوحی، س. و حسینی، س. ر. (۱۳۸۶). بررسی همبستگی آسیب‌شناسی روانی زنان و رضایتمندی زناشویی. *دوماهنامه پژوهنده*، شماره ۶، ۴۹۰-۴۸۳.

علیزاده فرد، س.، محتشمی، ط. و زیمباردو، ف. ج. (۱۳۹۴). بررسی خصوصیات روان‌سنجی فرم کوتاه پرسش‌نامه چشم‌انداز زمان در جمعیت بزرگسالان شهر تهران. *مجله روان‌شناسی بالینی و شخصیت (در دست چاپ)*.

مجیدی، م. (۱۳۸۵). *بررسی عوامل اقتصادی اجتماعی مرتبط با رضایتمندی زناشویی*. رساله کارشناسی ارشد، دانشگاه شیراز، گروه جامعه‌شناسی.

ملک عسگر، س.، موتابی، ف. و مظاهری، م. ع. (۱۳۹۳). مقایسه استانداردهای مربوط به زندگی مشترک، اسناد ارتباطی و رضایت زناشویی در افراد ساکن تهران در طول سه نسل اخیر. *مجله خانواده‌پژوهی*، سال ۱۰، شماره ۳۸، ۱۵۷-۱۳۷.

مهدویان، ف. (۱۳۷۷). *بررسی نقش آموزش ارتباط در رضایت زناشویی*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، انستیتو روان‌پزشکی ایران.

- Acevedo, B., Aron, A., Fisher, H., & Brown, L. (2012). Neural Correlates of Marital Satisfaction and Well-Being: Reward, Empathy, and Affect. *Clinical Neuropsychiatry*, 9, 20-31.
- Ahmadzadeh, M., Faramarzi, S., Shamsi, A., & Samadi, M. (2013). [Meta- analysis of the relationship between attachment styles and marital satisfaction]. *Thought & Behavior in Clinical Psychology*, 7(25), 38-46 [in Persian].
- Alizadehfard, S., Mohtashami, T., & Zimbardo, P. G. (2015). [The study of psychometric characteristics of time perspective inventory (short form) in adult population of Tehran city]. *Journal of clinical psychology and personality*, (In Press) [in Persian].
- Bayani, A. A., Mohamad Kouchaki, A. M., & Bayani, A. (2008). [Reliability and validity of Ryff's psychological well-being scale]. *Psychiatry and clinical psychology*, 14(53), 146- 151[in Persian].
- Beach, S. R. (2001). *Marital and Family Processes in Depression: A Scientific Foundation for Clinical Practice*. Washington, DC: American Psychological Assn.
- Boniwell, I., Osin, E., Linley, P. A., & Ivanchenko, G. (2010). Aquestion of balance: Examining relationships between time perspective and measures of well-being in the British and Russian student samples. *Journal of Positive Psychology*, 5, 24-40.
- Boniwell, I., & Zimbardo, P. (2004). Balancing time perspective in pursuit of optimal functioning. In P. A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive psychology in practice* (pp. 165-178). Canada: John Wiley & sons, Inc.
- Cheng, S. T., & Chan, A.C.M., (2005). Measuring Psychological Well-being in the Chinese, *Personality and Individual Differences*, 38(6), 1307-1316.

- Clark, P. J., Marshall, V. W., Ryff, C. D., & Wheaton, B. (2001). Measuring psychological well-being in the Canadian study of the health and aging. *International Psychogeriatrics, 13*, 79-90.
- Cohen, O., Geron, Y., & Farchi, A. (2009). Marital quality and global well-being among older adult Israeli couples in enduring marriages. *The American journal of family therapy, 37*, 299-317.
- Daugherty, J. R., & Brase, G. L. (2010). Taking time to be healthy: Predicting health behaviors with delay discounting and time perspective. *Personality and Individual Differences, 48*, 202- 207.
- Dierendonck, V. D. (2004). The construct validity of Ryff's Scales of Psychological Well-being and its extension with spiritual well-being. *Personality and Individual Differences, 36*, 629-643.
- Drake, L., Duncan, E., Sutherland, F., Abernethy, C., & Henry, C. (2008). Time perspective and correlates of well-being. *Time & Society, 17*, 47-61.
- Fania, S., & Nasaghchi Kheirabadi, A., (2011). Personality traits and mental divorce. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 30*, 671-675.
- Greef, A. P. (2000). Characteristics of families that function well. *Journal of Family Issues, 21*(8), 948-962.
- Guthrie, L. C., Butler, S. C., Lessl, K., Ochi, O., & Ward, M. M. (2014). Time Perspective and Exercise, Obesity, and Smoking: Moderation of Associations by Age. *American Journal of Health Promotion, 29*(1), 9-16.
- Habibpour, K., & Safari, R. (2012). [Comprehensive guide to SPSS for survey research]. Tehran: Motefakeran publication [in Persian].
- Hollist, C. S., Miller, R. B., Falceto, O. G., & Fernandes, L. C. (2007). Marital satisfaction and Depression: A Replication of the Marital Discord Model in a Latino Sample. *Family Process, 46*(4), 485-498.
- Iman, M. T., & Yadali Jamaloei, Z. (2013). [The relationship between mental well-being and marital satisfaction]. *Applied Sociology, 4*(48), 1-5 [in Persian].
- Kazakina, E. (1999). *Time perspective of older adults: Relationships to attachment style, psychological well-being and psychological distress*. Unpublished Doctoral dissertation, Columbia University.
- Kim, H. K., & McKenry, P. C. (2002). The Relationship between Marriage and Psychological Well-Being: A Longitudinal Analysis. *Journal of Family Issues, 23*(8), 885-911.
- King, R. B., & Gaerlan, M. J. M. (2015). The role of time perspectives in the use of volitional strategies. *Psychological Studies, 60*(1), 1-6.
- Laghi, F., Baiocco, R., D'Alessio, M., & Gurrieri, G. (2009). Suicidal ideation and time perspective in high school students. *European Psychiatry, 24*, 41-46.
- Letzring, T. D. & Nofle, E. E. (2010). Predicting relationship quality from self-verification of broad personality traits among romantic couples. *Journal of Research in Personality, 44*, 353-362.
- Lindfors, P., Berntsson, L., & Lundberg, U. (2006). Factor Structure of Ryff's Psychological Well-being Scales in Swedish Female and Male White collar Workers. *Personality and Individual Differences, 40*, 1213-1222.
- Lucas, T., Parkhill, M. R., Wendorf, C. A., Imamoglu, E. O., Weisfeld, C. C., Weisfeld, G. E., & Shen, J. C. (2008). Cultural and Evolutionary Components of Marital

- Satisfaction: A Multidimensional Assessment of Measurement Invariance. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 39, 109-123.
- Luo, S., Chen, H., Yue, G., Zhang, G., Zhaoyang, R., & Xu, D. (2008). Predicting marital satisfaction from self, partner and couple characteristics: is it me you or us? *Journal of personality*, 76(5), 1232-1266.
- Mahdavian, F. (1999). *The study of training effect on marital satisfaction*. Master thesis in clinical psychology, Iran Institute of Psychiatry [in Persian].
- Majidi, M. (2006). *Economic Factors associated with marital satisfaction*. Master thesis in sociology, Shiraz University [in Persian].
- Malek Asgar, S., Motabi, F., & Mazaheri, M. A. (2014). [Comparing relationship standards, attributions and marital satisfaction across three recent generations in Tehran]. *Journal of Family research*, 10(2), 137-157 [in Persian].
- McKay, M. T., Worrell, F. C., Temple, E. C., Perry, J., Cole, J. C., & Mello, Z. R. (2015). Less is not always more: The case of the 36-item short form of the Zimbardo Time Perspective Inventory. *Personality and Individual Differences*, 72, 68-71.
- Olson, D. H. (1989). Enrich Marital Inventory: Discriminant Validity and Cross-Validity Assessment. *Journal of Marital and Family Therapy*, 15(1), 65-79.
- Oyanadel, C., & Buela-Casal, G. (2014). Time Perception and Psychopathology: Influence of Time Perspective on Quality of Life of Severe Mental Illness. *Actas Espanolas de Psiquiatria*, 42(3), 99-107.
- Pourheydari, S., Bagherian, F., Doustkam, M., & Bahadorkhan, J. (2013). [The effects of life skills training on marital and sexual satisfaction of young couples]. *Journal of Knowledge and Research in Applied Psychology*, 14(51), 14-22 [in Persian].
- Rebello, K., Silva Jr., M. D., & Brito, R. C. S. (2014). Fundamental Factors in Marital Satisfaction: An Assessment of Brazilian Couples. *Psychology*, 5, 777-784.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). The Structure of Psychological Well-being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- Ryff, C. D., & Singer, B., (1998). The Contours of Positive Human Health. *Psychological Inquiry*, 9, 1-28
- Sanaie, B. (2000). [*Family and marriage scales*]. Tehran: Besat Publication [in Persian].
- Sarmad, Z., Bazargan-Harandi, A., & Hejazi, E. (2007). [*Research method in behavioral sciences*]. Tehran: Agah [in Persian].
- Shafiei Kandjani, A. R., Azar, M., Janbozorgi, M., Nouhi, S., & Hosseini, S. R. (2008). [Correlation between women's psychopathological condition and marital satisfaction]. *Pejouhandeh*, 12(6), 483-490 [in Persian].
- Sharifnia, F. (2001). *The relationship between marital satisfaction and depression of mothers with social adaption and educational performance of daughters*. Master thesis, educational science and psychology department, Shahid Chamran University [in Persian].
- Sircova, A., & Mitina, O. V. (2008). Developmental dynamics of time orientations. *Voprosi Psikhologii*, 2, 41-54.
- Soleimanian, A. (1994). [*Effect of irrational thinking on marital satisfaction*]. Master thesis in educational science, Tehran teacher training University [in Persian].
- Stroud, K., Durbin, C. E., Saigal, S. D., & Knobloch-Fedders, L. M. (2010). Normal and abnormal personality traits are associated with marital satisfaction for both men and

- women: An actor-partner interdependence model analysis. *Journal of Research in Personality*, 44, 466-477.
- Sword, R. M., Sword, R. K., Brunskill, S. R., & Zimbardo, P. G. (2014). Time perspective therapy: A new time-based metaphor therapy for PTSD. *Journal of Loss and Trauma*, 19(3), 197-201.
- Teimoori Asifchi, A., Lavasani, M., & Bakhshayesh, A. (2013). [Predicting marital satisfaction on the basis of attachment styles and differentiation of self]. *Journal of Family Research*, 8(4), 441-463 [in Persian].
- Van Beek, W., Berghuis, H., Kerkhof, A. J. F. M., & Beekman, A. T. F. (2011). Time perspective, personality and psychopathology: Zimbardo's time perspective inventory in psychiatry. *Time & Society*, 20, 364-374.
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Time perspective: A valid, reliable individual differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 1271-1288.
- Zolfaghari, D., & Tabrizi, S. (2012). [A qualitative and quantitative marital satisfaction comparison of employed women based on equality and inequality in occupation level of couples]. *Journal of Family Research*, 7(4), 421-433 [in Persian].