فصلنامه تحقیقات علوم تربیتی در نظام آموزشی

License Number :94221 ((شماره دوم-پاییز ۱۴۰۲)) ISSN :2981-099X

تحلیل و واکاوی اجتماعی رابطه بین رضایت زناشویی زوجین با شفقت خو بین زوجین شهر اهواز

(تاریخ دریافت ۱۴۰۲/۰۵/۰۲، تاریخ تصویب ۱۴۰۲/۰۸/۰۶)

رضوان لیموچی نیا[۱]

فاطمه محمد زاده

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه ی بین رضایت زناشویی شفقت خود در بین زوجین شهر اهواز بود. ۲۰۰ زوج از طریق روش نمونه گیری داوطلب انتخاب شدند. ابزارهای استفاده شده پرسشنامه شفقت- خود، پرسشنامه شخصیتی پنج عاملی نئو (NEO-FFI)و مقیاس رضایت زناشویی بودند. ارزیابی مدل فرضی با استفاده از روش تحلیل مسیر و از نرم افزار AMOS/۱۶ انجام گرفت. یافته ها نشان داد که بین متغیرهای شفقت-خود با وظیفه شناسی و با رضایت زناشویی رابطه مثبت معنادار وجود دارد. اما بین شفقت-خود و رضایت زناشویی رابطه‌ای دیده نشد. همچنین یافته ها نشان داد که وظیفه شناسی رابطه بین شفقت خود و رضایت زناشویی است.

واژگان کلیدی: رضایت زناشویی، شفقت خود

---

[۱] نویسنده مسئول

مقدمه

ازدواج پیمان مقدسی است که از طریق آن خانواده تشکیل می شود و تقریباً از ابتدای زندگی انسان در تمام زمان‌ها و مکان‌ها در میان اقوام و ملل و جوامع وجود داشته و مورد تأکید بیشتر ادیان بوده است. آن را پیوند مطلوب انسانی دانسته اند که به زندگی افراد معنا می‌بخشد (نورانی پور، بشارت و یوسفی، ۱۳۸۶).انسان در زندگی خود مقاطع و مراحل حساسی را پشت سر می‌گذارد. یکی از این مراحل حساس و سرنوشت‌ساز مساله ازدواج و تشکیل زندگی مشترک است و مهم‌تر از این مرحله تلاش هر یک از زوجین برای حفظ این زندگی مشترک و حتی‌الامکان رسیدن به درجات عالی رضایت‌بخش زناشویی است تا در سایه این رضایت بتوانند به اهداف مورد نظرشان از ازدواج دست یابند. رابطه زناشویی در زندگی مانند هر رابطه دیگری دارای جنبه‌های مثبت و منفی می‌باشد، مهم‌ترین عامل شاخص و تعیین کننده در ازدواج، کیفیت و نوع رابطه بین زن و شوهر است (گاتمن ، ۲۰۰۲).یکی از عواملی که بر به وجود آمدن رضایت زناشویی موثر است، شفقت- خود است. اصطلاح شفقت-خود از واژه شفقت گرفته می‌شود زیرا شفقت شامل حساسیت داشتن نسبت به رنج دیگران، آگاهی از غم‌هایشان، میل به تسلی رنج‌هایشان و داشتن یک دیدگاه بدون قضاوت از اشتباهات افراد می‌شود (دینیز و همکاران، ۲۰۰۸). این مفهوم که بر اساس فلسفه‌ی بودایی است اصطلاحاتی از جمله: با رنج‌های خود صادق بودن و تحت تأثیر آن‌ها قرار گرفتن، تجربه احساس‌هایی از قبیل اهمیت دادن و مهربان بودن نسبت به خود، داشتن نگرشی بدون قضاوت و همراه با درک در قبال نقص‌ها و شکست‌های خود و ملاحظه این امر که تجارب هر شخص قسمتی از تجارب مشترک انسانی است را شامل می‌شود (نف ، ۲۰۰۳). نف سه مؤلفه اصلی شفقت-خود را پیشنهاد می‌کند، که با هم همپوشی دارند: (۱) مهربانی نسبت به خود در برابر خود-داوری ، (۲) احساسات مشترک انسانی در برابر انزوا و (۳) ذهن آگاهی در برابر همانند سازی افراطی است (نف، ۲۰۱۱).

تحقیق نشان داده است که در مقایسه با افراد با شفقت-خود پایین، افراد با شفقت-خود بالا دیدگاه‌های بهتری در مورد همسران شان دارند (مورای، هولمز و کریفین ، ۱۹۹۶) و به صورتی رفتار می‌کنند که نزدیکی با همسران شان را بیشتر می‌کند (مورای، دریک، لیدر و هولمز، ۲۰۰۸) و از روابط شان رضایت بیشتری دارند (مورای و همکاران ، ۱۹۹۶). شفقت-خود ممکن است به افراد در تجربه روابط اثربخش مرتبط با کارایی فردی بالا کمک کند. بنابراین کارایی فردی با تغییر در شدت مشکل رابطه منفی و با تغییر در رضایت از رابطه ارتباط مثبت دارد (بیکر و مک نالتی ، ۲۰۱۰؛ کویی، فینچام و پاسلی ، ۲۰۰۸) .

نف و بریت واس (۲۰۱۲) بیان می‌کنند که افرادی که از شفقت–خود بالایی برخوردار هستند روابط گرم و صمیمی بیشتری با دیگران دارند و در روابط بین فردی بـه ویـژه روابـط زناشـویی رضـایت بیشتری دارند.فروید معتقد است که همه چیزهایی که تاکنون به دست آوره اید و تمام چیزهایی را که انتظار دارید به دست آورید، خواه همسر یا والد خوبی باشید و حتی حالت سلامت عمومی شـما می تواند تحت تاثیر شخصیت شما و شخصیت افرادی که با آن‌ها تعامل دارید قرار گیرد (شـولتز و شولتز ، ۱۹۹۸، ترجمه: سید محمدی، ۱۳۸۵). وظیفه شناسی به عنوان یکی از پـنج عامـل بـزرگ شخصیتی، شامل یک تمایل عمومی برای مصمم بودن، محتاط بودن، قابل اطمینان بودن و انگیزه بالای موفقیت می‌باشد (مونت و باریک ، ۱۹۹۵).

تاثیرات مختلف و گاه متضادی که وظیفه شناسی بر روابط بین فردی دارد با ایـن احتمـال سـازگار است که وظیفه شناسی ممکن است با شفقت–خود برای پیش بینی نتـایج روابـط بـر هـم–کـنش داشته باشد. سطح بالای شفقت–خود ممکن است فقط رابطه مثبت بین افراد با وظیفه شناسی بالا را پیش بینی کند. به عبارت دیگر، سطح بالای وظیفه شناسی ممکن است فقـط رابطـه مثبـت در میان افراد دارای شفقت–خود بالا را پیش بینی کند و سطح بالای وظیفه شناسی باید از زوج هـای با شفقت بالا در برابر کاهش انگیزه بین فردی برای تصحیح اشتباهات محافظت کند. سطح بالای شفقت–خود باید از زوج‌های وظیفه شناس در برابر بعضی از مفاهیم منفی همراه با وظیفه شناسـی بیش از حد (احساسات منفی ناشی از عدم دستیابی به انتظارات غیر واقع گرایانـه) محافظـت کنـد. علاوه بر آن سطح پایین شفقت–خود ممکن است فقط چگونگی ارتباط بین افراد با وظیفه شناسی پایین را پیش بینی کند. به طور خاص، استانداردهای پایین تر موفقیت که همراه بـا سـطح پـایین وجدان هستند ممکن است از زوج‌ها در برابر سطح بالای انتقاد که همراه با سطح پـایین شـفقت–خود می‌باشد محافظت کند و افزایش انگیزه برای تصحیح اشتباهات بین فردی که ناشی از سـطح پایین شفقت–خود می‌باشد ممکن است از افراد با وظیفه شناسی پایین در برابر انگیزه بـین فـردی پایین محافظت کند (بیکر و مک نالتی، ۲۰۱۱).

به طور کلی مساله اصلی این پژوهش بررسی نقش در ارتباط بین شفقت–خود و رضایت زناشـویی زوجین شهر اهواز است.

بخش اول: روش و طرح پژوهش

طرح پژوهش: پژوهش حاضر همبستگی از نوع تحلیل مسیر است. روشی است برای مطالعه تأثیرات مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای مستقل و متغیرهای وابسته است. از تحلیل مسیر برای کشف علتها استفاده نمیشود، بلکه این روش در مورد مدل هایی به کار می‌رود که بر مبنای دانش و ملاحظات نظری تدوین شده باشند. به عبارت دیگر، این روش برای آزمون نظریه سودمند است نه ایجاد آن. این روش به ویژه نسبت به تدوین مدل حساس است زیرا ضعف در محدود کردن متغیرهای علی مرتبط یا در انتخاب متغیرهای برون زاد اغلب به طور اساسی بر ضرایب مسیر که به منظور ارزشیابی اهمیت رابطه مسیرهای علی مستقیم و غیرمستقیم گوناگون با متغیر وابسته به کار برده میشوند، تأثیر می گذارد (کرلینجر و پدهازر ، ۱۹۸۲، ترجمه سرایی، ۱۳۸۸).

آزمودنی ها: جامعه آماری این تحقیق کلیه زوجین شهر اهواز در سال ۱۴۰۰ بودند که از میان آن‌ها ۲۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری داوطلب با ملاکهای ورود: ۱- داشتن حداقل یک فرزند، ۲- داشتن مدرک تحصیلی دیپلم به بالا، ۳- داشتن گویش فارسی روان، ۴- داشتن سن ۲۰ تا ۴۰ سال و ۵- نداشتن سابقه ازدواج مجدد و همچنین با ملاک های خروج: ۱- داشتن سابقه بیماری روانی بر اساس گزارش فرد و DSM-۵، ۲- داشتن اعتیاد به مواد مخدر و داروهای روانگردان و بر اساس رعایت اصول اخلاق پژوهش انتخاب شدند. در ابتدا پس از تایید موضوع پژوهش با مجوز دانشکده و دانشگاه و هماهنگی‌های لازم به بخش های مختلف دانشگاه مراجعه گردید. سپس با تایید استاد راهنما پرسشنامه‌های معتبر برای سنجش متغیرهای استفاده شدند. و در ادامه از بین کارمندان متاهل دانتشگاه آزاد اسلامی تعداد ۲۰۰ کارمند متاهل با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس برگزیده شدند. سپس پرسشنامه‌های پژوهش بر روی آن‌ها اجرا گردید.

بخش دوم: ابزار پژوهش

بند اول: مقیاس شفقت- خود

مقیاس ۱۲ ماده‌ای شفقت-خود توسط ریس و همکاران (۲۰۱۱، شهبازی و همکاران، چاپ نشده) تدوین شده و شامل ۶ خرده مقیاس و هر خرده مقیاس دارای ۲ ماده است، که عبارتند از: مهربانی با خود در برابر قضاوت خود، ذهن‌آگاهی در برابر همانندسازی افراطی و اشتراکات انسانی در برابر انزوا است. ماده های این مقیاس در یک طیف لیکرت ۵ رتبه ای (از تقریبا هرگز = ۱ تا تقریبا همیشه = ۵) مرتب شده است و نمره بالا نشان دهنده سطح بالای شفقت خود است. ویژگی‌های روانسنجی این مقیاس در تحقیقات مختلف مورد مطالعه نف (۲۰۰۳) ضرایب آلفای کرونباخ برای

کل مقیاس ۰/۹۲ و برای خرده مقیاس‌های مهربانی بـه خـود ۰/۷۸، قضـاوت کـردن خـود ۰/۷۷، ویژگی مشترک انسانی ۰/۸۰، انزواطلبی ۰/۷۹، ذهن آگاهی و همانندسازی افراطی ۰/۸۱ و ضرایب باز–آزمایی به فاصله سه هفته برای کل مقیاس ۰/۹۳ و برای خرده مقیاس‌های شش‌گانه به ترتیب ۰/۸۸، ۰/۸۰، ۰/۸۵، ۰/۸۵، ۰/۸۸؛ نف، کیرک پاتریک و رود (۲۰۰۷) ضریب آلفای کرونبـاخ ۰/۹۴؛ وی، لیائو؛ کا و شافر (۲۰۱۱) در دو مطالعه ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۵۸ در دانشـجویان و ۰/۸۸ در جامعه بزرگسالان گزارش دادند. نـف (۲۰۰۳)؛ ریـس و همکـاران (۲۰۱۱)؛ عزیـزی، محمـدخانی، فروغی، لطفی و بهرام خانی (۲۰۱۳)؛ و اویس، آکین و عباسی (۲۰۰۷، برگرفته از دنیز و همکـاران، ۲۰۰۸) با استفاده از تحلیل عامل تاییدی به یک راه‌حل شش عاملی در مورد مقیاس شفقت–خود از جمله مهربانی به خود، قضاوت کردن خود، اشتراک انسـانی، انـزوا، ذهـن آگـاهی و همانندسـازی افراطی و ریس (۲۰۱۰) دست یافتند.

بند دوم: پرسشنامه شخصیتی پنج عاملی نئو (NEO)

برای بررسی شخصیت آزمودنی‌ها از پرسشنامه پنج عامل بزرگ شخصیتی (NEO) که شامل ۶۰ سؤال و برای نخستین بار در سال ۱۹۸۵ تدوین گردید استفاده شده است. در ایـن پـژوهش بـرای بررسی شخصیت آزمودنی ها از خرده مقیاس سنخ شخصیتی وظیفه شناسـی کـه شـامل ۱۲ مـاده است استفاده گردید، که ماده‌های آن بر روی طیف لیکرت پنج رتبه‌ای از صفر تا چهار نمره‌گـذاری می‌شوند. همچنین، حداقل و حداکثر نمره از صفر تا ۴۸ است و نمره بالا نشان دهنـده بـالا اسـت. کاستا و مک‌گری (۱۹۹۲) ضریب پایایی خرده مقیـاس را ۰/۸۶ و روایـی سـازه آن ۰/۸۴ گـزارش کرده‌اند. کاستا و مک گری (۱۹۸۹) برای روایـی فـرم ۲۴۰ سـئوالی پرسشـنامه‌ی نئـوپی. آی–آر NEO PI-R از پرسشنامه ۶۰ سئوالی نئو. اف. اف. آیNEO- FFI استفاده نمـوده و ضـریب همبستگی این دو ابزار را برای مولفه‌هایC,A,O,E,N به ترتیب روان نژنـدگرایی ۰/۹۲، بـرون گرایی ۰/۹۰، بازبودن ۰/۹۱، توافـق ۰/۷۷ و وجـدانی بـودن ۰/۸۷ بـا دامنـه معنـاداری P>۰/۰۱ گزارش کرده است (به نقـل از حـق شـناس، ۱۳۸۵). کیـامهر (۱۳۸۱) در پـژوهش خـود ضـرایب همبستگی این پرسشنامه ۲۴۰ سئوالی را با پرسشنامه ۶۰ سئوالی آن به ترتیب بـرای مولفـه‌هـای روان نژندگرایی ۰/۷۵، برون گرایی ۰/۹۱، بازبودن ۰/۷۱، توافق ۰/۷۸ و وجدانی بودن ۰/۷۵ که در سطح ۰/۰۰۱ >Pمعنادار گزارش نموده است. خجسته مهر (۱۳۸۵) در پژوهش خـود کـه بـر روی زوجین عادی و متقاضی طلاق انجام داد، ضرایب همبستگی این پرسشنامه را بر روی زنان عـادی به ترتیب برای مولفه‌هـای روان نژنـدگرایی ۰/۵۱– ، بـرون گرایـی ۰/۴۶، بـازبودن ۰/۲۸، توافـق پذیری ۰/۲۸ و وجدانی بودن ۰/۴۸ و همچنین برای زنان متقاضی طلاق بـرای مولفـه‌هـای روان

نژندگرایی ۰/۷۶- ، برون گرایی ۰/۳۷، بازبودن ۰/۳۷، توافق پذیری ۰/۳۰ و وجدانی بودن ۰/۷۸ و برای مردان عادی به ترتیب روان نژندگرایی ۰/۶۵- ، برون گرایی ۰/۳۹، بازبودن ۰/۱۹، توافق پذیری ۰/۳۶ و وجدانی بودن ۰/۵۱ و بر روی مردان متقاضی طلاق برای مولفه‌های روان نژندگرایی ۰/۷۸- ، برون گرایی ۰/۲۹، بازبودن ۰/۳۷، توافق پذیری ۰/۳۰ و وجدانی بودن ۰/۲۹ با دامنه‌ی معناداری ۰/۰۰۱ >Pتا ۰/۰۱ >Pگزارش نموده‌اند.

در این پژوهش، ضریب پایایی آلفای کرونباخ سنخ شخصیتی وظیفه شناسی و ضریب روایی همزمان آن با مقیاس ۱۰ ماده‌ای عزت‌نفس روزنبرگ (رجبی و بهلول، ۱۳۸۶) به دست آمدند.

بند سوم: مقیاس رضایت زناشویی

در این پژوهش به منظور اندازه‌گیری رضایت زناشویی از مقیاس رضایت زناشویی (رجبی، ۱۳۸۸) استفاده شده است، که دارای ۱۳ سوال است که شرکت کنندگان پاسخ خود را به هر ماده در یک پیوستار ۵ رتبه‌ای (۱- نداشتن توافق تا ۵- توافق بسیار بالا) رتبه‌بندی می‌کنند. حداقل و حداکثر نمره این مقیاس بین ۱۳ تا ۶۵ و نمره بالا بیانگر میزان بالای رضایت زناشویی همسران نسبت به یکدیگر است. محرابیان (۱۹۹۸) ضریب پایایی آلفای کرونباخ این مقیاس را ۰/۹۴؛. رجبی (۱۳۸۸)۰/۹۰ و روایی همزمان را از طریق همبسته کردن با پرسشنامه رضایت زناشویی اینریچ ۰/۸۳ گزارش کرده‌اند. ضرایب آلفای کرونباخ مقیاس رضایت زناشویی برای کل نمونه ۰/۹۰، در مردان (n= ۱۰۰) ۰/۸۹، در زنان (n= ۱۰۰)۰/۹۱ و در عامل‌های اول (n= ۲۰۰)و دوم (n= ۲۰۰)به ترتیب ۰/۹۰ و ۰/۸۰ به دست آمدند. بنابراین، ضریب‌های پایایی (آلفای کرونباخ) در کل نمونه و در دو جنس رضایت بخش بودند. هم‌چنین، ضریب‌های روایی هم‌زمان مقیاس یادشده با پرسش‌نامه رضایت زناشویی اینریچ بر روی ۱۱۶ شرکت کننده متاهل ۰/۸۳، بر روی ۷۱ کارمند مرد متاهل ۰/۸۴ و بر روی ۴۵ کارمند زن متاهل ۰/۸۱ به دست آمد .

در این پژوهش، ضریب پایایی آلفای کرونباخ مقیاس رضایت زناشویی و ضریب روایی آن با پرسشنامه تعهد زناشویی(MCI) فرم کوتاه ۱۴ ماده‌ای تعهد زناشویی استنلی و مارکمن (۱۹۹۲ به نقل از امانی و بهزادی، ۱۳۹۰) به دست آمدند.

بخش دوم: یافته ها

طبق یافته های توصیفی ، میانگین ها و انحراف معیارهای متغیرهای مورد مطالعه از جمله شفقت- خود ۳۵/۲۵ و ۴/۷۵، وظیفه شناسی ۴۱/۹۰ و ۳/۸۴ و رضایت زناشویی ۴۰/۲۰ و ۴/۶۶ به دست

آمده اند. همبستگی های معنی دار مثبت بدست آمده بین شفقت–خود و وظیفه شناسی با رضـایت زناشویی نشان دهنده ی است که این دو متغیر به ویژه وظیفه شناسی در افزایش رضایت زناشویی ازمودنی ها نقش دارند. میانگین ها و انحراف معیارهای متغیرهای مورد مطالعـه از جملـه شـفقت–خود ۳۵/۲۵ و ۴/۷۵، وظیفه شناسی ۴۱/۹۰ و ۳/۸۴ و رضایت زناشویی ۴۰/۲۰ و ۴/۶۶ بـه دسـت آمده اند. همبستگی های معنی دار مثبت بدست آمده بین شفقت–خود و وظیفه شناسی با رضـایت زناشویی نشان دهنده ی است که این دو متغیر به ویژه وظیفه شناسی در افزایش رضایت زناشویی ازمودنی ها نقش دارند. مسیرهای مستقیم شفقت–خود به وظیفـه شناسـی (B=۰/۱۸، p ۰/۰۰۱)و وظیفه شناسی به رضایت زناشویی (B=۰/۳۴، p۰/۰۰۱)معنادارند و مسیر مستقیم شفقت–خود بـه رضایت زناشویی (B=۰/۱۱، p= ۰/۱۱۰)معنی دار نیست (شکل ۱–۴ ببینید). بنابراین برای تـرمیم مدل و رسیدن به یک مدل برازنده جامعه بهتر است که مسیر غیرمعنی دار شفقت–خود به رضایت زناشویی از این مدل حذف شود.شفقت–خـود بـه وظیفـه شناسـی (B=۰/۱۸، p ۰/۰۰۱)و وظیفـه شناسی به رضایت زناشویی (B=۰/۳۷، p۰/۰۰۱)مدل نهایی با حذف یک مسیر از مدل اولیه معنی دار هستند. مجذور خی مدل نهایی بـا df=۱ برابـر بـا ۲/۵۴ (p=۰/۱۱۱)غیرمعنـی دار و شـاخص نسبت مجذور خی به درجه آزادی (کمتر از مقدار قرار دادی ۳ است (۲/۵۴)، که ایـن دو شـاخص نشان می دهد که این مدل از برازندگی مناسب برخوردار است. شاخص های دیگر آماری این مدل RMSEA=۰/۰۸ نیـز در حـد مطلـوب اسـت و شـاخص هـای دیگـر ماننـد GFI=۰/۹۹، CFI۰=/۹۵ و NFI=۰/۹۲ همگی نزدیک به مقدار ۱ هستند. به هر حال همگـی ایـن شـاخص بیانگر برازش و متناسب بودن مدل نهایی است.

ضریب غیرمستقیم استاندارد شفقت–خود به رضـایت زناشـویی بـا (p<۰/۰۰۳)معنـی دار اسـت و فاصله اطمینان در دامنه ۰/۰۳ تا ۰/۱۳ بیانگر تاثیر سنخ شخصیتی وظیفه شناسی ما بین شـفقت–خود و رضایت زناشویی است. به عبارت دیگر، تاثیر شفقت–خود به صورت مستقیم بر روی افزایش رضایت زناشویی مهم نیست بلکه از طریق ویژگی شخصیتی وظیفه شناسی است.

نتیجه گیری

بین وظیفه شناسی و رضایت زناشویی رابطه ی مثبت وجود دارد تایید گردید. با یافته های فلاح‌چای و همکاران (۲۰۱۴)، رازقی و همکاران (۱۳۸۹)، امیری و همکاران (۲۰۱۱)، مالوف و همکاران (۲۰۱۰)، کلستون و همکاران (۲۰۱۱)، بوت‌وین و همکاران (۱۹۹۷) یکی است. این گونه می¬توان بیان کرد که همسران وظیفه‌شناس، کمتر ممکن است انتقاد از همسر را برانگیزانند که در نتیجه، میزان و یا شدت تعامل‌های منفی زناشویی را کاهش می‌دهد. ، کمتر ایجاد ناسازگاری می‌کند؛ چرا که این افراد عموما مسئولیت‌پذیر، مورد اطمینان و سخت کوش هستند و در نهایت رضایت زناشویی را افزایش می‌دهد (دانلان، کنگر و برایانت ، ۲۰۰۴). افراد با تعهد بالا (وظیفه‌شناس) که بر خود تسلط دارند، درگیری‌هایی را که بالاجبار در روابط به وجود می‌آید سازنده‌تر اداره می‌کنند، به اصول پایبندند و به این ترتیب رضایت از زناشویی را برای خود افزایش می‌دهند (رازقی و همکاران، ۱۳۸۹).

شفقت–خود و با یکدیگر رابطه ی مثبت دارند، تأیید گردید. یافته های نف و همکاران (۲۰۰۷) و بیکر و مک نالتی (۲۰۱۱) در راستای این نتیجه هستند. ایجاد ظرفیت و توانایی برای حفظ درد و رنج در آگاهی دلسوزانه، توانایی فرد را برای گسترش مهربان بودن و مسئول بودن نسبت به خود، دیگران و همه‌ی موجودات تسهیل می‌کند (هافمن، گروسمن و هینتون، ۱۹۹۷). احساس‌های مربوط به خودمهربانی و انسانیت مشترک در شفقت خود شبیه به آن چیزی است که توسط ساختار شرح داده شده است. وظیفه‌شناس بودن ممکن است به افراد کمک کند که توجه بیشتری به نیازهای خود داشته باشند، برای پاسخگویی به شرایط دشوار به شیوه‌ای مسئولانه و غیرواکنشی عمل کنند. به طور خاص، سطح پایین وظیفه شناسی با استانداردهای پایین موفقیت همراه هستند که می تواند از زوج‌ها در برابر سطح بالای انتقاد که همراه با سطح پایین شفقت–خود می‌باشد محافظت کند (بیکر و مک نالتی، ۲۰۱۲). شفقت–خود می‌تواند انگیزه‌ی افراد وظیفه‌شناس را برای اصلاح اشتباهاتشان تقویت کند.

بین شفقت–خود و رضایت زناشویی رابطه مثبت وجود دارد، تایید نشد، که با یافته های بیکر و مک نالتی (۲۰۱۱) و نف و بریت‌واس (۲۰۱۲) همخوان نمی باشد. به‌طور کلی، شفقت–خود مهربانی با خود، درک خود به جای قضاوت خود و نوعی حمایت نسبت به کاستی‌ها و بی‌کفایتی‌های خود است (نف، ۲۰۰۹). انعطاف‌پذیری و تعادل عاطفی فراهم شده توسط شفقت– خود راه را برای پاسخ‌های سازنده‌تر به درگیری‌ها و مشکلات رابطه هموار می‌سازد که در نتیجه باعث افزایش

سلامت در روابط و رضایت از رابطه می‌شود (دسی و رایـن، ۲۰۰۰؛ گیـوزینگر و بـلات، ۱۹۹۴). در تبیین رد این فرضیه می‌توان گفت، از آنجایی که افرادی که دارای شفقت–خود هستند باید بتوانند با وجود تجربه کاستی‌های خود عزت نفس خود را حفظ کنند، بنابراین، آن‌هـا بایـد بـا وجـود ایـن احساس اشتباهات فردی خود را پذیرفته و به این ترتیب ممکن است انگیزه‌ی کمتری برای اصلاح اشتباهات‌شان داشته باشند.افراد دارای شفقت خود برای رفع اشتباهات خود کمتر اقدام می کننـد و سپر دفاعی ایجاد می کنند. در مقابل، آن‌ها ممکن است انگیزه‌ی بیشتری برای اصـلاح اشـتباهات فردی شان برای به دست آوردن پذیرش اجتماعی داشته باشند. که در نهایت مـی‌توانـد مشـکلات بین فردی را برای آن‌ها به وجود آورد، که ممکن است در نتیجه کاهش رضایت و رضایت کمتـر از رابطه را برایشان در پی داشته باشد (مک‌نالتی، امارا و کارنی ، ۲۰۰۸).

منابع ومآخذ

الف) منابع فارسی

اتکینسون، ریتال ال؛ اتکینسون، ریچاردسی؛ اسمیت، ادواردال؛ بم، داریل ج و نولن-هوکسما، سوزان (۲۰۰۰). زمینه‌ی روان‌شناسی هیلگارد. ترجمه محمدنقی براهنی، بهروز بیرشک، مهرداد بیک، رضازمانی، سعیدشاملو، مهرنازشهرآرای، یوسف‌کریمی، نیسان گاهان، مهدی محی‌الدین و کیانوش هاشمیان (۱۳۸۴). چاپ اول، ویرایش سیزدهم، تهران: انتشارات رشد.

– حق‌شناس، حسن (۱۳۸۷). هنجاریابی آزمون شخصیتی نئو، فرم تجدید نظر شده، مجله اندیشه و رفتار، سال دوم، شماره۲، صص. ۲۲-۱۵.

– حق‌شناس، حسن (۱۳۸۸). روان‌شناسی شخصیت: آزمون‌های نئو، آزمون سرشت و منش، اختلالات شخصیت. ناشر: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی فارس.

– خجسته‌مهر، رضا (۱۳۸۴). بررسی ویژگی‌های شخصیتی، مهارت‌های اجتماعی، سبک‌های دلبستگی و متغیرهای جمعیت‌شناختی به عنوان پیش بین‌های موفقیت و شکست در زوج‌های متقاضی طلاق و عادی در اهواز. پایان نامه دکترای روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی اهواز.

– رازقی، نرگس؛ نیکی‌جو، معصومه؛ کراسکیان‌موجمباری، آدیس و ظهرابی‌مسیحی، آرینه (۱۳۹۰). رابطه پنج عامل بزرگ شخصیت با رضایت زناشویی. روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی، سال هفتم، شماره ۲۷، صص. ۲۷۷-۲۶۹.

– رجبی، غلامرضا (۱۳۸۸). ساختار عاملی مقیاس رضایت زناشویی در کارکنان متاهل دانشگاه شهید چمران. مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، سال پانزدهم، شماره ۴، صص. ۳۵۱-۳۵۸.

– شولتز، دوان؛ شولتز، سیدنی (۲۰۰۰). نظریه‌های شخصیت، ترجمه یحیی سید محمدی (۱۳۸۵)، نشر نی. شاملو، سعید(۱۳۸۲). بهداشت روانی. تهران: انتشارات رشد.

– کرلینجر، فردریک؛ پدهازر، نیکلز (۱۹۸۲). رگرسیون چند متغییری در پژوهش رفتاری. ترجمه¬ی حسن سرایی (۱۳۸۸). چاپ سوم، تهران: انتشارات سمت.

– کیامهر، جواد (۱۳۸۱). هنجاریابی فرم کوتاه پرسشنامه پنج عاملی نئو و بررسی ساختار عاطفی آن در بین دانشجویان علوم انسانی دانشگاه‌های تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد سنجش و اندازه گیری، دانشگاه علامه طباطبایی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی.

– نورانی پور، رحمت اله؛ بشارت، محمدعلی و یوسفی، اسکندر. (۱۳۸۶). بررسی رابطه دانش و نگرش جنسی با رضایت زناشویی در زوجین ساکن در مجتمع پژوهشگران جوان دانشگاه شهید بهشتی. مجله تازه ها و پژوهش های مشاوره. ۶ (۲۴)، صص ۲۷–۳۹.

ب) منابع لاتین

- Azizi, A. Mohammadkhani, P. Foroughi, A. A., Lotfi, S, & Bahramkhani, M. (۲۰۱۳). The validity and Reliability of the Iranian version of the self-compassion Scale. Practice in Clinical Psychology, ۱(۳), ۱۷-۲۳.

- Baker, L., & McNulty, J. K. (۲۰۱۰). Shyness and marriage: Does shyness shape even established relationships? Personality and Social Psychology Bulletin, ۳۶, ۶۶۵–۶۷۶.

- Baker, L., & McNulty, J. K. (۲۰۱۱). Self-compassion and relationship maintenance: The moderating roles of conscientiousness and gender. *Journal Of personality and Social psychology*, ۱۰۰, ۸۵۳-۸۷۳.

- Botwin, M. D., Buss, D. M., & Shackelford, K. (۱۹۹۷). Personality and Mate preferences: Five Factors in Mate Selection and Marital Satisfaction. *Journal of Personality*, ۶۵(۱), ۱۰۷-۱۳۶.

- Deniz, M. E., Kesici, S., & Sumer, A. S. (۲۰۰۸). The validity and reliability of the Turkish version of the Self-Compassion Scale. *Social Behavior and Personality*, *An International Journal*, ۳۶(۹), ۱۱۵۱-۱۱۶۰.

- Claxton, A., O'Rourke, N., Smith, J. Z., & DeLongis, A. (۲۰۱۱). Personality traits and marital satisfaction within enduring

relationships: An intra-couple discrepancy approach. *Journal of Social and Personal Relationships*, ۲۹(۳), ۳۷۵–۳۹۶.

- Cui, M., Fincham, F. D., & Pasley, B. K. (۲۰۰۸). Young adult romantic relationships: The role of parents' marital problems and relationship efficacy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, ۳۴, ۱۲۲۶–۱۲۳۵.

- Donnellan, M. B., Assad, K. K., Robins, R. W., & Conger, R. D. (۲۰۰۷). Do negative interactions mediate the effects of negative emotionality, communal positive emotionality, and constraint on relationship satisfaction? *Journal of Social and Personal Relationships* , ۲۴ , ۵۵۷–۵۷۳.

- FallahChay, S. R., Zarei, E., & Zandi, N. (۲۰۱۴). Role of Personality Traits Anticipants on Marital Satisfaction of Brujerd Married Women. ۲, ۷۲-۷۸.

- Gottman J. M. (۲۰۰۲). Marital research in the ۲۰th century and a research agenda for the ۲۱ century. *Family Process*, ۴۱, ۱۵۹–۱۹۷.

- Guisinger, S., & Blatt, S. (۱۹۹۴). Individuality and relatedness: Evolution of a fundamental dialectic. *American Psychologist*, ۴۹ , ۱۰۴–۱۱۱.

- Hofmann, S. G., Grossman, P., & Hinton, D. E. (۲۰۱۱). Loving-kindness and compassion meditation: Potential for psychological interventions. *Clinical Psychology Review*, ۳۱, ۱۱۲۶-۱۱۳۲.

- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (۱۹۸۷). Validation of the five-factor model of personality across nstruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, ۵۲, ۸۱–۹۰.

- Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Schutte, N. S., Bhullar, N., & Rooke, S. E. (۲۰۱۰). The Five-Factor Model of personality and

relationship satisfaction of intimate partners: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*. ۴۴, ۱۲۴-۱۲۷.

- Mount, M. K., & Barrick, M. R. (۱۹۹۵). The Big Five personality dimensions: Implications for research and practice in human resources management. *Research in Personnel and Human Resources Management*, ۱۳, ۱۵۳–۲۰۰.

- Murray, S. L., Derrick, J. L., Leder, S., & Holmes, J. G. (۲۰۰۸). Balancing connectedness and self-protection goals in close relationships: A levelsof- processing perspective on risk regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, ۹۴, ۴۲۹–۴۵۹.

- Neff, K. D. (۲۰۰۳). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, ۲, ۲۲۳–۲۵۰.

- Neff, K. D., Rude, S. S., & Kirkpatrick, K. L. (۲۰۰۷). An examination of self-compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits. *Journal of Research in Personality*, ۴۱, ۹۰۸–۹۱۶.

- Neff, K. D. (۲۰۱۱). Self-compassion. In M. R. Leary & R. H. Hoyle (Eds.), *Handbook of individual differences in social behavior* (pp. ۵۶۱–۵۷۳). New York, NY: Guilford Press.

- Neff, K. D. (۲۰۰۹). *Self-compassion*. In M. R. Leary & R. H. Hoyle (Eds.), *Handbook of individual differences in social behavior* (pp. ۵۶۱–۵۷۳). New York, NY: Guilford Press.

- Neff, K. D. (۲۰۰۹). The role of self-compassion in development: A healthier way to relate to one self. *Human Development*, ۵۲, ۲۱۱-۲۱۴.

- Neff, K.D., & Beretvas, S.N, (۲۰۱۲): The Role of Self-compassion in Romantic Relationships. *Self and Identity*, DOI: ۱۰.۱۰۸۰/۱۵۲۹۸۸۶۸.۲۰۱۱.۶۳۹۵۴۸.

- Wei, M. Liao, K. Y., Ku, T. Y., & Shaffer, P. A. (۲۰۱۱). Attachment, Self-Compassion, Empathy, and Subjective Well-Being Among College Students and Community Adults. *Journal of Personality*, (۷۹) ۱, ۱۹۱-۲۲۱.