

The Multiple Relationship of Reflective Functioning, Stress Coping Strategies, and Perceived Social Support with Marital Happiness among Married Individuals

1. Mehdi Sadri Esfahani : Department of Consulting, Kho.C., Islamic Azad University, Khomeinishahr, Iran

2. Fatemeh Mahjoor : Department of Psychology, Qo.C., Islamic Azad University, Qom, Iran.

3. Hakimeh Aghaei * : Department of Psychology, Sha.C., Islamic Azad University, Shahrood, Iran.

*Corresponding Author's Email Address: h.aghaei@iau-shahrood.ac.ir



Abstract:

Objective: The aim of the present study was to examine the role of reflective functioning, stress coping strategies, and perceived social support in predicting marital happiness among married individuals.

Methods and Materials: This study employed a descriptive correlational design. The statistical population included married individuals residing in Isfahan during the third quarter of 2024. A total of 170 participants were selected using a convenience sampling method. They completed the Marital Happiness Questionnaire by Azrin (1973), the Reflective Functioning Questionnaire (RFQ), the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), and the Coping Styles Questionnaire (CSQ). Statistical analyses were conducted using SPSS version 26 through correlation analysis and multiple regression analysis.

Findings: The results of the correlation analysis indicated that reflective functioning, stress coping strategies, and perceived social support were significantly associated with marital happiness ($p < .05$). The results of the regression analysis further revealed that, in order of strength, emotion-focused coping strategies, perceived social support, certainty in reflective functioning, uncertainty in reflective functioning, and again emotion-focused coping strategies were predictors of marital happiness among married individuals ($p < .05$).

Conclusion: Thus, professionals in the field of family studies should focus on enhancing reflective functioning, adaptive coping strategies, and perceived social support in order to promote marital happiness among couples.

Keywords: Marital happiness, reflective functioning, coping strategies, perceived social support.

How to Cite: Sadri Esfahani, M., Mahjoor, F., Aghaei, H. (2024). The Multiple Relationship of Reflective Functioning, Stress Coping Strategies, and Perceived Social Support with Marital Happiness among Married Individuals. *Quarterly of Experimental and Cognitive Psychology*, 1(4), 179-193.

Received: 2024-11-23

Revised: 2025-01-09

Accepted: 2025-03-15

Published: 2025-03-15



Copyright: © 2024 by the authors.

Published under the terms and conditions of Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

رابطه چندگانه کارکردهای تأملی، راهبردهای مقابله با استرس و ادراک حمایت اجتماعی با شادمانی زناشویی افراد متأهل

۱. مهدی صدری اصفهانی^{ID}: گروه مشاوره، واحد خمینی شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، خمینی شهر، ایران.

۲. فاطمه مهجور^{ID}: گروه روانشناسی، واحد قم، دانشگاه آزاد اسلامی، قم، ایران

۳. حکیمه آقایی^{ID}: گروه روانشناسی، واحد شاهرود دانشگاه آزاد اسلامی، شاهرود، ایران (نویسنده مسئول).

*پست الکترونیک نویسنده مسئول: h.aghaei@iau-shahrood.ac.ir

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر بررسی نقش متغیرهای کارکردهای تأملی، راهبردهای مقابله استرس و حمایت اجتماعی ادراک شده در پیش بینی شادمانی زناشویی در افراد متأهل بود.

مواد و روش‌ها: این پژوهش به روش توصیفی از نوع همبستگی انجام شد. جامعه آماری پژوهش افراد متأهل ساکن در شهر اصفهان در سه ماهه سوم ۱۴۰۳ بودند. تعداد ۱۷۰ نفر به روش در دسترس انتخاب شدند و به پرسشنامه شادمانی زناشویی آزرین (۱۹۷۳)، پرسشنامه کارکرد تأملی (RFQ)، پرسشنامه حمایت اجتماعی ادراک شده (MPSS) و پرسشنامه سبک‌های مقابله با استرس (CSQ) را تکمیل نمودند. تجزیه و تحلیل آماری با استفاده از نرم افزار آماری SPSS۲۶ و با روش تحلیل همبستگی و تحلیل رگرسیون چند متغیره انجام شد.

یافته‌ها: نتایج تحلیل همبستگی نشان داد که متغیرهای کارکردهای تأملی، راهبردهای مقابله استرس و حمایت اجتماعی ادراک شده با شادمانی زناشویی رابطه معنی داری داشته اند ($p < 0/05$). نتایج تحلیل رگرسیون نیز نشان داد که به ترتیب راهبردهای مقابله‌ای هیجان مدار، حمایت اجتماعی ادراک شده، کارکردهای تأملی قطعیت، کارکرد تأملی عدم قطعیت و در نهایت راهبرد مقابله‌ای هیجان مدار، پیش بینی کننده شادمانی زناشویی افراد متأهل بوده اند ($p < 0/05$).
نتیجه‌گیری: به این ترتیب متخصصان حوزه خانواده به منظور ارتقاء شادمانی زناشویی زوجین می‌بایست بر کارکردهای تأملی، راهبردهای مقابله‌ای و حمایت اجتماعی ادراک شده تمرکز کنند.

کلیدواژگان: شادمانی زناشویی، کارکردهای تأملی، راهبردهای مقابله‌ای، حمایت اجتماعی ادراک شده

نحوه استناددهی: صدری اصفهانی، مهدی، مهجور، فاطمه، آقایی، حکیمه. (۱۴۰۳). رابطه چندگانه کارکردهای تأملی، راهبردهای مقابله با استرس و ادراک حمایت اجتماعی با شادمانی زناشویی افراد متأهل. فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی، ۱(۴)، ۱۷۹-۱۹۳.



تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۹/۰۳

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۱۰/۲۰

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۱/۰۶

تاریخ انتشار: ۱۴۰۳/۱۲/۲۵



مجوز و حق نشر: © ۱۴۰۲ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.

Extended Abstract

Introduction

Marital happiness is considered one of the most vital indicators of psychological well-being and life satisfaction, deeply intertwined with emotional intimacy, communication quality, and adaptive interpersonal functioning in long-term relationships. It reflects not only the subjective pleasure and fulfillment derived from the marital bond but also the extent to which couples perceive their relationship as meaningful and supportive (Alibeli et al., 2019; Robles et al., 2014). In contemporary psychological frameworks, marital happiness is increasingly seen as a multidimensional outcome shaped by cognitive, emotional, and social factors. Among these, three constructs—reflective functioning, stress coping strategies, and perceived social support—emerge as central in understanding how individuals manage marital dynamics.

Reflective functioning (RF), as conceptualized within mentalization theory, refers to the capacity to interpret one's own and others' behavior in terms of intentional mental states (Fonagy & Luyten, 2018; Slade, 2019). High reflective functioning enables partners to decode emotional signals, tolerate ambiguity, and maintain perspective during interpersonal conflicts—factors that collectively foster marital harmony (DiMaggio, 2020). Conversely, impairments in RF can lead to reactive communication patterns and misinterpretations, which undermine relational satisfaction and increase the risk of marital distress (Moradzadeh Khorasani et al., 2020).

Parallel to RF, the strategies individuals employ to cope with stress play a significant role in determining the resilience and health of their relationships. Problem-focused coping is associated with active problem-solving and adaptive behavioral responses, while emotion-focused coping often involves avoidance, denial, or emotional outbursts that can escalate tension in close relationships (Alipour et al., 2010; Faramarzi et al., 2013). Research suggests that couples who utilize constructive coping strategies are better equipped to manage relational conflicts,

leading to higher marital satisfaction (Bahadori Khosroshahi & Khanjani, 2013; Eisanezhad et al., 2011).

Perceived social support (PSS) also plays a pivotal role in sustaining marital happiness by providing emotional, informational, and instrumental resources that buffer stress and enhance emotional well-being (Albor et al., 2014; Chadwick & Collins, 2015). The perception of being valued and supported by others—particularly one's partner, family, and social network—enhances emotional security and promotes adaptive functioning within the marriage (Eini et al., 2020; Keles et al., 2023). Empirical studies in diverse cultural contexts, including collectivist societies such as Iran and East Asian countries, demonstrate the protective function of PSS in maintaining relationship quality (Huang et al., 2024; Kamali et al., 2020).

Considering the dynamic and multifactorial nature of marital happiness, the present study aims to investigate the combined predictive role of reflective functioning (certainty and uncertainty), stress coping strategies (problem-focused and emotion-focused), and perceived social support on marital happiness among married individuals in Isfahan. This integrative model is grounded in contemporary relational and cognitive-affective theories and aims to provide practical insights for clinical interventions and preventive strategies in couple therapy.

Methods and Materials

This research utilized a descriptive-correlational design to explore the predictive relationships among reflective functioning, stress coping strategies, perceived social support, and marital happiness. The statistical population consisted of married adults living in Isfahan during the third quarter of 2024 who had been married for at least five years. A total of 170 individuals were selected using convenience sampling from public centers across the city. Inclusion criteria included cohabitation with one's spouse, absence of any intention or legal procedure for divorce, and a minimum educational qualification of a high school diploma.

Participants completed the following instruments: the Marital Happiness Questionnaire by Azrin et al. (1973), the Reflective Functioning Questionnaire (RFQ), the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), and the Coping Styles Questionnaire (CSQ). Reliability coefficients (Cronbach's alpha) for all instruments were acceptable in this study. Descriptive statistics and Pearson's correlations were calculated, followed by multiple regression analysis to examine the predictive power of independent variables on marital happiness. All analyses were conducted using SPSS version 26.

Findings

Descriptive results showed that the participants' average score for marital happiness was 39.53 (SD = 11.30), with mean scores for certainty and uncertainty in reflective functioning at 32.60 and 39.47, respectively. Emotion-focused coping had a mean of 49.80, while problem-focused coping averaged 35.09. The mean score for perceived social support was 8.03.

Correlation analysis revealed significant associations among all variables. Marital happiness was negatively correlated with uncertainty in reflective functioning ($r = -0.266$, $p < .01$) and emotion-focused coping ($r = -0.103$, $p < .05$), while showing positive correlations with certainty in reflective functioning ($r = 0.476$, $p < .01$), problem-focused coping ($r = 0.613$, $p < .01$), and perceived social support ($r = 0.500$, $p < .01$).

Regression analysis was conducted in five steps. In step one, problem-focused coping alone accounted for 37% of the variance in marital happiness ($R^2 = 0.370$, $p < .001$). In step two, the inclusion of perceived social support increased the explained variance to 39.8%. Step three introduced certainty in reflective functioning, raising the R^2 to 41.3%. The fourth step added uncertainty in reflective functioning, further increasing the explained variance to 42.5%. Finally, emotion-focused coping was entered into the model, bringing the total R^2 to 43.5%.

Standardized beta coefficients indicated that problem-focused coping ($\beta = 0.564$), perceived social support ($\beta = 0.201$), and certainty in reflective functioning ($\beta = 0.136$) positively predicted marital happiness. In contrast, uncertainty in reflective functioning ($\beta = -0.119$) and emotion-focused coping ($\beta = -0.106$) were negative predictors. All predictors were statistically significant ($p < .001$).

Discussion and Conclusion

The findings support the hypothesis that cognitive, emotional, and social factors collectively contribute to marital happiness. Among these, problem-focused coping emerged as the strongest predictor, emphasizing the adaptive role of constructive coping strategies in managing marital challenges. Individuals who engage in active problem-solving and positive reappraisal are more likely to experience sustained emotional satisfaction and reduced relational conflict.

The predictive role of perceived social support confirms previous research indicating that emotionally supportive relationships serve as protective factors against relational stress. When individuals feel valued and understood within their marital and broader social environments, they are better equipped to handle emotional difficulties and foster a sense of mutual satisfaction and intimacy in the relationship.

The dual components of reflective functioning—certainty and uncertainty—further illuminated the role of mentalization in marital happiness. Certainty in understanding one's own and others' mental states facilitated empathy and effective communication, while high levels of uncertainty undermined relational confidence and led to misinterpretation and distress. These findings align with theoretical perspectives asserting that mentalizing deficits are linked to reactive behaviors and decreased emotional regulation in close relationships.

Finally, the negative predictive role of emotion-focused coping suggests that relying on avoidance or emotional venting may intensify relational problems rather than resolve them. Such strategies can perpetuate cycles of

misunderstanding and emotional withdrawal, which ultimately erode marital satisfaction.

In conclusion, this study offers a comprehensive understanding of the psychological mechanisms underlying marital happiness. By integrating reflective functioning, coping strategies, and social support into a unified predictive model, the research provides valuable insights for clinical

psychologists, marriage counselors, and relationship educators seeking to enhance relational well-being among couples. Interventions aimed at improving mentalization, promoting adaptive coping, and strengthening social support networks may serve as effective tools in fostering lasting marital satisfaction.

فشارهای زندگی زناشویی می‌تواند نقش تعیین‌کننده‌ای در حفظ یا تضعیف شادمانی زناشویی ایفا کند (Faramarzi et al., 2013). راهبردهای مسئله‌مدار و هیجان‌مدار دو سبک اصلی مقابله هستند که اثرات متفاوتی بر روابط زوجین دارند. راهبردهای مسئله‌مدار با تلاش فعالانه برای حل مشکل همراه بوده و باعث حفظ ثبات رابطه می‌شوند، در حالی که سبک‌های هیجان‌مدار و اجتنابی اغلب با واکنش‌های منفی مانند سرزنش، انکار و پرخاشگری همراه‌اند و باعث تشدید تعارض‌ها می‌گردند (Alipour et al., 2010; Bahadori Khosroshahi & Khanjani, 2013). همچنین نتایج برخی مطالعات نشان می‌دهد که سبک‌های مقابله‌ای کارآمد با افزایش رضایت زناشویی رابطه دارند (Eisanezhad et al., 2011; Mozaffari, 2013). سومین متغیر کلیدی در تبیین شادمانی زناشویی، حمایت اجتماعی ادراک‌شده است. این متغیر به ادراک فرد از در دسترس بودن منابع حمایتی عاطفی، اطلاعاتی و ابزاری از سوی اطرافیان، به‌ویژه همسر، خانواده و دوستان اشاره دارد (Chadwick & Collins, 2015). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که حمایت اجتماعی ادراک‌شده نقش تعدیل‌گر در برابر فشارهای روانی و تعارضات زناشویی ایفا می‌کند (Albor et al., 2014; Eini et al., 2020). وجود شبکه‌های اجتماعی قوی، نه تنها باعث بهبود سازگاری زناشویی می‌شود، بلکه به فرد احساس ارزشمندی، امنیت و آرامش می‌بخشد (Keles et al., 2023). در مقابل، نبود حمایت اجتماعی مؤثر می‌تواند منجر به انزوای هیجانی، افزایش اختلافات و حتی جدایی شود (Kamali et al., 2020). پژوهش‌های منطقه‌ای در ایران نیز این الگو را تأیید کرده‌اند. در مطالعه‌ای توسط (Kian et al., 2020) مشخص شد که درمان گروهی هیجان‌مدار با تمرکز بر هیجان‌های بین‌فردی موجب بهبود دلبستگی و افزایش شادمانی زناشویی شد. همچنین (Emami Kalesar & Rasouli, 2017) نشان دادند که باورها و تفسیرهای رابطه‌ای زوجین نقش پیش‌بینی‌کننده مهمی در رضایت

شادمانی زناشویی یکی از شاخص‌های بنیادین در سلامت روان، رضایت از زندگی و پایداری خانواده‌ها محسوب می‌شود. در ادبیات روان‌شناختی، این مفهوم نه تنها به احساسات مثبت افراد نسبت به رابطه‌ی زناشویی اشاره دارد، بلکه به کیفیت ارتباط، انسجام عاطفی و احساس امنیت در پیوند زناشویی نیز مرتبط است (Alibeli et al., 2019). پژوهش‌های متعددی نشان داده‌اند که کیفیت رابطه زناشویی با پیامدهای روانی و جسمانی مثبت از جمله کاهش میزان استرس، ارتقاء سلامت عمومی، و افزایش رضایت شغلی در ارتباط است (Robles et al., 2014). با توجه به اهمیت این پدیده، شناسایی عوامل مؤثر بر آن ضرورتی انکارناپذیر برای روان‌شناسان، مشاوران خانواده و سیاست‌گذاران اجتماعی است.

یکی از متغیرهای روان‌شناختی نوین که در سال‌های اخیر مورد توجه قرار گرفته است، کارکردهای تأملی (Reflective Functioning) یا توانایی ذهن‌خوانی درون‌فردی و بین‌فردی است. این سازه که ریشه در نظریه دلبستگی دارد، به توانایی فرد در فهم و تفسیر رفتار خود و دیگران بر اساس حالت‌های ذهنی نظیر باورها، احساسات و مقاصد اشاره دارد (Fonagy & Luyten, 2018; Slade, 2019). افراد با کارکرد تأملی بالا قادرند رفتار شریک زندگی خود را به‌درستی درک کرده و به جای تفسیرهای منفی، تبیین‌های انعطاف‌پذیر و ذهنی ارائه دهند. این امر موجب افزایش همدلی، کاهش تعارضات و ارتقاء کیفیت رابطه زناشویی می‌گردد (DiMaggio, 2020; Moradzadeh Khorasani et al., 2020). از سوی دیگر، نقص در کارکردهای تأملی با بروز سوءتفاهم، خشونت و مشکلات ارتباطی در روابط زناشویی همراه است (Adshead et al., 2013).

عامل دیگری که در بستر روابط زناشویی بسیار تأثیرگذار است، راهبردهای مقابله‌ای با استرس می‌باشد. سبک مقابله افراد با تعارضات و

زناشویی ایفا می‌کنند. یافته‌های (Alipour et al., 2013) نیز نشان دادند که سلامت روانی با میزان رضایت زناشویی همبستگی معناداری دارد، به‌ویژه در میان دانشجویان متأهل که با چالش‌های متعددی مواجه‌اند. در همین راستا، (Radi et al., 2013) تأکید دارد که خوش‌بینی اسلامی و راهبردهای مقابله مؤثر، نقش محافظتی در برابر استرس‌های زناشویی دارند.

از منظر فرهنگی نیز نمی‌توان نقش ساختار خانواده و نگرش‌های سنتی را نادیده گرفت. در پژوهشی در رومانی، (Preda et al., 2020) نشان داد که در جوامعی که هنجارهای سنتی خانواده قوی هستند، رضایت زناشویی ارتباط بیشتری با ساختار حمایتی خانواده دارد. همچنین در مطالعه‌ای تطبیقی در جوامع آسیایی، (Huang et al., 2020) به نقش سبک دلبستگی والدین و زوجین در پیش‌بینی رضایت زناشویی پرداخت و بیان داشت که دلبستگی ایمن، نقش کلیدی در ارتقاء روابط زناشویی ایفا می‌کند. یافته‌های بعدی این نویسندگان نیز نشان داد که شادمانی والدین با سبک‌های فرزندپروری و پیامدهای رفتاری کودکان در ارتباط است (Huang et al., 2024).

بر اساس مبانی فوق، می‌توان دریافت که شادمانی زناشویی نتیجه‌ی تعامل چندبعدی متغیرهای روان‌شناختی، اجتماعی و فرهنگی است. هر یک از عوامل کارکردهای تأملی، راهبردهای مقابله‌ای و حمایت اجتماعی ادراک‌شده به‌طور مستقل و تعاملی می‌توانند موجب تقویت یا تضعیف شادمانی زناشویی شوند. در پژوهشی توسط (Oancea et al., 2016) نیز به‌خوبی نشان داده شد که سبک‌های مقابله‌ای مؤثر می‌توانند نقش پیشگیرانه در برابر پیامدهای منفی استرس ایفا کنند. از سوی دیگر، در مطالعه‌ای کیفی، (Kamali et al., 2020) با استفاده از تحلیل محتوای تجارب زوجین ایرانی، نشان دادند که صمیمیت زناشویی تحت تأثیر تعاملات هیجانی، مهارت‌های ارتباطی و فضای حمایتی شکل می‌گیرد.

از آنجایی که مفهوم شادمانی زناشویی می‌تواند متأثر از تجربه‌های رشدی، باورهای فرهنگی، و سبک‌های شناختی-هیجانی باشد، توجه به سازه‌ی کارکرد تأملی که در نظریه‌پردازی‌های اخیر اهمیت یافته است، می‌تواند درک عمیق‌تری از این پدیده ارائه دهد (Fonagy & Luyten, 2018; Slade, 2019). این در حالی است که سبک‌های مقابله‌ای و حمایت اجتماعی بیشتر در سطح رفتاری و ساختاری مطرح هستند و می‌توانند نقش واسطه‌گر یا تعدیل‌گر در مسیر اثرگذاری عوامل شناختی بر شادمانی زناشویی ایفا کنند (Kakabaraii, 2011; Scott, 2020).

با توجه به شواهد ذکر شده، پژوهش حاضر درصدد است تا با استفاده از روش توصیفی-همبستگی، نقش همزمان سه متغیر کارکرد تأملی، سبک‌های مقابله‌ای با استرس و حمایت اجتماعی ادراک‌شده را در پیش‌بینی شادمانی زناشویی در افراد متأهل بررسی نماید.

روش‌شناسی پژوهش

از آنجاکه هدف پژوهش حاضر، تعیین نقش متغیرهای کارکردهای تأملی، راهبردهای مقابله استرس و حمایت اجتماعی ادراک‌شده در پیش‌بینی شادمانی زناشویی در افراد متأهل بود، از نظر روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بوده است. در این پژوهش، کارکردهای تأملی، راهبردهای مقابله استرس و حمایت اجتماعی ادراک‌شده به‌عنوان متغیر پیش‌بین و شادمانی زناشویی به‌عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شده است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه بزرگسالان متأهل شهر اصفهان که حداقل ۵ سال از زندگی مشترک آن‌ها گذشته است، بود. جهت حجم نمونه از دیدگاه گال، بورگ و گال (۱۳۹۳) زمانی که حجم نمونه نامشخص است، می‌توان بر اساس پیشینه‌ی پژوهشی، حجم نمونه را مشخص کرد. همچنین زمانی که حجم جامعه آماری نامشخص است، در ازای هر متغیر و خرده‌مقیاس‌های آن متغیر حداقل ۱/۱۵ انتخاب می‌شود (بشلیده، ۱۳۹۳). بر همین در مجموع ۶ متغیر در

پژوهش وجود دارد که حجم نمونه با در نظر گرفتن احتمال ریزش ۱۷۰ نفر در نظر گرفته شد که ۱۰ پرسشنامه مخدوش بوده و در مرحله تحلیل کنار گذاشته شدند. نمونه گیری در پژوهش به صورت در دسترس بوده است به گونه‌ای که با مراجعه به مراکز عمومی سطح شهر اصفهان و با در نظر گرفتن ملاک‌های ورود (حداقل ۵ سال از زندگی مشترک، زندگی با همسر و عدم تمایل یا اقدام برای طلاق و تحصیلات حداقل دیپلم) از افرادی که متقاضی شرکت در پژوهش و تکمیل پرسشنامه بودند، خواسته می‌شد تا پرسشنامه‌ها را کامل کنند. شمن آن که به آن‌ها تأکیدی می‌شد پرسشنامه‌ها بدون نام بوده و به صورت گروهی مورد تجزیه و تحلیل قرار می‌گیرند. ۱۰۵ نفر (۶۵/۶ درصد) از نمونه زن و ۵۵ نفر (۳۴/۴ درصد) مرد بوده‌اند، تحصیلات بیشتر افراد نمونه لیسانس است که شامل ۸۸ نفر (۵۵ درصد) بوده است، بیشتر افراد نمونه برابر با ۹۸ نفر (۶۱/۲ درصد)، بین ۳۵ تا ۴۵ سال داشته‌اند.

پرسشنامه شادمانی زناشویی آزرین^{۱۱}: پرسشنامه شادمانی زناشویی توسط آزرین، ناستر و جونز در سال ۱۹۷۳ طراحی شد. این پرسشنامه از ۱۰ گویه تشکیل شده است که به منظور سنجش شادمانی زناشویی زوجین مورد استفاده قرار می‌گیرد. جهت بهدست آوردن شاخص کلی شادمانی زناشویی باید نمرات کل سوالات را با هم جمع‌بندی کرد، در مقابل هر گویه طیف ۱ تا ۱۰ از کاملاً ناشاد تا کاملاً شاد قرار دارد که پاسخ‌دهنده، براساس میزان شادمانی خود را در آن حیطه درجه‌بندی می‌کند (ثنایی و همکاران، ۱۳۹۸)، دامنه‌ی نمرات در این پرسشنامه حداقل ۱۰ و حداکثر ۱۰۰ است. به نحوی که نمرات ۱۰-۲۰ بیانگر شادمانی ضعیف، ۲۱-۵۵ بیانگر شادمانی متوسط و ۵۶-۱۰۰ بیانگر شادمانی بالاست. در این مقیاس، نمره‌گذاری به‌صورت مستقیم بوده و نمره معکوس وجود ندارد. عیسی‌نژاد، احمدی، بهرامی، باغبان و شجاع حیدری (۱۳۹۰). درجه پایایی این پرسشنامه به شیوه‌ی همسانی (آلفای کرونباخ) را

برابر با ۰/۹۴ گزارش دادند (Fazari et al., 2024). پایایی همسانی درونی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر برای این پرسشنامه برابر ۰/۸۳۹ به دست آمد که نشان دهنده پایایی یا همسانی درونی قابل قبول و مناسب این پرسشنامه است.

پرسشنامه کارکرد تأملی^{۱۲}: پرسشنامه کارکرد تأملی، توسط فونگی و همکاران (۲۰۱۶) طراحی و ساخته شد. این پرسشنامه در ابتدا شامل ۴۶ عبارت بود که پس از اصلاحات در آخرین نسخه به ۵۴ عبارت رسید. نمره‌گذاری از کاملاً مخالف (عدد ۱) تا کاملاً موافق (عدد ۷) است و فرد مورد آزمون، عدد مورد نظر خود را در برابر هر عبارت، درج می‌کند. براساس روش تحلیل عاملی، دو عامل قطعیت (سوالات ۲، ۷، ۸، ۱۰، ۱۴، ۲۷، ۳۰، ۳۴، ۳۵، ۳۸، ۴۲) و عدم قطعیت (سوالات ۱، ۶، ۱۲، ۱۶، ۱۸، ۲۰، ۲۲، ۲۶، ۲۸، ۳۶، ۴۰، ۴۳، ۴۴، ۵) از این پرسشنامه بدست آمده است که مطابق با آن ثبات درونی برای عامل قطعیت ۰/۷۳ و برای عدم قطعیت، ۰/۷۷ به دست آمده است. در پژوهش مراد زاده خراسانی و همکاران (۱۳۹۹) آلفای کرونباخ قطعیت، ۰/۸۱ و برای عدم قطعیت، ۰/۷۲ بهدست آمده است (Ensanimehr et al., 2024). پایایی همسانی درونی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر برای عدم قطعیت برابر ۰/۸۱۵ و برای قطعیت ۰/۸۷۶ به دست آمد که نشان دهنده پایایی یا همسانی درونی قابل قبول و مناسب این پرسشنامه است. پرسشنامه حمایت اجتماعی ادراک شده^{۱۳}: این پرسشنامه به ارزیابی حمایت اجتماعی می‌پردازد که توسط زمن و همکارانش در سال ۱۹۸۸ به منظور سنجش حمایت اجتماعی ادراک شده از طرف خانواده، دوستان و افراد مهم زندگی فرد تهیه کرده‌اند. این مقیاس ۱۲ گویه دارد و پاسخگو نظر خود را در یک مقیاس ۷ گزینه‌ای از نمره یک برای کاملاً مخالفم تا هفت برای کاملاً موافقم مشخص می‌کند. حداقل امتیاز ممکن ۱۲ و حداکثر ۶۰ بود. بروور و

3. Multidimensional Scale of Perceived Social Support

11. Marital Happiness Scale

2. Reflective Functioning Questionnaire

همکاران (۲۰۰۸)، پایایی درونی این ابزار را در یک نمونه ۷۸۸ نفری از جوانان دبیرستان با استفاده از آلفای کرونباخ، ۰/۹۰ تا ۰/۸۶ برای خرده مقیاس‌های این ابزار و ۸۶ درصد برای کل ابزار گزارش نموده‌اند. سلامی و همکاران (۲۰۰۹)، ضریب آلفای کرونباخ سه بعد حمایت اجتماعی دریافت شده از سوی خانواده، دوستان و افراد مهم زندگی را به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۸۶ و ۰/۸۲ ذکر نموده‌اند (Zolfaghari et al., 2024). پایایی همسانی درونی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر برای این پرسشنامه برابر ۰/۷۶۸ به دست آمد که نشان دهنده پایایی یا همسانی درونی قابل قبول و مناسب این پرسشنامه است.

پرسشنامه سبک‌های مقابله با استرس^۱ برای سنجش راهبردهای مقابله با استرس از پرسشنامه لازاروس و فولکمن (۱۹۸۸) استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۶۶ سوال است که به شیوه لیکرت ۴ درجه‌ای (از اصلاً استفاده نکرده‌ام = ۰ تا بسیار استفاده کرده‌ام = ۳) نمره‌گذاری میشود. پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای دارای ۸ زیرمقیاس است که عبارتند از: ۱) مقابله مستقیم؛ ۲) دوریزگیزی یا فاصله‌گیری؛ ۳) خویشتنداری؛ ۴) جستجوی حمایت اجتماعی؛ ۵) مسئولیت پذیری؛ ۶) گریز-اجتناب؛ ۷) مسأله‌گشایی برنامه‌ریزی شده؛ ۸) ارزیابی مجدد مثبت. این ۸ الگوی مقابله‌ای به دو دسته کلی تقسیم میشوند که عبارتند از: ۱) راهبردهای مسأله محور شامل جستجوی حمایت اجتماعی، مسئولیت‌پذیری، مسأله‌گشایی برنامه‌ریزی شده و ارزیابی مجدد مثبت و ۲) راهبردهای هیجان محور شامل مقابله مستقیم، دوری‌گزینی، گریز-اجتناب، خویشتنداری. بنابراین سؤالات ۱، ۸، ۹، ۱۸، ۲۰، ۲۲، ۲۳، ۲۵، ۲۶، ۲۹، ۳۰، ۳۱، ۳۶، ۳۸، ۳۹، ۴۲، ۴۵، ۴۸، ۴۹، ۵۱، ۵۲، ۵۶، ۶۰ راهبرد مسأله محور و

سؤالات ۲، ۷، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۲۱، ۲۸، ۳۴، ۳۵، ۴۰، ۴۱، ۴۳، ۴۴، ۴۶، ۴۷، ۵۰، ۵۴، ۵۸، ۵۹، ۶۰، ۶۲، ۶۳ راهبردهای هیجان مدار را می‌سنجند. لازم به ذکر است طبق دستورالعمل ارائه شده توسط فولکمن و لازاروس برخی سوالات در محاسبه زیرمقیاسها استفاده نمیشوند (لازاروس و فولکمن، ۱۹۸۴). لازاروس و همکاران (۱۹۸۴) ثبات درونی زیرمقیاس‌ها را با استفاده از آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس راهبردهای مسأله محور ۰/۶۶ و برای راهبردهای هیجان محور ۰/۷۹ گزارش داد. علیپور و همکاران (۱۳۸۹) نیز پایایی این آزمون را ۰/۸۵ گزارش داد. در پژوهش دیگری آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۸ محاسبه شد (Miri & Zahiri, 2024). پایایی همسانی درونی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر برای این راهبردهای هیجان‌مدار برابر ۰/۸۸۹ و برای راهبردهای مسأله مدار ۰/۹۱۵ به دست آمد که نشان دهنده پایایی یا همسانی درونی قابل قبول و مناسب این پرسشنامه است.

تجزیه و تحلیل آماری در این پژوهش در دو بخش توصیفی و استنباطی انجام گرفت. در بخش توصیفی از شاخص‌های میانگین و انحراف معیار و در بخش استنباطی از تحلیل رگرسیون چند متغیره با استفاده از نرم افزار SPSS ۲۶ استفاده شد.

یافته‌ها

یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش و همبستگی درونی متغیرها در جدول ۱ ارائه شده است.

^۱. coping style questionnaire

دوره اول، شماره چهارم

جدول ۱. یافته‌های توصیفی و همبستگی درونی متغیرهای پژوهش

ردیف	متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	۱	۲	۳	۴	۵
۱	شادمانی زناشویی	۳۹.۵۳	۱۱.۳۰۱	۱				
۲	کارکرد تأملی عدم قطعیت	۳۹.۴۷	۷.۱۵۶	-.۰۰۲۶۶	۱			
۳	کارکرد تأملی قطعیت	۳۲.۶	۱۰.۱۹۲	۰.۰۰۴۷۶	۰.۰۰۱۵	۱		
۴	راهبردهای هیجان مدار	۴۹.۸	۹.۸۴۵	-.۰۱۰۳	۰.۰۰۲۱۵	-.۰۰۲۱۱	۱	
۵	راهبردهای مسأله مدار	۳۵.۰۹	۱۵.۷۸۱	۰.۰۰۶۱۳	-.۰۰۲۰۷	۰.۰۰۳۶۶	-.۰۰۷۴۲	۱
۶	حمایت اجتماعی	۸.۰۳	۳.۹۹۲	۰.۰۰۵۰	-.۰۰۲۷۳	۰.۰۰۳۱۸	-.۰۰۴۵۲	۰.۰۰۳۷۸

**p< ۰/۰۱, *p< ۰/۰۵

رابطه خطی بین متغیرها از منحنی‌های پراکنش استفاده شده است که نمودارها حاکی از وجود رابطه خطی بین متغیرها است.

هدف از بررسی پیش فرض نرمال بودن آن است که نرمال بودن توزیع نمرات همسان با جامعه را مورد بررسی قرار دهد. این پیش فرض حاکی از آن است که تفاوت مشاهده شده بین توزیع نمرات گروه نمونه و توزیع نرمال در جامعه برابر با صفر است. بدین منظور از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف استفاده گردید. مفروضه هم خطی چندگانه زمانی اتفاق می‌افتد که دو یا پیش از دو متغیر مستقل (پیش بین) در یک رگرسیون خطی چندگانه نسبت به یکدیگر از همبستگی بالایی برخوردار باشند. هم خطی عدم اطمینان در مورد پارامترهای برآورد شده را افزایش و در نتیجه خطای معیار افزایش می‌یابد. بدین منظور از ضریب تحمل (tolerance) و عامل تورم واریانس (VIF) استفاده می‌گردد. هم چنین جهت بررسی استقلال خطاها از آماره دوربین واتسون استفاده شده است. نتایج حاصل از اجرای پیش فرض‌های نرمالینی، عدم هم خطی و استقلال خطاها در مورد نمرات متغیرهای این پژوهش در جدول ۲ ارائه شده است.

نتایج در جدول ۱ نشان داده است، همبستگی درونی در متغیرهای پژوهش در سطح ۰/۰۱ تأیید شده است که نشان دهنده همبستگی معنی دار متغیرهای پژوهش است.

استفاده از آزمون‌های پارامتریک که آزمون تحلیل رگرسیون از مجموعه آن هاست، مستلزم رعایت تعدادی پیش فرض‌ها می‌باشد که شامل نمونه گیری تصادفی از جامعه، داشتن حداقل تعداد حجم نمونه مورد نیاز جهت برآورد مناسب ضرایب رگرسیون، نرمال بودن توزیع نمرات، خطی بودن رابطه متغیرها، عدم وجود هم خطی چندگانه و استقلال خطاها است.

ارزیابی این پیش فرض‌ها در مورد این مطالعه بیانگر آن است که جهت انجام نمونه گیری به علت نوع جامعه و ملاک‌های ورود و خروج در نظر گرفته شده از شیوه نمونه گیری تصادفی استفاده شده است. جهت برآورد حجم نمونه از فرمول نافچینسکی و ماندفروم (۲۰۰۸) استفاده شد که به ازای هر متغیر بین ۱۰ الی ۳۰ نفر انتخاب می‌شود. از این رو حجم نمونه ۱۶۰ نفر در این پژوهش جهت انجام تحلیل‌های آماری کفایت می‌کند. جهت بررسی

جدول ۲. نتایج پیش فرض نرمال بودن داده ها، عدم خطی و استقلال خطاها

مقیاس	نرمالیتی	عدم هم خطی	استقلال خطاها
آماره	معنی داری	VI F tolerance	دوربین واتسون
۱.۱۵	۰.۱۳۸	-	۱.۷۴
۱.۱۷	۰.۱۹	۰.۷۶۷	۱.۳۰۳
۱.۰۰۱	۰.۴۸۷	۰.۷۵	۱.۳۳۴
۱.۱۶	۰.۱۹۸	۰.۶۵۲	۱.۵۳
۱.۱۴	۰.۲۰۲	۰.۵۵۸	۱.۷۹
۱.۰۰۷	۰.۳۶۲	۰.۷۵۳	۱.۳۲۸

براساس نتایج آزمون کلموگروف اسمیرنوف در جدول ۲، در همه متغیرهای پژوهش نشان داده است که فرض صفر مبنی نرمال بودن توزیع نمرات متغیرهای پژوهش باقی است یعنی توزیع نمرات نمونه نرمال و همسان با جامعه است و کجی و کشیدگی حاصل اتفاقی است (همه سطوح معنی داری بزرگتر از ۰/۰۵ می باشد). میزان VI F در این تحلیل رگرسیون از ۲/۵ کمتر می باشد. میزان ضریب تحمل نیز از ۰/۴ بیشتر به دست آمده است. لذا پیش فرض های لازم در این رگرسیون تأیید شده است. هم چنین آماره دوربین واتسون جهت بررسی پیش فرض استقلال خطاها بین ۱/۵ تا ۲/۵ به دست آمده است که نشان از تأیید این پیش فرض است.

نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام جهت پیش بینی شادمانی زناشویی از طریق متغیرهای پژوهش در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون جهت پیش بینی شادمانی زناشویی از طریق کارکردهای تأملی، راهبردهای مقابله استرس و حمایت اجتماعی ادراک شده

گام	متغیرهای وارد شده معادله	R	R ^۲	SE	آمارهای تغییر یافته					ضرایب غیر استاندارد		ضرایب استاندارد	
					R ^۲ _{adj}	Df _۱	Df _۲	F	P	B	SE _B	β	T
	معنی داری												
۱	راهبردهای مسأله مدار	۰.۶۱۳	۰.۳۷	۲.۵۹	۰.۳۷	۱	۱۵۸	۷۸.۲۳	۰.۰۰۱	۰.۵۳۱	۰.۰۲۲	۰.۵۶۴	۱۳.۹
۲	حمایت اجتماعی	۰.۶۳	۰.۳۹۸	۲.۱۹	۰.۲۸	۱	۱۵۷	۳۲.۰۲	۰.۰۰۱	۰.۶۳۵	۰.۱۰۱	۰.۲۰۱	۶.۲۹
۳	کارکرد تأملی قطعیت	۰.۶۴	۰.۴۱۳	۱.۹۷	۰.۱۵	۱	۱۵۶	۱۹.۱۵	۰.۰۰۱	۰.۱۵۴	۰.۰۳۳	۰.۱۳۶	۴.۶۱
۴	کارکرد تأملی عدم قطعیت	۰.۶۵	۰.۴۲۵	۱.۷۹	۰.۱۲	۱	۱۵۵	۱۶.۲۳	۰.۰۰۱	۰.۱۹۲	۰.۰۴۸	۰.۱۱۹	۴.۰۳
۵	راهبردهای هیجان مدار	۰.۶۶	۰.۴۳۵	۱.۶۲	۰.۱	۱	۱۵۴	۱۴.۱۲	۰.۰۰۱	۰.۱۷۲	۰.۰۴۹	۰.۱۰۶	۳.۰۹۸

نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون گام به گام در جدول ۳ نشان می دهد، در بیشترین توان پیش بینی شادمانی زناشویی را دارد (۳۷ درصد) با توجه به حضور همه متغیرهای پیش بین و از بین این متغیرها، راهبردهای مسأله مدار F مشاهده شده (۷۸/۲۳)، این میزان در سطح ۰/۰۰۱ معنی دار است. در مرحله

نتایج حاصل از تحلیل همبستگی نشان داد که بین متغیرهای کارکردهای تأملی، راهبردهای مقابله با استرس و حمایت اجتماعی ادراک شده با شادمانی زناشویی رابطه معناداری وجود دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه حاکی از آن بود که به ترتیب، راهبرد مقابله‌ای هیجان‌مدار، حمایت اجتماعی ادراک شده، کارکرد تأملی قطعی، کارکرد تأملی عدم قطعیت، و مجدداً راهبرد مقابله‌ای هیجان‌مدار، توانستند میزان شادمانی زناشویی را در افراد متأهل پیش‌بینی نمایند. این یافته‌ها نشان می‌دهند که متغیرهای روان‌شناختی و اجتماعی نقش اساسی در تبیین کیفیت زندگی زناشویی ایفا می‌کنند.

یافته‌های مرتبط با نقش کارکردهای تأملی در پیش‌بینی شادمانی زناشویی با ادبیات پیشین هماهنگ است. افرادی که دارای سطح بالاتری از توانایی تأملی هستند، قادرند بهتر حالات ذهنی خود و شریک زندگی‌شان را درک و تفسیر کنند و واکنش‌های انعطاف‌پذیرتری نسبت به موقعیت‌های بین‌فردی نشان دهند. این قابلیت به‌ویژه در موقعیت‌های تعارض‌آمیز زناشویی موجب کاهش سوءبرداشت‌ها، افزایش همدلی و ارتقاء کیفیت رابطه می‌شود (Fonagy & Luyten, 2018; Slade, 2019). مطالعه (DiMaggio, 2020) نیز نشان داد که توانایی ذهن‌خوانی و تنظیم هیجانی نقش کلیدی در رضایت زناشویی ایفا می‌کنند. همچنین پژوهش (Moradzadeh, 2020) در زمینه کاربرد تأملی می‌تواند منجر به کاهش تعارضات هیجانی و افزایش ثبات عاطفی در روابط زوجین شود.

در زمینه نقش راهبردهای مقابله‌ای، نتایج این پژوهش تأکید می‌کند که استفاده از سبک‌های مقابله‌ای هیجان‌مدار به‌ویژه در مواجهه با تعارضات زناشویی، می‌تواند پیامدهای منفی برای کیفیت رابطه داشته باشد. این یافته با نتایج (Faramarzi et al., 2013) که رابطه منفی بین سبک‌های اجتنابی و افسردگی را گزارش کرده بود، همخوان است. همچنین، (Bahadori

دوم با اضافه شدن حمایت اجتماعی ادراک شده میزان پیش‌بینی شادمانی زناشویی به ۰/۳۹۸ رسیده است یعنی دو متغیر با هم ۳۹/۸ درصد از شادمانی زناشویی را پیش‌بینی می‌کنند (سهم خالص حمایت اجتماعی ۲/۸ درصد) که با توجه به F مشاهده شده (۳۲/۰۲)، این میزان در سطح ۰/۰۰۱ معنی دار است. در گام سوم، با اضافه شدن کارکرد تأملی قطعی میزان پیش‌بینی شادمانی زناشویی به ۰/۴۱۳ رسیده است یعنی سه متغیر با هم ۴۱/۳ درصد از شادمانی زناشویی را پیش‌بینی می‌کنند (سهم خالص کارکرد تأملی قطعی ۱/۵ درصد) که با توجه به F مشاهده شده (۱۹/۱۵)، این میزان در سطح ۰/۰۰۱ معنی دار است. در گام چهارم، با اضافه شدن کارکرد تأملی عدم قطعیت میزان پیش‌بینی شادمانی زناشویی به ۰/۴۲۵ رسیده است یعنی چهار متغیر با هم ۴۲/۵ درصد از شادمانی زناشویی را پیش‌بینی می‌کنند (سهم خالص کارکرد تأملی عدم قطعیت ۱/۲ درصد) که با توجه به F مشاهده شده (۱۶/۲۳)، این میزان در سطح ۰/۰۰۱ معنی دار است. در گام پنجم یا گام نهایی، با اضافه شدن راهبردهای هیجان‌مدار میزان پیش‌بینی شادمانی زناشویی به ۰/۴۳۵ رسیده است یعنی پنج متغیر با هم ۴۳/۵ درصد از شادمانی زناشویی را پیش‌بینی می‌کنند (سهم خالص راهبردهای هیجان‌مدار ۱ درصد) که با توجه به F مشاهده شده (۱۴/۱۲)، این میزان در سطح ۰/۰۰۱ معنی دار است. با توجه به ضرایب استاندارد بتای به دست آمده، می‌توان گفت، با اضافه شدن یک واحد به راهبردهای مسأله‌مدار مقابله با استرس، حمایت اجتماعی و کارکرد تأملی قطعی، به ترتیب به میزان ۰/۵۶۴، ۰/۲۰۱ و ۰/۱۳۶ انحراف استاندارد به شادمانی زناشویی افراد متأهل افزوده می‌شود. در حالی که با اضافه شدن یک واحد به کارکرد تأملی عدم قطعیت و راهبردهای هیجان‌مدار مقابله با استرس به ترتیب به میزان ۰/۱۱۹ و ۰/۱۰۶ واحد از شادمانی زناشویی افراد متأهل کاسته می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری

(Preda et al., 2020) نیز نشان داد که نگرش سنتی به خانواده و ارزش‌های فرهنگی بر درک افراد از شادمانی زناشویی مؤثر است.

در نهایت، تبیین چندگانه متغیرها در این پژوهش حاکی از آن است که تعامل بین مؤلفه‌های شناختی (نظیر کارکرد تأملی)، هیجانی (نظیر سبک‌های مقابله‌ای) و اجتماعی (نظیر حمایت اجتماعی ادراک‌شده) می‌تواند چارچوبی چندلایه برای درک پدیده‌ی شادمانی زناشویی فراهم آورد. این یافته با مدل‌های نوین چندعاملی در روان‌شناسی زناشویی همخوانی دارد، که بر ترکیب هم‌زمان عوامل درون‌فردی و برون‌فردی در تعیین کیفیت روابط تأکید دارند (Huang et al., 2020; Oancea et al., 2016).

یکی از محدودیت‌های پژوهش حاضر، استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس بود که تعمیم‌پذیری نتایج را به دیگر جمعیت‌ها با محدودیت مواجه می‌سازد. همچنین، ماهیت مقطعی پژوهش امکان بررسی علیت بین متغیرها را نمی‌دهد. ابزارهای خودگزارشی نیز ممکن است با سوگیری پاسخ‌دهی همراه باشند، به‌ویژه در متغیرهایی نظیر شادمانی زناشویی که تحت تأثیر نگرش‌های فرهنگی و اجتماعی قرار دارد. افزون بر این، کنترل متغیرهای زمینه‌ای نظیر سطح تحصیلات، سال‌های ازدواج و فرزندآوری نیز در تحلیل‌ها لحاظ نشد. در ادامه این مسیر، توصیه می‌شود پژوهش‌هایی با روش‌های طولی طراحی شوند تا بررسی علیت بین متغیرها میسر گردد. همچنین انجام مطالعات کیفی می‌تواند به درک عمیق‌تری از تجربیات زوجین در حوزه کارکردهای تأملی و حمایت اجتماعی منجر شود. پیشنهاد می‌شود متغیرهای میانجی و تعدیل‌گر مانند هوش هیجانی، دلبستگی، و تاب‌آوری نیز در مدل‌های آینده بررسی شوند. بررسی مقایسه‌ای این متغیرها در فرهنگ‌های مختلف نیز می‌تواند دیدگاه‌های گسترده‌تری فراهم آورد.

با توجه به یافته‌های پژوهش، توصیه می‌شود برنامه‌های آموزشی و مداخلات روان‌شناختی برای زوجین به‌گونه‌ای طراحی شوند که شامل تقویت

(Khosroshahi & Khanjani, 2013) به رابطه منفی میان راهبردهای ناکارآمد مقابله‌ای و خودکارآمدی روان‌شناختی اشاره داشته است که در نهایت می‌تواند منجر به کاهش شادمانی زناشویی گردد. از سوی دیگر، (Alipour et al., 2010) نشان دادند که سبک‌های مقابله‌ای فعال‌تر نظیر مسئله‌محور بودن، با افزایش سطح شادی و رضایت فردی همراه است. نتایج پژوهش حاضر با این شواهد همسو بوده و نشان می‌دهد که سبک‌های مقابله‌ای هیجان‌مدار به دلیل تمرکز بر تخلیه یا سرکوب هیجانی، به‌جای حل مسئله، می‌توانند رابطه را دچار ناپایداری کنند.

در خصوص حمایت اجتماعی ادراک‌شده، نتایج به‌دست‌آمده با مطالعات پیشین در این زمینه هم‌راستا است. افرادی که درک بالاتری از حمایت اجتماعی دارند، به‌ویژه در بستر زناشویی، احساس امنیت، تعلق و ارزشمندی بیشتری تجربه می‌کنند که منجر به ارتقاء کیفیت روابط صمیمی می‌شود (Albor et al., 2014; Chadwick & Collins, 2015). یافته‌های (Keles et al., 2023) نیز نشان می‌دهد که حمایت اجتماعی می‌تواند نقشی پیشگیرانه در برابر ابتلا به افسردگی پری‌ناتال و تعارضات زناشویی ایفا کند. به‌علاوه، (Eini et al., 2020) نیز تأکید داشتند که حمایت اجتماعی یکی از عوامل میانجی مهم در کاهش اضطراب و افزایش تاب‌آوری است، که این عوامل به‌طور غیرمستقیم بر شادمانی زناشویی تأثیرگذارند.

از منظر فرهنگی نیز، یافته‌ها با پژوهش‌هایی که در بستر خانواده‌های ایرانی و آسیایی انجام شده مطابقت دارد. برای مثال، (Kamali et al., 2020) در مطالعه‌ای کیفی بر زوج‌های ایرانی دریافتند که حمایت عاطفی، گفت‌وگوی همدلانه و ساختار حمایتی خانوادگی در شکل‌گیری صمیمیت زناشویی نقش کلیدی دارد. همچنین، مطالعه (Huang et al., 2024) نشان داد که در جوامع چینی، شادمانی والدین رابطه مستقیمی با شیوه‌های فرزندپروری و ساختار خانواده دارد و این یافته‌ها بر اهمیت پیوندهای حمایتی تأکید دارد. نتایج

- the neighbourhood on social support, self-esteem and mental health in England. *Social Science & Medicine*, 111, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2014.04.002>
- Alibeli, M. A., Na'amneh, M. M., & Nair, S. (2019). Marital Happiness in Time of Change: The Case of United Arab Emirates (UAE). *Perspectives on Global Development and Technology*, 18(3), 229-248. <https://doi.org/10.1163/15691497-12341517>
- Alipour, A., Hashemi, T., Babapour Khairuddin, J., & Toosi, F. (2010). The relationship between coping strategies and happiness of students. *Scientific-Research Quarterly of Psychology, University of Tabriz*, 5(18), 25-38. https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_4205.html?lang=en
- Alipour, A., Rahimi, A., & Zare, H. (2013). Investigating the relationship between mental health and marital satisfaction of married students of Payame Noor University of Tehran province. *Urmia Medical Journal*, 24(7), 557-565. https://umj.umsu.ac.ir/browse.php?a_id=1853&sid=1&slc_lang=en
- Bahadori Khosroshahi, J., & Khanjani, Z. (2013). The relationship between coping strategies and self-efficacy with the tendency to substance abuse in students. *Knowledge and research in applied psychology*, 14(3), 38-54. https://www.sid.ir/fa/VEWSSID/J_pdf/33413925309.pdf
- Chadwick, K. A., & Collins, P. A. (2015). Examining the relationship between social support availability, urban center size, and self-perceived mental health of recent immigrants to Canada: a mixed-methods analysis. *Social Science & Medicine*, 128, 220-230. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2015.01.036>
- DiMaggio, D. J. (2020). What Contributes to Marital Satisfaction? The Relationship Between Attachment Style, Emotion Regulation, Mentalization and Marital Satisfaction. <https://search.proquest.com/openview/ceb5886dced89a1cc6799cadb5bfbb3/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
- Eini, S., Ebadi, M., & Torabi, N. (2020). Developing a model of corona anxiety in students based on optimism and resilience: The mediating role of perceived social support. *Ibn Sina*, 22(1), 17-28. https://qccpc.atu.ac.ir/article_11214.html?lang=en
- Eisanezhad, A., Seyed Ahmadi, A., Bahrami, F., Baghban, A., & Shojae Heydari, H. (2011). Investigating the effectiveness of relationship enrichment training on promoting optimism and marital happiness in couples. *Quarterly Journal of New Psychological Research*, 6(21), 298-319. <https://www.sid.ir/paper/120333/fa>
- Emami Kalesar, L., & Rasouli, M. (2017). The relationship between beliefs and relationship attributions with marital happiness. *Applied Psychology*, 11(3), 393-410. https://apsy.sbu.ac.ir/article/view/article_96920.html?lang=en
- Ensanimehr, N., Dehshiri, G., & Mousavi, S. F. (2024). Childhood Trauma and Parental Burnout: The Mediating Role of Difficulties in Emotion Regulation and Reflective Functioning. *Psychological Reports*. <https://doi.org/10.1177/00332941241282569>
- Faramarzi, S., Abedi, M., & Karimi, M. (2013). The relationship between coping styles with depression in adolescent boys and girls. *Scientific Research Journal of Cognitive and Behavioral Sciences*, 3(2), 17-26. https://cbs.ui.ac.ir/article_17309_en.html?lang=en

مهارت‌های تأملی، آموزش راهبردهای مقابله‌ای مؤثر، و ارتقاء شبکه‌های حمایتی اجتماعی باشد. مشاوران خانواده می‌توانند از تمرین‌های ذهن‌آگاهی، درمان‌های مبتنی بر تنظیم هیجان، و گروه‌درمانی زوجی بهره‌گیرند تا رضایت زناشویی را بهبود بخشند. همچنین، طراحی دوره‌های مهارت‌آموزی قبل و بعد از ازدواج با محوریت این متغیرها می‌تواند به افزایش پایداری زناشویی کمک کند.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منفعی وجود ندارد.

حمایت مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

موازن اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازن و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که در طی مراحل این پژوهش یاری رساندند تشکر و

قدردانی می‌گردد.

References

- Adshead, G., Moore, E., Humphrey, M., Wilson, C., & Tapp, J. (2013). The role of mentalizing in the management of violence. *Advances in psychiatric treatment*, 19, 67-76. <https://doi.org/10.1192/apt.bp.110.008243>
- Albor, C., Uphoff, E., Stafford, M., Ballas, D., Wilkinson, R., & Pickett, K. (2014). The effects of socioeconomic incongruity in

- Preda, M., Mareci, A., Tudoricu, A., Talos, A. M., Bogan, E., Lequeux-Dinca, A. I., & Vijulie, I. (2020). Defining the Concept of Family through the Lens of Fertile-Aged Women in Bucharest, Romania-between Traditionalism and Inclusion. *Sustainability*, 12, 2691. <https://doi.org/10.3390/su12072691>
- Radi, H., Mashayekhi, S., & Nouri, N. (2013). Investigating the relationship between Islamic optimism, depression, and coping styles with stress in students. *Journal of Psychology and Religion*, 1(21), 31-46. <https://ensani.ir/fa/article/321442>
- Robles, T. F., Slatcher, R. B., Trombello, J. M., & McGinn, M. M. (2014). Marital quality and health: A meta-analytic review. *Psychological bulletin*, 140(1), 140-187. <https://doi.org/10.1037/a0031859>
- Scott, I. (2020). Education during COVID-19: pivots and consequences. *The Clinical Teacher*, 17(4), 443-444. <https://doi.org/10.1111/tct.13225>
- Slade, A. (2019). Attachment and psychotherapy. *Current opinion in psychology*, 25, 152-156. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.06.008>
- Zolfaghari, M., Hosseini Abadi, R., Galehdar, N., & Mohammadi, R. (2024). Investigating the Relationship between Perceived Social Support and Self-Esteem in Elderly People Living in Khorramabad City in 2022. *Journal of Health Research*, 10(2), 39-49.
- Fazari, M. A., Almaawali, M., Omara, E., & Khalaf, M. A. (2024). Marital Happiness in a Middle Eastern Context: Are Men Happier? *BMC psychology*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02232-4>
- Fonagy, P., & Luyten, P. (2018). Attachment, mentalizing, and the self. In W. J. Livesley & R. Larstone (Eds.), *Handbook of personality disorders: Theory, research, and treatment* (pp. 123-140). The Guilford Press. <https://psycnet.apa.org/record/2018-00745-007>
- Huang, C., Wang, Y., Li, X., & An, L. (2020). Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *Lancet*, 395(10223), 497-506. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30183-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30183-5)
- Huang, C. Y., Shen, A. C. T., Li, X., & Feng, J. Y. (2024). Happy parents, happy kids: Marital happiness, parenting styles, and children's behavioral outcomes in Chinese societies. *Family Relations*, 73(3), 1763-1780. <https://doi.org/10.1111/fare.12997>
- Kakabarai, K. (2011). Investigating and comparing the mental well-being, coping styles, and perceived social support of parents of exceptional and normal children. *Quarterly Journal of Research in Psychological Health*, 5(3), 48-56. <https://rph.khu.ac.ir/article-1-12-en.html>
- Kamali, Z., Allahyar, N., Ostovar, S., & Mohamadi, S. (2020). Factors that influence marital intimacy: A qualitative analysis of Iranian married couples. *Cogent Psychology*, 7(1), 1-12. <https://doi.org/10.1080/23311908.2020.1771118>
- Keles, E., Bilge, Y., Kumru, P., Celik, Z., & Cokeliler, I. (2023). Association between perceived social support, marital satisfaction, differentiation of self and perinatal depression. *North Clin Istanb*, 10(2), 181-188. <https://doi.org/10.14744/nci.2023.79923>
- Kian, F., Etemadi, A., & Bahrami, F. (2020). The effectiveness of emotion-focused group couple therapy on couples' attachment and marital happiness. *Knowledge and research in applied psychology*, 21(1), 72-83. https://tpccp.um.ac.ir/article/view/article_31321.html?lang=en
- Miri, S. S., & Zahiri, H. (2024). Investigating the Relationship Between Coping Styles, Alexithymia, and Management Styles with Job Satisfaction (Case Study: The Employees of the Maad Group). *Journal of Assessment and Research in Applied Counseling (JARAC)*, 6(2), 1-10. <https://journals.kmanpub.com/index.php/jarac/article/view/1917>
- Moradzadeh Khorasani, L., Mirzaeian, & Hasanzadeh, R. (2020). The effectiveness of brief intensive dynamic psychotherapy on mentalization in people with non-suicidal self-harm behaviors. *Journal of psychiatric nursing*, 3(8), 1-12. https://ijpn.ir/browse.php?a_id=1561&sid=1&slc_lang=en
- Mozaffari, F. (2013). *The diagnostic role of emotion regulation and social support in anonymous addicts and addicts undergoing methadone maintenance treatment* [Kharazmi University]. Tehran.
- Oancea, C., Papava, I., Enatescu, V., Brediceanu, A. C., Dehelean, L., & Romosan, R. (2016). The impact of coping on the somatic and mental status of patients with COPD: a cross-sectional study. *International Journal of Chronic Obstructive Pulmonary Disease*, 11, 1343-1351. <https://doi.org/10.2147/COPD.S106765>