



Predicting Marital Satisfaction Based on Self-Conscious Affect with the Mediating Role of Emotion Regulation Styles in Housewives in the First Ten Years of Marriage

Mahdieh Momtaz¹

Azra Mohammadpanah Ardakan^{2*}

Yaser Rezapour Mirsaleh³

1. MSc in Psychology, Department of Psychology, Faculty of Humanistic and Social Sciences, Ardakan University, Yazd, Iran

<https://orcid.org/0009-0008-3154-9369>

2. Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Humanistic and Social Sciences, Ardakan University, Yazd, Iran

<https://orcid.org/0000-0003-0259-5733>

3. Associate Professor, Department of Counseling, Faculty of Humanistic and Social Sciences, Ardakan University, Yazd, Iran

<https://orcid.org/0000-0002-7308-6912>

Article Info

ABSTRACT

Article type:

Research paper

Article History:

Received:

December 31 , 2024

Accepted:

March 11, 2025

Keywords:

emotion regulation styles, housewives, Marital satisfaction, self-conscious affect

Introduction: Considering the importance of marriage in society and the mental concern of individuals to have a marriage with marital satisfaction, it is important and necessary to conduct research related to this issue. The present study aimed to predict marital satisfaction through self-conscious emotion directly and also to predict it through the mediation of emotion regulation styles. **Methods:** The present study is a descriptive correlational study using structural equation modeling, in which 203 housewives living in Dehaqan city were selected through simple random sampling in the years 2022-2023. The subjects completed the TOSCA-2 self-conscious emotion questionnaire, Hodgson's (1992) marital satisfaction, and Gross and John's emotion regulation questionnaire. **Findings:** The findings of the study indicated that self-conscious emotion predicts marital satisfaction both directly ($P < 0.01$, $\beta -0.31$) and indirectly through the repressed emotion regulation style ($P < 0.01$, $\beta -0.21$) and reappraisal emotion regulation style ($P < 0.01$, $\beta = 0.17$), in such a way that self-conscious emotion has an inverse relationship with marital satisfaction and an increase in feelings of shame and guilt causes a decrease in marital satisfaction. On the other hand, self-conscious emotions can indirectly affect marital satisfaction, so that if a person uses reappraisal and suppression emotion regulation styles when feeling shame and guilt, it causes an increase and a decrease in marital satisfaction, respectively. **Conclusion:** The results of the study indicate that self-conscious affect touches marital satisfaction both directly and indirectly through the emotion regulation styles of suppression and reappraisal.

Cite this article:

Momtaz, M. Mohammadpanah Ardakan, A. Rezapour Mirsaleh, Y.(2025). Predicting Marital Satisfaction Based on Self-Conscious Affect with the Mediating Role of Emotion Regulation Styles in Housewives in the First Ten Years of Marriage. Journal of Islamic-Iranian Family studies .4(4), 51-65.

Azra Mohammadpanah Ardakan

**Corresponding
author**

Address : Department of Psychology, Faculty of Humanistic and Social Sciences, Ardakan University, Yazd, Iran

Email: azramohammadpanah@ardakan.ac.ir

Extended Abstract

Introduction

Marriage is the most complex relationship and bond between the opposite sex based on spiritual and emotional ties that are based on religious and legal beliefs that it creates for both people (Kamali and Mahdian, 2023). In fact, everyone wants to appear successful in their relationships and taste the sweet taste of marital satisfaction. Glasser is one of the famous theorists who believes that in order to have a successful marriage, five basic human needs must be satisfactorily met and if these needs are not met, people will experience marital dissatisfaction in life. Marital satisfaction is one of the key and important characteristics of a stable and healthy family and is known as an important factor for the overall quality of life. In fact, what is important and essential for a marriage is its success and non-failure and marital satisfaction. In the present study, two important and effective factors on marital satisfaction will be discussed, which are: conscious emotions, emotion regulation styles. Conscious emotions are a specific set of emotions that help people navigate successfully in the social environment. In fact, these emotions monitor our behavior while interacting with others and lead us to correct our moral and social mistakes (Tangney & Tracy, 2012). Another important and effective factor in relation to marital satisfaction is emotion regulation skills. Emotion regulation is one of the important intrapersonal factors that determine interpersonal relationships (Bloch et al., 2014), so that the results of various studies show that emotion regulation has a positive relationship with marital satisfaction (Bloch, 2014). In fact, couples face numerous problems and crises during their life together that cause emotions (Baden, 2013), and lack of skill in monitoring emotion regulation can lead to dissatisfaction and discomfort and even disruption in a relationship (Rush & Lincoln, 2015).

Methodology

The present study is a structural equation correlation study. The statistical population includes all female housewives in Dehaqan County in the first ten years of their married life in 2022-2023. The statistical sample consisted of 203 people who were selected using simple random sampling. In the present study, the self-conscious emotion questionnaire, Hudson's marital satisfaction, and Gross and John's emotion regulation questionnaire were used. After collecting the questionnaires and entering all the information, the data were analyzed using SPSS-26 and AMOS-26 software.

Results

According to the model of self-conscious emotions and positive and negative excitement regulating styles on Marital satisfaction. According to the results, it can be concluded that there is a direct relationship between self-conscious emotion and Marital

satisfaction. In addition, there is a direct relationship between positive and negative excitement regulating styles and failure to Marital satisfaction. The conscious affection through the style of regulating the excitement of repression has an indirect effect on marriage. Also, the indirect impact of the conscious emotion through the style of excitement regulation is not confirmed on Marital satisfaction.

Table1: Estimated direct and indirect effects of independent variables on Marital satisfaction

Estimate						Dependent variable	Mediating variable	
Total		Indirect		Direct				
<i>P</i>	Amount	<i>P</i>	Amount	<i>P</i>	Amount			
		-	-	0.001	0.25	Suppressed emotion regulation style	-	self-conscious emotions
		-	-	0.01	0.18	Reappraisal emotion regulation style	-	
		-	-	0.001	-0.31	Marital satisfaction	-	
		0.01	-0.052			Marital satisfaction	Suppressed emotion regulation style	
		0.05	0.031			Marital satisfaction	Reappraisal emotion regulation style	
0.002	-0.21	-	-	0.002	-0.21	Marital satisfaction	-	Suppressed emotion regulation style
0.005	0.17	-	-	0.005	0.17	Marital satisfaction	-	Reappraisal emotion regulation style

Discussion and Conclusion

The results of the study revealed that the model of the effect of conscious emotions and positive and negative emotion regulation styles on marital satisfaction has a good fit. Therefore, marital satisfaction can be predicted based on conscious emotions and also through the mediation of emotion regulation styles. Having conscious emotions of shame and guilt can predict marital satisfaction both directly and indirectly through emotion regulation styles. So that having two feelings of shame and guilt in individuals can predict marital satisfaction in individuals, and the presence of these two feelings has an inverse relationship with marital satisfaction, that is, the more a person experiences feelings of shame and guilt during their life together, the less marital satisfaction they have with their life. On the other hand, these two feelings of shame and guilt can also affect marital satisfaction through emotion regulation style, so that when an emotion arises during a relationship, if a person experiences these two feelings, namely shame and guilt, they try to use different emotion regulation styles to regulate these two feelings, each of which creates a state for the person in a way that both reduces and increases marital satisfaction.

Research Ethical Considerations

The researchers applied points related to research ethics, including accuracy in citing, adherence to ethical values, and lack of bias in data analysis. The research ethics code is IR.ARDAKAN.REC.1403.028.

Funding

All funding sources are personal and not provided by any organization.

Conflict of interests

All authors participated in the design, implementation, and extraction of the article, and there is no conflict of interest in this article.

Acknowledgements

We would like to thank everyone who collaborated on this research.



پیش‌بینی رضایت زناشویی برپایه عاطفه خودآگاه با نقش میانجی سبک‌های تنظیم هیجان در زنان خانه‌دار در ده سال اول زندگی مشترک

مهديه ممتاز^۱، عذرا محمدپناه اردکان^{۲*}، یاسر رضاپور میرصالح^۳

۱. کارشناس ارشد روانشناسی، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه اردکان، یزد، ایران

<https://orcid.org/0009-0008-3154-9369>

۲. دانشیار گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه اردکان، یزد، ایران

<https://orcid.org/0000-0003-0259-5733>

۳. دانشیار گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه اردکان، یزد، ایران

<https://orcid.org/0000-0002-7308-6912>

اطلاعات مقاله چکیده

نوع مقاله:

مقاله پژوهشی

تاریخچه مقاله:

تاریخ دریافت:

۱۴۰۳ ماه ۱۱

تاریخ پذیرش:

۱۴۰۳ اسفند ۲۱

واژه‌های کلیدی:

رضایت زناشویی؛

زنان خانه‌دار؛

سبک‌های تنظیم

هیجان؛ عاطفه

خودآگاه

مقدمه: با توجه به اهمیت امر ازدواج در جامعه و همچنین دغدغه ذهنی افراد برای داشتن ازدواجی همراه با رضایت زناشویی انجام پژوهش‌های مرتبط با این موضوع مهم و ضروری می‌باشد. پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی رضایت زناشویی از طریق عاطفه خودآگاه به صورت مستقیم و همچنین پیش‌بینی آن با میانجی‌گری سبک‌های تنظیم هیجان صورت پذیرفت. **روش:** پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی به روش معادلات ساختاری می‌باشد، که ۲۰۳ نفر از زنان خانه‌دار ساکن شهرستان دهقان در سال (۱۴۰۱-۱۴۰۲) به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. آزمودنی‌ها پرسشنامه‌های عاطفه خودآگاه 2-TOSCA، رضایت زناشویی هودسن (۱۹۹۲) و تنظیم هیجان گراس و جان را تکمیل کردند. **یافته‌ها:** یافته‌های پژوهش حاکی از آن بود که عاطفه خودآگاه هم به صورت مستقیم $P < 0/01$ و $\beta = -0/31$ و هم به صورت غیرمستقیم از طریق سبک تنظیم هیجان سرکوبی $P < 0/01$ و $\beta = -0/21$ و سبک تنظیم هیجان ارزیابی مجدد $P < 0/01$ و $\beta = 0/17$ رضایت زناشویی را پیش‌بینی می‌کند. به طوری که عاطفه خودآگاه با رضایت زناشویی رابطه معکوس دارد و افزایش احساسات شرم و گناه سبب کاهش رضایت زناشویی می‌شود. از طرفی عواطف خودآگاه می‌تواند به صورت غیر مستقیم رضایت زناشویی را تحت تأثیر قرار دهد به طوری که چنانچه فرد به هنگام احساس شرم و گناه از سبک تنظیم هیجان ارزیابی مجدد و سرکوبی استفاده کند به ترتیب سبب افزایش و کاهش رضایت زناشویی می‌شود. **نتیجه‌گیری:** نتایج پژوهش نشان می‌دهد که عاطفه خودآگاه هم به صورت مستقیم و هم به صورت غیرمستقیم از طریق سبک‌های تنظیم هیجان سرکوبی و ارزیابی مجدد، رضایت زناشویی را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

ممتاز، مهديه، محمدپناه اردکان، عذرا، رضاپور میرصالح، یاسر. (۱۴۰۴). پیش‌بینی رضایت زناشویی برپایه عاطفه خودآگاه با

نقش میانجی سبک‌های تنظیم هیجان در زنان خانه‌دار در ده سال اول زندگی مشترک. فصلنامه مطالعات ایرانی اسلامی

خانواده. ۴(۴)، ۵۱-۶۵

استناد:

نویسنده

مسئول:

عذرا محمدپناه اردکان

نشانی: گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه اردکان، یزد، ایران

ایمیل: azramohammadpanah@ardakan.ac.ir

مقدمه

اهمیت ازدواج پیچیده‌ترین و مقدس‌ترین رابطه میان دو نفر می‌باشد که ابعاد وسیع و عمیقی دارد. ازدواج پیمان و پیوند میان دو جنس مخالف بر مبنای روابط معنوی و عاطفی و بر اساس انعقاد قراردادی شرعی و قانونی است که تعهداتی برای هر دو نفر به وجود می‌آورد (Kamali and Mahdian, 2023). ازدواج مهم‌ترین رسم اجتماعی برای دستیابی به نیاز عاطفی افراد می‌باشد و دلیل اصلی ازدواج، عشق و محبت نسبت به شریک و همراه زندگی و ارضای نیاز روانی-عاطفی و افزایش شادی و خشنودی در رابطه است (Hashemi and Khairollahi, 2023). در واقع همه افراد دوست دارند در رابطه‌های خود موفق ظاهر شوند و طمع شیرین رضایت زناشویی را در زندگی‌شان بچشند.

ازدواج موفق، ازدواجی است که همه زوج‌ها قبل از شروع رابطه به آن فکر می‌کنند و به امید خوشبختی و رابطه رضایت بخش، یک خانواده را تشکیل می‌دهند. گلاسِر یکی از نظریه پردازان به نامی می‌باشد که معتقد است برای داشتن یک ازدواج موفق، باید پنج دسته نیاز اساسی انسان به صورت رضایت بخشی تأمین شود و در صورت عدم برآورده شدن این نیازها، افراد در زندگی دچار ناراضایتی زناشویی می‌شوند، این نیازها عبارتند از نیاز به بقا، نیاز به عشق و محبت، نیاز به قدرت، نیاز به آزادی و نیاز به تفریح که سبب ایجاد رضایت زناشویی در بین زوجین می‌شود (Glasser, 2003). همچنین ازدواج موفق ازدواجی است که هرکدام از زوجین بتوانند از احساس هویت و معنا در زندگی خود لذت ببرند و بسیاری از نیازهای روانی و جسمانی افراد را در یک محیط امن برآورده سازد و تأثیر قابل توجهی بر سلامت روان افراد بگذارد و در نهایت رضایت زناشویی را برای زوجین به همراه داشته باشد (Nooranipour et al, 2008).

بنابراین آن‌چه سبب می‌شود فرد در مسیر ازدواج موفق قرار بگیرد داشتن احساس رضایت زناشویی می‌باشد، به طوری که گلاسِر (۲۰۰۳) معتقد است که برای داشتن یک ازدواج موفق وجود رضایت زناشویی مهم و ضروری می‌باشد، پس می‌توان گفت یکی از عوامل مهم در بررسی و ارزیابی ازدواج موفق توجه به رضایت زناشویی زوجین است، که هدف اصلی پژوهش حاضر نیز بررسی این عنصر مهم، یعنی رضایت زناشویی می‌باشد. چرا که گلاسِر (۲۰۰۳) معتقد است که تقریباً بیش از نیمی از افرادی که زندگی می‌کنند، می‌توانند تا آخر عمر زندگی زناشویی خود را حفظ کنند اما از بین آن‌ها، تنها تعداد اندکی از افراد هستند که زندگی زناشویی رضایتمند را تجربه می‌کنند. رضایت زناشویی در واقع به حالتی از خشنودی و رضایت در ازدواج گفته می‌شود که از جنبه درون‌فردی، شامل تجربه‌های ذهنی خوشایند و از جنبه میان‌فردی، شامل هماهنگی میان انتظارات زوجین است که در زمینه‌های مختلفی هم‌چون نحوه تصمیم‌گیری، سبک زندگی، ارتباط، رابطه جنسی و شرایط اقتصادی وجود دارد (Spanier and Lewis, 1993). رضایت زناشویی یکی از خصوصیات کلیدی و مهم خانواده پایدار و سالم است و به عنوان عامل مهمی برای کیفیت کلی زندگی شناخته می‌شود.

پژوهش‌ها نشان می‌دهد که افراد با رضایتمندی زناشویی بالا در مقایسه با کسانی که رضایتمندی زناشویی کمتری دارند، بیشتر عمر می‌کنند. از سلامت جسمانی بالاتری برخوردارند (Slatcher & Schoebi, 2017) و برای فرزندان‌شان، والدین فوق‌العاده‌تری هستند (Grych & Fincham, 1990). وجود رضایت زناشویی در زنان از اهمیت بیشتری برخوردار است به طوری که چنان‌چه زنان از زندگی خود رضایت کافی داشته باشند، این رضایت بر حوزه‌های مختلفی هم‌چون حوزه فردی، اجتماعی، خانوادگی، و... موثر است و در کل تأثیر قابل توجهی بر کیفیت زندگی مشترک می‌گذارد (Zaki, 2019).

همچنین زمانی که یک زن از ازدواج خود رضایت داشته باشد، رضایت شوهر وی از زندگی نیز صرف نظر از احساسی که مرد نسبت به این رابطه دارد، به مرور زمان بیشتر می‌شود.

عوامل گوناگونی می‌تواند بر رضایت زناشویی تأثیر بگذارند و سبب کاهش یا افزایش آن شود، که پژوهشگران عواملی همچون عوامل درون فردی، عوامل بین فردی، عوامل شناختی، عوامل هیجانی، عوامل عاطفی، عوامل فیزیولوژیکی، حمایت اجتماعی، خشونت، وجود فرزند، مهارت‌های ارتباطی، الگوی رفتاری، روابط جنسی و ... را در رضایتمندی زناشویی مؤثر می‌دانند (Frost et al, 2004). در پژوهش حاضر به دو عامل مهم و مؤثر بر رضایت زناشویی پرداخته خواهد شد که عبارتند از: عواطف خودآگاه^۱، سبک‌های تنظیم هیجان^۲.

عواطف خودآگاه مجموعه خاصی از احساسات هستند که به افراد کمک می‌کنند که با موفقیت در محیط اجتماعی حرکت کنند، در واقع این احساسات بر رفتار ما در حین تعامل با دیگران نظارت دارد و ما را به سمت اصلاح اخلاقی و اجتماعی خطاهایمان سوق می‌دهد (Tangney and Tracy, 2012). همچنین لوئیس و سالیوان^۳ (۲۰۰۵) معتقدند که عواطف خودآگاه شامل خودبازبینی و بازنگری در عملکرد خود است. به عبارتی دیگر عواطف خودآگاه، همان هیجان‌های خود تنظیم‌گری هستند که از طریق دادن بازخوردهایی به خود در مورد نیت‌ها، افکار، هدایت رفتارها، انگیزه مند کردن فرد برای توجه به استانداردهای اخلاقی، اجتماعی و پاسخ‌دهی مناسب، نقش مهمی دارند (Saeedi et al, 2013).

عواطف خودآگاه که شامل احساس شرم، احساس گناه و احساس غرور است به دو دسته مثبت و منفی تقسیم می‌شود که پژوهش حاضر با توجه به اینکه عواطف منفی، شرم و گناه هسته اصلی آسیب شناسی محسوب می‌شوند و اثر بنیادی بر زندگی افراد دارند (Kashanki and Kashmiri, 2019)، بنابراین عواطف منفی، شرم و گناه را مورد بررسی قرار داده است. احساس شرم نوعی نگرشی منفی است که همه خود را در برمی‌گیرد که احساساتی همچون ضعف و بی‌ارزشی و بی‌لیاقتی را شامل می‌شود اما احساس گناه ارزیابی منفی از برخی رفتارهای خاص را شامل می‌شود (Stuber et al, 2007). احساس شرم علنی‌تر از احساس گناه است و هنگامی رخ می‌دهد که نقص و گناه در معرض دید عموم باشد، اما احساس گناه حالت خصوصی‌تری دارد و از عذاب وجدان نشأت می‌گیرد (Lewis, 1993).

زنان معمولاً احساسی‌تر از مردان هستند، به طوری که پژوهش‌های زیادی وجود دارد مبنی بر اینکه زنان احساس شرم و احساس گناه بیشتری را تجربه می‌کنند (Plant et al, 2000). از این رو جامعه زنان نیز به عنوان نمونه این پژوهش انتخاب شد. یکی دیگر از عوامل مهم و مؤثر در ارتباط با رضایت زناشویی، مهارت تنظیم هیجان است. تنظیم هیجان از جمله عوامل مهم و تعیین‌کننده درون فردی برای روابط بین فردی است (Bloch et al, 2014)، به طوری که نتایج پژوهش‌های مختلفی نشان می‌دهد که تنظیم هیجانی با رضایت زناشویی رابطه مثبت دارد (Bloch, 2014). وانگ و همکاران^۴ (۲۰۱۹) دریافتند که تنظیم هیجان در زندگی زناشویی رضایت زناشویی را به صورت معناداری پیش بینی می‌کند، همچنین مازوکا و همکاران^۵ (۲۰۱۹) دریافتند که تنظیم هیجان می‌تواند رضایت و خرسندی از رابطه زناشویی را افزایش دهد. در واقع تنظیم هیجان عبارتند از توانایی‌هایی در زمینه آگاهی از هیجانات، نامگذاری و تفسیر صحیح هیجانات، تغییر

1. self-conscious emotions
2. emotion regulation styles
3. Lewis & Sallivanl
4. Wang et al
5. Mazzuca et al

فعالانه کیفیت، شدت یا سختی یک هیجان ناخوشایند، تحمل و پذیرش هیجانات منفی و حمایت دلسوزانه از خود است، به طوری که این توانایی‌ها و فعل و انفعالات سازگار با موقعیت را مهارت تنظیم هیجان می‌نامند (Barking, 2010)، که در پژوهش حاضر دو سبک تنظیم هیجان ارزیابی مجدد و سرکوبی نیز به عنوان میانجی در نظر گرفته خواهد شد. در واقع زوجین در طی زندگی مشترکشان با مسائل و بحران‌های متعددی روبرو می‌شوند که در آنها هیجاناتی تولید می‌کند (Baden, 2013)، به طوری که تنظیم هیجان به زوجین این امکان را می‌دهد که از حالات منفی دوری کنند و هر کدام از زوجین بتواند برانگیختگی خود و همسر خود را کاهش دهد (Kappas, 2011). به طوری که عدم مهارت در نظارت در تنظیم هیجان می‌تواند منجر به نارضایتی و ناراحتی شود و حتی یک رابطه را مختل کند (Rush and Lincoln, 2015) و مانع از شکل‌گیری رضایت زناشویی شود که با توجه به همین عامل، ضروری است در این زمینه پژوهش‌هایی صورت پذیرد تا با آگاه شدن افراد در مورد استفاده صحیح از سبک‌های تنظیم هیجان، به هنگام بروز هیجان، زمینه رضایت زناشویی فراهم شود. بنابراین با توجه به عواملی که در بالا ذکر شد می‌خواهیم بدانیم که آیا رضایت زناشویی بر مبنای عاطفه خودآگاه با میانجی‌گری سبک‌های تنظیم هیجان در زنان خانه‌دار در ده سال اول زندگی مشترک پیش‌بینی می‌شود؟

روش

پژوهش حاضر از نوع همبستگی با رویکرد معادلات ساختاری و از نظر ماهیت، پژوهشی کمی و بنیادی است. جامعه آماری شامل کلیه زنان خانه‌دار شهرستان دهقان در ده سال اول زندگی مشترکشان در سال (۱۴۰۱-۱۴۰۲) می‌باشد. نمونه آماری شامل ۲۰۳ نفر که به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش عبارتند از پرسشنامه عاطفه خودآگاه تانگنی و همکاران (۱۹۹۸)، پرسشنامه رضایت زناشویی هودسن (۱۹۹۲)، پرسشنامه تنظیم هیجان گراس و جان (۲۰۰۳). پرسشنامه عاطفه خودآگاه، توسط تانگنی و همکاران در سال (۱۹۹۸) ساخته شد. آزمون عاطفه خودآگاه یک ابزار خودسنجی و مداد کاغذی است که ۱۶ موقعیت از شرایط زندگی روزمره را به آزمودنی ارائه می‌کند که ۱۱ مورد آن ارزش مثبت و ۵ مورد آن ارزش منفی است. نمره‌گذاری پرسشنامه خودآگاه براساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از (۱) احتمال ندارد تا (۵) به احتمال زیاد می‌باشد. هر موقعیت شامل دو مولفه می‌باشد که به صورت جداگانه نمره گذاری می‌شود. در مجموع آزمودنی باید به ۳۲ سوال پاسخ دهد که حداقل نمره ۳۲ و حداکثر نمره ۱۶۰ می‌باشد. نمره بالا در این پرسشنامه نشان دهنده گرایش به عاطفه خودآگاه است. تانگنی و همکاران (۱۹۹۲) روایی دو مقیاس شرم و گناه را در حد مناسب گزارش کرده‌اند. در ایران روایی صوری این آزمون را استادان رشته‌های مشاوره و روانشناسی تایید کرده‌اند (Sanaei, 2008). پایایی پرسشنامه توسط لایتن و همکاران (۲۰۰۷) بررسی شد؛ ضریب بازآزمایی پس از ۱۲ ماه برای مؤلفه شرم ۰٫۶۰ و برای مؤلفه احساس گناه ۰٫۵۸ گزارش گردید. در ایران انوشه‌ای و همکاران (۱۳۸۷) این آزمون را ترجمه و باز ترجمه و هنجاریابی آن را انجام داده‌اند و در پژوهش پورشه‌ریاری (۱۳۸۸) ضریب آلفای کرونباخ این آزمون برای شرم ۰٫۷۹ و برای گناه ۰٫۶۳ و برای کل آزمون ۰٫۸۵ گزارش شده است. پرسشنامه رضایت زناشویی هودسن (۱۹۹۲) توسط هودسن در سال ۱۹۹۲ با هدف اندازه‌گیری روابط زناشویی ساخته شده است. این پرسشنامه در قالب ۲۵ سوال ساخته شده است. نمره گذاری پرسشنامه رضایت زناشویی هودسن بر اساس طیف لیکرت هفت درجه‌ای از (۱) هیچ‌گاه تا (۷) همیشه می‌باشد. روش نمره‌گذاری شاخص رضایت زناشویی به این صورت است که ابتدا بامعکوس و جمع کردن نمرات سوال‌های ۱، ۳، ۵، ۸، ۹، ۱۱، ۱۳، ۱۷، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۳ محاسبه شده سپس این نمرات با نمرات باقی مانده سوالات پاسخ داده شده جمع می‌شود و این رقم در ۱۰۰ ضرب می‌شود و بر ۶ برابر شماره سوالات پاسخ داده شده که حداکثر ۱۵۰ است،

تقسیم می‌شود. رقم به دست آمده بین ۱۰۰-۰ است (ثنایی، ۱۳۸۷). این پرسشنامه دارای دو نقطه برش است یکی ۳۵، که نمرات پایین آن نشانه عدم مشکلات بالینی و نمرات بالای آن نشانه وجود مشکلات بالینی است. دومین نقطه برش این پرسشنامه نقطه ۷۰ است که نمرات بالای آن نشانه‌دهنده آن است که مراجع دارای مشکلات بیشتری است. پایایی این پرسشنامه از نظر سازنده اصلی آن ۹۶٪ به دست آمده است (Sanaei, 2008). ابراهیم نژاد (۱۳۸۱) پایایی آن را از طریق آلفای کرونباخ در زنان ۹۶٪ و در مردان ۹۴٪ به دست آورده است. شاخص رضایت زناشویی از یک روایی همزمان بسیار خوبی برخوردار است و با آزمون سازگاری لاک_والاس، همبستگی معنادار نشان می‌دهد. همچنین این شاخص از روایی بسیارخوب و با معنایی برای متمایز کردن زوج‌های مشکل‌دار و زوج‌های ظاهراً بدون مشکل برخوردار است. صداقت در سال ۱۳۸۱ بین این آزمون و آزمون انریچ همبستگی برابر ۸۵۷٪- به دست آورد، علت منفی بودن ضریب همبستگی این است که در شاخص رضایت زناشویی هودسن نمرات بالا، نشانه رضایت زناشویی پایین است و در آزمون انریچ نمرات بالا نشانه‌دهنده رضایت زناشویی بالا است. این همبستگی نشانه روایی مناسب پرسشنامه هودسن است (Sanaei, 2008). پرسشنامه تنظیم هیجان گراس و جان (۲۰۰۳) توسط گراس و جان در سال ۲۰۰۳ با هدف اندازه‌گیری راهبردهای تنظیم هیجان طراحی شده است. این پرسشنامه مشتمل بر دو خرده مقیاس، ارزیابی مجدد با ۶ گویه و سرکوبی با ۴ گویه می‌باشد. این پرسشنامه در قالب ۱۰ سوال ساخته شده است. گویه‌های ۲، ۴، ۶، ۹ برای خرده مقیاس سرکوبی و بقیه گویه‌ها برای خرده مقیاس ارزیابی مجدد می‌باشند. نمره‌گذاری پرسشنامه راهبردهای تنظیم هیجان بر اساس طیف لیکرت ۷ درجه‌ای از (۱) به شدت مخالفم تا (۷) به شدت موافقم می‌باشد که هرچه فرد نمره بالاتری به دست آورد، توانایی تنظیم هیجان بیشتری دارد. در پژوهش‌های گراس و جان همبستگی درونی برای ارزیابی مجدد ۷۹٪ و سرکوبی ۷۳٪ به دست آمده است. کارمین و وینگرهوتس همبستگی درونی را برای ارزیابی مجدد ۸۳٪ و برای سرکوبی ۷۹٪ گزارش کردند. در ایران نیز کفایت‌های روانسنجی این مقیاس بر روی دانشجویان دانشگاه محقق اردبیلی توسط قاسم‌پور و همکاران (۱۳۹۱) مورد مطالعه قرار گرفته است که ضریب آلفای کرونباخ برای ارزیابی مجدد، سرکوبی و همچنین کل مقیاس، به ترتیب ۷۹٪، ۷۱٪، ۵۲٪، گزارش شده است. بعد از جمع‌آوری پرسشنامه‌ها و ورود تمامی اطلاعات با استفاده از نرم افزار SPSS-26 و AMOS-26 داده‌ها تحلیل شدند.

یافته‌ها

نمونه آماری پژوهش حاضر ۲۰۳ نفر خانم بود که از این ۲۰۳ نفر خانم، ۸۱ نفر (۳۹٪) مدت ازدواج پنج سال و کمتر از آن و ۱۲۲ نفر (۶۰٪) مدت ازدواج بیشتر از پنج سال دارند همچنین ۴۶ نفر (۲۲٪) دارای تحصیلات دیپلم و زیر دیپلم، ۸۰ نفر (۳۹٪) دارای فوق دیپلم، ۶۵ نفر (۳۲٪) دارای کارشناسی و ۱۲ نفر (۵٪) دارای کارشناسی ارشد و بالاتر از آن می‌باشند همچنین نمونه آماری دارای میانگین سنی ۱۸/۳۱ با انحراف معیار ۶۹/۴ می‌باشد. کمترین سن نمونه حاضر در پژوهش ۱۹ سال و بیشترین سن ۴۴ سال می‌باشد.

جدول ۱. آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	کمینه	بیشینه
عاطفه خودآگاه	۸۰/۴	۵/۰۸	۶۷	۹۱
سبک تنظیم هیجان ارزیابی مجدد	۱۸/۸۷	۲/۶۶	۱۱	۲۷
سبک تنظیم هیجان سرکوبی	۱۲/۰۹	۳/۳۲	۷	۱۸
رضایت زناشویی	۲۹/۶۴	۳/۴۸	۲۰	۴۰

باتوجه به جدول ۱ متغیر مستقل عاطفه خودآگاه دارای میانگین ۸۰/۴ و انحراف معیار ۵/۰۸ و متغیر میانجی سبک تنظیم هیجان ارزیابی مجدد دارای میانگین ۱۸/۸۷ و انحراف معیار ۲/۶۶، سبک تنظیم هیجان سرکوبی دارای میانگین ۱۲/۰۹ و انحراف معیار ۳/۳۲ و متغیر وابسته، رضایت زناشویی دارای میانگین ۲۹/۶۴ و انحراف معیار ۳/۴۸ می‌باشد.

جدول ۲. ماتریس همبستگی متغیرهای مختلف پژوهش

متغیر	عاطفه خودآگاه	سبک تنظیم هیجان ارزیابی مجدد	سبک تنظیم هیجان سرکوبی	رضایت زناشویی
عاطفه خودآگاه	۱			
سبک تنظیم هیجان ارزیابی مجدد	۰/۱۸۳**	۱		
سبک تنظیم هیجان سرکوبی	۰/۲۴۵**	۰/۰۲	۱	
رضایت زناشویی	۰/۳۰۶**	۰/۱۴۲*	۰/۳۰۹**	۱
* معنی داری در سطح خطای ۰/۰۵ (۹۵ درصد اطمینان) ** معنی داری در سطح خطای ۰/۰۱ (۹۹ درصد اطمینان)				

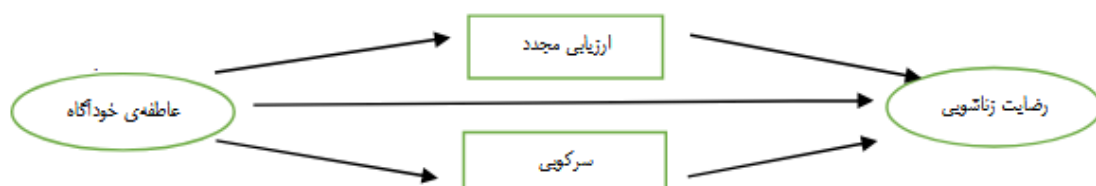
با توجه به جدول ۲ متغیر عاطفه خودآگاه با سبک های تنظیم هیجان (ارزیابی مجدد و سرکوبی) رابطه مثبت (مستقیم) و معناداری دارد. متغیر رضایت زناشویی با سبک تنظیم هیجان ارزیابی مجدد رابطه مثبت (مستقیم) و معناداری دارد، اما سبک تنظیم هیجان سرکوبی رابطه منفی (معکوس) و معناداری دارد.

جدول ۳. ضرایب و معناداری مسیر متغیرهای موثر بر رضایت زناشویی

مسیر	ضرایب مسیر	نسبت بحرانی	سطح معنی داری	نتیجه
عاطفه خودآگاه ← سبک تنظیم هیجان سرکوبی	۰/۲۵	۳/۵۹۶	۰/۰۰۰	معنادار
عاطفه خودآگاه ← سبک تنظیم هیجان ارزیابی مجدد	۰/۱۸	۲/۶۴۷	۰/۰۰۸	معنادار
عاطفه خودآگاه ← رضایت زناشویی	-۰/۳۱	-۴/۶۹۹	۰/۰۰۰	معنادار
سبک تنظیم هیجان سرکوبی ← رضایت زناشویی	-۰/۲۱	-۳/۳۶۹	۰/۰۰۰	معنادار
سبک تنظیم هیجان ارزیابی مجدد ← رضایت زناشویی	۰/۱۷	۲/۷۴۷	۰/۰۰۶	معنادار

بر اساس اطلاعات جدول ۳، متغیرهای مستقل، ۲۸ درصد از واریانس متغیر امید به زندگی را تبیین می‌کنند. متغیر سبک تنظیم هیجان ارزیابی مجدد تأثیر مثبت و معناداری بر ازدواج بدون شکست دارند؛ به عبارتی افزایش این متغیرها باعث افزایش ازدواج بدون شکست می‌گردد، اما تأثیر متغیرهای عاطفه خودآگاه و سبک تنظیم هیجان سرکوبی بر ازدواج بدون شکست، منفی و معنی‌دار است؛ به عبارتی افزایش این متغیرها باعث کاهش ازدواج بدون شکست می‌گردد.

نمودار مدل عوامل موثر بر رضایت زناشویی



برای محاسبهٔ اثرات مستقیم، غیرمستقیم و کل متغیرهای مستقل و میانجی بر متغیر وابسته از روش خودگردان‌سازی در نرم‌افزار اموس استفاده شد که خروجی آن در جدول زیر گزارش شده است:

جدول ۴. برآورد اثرات مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای مستقل بر رضایت زناشویی

برآورد						متغیر وابسته	متغیر میانجی	
مستقیم		غیر مستقیم		کل				
مقدار	P	مقدار	P	مقدار	P			
۰/۲۵	۰/۰۰۱	-	-	-	-	سبک تنظیم هیجان سرکوبی	-	عاطفه‌ی خودآگاه
۰/۱۸	۰/۰۱	-	-	-	-	سبک تنظیم هیجان ارزیابی مجدد	-	
-۰/۳۱	۰/۰۰۱	-	-	-	-	رضایت زناشویی	-	
		۰/۰۵۲	۰/۰۱			رضایت زناشویی	سرکوبی	
		۰/۰۳۱	۰/۰۵			رضایت زناشویی	ارزیابی مجدد	
-۰/۲۱	۰/۰۰۲	-	-	-۰/۲۱	۰/۰۰۲	رضایت زناشویی	-	تنظیم هیجان سرکوبی
۰/۱۷	۰/۰۰۵	-	-	۰/۱۷	۰/۰۰۵	رضایت زناشویی	-	تنظیم هیجان ارزیابی مجدد

بر اساس جداول مشخص است مدل اثر عواطف خودآگاه و سبک های تنظیم هیجان مثبت و منفی بر رضایت زناشویی دارای برازش مطلوب هست. طبق نتایج جدول ۴ اثر مستقیم عاطفه خودآگاه بر ازدواج بدون شکست به لحاظ آماری، منفی و معنادار است ($P < ۰.۰۰۱$ و $\beta = -۰.۳۱$) به طوری که می‌توان نتیجه گرفت که بین عاطفه خودآگاه با رضایت زناشویی، رابطه مستقیم وجود دارد. به علاوه اثر مستقیم سبک تنظیم هیجان سرکوبی بر رضایت زناشویی به لحاظ آماری،

منفی و معنادار است ($P < 0.01$ و $\beta = -0.21$). و اثر مستقیم سبک تنظیم هیجان ارزیابی مجدد بر رضایت زناشویی به لحاظ آماری، مثبت و معنادار است ($P < 0.01$ و $\beta = 0.17$). بنابراین، می‌توان گفت بین سبک‌های تنظیم هیجان مثبت و منفی با رضایت زناشویی، رابطه مستقیم وجود دارد. به منظور بررسی اثر متغیرهای میانجی از آزمون سوبل استفاده شد. آماره سوبل با بهره‌گیری از سامانه‌های آنالیز محاسبه گردید. مقدار آماره سوبل برای بررسی اثر غیرمستقیم عاطفه خودآگاه از طریق سبک تنظیم هیجان سرکوبی بر رضایت زناشویی برابر با 2.43 - بود که قدرمطلق آن از 1.96 بزرگ‌تر است؛ بنابراین، با توجه به $P < 0.05$ ، این اثر از نظر آماری معنادار است. در نتیجه، عاطفه خودآگاه از طریق سبک تنظیم هیجان سرکوبی بر رضایت زناشویی تأثیر غیرمستقیم دارد. همچنین، مقدار آماره سوبل برای بررسی اثر غیرمستقیم عاطفه خودآگاه از طریق سبک تنظیم هیجان ارزیابی مجدد بر رضایت زناشویی برابر با 1.89 به دست آمد که از 1.96 کوچک‌تر بوده و بر اساس $P > 0.05$ ، این اثر معنادار نیست. بنابراین، تأثیر غیرمستقیم عاطفه خودآگاه از طریق سبک تنظیم هیجان ارزیابی مجدد بر رضایت زناشویی تأیید نمی‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری

برآورد مدل پژوهش نشان داد که مدل اثر عواطف خودآگاه و سبک‌های تنظیم هیجان مثبت و منفی بر رضایت زناشویی دارای برازش مطلوب است. به عبارتی داده‌های جمع‌آوری شده بر مدل ترسیمی بر اساس نظریات پیشین دارای برازش است و از آن حمایت آماری مطلوب را دارد که بر این اساس فرض اصلی پژوهش تأیید می‌گردد. بنابراین براساس نتایج به دست آمده رضایت زناشویی براساس عاطفه خودآگاه و همچنین با میانجی‌گری سبک‌های تنظیم هیجان قابل پیش‌بینی می‌باشد. در زمینه تأثیر مستقیم عاطفه خودآگاه بر رضایت زناشویی پژوهشی صورت نگرفته است اما روابط مستقیم عاطفه خودآگاه بر سبک‌های تنظیم هیجان و همچنین روابط مستقیم بین تنظیم هیجان با رضایت زناشویی در پژوهش‌های مقدم‌نیا و سلیمانی فارسانی (۱۴۰۲) و اوقی و همکاران (۱۴۰۲)، زنگنه و عارفی (۱۴۰۱)، یآوری و همکاران (۱۴۰۱)، روحی دهکردی (۱۴۰۰)، بررسی شده است که این یافته‌ها با نتایج حاصل از فرضیه حاضر همخوانی دارد.

در تبیین فرضیه حاضر می‌توان گفت که داشتن عواطف خودآگاه شرم و گناه هم به صورت مستقیم و هم به صورت غیر مستقیم از طریق سبک‌های تنظیم هیجان می‌تواند رضایت زناشویی را پیش‌بینی کند، به این صورت که وجود این دو احساس با رضایت زناشویی ارتباط معکوس دارد یعنی هرچه قدر فرد در طی زندگی مشترک بیشتر دچار احساس شرم و گناه شود به همان میزان رضایت زناشویی کم‌تری از زندگی‌اش دارد از طرفی این دو احساس شرم و گناه می‌تواند از طریق سبک تنظیم هیجان نیز بر رضایت زناشویی موثر باشد به گونه‌ای که به هنگام به وجود آمدن هیجانی در طی زندگی مشترک فرد چنانچه این دو احساس یعنی شرم و گناه تجربه کند برای تعدیل این دو احساس سعی می‌کند از انواع سبک‌های تنظیم هیجان استفاده کند که هر کدام از این سبک‌ها نوعی شرایط را برای فرد به وجود می‌آورد به صورتی که هم باعث کاهش و هم باعث افزایش رضایت زناشویی افراد می‌شوند. طبق پژوهش انجام شده به کار بردن سبک تنظیم هیجان سرکوبی به هنگام داشتن عواطف خودآگاه سبب کاهش رضایت زناشویی می‌شود به طوری که سبک سرکوبی عبارتند از تلاش فرد برای سرکوبی هیجان به رغم وجود هیجان و طبیعی جلوه دادن چهره خود که در این هنگام فرد تلاش می‌کند تضاد وجود هیجان و سرکوب آن را کاهش دهد که فرد دچار نوعی عملیات خودتنظیمی می‌شود که طی آن فرد احساس می‌کند به صورت موفقیت‌آمیزی توانسته هیجان را سرکوب کند این در حالی است که این کار سبب کاهش و

مختل شدن ذخایر محدود توجهی می‌شود که باعث کاهش عملکرد فرد به خصوص عملکرد شناختی او می‌شود (قلندرزاده و پورنقاش تهرانی، ۱۳۹۹). در واقع به کارگیری سبک تنظیم هیجان سرکوبی به هنگام بروز هیجان شرم و گناه در فردی به سبب کاهش عملکرد شناختی در فرد سبب کاهش رضایت زناشویی فرد در زندگی مشترکشان می‌شود و بر زندگیشان اثر منفی دارد.

پیشنهادهای پژوهش: پیشنهاد می‌شود که در مشاوره‌های پیش از ازدواج انواع سبک‌های تنظیم هیجان به زوجین آموزش داده شود و زوجین را به طور کامل با تفاوت دو احساس شرم و گناه آشنا کند به طوری که زوجین بتوانند از روش صحیح تنظیم هیجان در مواجهه با عواطف خودآگاه استفاده کنند به علاوه پیشنهاد می‌شود زوجین در کارگاه‌های آموزشی تنظیم هیجان شرکت کنند.

تعارض منافع: تمام نویسندگان در طراحی، اجرا و استخراج مقاله مشارکت داشته‌اند و در این مقاله هیچ گونه تعارض منافی وجود ندارد

اخلاق پژوهش: نکات مربوط به اخلاق پژوهش از جمله دقت در استناددهی، رعایت ارزش‌های اخلاقی، عدم سوگیری در تحلیل داده‌ها از سوی پژوهشگران اعمال گردید همچنین کد اخلاق پژوهش IR.ARDakan.REC.1403.028 است.

حمایت مالی: تمام منابع مالی از هزینه‌های شخصی بوده و توسط هیچ سازمانی تأمین نشده است.

سپاسگزاری: از استاد راهنما و استاد مشاور تحقیق و همه افرادی که در پژوهش شرکت نمودند تقدیر و تشکر به عمل می‌آورم.

References

- Berking, M. (2008). Training emotionaler Kompetenzen (Vol. IX). Springer.
<https://doi.org/10.1007/978-3-642-54017-2>
- Bloch, L., Haase, C. M., & Levenson, R. W. (2014). Emotion regulation predicts marital satisfaction: More than a wives tale. *Emotion*, 14(1), 130.
<https://doi.org/10.1037/a0034272>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of personality and social psychology*, 85(2), 348.
<https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Hashemi, N., Kheyrollahi, A. (2023). The effectiveness of couple therapy with EIS model on family resilience and marital satisfaction of couples. *Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders (PDMD)*, 2(2), 41–52. (Persian).
<https://doi.org/10.61838/kman.pdmd.2.2.5>

- Hassan Jassim Jassim, H., Mahdad, A., Radhawi, S. N., & Golparvar, M. (2025). The Effectiveness of Realistic Acceptance and Commitment Therapy and Positive Psychotherapy on Happiness and Resilience Among Divorced Women in Baghdad. *International Journal of Education and Cognitive Sciences*, 6(1), 89-97. <https://doi.org/10.61838/kman.ijecs.6.1.9>
- Kappas, A. (2011). Emotion and regulation are one! *Emotion review*, 3(1), 17-25. <https://doi.org/10.1177/1754073910380971>
- Kashanaki, H., & Keshmiri, M. (2019). The Role of shame and guilt in mental health: Review Study [Analysis]. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ)*, 8(5), 205-216. (Persian). <http://frooyesh.ir/article-1-236-en.html>
- Lewis, M. (2008). Self-conscious emotions: Embarrassment, pride, shame, and guilt. In *Handbook of emotions*, 3rd ed. (pp. 742-756). The Guilford Press. <https://psycnet.apa.org/record/2008-07784-046>
- M.A, G. P., Department of Psychology, Ahrar Institute of Higher Education, Rasht, Iran. (2018). Predicting Attitudes Towards Marital Infidelity Based on Marital Conflict and Marital Quality Among Women. <https://www.journals.kmanpub.com>. <https://doi.org/10.61838/kman.pwj.4.3.6>
- Mazzuca, S., Kafetsios, K., Livi, S., & Presaghi, F. (2019). Emotion regulation and satisfaction in long-term marital relationships: The role of emotional contagion. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(9), 2880-2895. <https://doi.org/10.1177/0265407518804452>
- Mojarad, S., Gharavi, M. M., & Masoudi, S. (2024). Modeling the prediction of the level of emotional and sexual satisfaction in romantic relationships based on the attachment style to parents, considering the mediating role of guilt in romantic relationships. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 26(6). (persian). <https://www.magiran.com/p2822566>
- P. Greeff, T. D. B., Abraham. (2000). Conflict management style and marital satisfaction. *Journal of sex & marital therapy*, 26(4), 321-334. <https://doi.org/10.1080/009262300438724>
- Plant, E. A., Hyde, J. S., Keltner, D., & Devine, P. G. (2000). The gender stereotyping of emotions. *Psychology of women quarterly*, 24(1), 81-92. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2000.tb01024.x>
- Slatcher, R. B., & Schoebi, D. (2017). Protective processes underlying the links between marital quality and physical health. *Current opinion in psychology*, 13, 148-152. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.09.002>
- Spanier, G. B., & Lewis, R. A. (1980). M. *Journal of Marriage and the Family*, 825-839.
- Stoeber, J., Sherry, S. B., & Nealis, L. J. (2015). 027Multidimensional perfectionism and narcissism: Grandiose or vulnerable? *Personality and Individual differences*, 80, 85-90. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.paid.2015.02.027>
- Tangney, J. P., Dearing, R. L., Wagner, P. E., & Gramzow, R. (1989). <https://doi.org/10.1037/t06464-000>
- Vaseghi, Z., Ahadi, H., Bigdeli, H., & Khalatbari, J. (2022). Developing a Structural Model of the Relationship between Primary Maladaptive Schemas and Emotional Regulation with Marital Satisfaction with the Mediation of Resilience in Married

- Women Referring to Islamic Lifestyle Counseling Centers. *Journal of Islamic Life Style* Volume, 6(1). (Persian). <https://www.magiran.com/p2713335>
- Wang, Z., Jex, S. M., Peng, Y., Liu, L., & Wang, S. (2019). Emotion regulation in supervisory interactions and marital well-being: A spillover–crossover perspective. *Journal of occupational health psychology*, 24(4), 467. <https://doi.org/10.1037/ocp0000150>
- Weisskirch, R. S., & Delevi, R. (2013). Attachment style and conflict resolution skills predicting technology use in relationship dissolution. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2530–2534. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.06.027>