

بررسی رابطه ی سبک دلبستگی و شادکامی با رضایت زناشویی متأهلین شاغل در بیمارستان خاتم الأنبياء شهر تهران

دکتر شکوه نوایی نژاد^۱

دکتر فریده دوکانه ای فرد^۲

فرونوش آقاجانی^۳

چکیده

هدف این پژوهش، بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و شادکامی با رضایت زناشویی متأهلان شاغل است. جامعه آماری مورد مطالعه کلیه کارکنان متأهل بیمارستان خاتم‌النبیای شهر تهران در سال 1389 است، که حداقل دارای یک فرزند بودند. حجم نمونه طبق اصول صحیح و علمی 257 نفر بودند که پس از حذف پرسش‌نامه‌های معیوب، 244 پرسش‌نامه باقیمانده مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

منابع استفاده شده جهت استخراج اطلاعات مورد نیاز پژوهش عبارتند از: پرسش‌نامه استاندارد شده دلبستگی بزرگسالان کولینز و رید، پرسش‌نامه استاندارد شده شادکامی آکسفورد (OHI) و پرسش‌نامه استاندارد شده رضایت زناشویی انریچ که پس از سنجش اعتبار و پایایی پرسشنامه‌ها، جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی (فراوانی، درصد، میانگین، نمودار و ...) و به منظور آزمون سؤال‌های پژوهش از آمار استنباطی (رگرسیون چند متغیره) استفاده شد. نتایج نشان داد:

متغیرهای سبک دلبستگی و شادکامی سهم زیادی در تبیین رضایت‌مندی زناشویی دارند، بین سبک‌های دلبستگی و شادکامی رابطه معناداری وجود دارد، افراد شادکام از

^۱ - استاد دانشگاه تربیت معلم

^۲ - استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن

^۳ - کارشناس ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن

رضایت‌مندی زناشویی بالاتری بهره‌مند هستند، افراد با طبقه دل‌بستگی ایمن احساس شادکامی بالاتری نسبت به افراد با طبقه دل‌بستگی نایمن دارند، سبک دل‌بستگی ایمن با رضایت زناشویی بالا و سبک‌های دل‌بستگی نایمن با رضایت زناشویی پایین، رابطه معناداری دارند، مؤلفه‌های خلق مثبت و عزت نفس در شادکامی سهم بیشتری در تبیین رضایت زناشویی دارند.

واژه‌های کلیدی: سبک‌های دل‌بستگی، شادکامی، رضایت زناشویی

مقدمه

یکی از نهادهای مهم اجتماعی که اهمیت و نقش‌های مختلف آن مورد توجه علمای مذهبی، صاحب‌نظران تعلیم و تربیت، جامعه‌شناسان و روان‌شناسان قرار گرفته، خانواده است. خانواده کانونی است که شخصیت کودک در آن قوام می‌گیرد و تکمیل می‌شود و سرنوشت آینده او در همان محیط شکل می‌گیرد. هر انسانی دوران کودکی را با شرایطی ویژه و در درون خانواده خاصی سپری می‌کند. در واقع فرد بدون خانواده قابل تعریف نیست و به عبارتی خانواده اصلی، کانون شکل‌گیری هویت فرد است. مکانی که تأثیر خود را در زمان کودکی و نوجوانی روی فرد می‌گذارد و این فرد این تأثیر را پس از سال‌ها و زمانی که خانواده اصلی را ترک می‌کند، در زندگی زناشویی نشان می‌دهد. ازدواج و تشکیل خانواده، فرصتی برای پدید آمدن یک کانون آسایش و خوشبختی و نشاط طبیعی، ارضای غریزه جنسی، لذت بردن از زندگی، بهره‌مندی از محبت و تعاون و مددکاری و سرانجام امتزاج دو روح و هماهنگی و اتصال دو دریا از نیرو و قدرت، برای رسیدن به هدفی متعالی است.

استواری و استحکام خانواده به ازدواج و رابطه زناشویی پایدار و بنیادین بستگی دارد. یعنی هرگونه تزلزل در رضایت زناشویی یا نبود یک ازدواج موفق، علاوه بر آن که آرامش درونی زوج‌ها را مختل می‌کند، بقاء و دوام خانواده را نیز در معرض تهدید قرار می‌دهد. رضایت زناشویی، وضعیتی است که در آن زن و شوهر در بیشتر مواقع از زندگی مشترک خود احساس خوشبختی و خشنودی

می‌کنند. احساس رضایت و لذت تجربه شده از طرف همسر با در نظر گرفتن همه‌ی جنبه‌های زندگی زناشویی معرفی شده است (به نقل از، صادقی، 1380). بالبی¹ معتقد است که سه عامل مهم در رضایت زناشویی زوجین مؤثر است: 1- رضایت‌مندی زناشویی والدین، 2- بهره‌مند بودن از یک دوره کودکی همراه با شادی و خوشی، 3- نداشتن کشمکش و تعارض² با مادر. رابطه‌ی زناشویی باید براساس محبت، همکاری³، همدردی⁴، تفاهم، گذشت⁵، فداکاری⁶ متقابل و زندگی مشترک زن و شوهر استوار باشد. به نظر می‌رسد یکی از مهمترین عوامل مؤثر در تعاملات⁷ بین فردی، نوع سبک دلبستگی است که در دوران کودکی فرد شکل گرفته و با توجه به محیطی که در آن تحول یافته است در سنین بعدی ادامه می‌یابد. دلبستگی که به عنوان پیوند عاطفی کودک - مادر است، تعیین‌کننده‌ی بهداشت و سلامت روانی فرد است (بالبی، 1960، 1961، 1985، به نقل از، مظاهری، 1377).

نظریه دلبستگی در ابتدا بیشتر با بررسی تجارب اولیه کودک از برخورد با مراقبش با نیاز او به امنیت شکل گرفته است (بالبی⁸، 1979، اینزورث⁹، 1987، 1987، به نقل از کیان زاده 1388)، سپس برخی نظریه پردازان دیگر این حوزه (مانند: هزن و شیور، 1987، جانسون، 1986، بارتولومئو¹⁰، 1990، ماین¹¹، 1985)، به تدریج با مشاهده ادامه الگوهای امنیت‌جویی در روابط مهم دیگر در دوران بزرگسالی گستره‌ی این مفاهیم را افزایش دادند (به نقل از، کیان‌زاده، 1388). این نظریه به تأثیر بر آورده شدن یا نشدن نیاز به امنیت در روان انسان می‌پردازد و تأثیرات روان‌شناختی آن را از کودکی تا بزرگسالی بررسی می‌کند.

¹- Bowlby

²- Conflict

³- Cooperation

⁴- Condolence

⁵- Forgiveness

⁶- Sacrificing

⁷- Reciprocity

⁸- Bowlby

⁹- Ainsworth

¹⁰- Bartholomew

¹¹- Main

به طور کلی دلبستگی گذشته و حال با یکدیگر مرتبط هستند و مراحل رشد دوران کودکی بخصوص روابط اولیه فرد با والدین بر روابط زناشویی تأثیر دارد. بالبی چندین سبک دلبستگی در نوجوانی و بزرگسالی را توضیح می‌دهد: «دلبستگی ایمن^۱، اجتنابی^۲، مضطرب- دوسوگرا^۳». دلبستگی مضطرب که بر الگوهای درون کاری ناامن استوار است و برای سازگاری روان‌شناختی مضر است. از طرفی دیگر دلبستگی امن دارای اثر مثبت بر سلامت روانی نوجوان است (آرمسدن، بارک، فینی، گرینبرگ و راجا^۴، 1999، به نقل از، ویلکنسون و آلفورد^۵، 2001، به نقل از، عارفی، نوابی نژاد، ثنایی، 1385).

اینزورث^۶ (1978، به نقل از، برک، 2002، ترجمه، سید محمدی، 1387)، بر همین اساس، موفق به ابداع موقعیتی آزمایشی برای تشخیص انواع روابط کودک و مراقب وی گشت و سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا را تفکیک کرد. در ادامه این روند هزن و شیور (1987) موفق به ردیابی سه سبک دلبستگی در روابط بزرگسالان شدند. به طور کلی شواهد حاکی از آن است، که خاطرات دلبستگی کودک پیش بینی کننده قدرتمندی برای روابط رمانتیک (عاشقانه) در بزرگسالی است (برک، 2002، ترجمه، سید محمدی، 1387). اکثر افراد معتقدند که شاد بودن نقش مهمی در زندگی انسان دارد. آنچه مهم است این است که شادکامی از خصیصه‌های لازم برای بهره بردن از زندگی و ارتقای کیفیت زندگی است. شادی از جمله هیجان‌های خوشایند و مثبت و اضطراب و افسردگی هیجان‌ات منفی هستند. سلیگمن^۷، روان‌شناس معروف آمریکایی شادی^۸ را حق مسلم و طبیعی هر انسان می‌داند و معتقد است که برای رسیدن رسیدن به آن باید تلاش و برنامه ریزی کرد. او شادی واقعی را قابل حصول و در

¹- Secure

²- Avoidant

³- Ambivalent

⁴- Armsden, Bark, Feeney, Greenberg and Raga

⁵- Wilkinson and Walford

⁶- Ainsworth

⁷- Seligman

⁸- Happy

دسترس می‌داند و آن را به عنوان واقعیتی که زندگی را شیرین تر و روابط انسانی را سرشار و غنی می‌کند، می‌داند (شهیدی، 1388). به نظر می‌رسد یکی از عوامل مؤثر در میزان شادی انسان، برقراری و حفظ روابط بین فردی منسجم و داشتن تماس اجتماعی مداوم و پایدار است. بطوری که تحقیقات در این زمینه بیشتر بر روی اثربخشی ازدواج و زندگی زناشویی متمرکز بوده است.

مایرز و داینر¹ (1995)، نیز اعتقاد دارند که، شادکامی دارای مؤلفه‌های عاطفی، شناختی و اجتماعی است. مؤلفه عاطفی باعث می‌شود که فرد همواره از نظر خلقی شاد و خوشحال باشد. مؤلفه اجتماعی موجب گسترش روابط اجتماعی با دیگران و افزایش حمایت اجتماعی می‌شود و مؤلفه شناختی موجب می‌شود فرد نوعی تفکر و پردازش ویژه خود را داشته و وقایع روزمره را طوری تعبیر و تفسیر کند که خوش بینی وی را به دنبال داشته باشد.

به طور کلی افزایش شادی در گرو ارتباطی منسجم با دیگران است و زندگی زناشویی و بیشتر از آن رضایت زناشویی می‌تواند در ایجاد شادی و نشاط برای افراد دخیل باشد. از جمله اهمیت‌ها و ضرورت‌های پژوهش حاضر در سطح آرمانی می‌تواند برداشتن گام‌های مقدماتی در جهت ایجاد ارتباط سالم و سازنده در روابط زناشویی زوج‌ها، توجه به عواملی که باعث استحکام و رشد خانواده می‌شود، شناسایی سبک دلبستگی افراد قبل از ازدواج و سوق دادن آن به سبک دلبستگی ایمن و همچنین توجه بیشتر به شادکامی افراد و شناساندن راه‌های رسیدن به شادی و نشاط بیشتر به افراد، نام برد. با این وصف به وضوح، اهمیت پیشگیری و مداخله در مشکلات زناشویی با شناسایی عوامل مؤثر بر آن و همچنین اهمیت ارتباط مادر و کودک، با توجه به نقش آن در بزرگسالی و شکل‌گیری شخصیت و مشخص شدن سبک دلبستگی، و بررسی اثر آن در بزرگسالی و روابط زناشویی، نتایج و یافته‌های این پژوهش هم از لحاظ نظری و هم از لحاظ کاربردی می‌تواند بسیار با اهمیت و ضروری باشد. بنابراین پژوهش حاضر قصد دارد در نهایت به این سؤال کلی پاسخ دهد که رابطه بین سبک‌های

¹- Myers and Diener

دلبستگی و شادکامی با رضایت زناشویی متاهلان شاغل در بیمارستان خاتم الانبیاء چگونه است؟

طبق نظریه دلبستگی بالبی، میان ناتوانی کودک در برقراری پیوند دلبستگی استوار با یک یا چند تن در سال‌های اولیه زندگی، با ناتوانی او در برقراری روابط فردی نزدیک در دوره بزرگسالی، ارتباط وجود دارد (بالبی، 1973، به نقل از، براهنی، 1379). بالبی در سال 1963 به اختلالات و ناراحتی‌های کودکانی که در مؤسسات پرورش می‌یافتند، توجه کرد. او دریافت کودکانی که در شیرخوارگاه و پرورشگاه‌ها بزرگ می‌شوند، عموماً به مشکلات عاطفی (هیجانی) از جمله، عدم توانایی در شکل‌دهی روابط صمیمانه پایدار با دیگران گرفتار می‌شوند. بالبی چنین پنداشت که این کودکان قادر به دوست داشتن نیستند، چون مجال ایجاد این دلبستگی با دوام را با مادر یا مراقب خود در اوایل زندگی نداشته‌اند. بعلاوه، بالبی این نشانه‌ها را در کودکانی که مدتی در خانه‌های طبیعی بزرگ شده اما سپس به جدایی‌های طولانی مدت مبتلا گردیده بودند، نیز مشاهده کرد. این کودکان آنقدر از جدایی شوک زده بودند که بطور دائم از پیوندهای نزدیک انسانی اجتناب می‌کردند. این چنین مشاهداتی بالبی را آماده پذیرش این فرض کرد که نمی‌توان بدون دلبستگی مادر و کودک اصالت تحول (روانی) را درک نمود (به نقل از، شریفی در آمدی، 1380).

بالبی در قلمرو دلبستگی چند نکته مهم را مورد تأکید قرار می‌دهد:

- کودک از نظر ژنتیکی برای واکنش‌هایی آمادگی دارد:
- کودک به علامت‌های محرکی پاسخ می‌دهد که هم از اطلاعاتی مشتق می‌شوند که ناشی از ارگانیزمند و هم اطلاعاتی که منبعت از محیط‌اند.
- واکنش‌های کودک به هدف‌های ثابتی منتهی می‌شود و در این مورد خاص، واکنش وی عبارت است از تأمین مجاورت¹ یا جوارجویی با یک فرد خاص یعنی مادر که بر همه افراد دیگر مرجح است. این خواست در کودکی تحت

¹- Proximity

تأثیر جدایی از چهره دلبستگی و بعدها بر اثر خستگی، تنیدگی، تهدید یا بیماری فعال می‌شود (هلمز¹، 1993، ترجمه بشارت، 1380).

اینزورث در آزمایش موقعیت نا آشنا دریافت اگرچه تقریباً همه کودکانی که در یک خانواده رسمی پرورش می یابند به مراقبت خود دلبسته می شوند، اما کیفیت این دلبستگی از کودکی به کودک دیگر و در فرهنگ های مختلف، متفاوت است. وی بر مبنای مشاهدات و تأکید بر رفتارهای بازی کودکان، مشخص کرد که واکنش‌های اضطراب کودکان در برابر افراد غریبه می تواند یکی از نقاط متمایز کننده سبک های دلبستگی شناخته شود و هنگامی که مراقب کودک دوباره نزد کودک باز می گردد، واکنش آنی کودک به مراقبش - که وی را برای مدت کوتاهی ترک کرده است - معرف سبک دلبستگی است. روشی که عموماً برای ارزیابی کیفیت دلبستگی کودکان یک تا دو سال به کار می رود، موقعیت ناآشنا نام دارد، که ابزاری معتبر و روایی بالایی دارد. همکاران اینزورث که مبدع این روش هستند، برای ساخت این آزمون از این استدلال پیروی کردند که نوباوگان و کودکان نوپای دلبسته ایمن، قاعدتاً برای کاویدن یک اتاق بازی ناآشنا، از والد خود به عنوان پایگاه امن استفاده می کنند. به علاوه وقتی والد مدت کوتاهی اتاق را ترک می کند، کودک باید اضطراب نشان دهد و یک بزرگسال غریبه را کمتر از والد خود تسلی بخش بداند (اینزورث، بلهر²، واترز³، وال، 1978، به نقل از، برک، 2002).

بارتولومئو⁴ (1990، به نقل از، ادیب، 1387)، ادعا کرد مقیاس‌های اساسی دلبستگی، می‌تواند الگوی خود (مثبت در برابر منفی) مفهوم سازی شوند. او همچنین ادعا کرد تلفیق این دو بعد می تواند به جای سه تا، چهار الگوی اصلی دلبستگی را نشان دهد. او نام‌های فرعی چهار الگوی خویش را با تلفیقی از سنخ شناسی‌های اینزورث، هزن و شیور به عناوین زیر نامگذاری کرد: گروه مثبت-

¹- Homz

²- Blehar

³- Waters

⁴- Bartholomew

مثبت (ایمن)، گروه منفی- مثبت (دل مشغول¹)، گروه مثبت- منفی (منفی) (کننده) و گروه منفی- منفی (ترسان).

هزن و شیور در سال (1987) بر پایه کار اندازه‌گیری کیفیت دلبستگی در موقعیت نا آشنای اینزورث برای شیر خواران، در دلبستگی بزرگسالان نیز، سه سبک دلبستگی معرفی کردند. هم چنان که دلبستگی شیرخوار به مراقب برای کارکرد بقا به کار رفته است، دلبستگی های بزرگسالان نیز در مسیر تکامل طرح‌ریزی شده‌اند تا شرکای بالقوه به یکدیگر علاقه پیدا کنند و در کنار هم بمانند و مانند شیرخوار، هر دو بزرگسال مراقبت معتبری داشته باشند و در ضمن با تولید مثل، نسل خود را حفظ نمایند و حفظ خانوادگی در واقع کارکرد تکاملی شیرخوار بزرگسال برای بقای فرد است و کارکرد تکاملی بزرگسال- بزرگسال برای بقای نوع می‌باشد (دوویر، 2000، به نقل از مظاهری، 1379). دلبستگی پیوند عاطفی دوجانبه است که می‌تواند مؤلد شرایطی ایمن باشد تا کودک تدریجاً از مرحله وابستگی در کودکی به سوی استقلال در نوجوانی و نهایت به تعامل یا وابستگی متقابل در بزرگسالی برسد. این پیوندها که همواره ترمیم پذیر است، اگر از ابتدا به درستی شکل نگیرد یا بدون جایگزین مناسب از هم بگلسد، عامل شکل‌گیری سبک‌های دلبستگی نایمن خواهد شد و زمینه بروز آشفتگی‌های بسیاری را در زندگی جاری و آتی فراهم خواهد کرد (گلدنبرگ²، 2000، به نقل از، جعفری، 1388).

هزن و شیور (1987)، نظریه دلبستگی را به حیطه‌های عشق و تنهایی گسترش دادند. آن‌ها معتقد بودند که این نظریه در مقایسه با سایر نظریات ارائه شده درباره عشق از جامعیت و گستردگی بیشتری برخوردار است. به نظر این مؤلفان «عشق رویایی³» یک فرایند دلبستگی است که به وسیله افراد مختلف، به گونه‌ای متفاوت تجربه می‌شود، زیرا آن‌ها در موضوع دلبستگی با یکدیگر تفاوت دارند.

¹- Preoccupied

²- Goldenberg

³- Romantic Love

به نظر هزن و شیور (1987)، عشق رویایی مانند غریزی است، که کودک را به اولین مراقبش پیوند می‌دهد و آن فرایندی «زیستی-اجتماعی» است که از خلال پیوندهای عاطفی شکل می‌گیرد. کنش زیست شناختی عشق رویایی، شکل‌گیری دلبستگی بین همسران و کسانی را که با هم دارای رابطه جنسی هستند، تسهیل می‌کند.

رضایت به معنی برخورداری از ادراکی است که در پی برآورده شدن نیازی پدید آید. رضایت زناشویی عبارتست از میزانی که نشان می‌دهد فرد تا چه اندازه احساس می‌کند همسرش نیازهایش را برآورده می‌کند (بورپی و لنجر¹، 2005). رضایت زناشویی، حالتی از رضایت مندی در ازدواج است که به وسیله‌ی ادراک درون فردی یا یک ادراک بین شخصی تعریف می‌شود (به نقل از تبریزی، 1385).

پژوهش‌های گاتمن² (1994)، نشان داده است که می‌توان با توجه به نسبت میزان تعاملات مثبت و منفی که میان زوجی داد و ستد می‌شود، به میزان رضایت زناشویی آنان پی برد. برای مثال، اگر نسبت تعامل‌های مثبت زوج به تعامل‌های منفی آنان 5 به 1 باشد، این زوج‌ها از رضایت بالایی برخوردارند. به این ترتیب از دید برخی، رضایت زناشویی نیازمند کارکرد مطلوب هر دو طرف است (گاتمن، 1994، اسیرجون، 1980، به نقل از، تبریزی، 1383). دو دیدگاه کلی در مورد خوشبختی و شادکامی وجود دارد که با عناوین دیدگاه لذتی (هدونیک³) و دیدگاه ادایمونیک⁴ مشخص گردیده است (ریان، 2001، به نقل از، یزدانی، 1382).

طبق نظریه داینر و همکاران، شادکامی ارزشیابی‌هایی است که افراد از خود و زندگی‌شان به عمل می‌آورند. این ارزشیابی‌ها، جنبه شناختی دارند مانند قضاوت‌هایی که در مورد خشنودی از زندگی صورت می‌گیرد یا جنبه عاطفی که شامل خلق هیجان‌اتی است که در واکنش به رویدادهای زندگی ظاهر می‌شود.

¹- Burpee and Langer

²- Gottman

³- Hendonc

⁴- Eudaimonic

بنابراین شادکامی از چهار جزو تشکیل یافته که عبارتند از: خشنودی از زندگی، خلق هیجانان مثبت و خوشایند، نبود خلق و هیجانان منفی و عوامل دیگر مانند خوش بینی، عزت نفس و احساس شکوفایی. (داینر، 2002، به نقل از، ذکری راز لیقی، 1384). داینر و لوکاس (1999، به نقل از، مظاهری، 1386)، با اشاره به بررسی ویلسون (1967) در مورد شادکامی معتقدند که بسیاری از نتیجه‌گیری‌های او از طریق مطالعات بعدی مورد تأیید قرار گرفته است. ویلسون با بررسی شواهد تجربی و همبسته‌های شادکامی، این طور نتیجه‌گیری کرده بود که فرد شادکام، فردی زنده دل، سالم، فرهیخته، برون گرا، خوش بین، مذهبی، دارای عزت نفس بالا، برخورداری از اخلاق حرفه‌ای و هوش است.

بنابر نظر آرگیل و همکاران (1995، به نقل از کمساری، 1388)، شادکامی از دو جزو اساسی (عاطفی و شناختی) تشکیل شده است. شادمانی در بزرگسالان با وضعیت تأهل ارتباط زیادی دارد. لوپری و فرایدرس، روند زندگی زناشویی و ارتباط آن با میزان شادمانی را به شکل (U) تصور می‌کنند. آن‌ها معتقدند که وقتی فرد تصمیم می‌گیرد ازدواج کند، شادی او افزایش می‌یابد و وقتی ازدواج صورت گیرد از شادی ایجاد شده کم می‌شود و این کاهش تا زمان رسیدن فرزندان به سن نوجوانی، ادامه می‌یابد بعد از این دوره، شادمانی مجدداً سیر صعودی پیدا می‌کند (به نقل از، میر شاه جعفری، 1381). فرد ریکسون¹ (2002)، معتقد است که تجارب عاطفی مثبت نه تنها به شادکامی بلکه همچنین به رشد و تکامل شخصی نیز کمک می‌کند. به نظر او هیجان‌های مثبت مجموعه فکر- عمل آنی را گسترش می‌دهد. این گستردگی مجموعه فکر و عمل، فرصت‌هایی را برای وجود آوردن تدابیر شخصی بادوام فراهم می‌کند. به عنوان مثال لذت، به وجود آوردن شیوه‌های عقلانی و هنری در جامعه را ترغیب می‌کند. بنابراین شادکامی و لذت می‌تواند شبکه‌های حمایت اجتماعی را تقویت کرده و از طریق خلاقیت می‌تواند منجر به تولید هنر و علم یا حل مسأله اخلاق در زندگی شود. افراد شاد، رضایت‌مندی بیشتری در زندگی

¹- Fredrickson

زناشویی خود دارند. گودرزی و چلیانو (1383)، به نقل از، خدایاری، (1387)، در پژوهشی که انجام دادند، نشان دادند که شادکامی به این واقعیت اشاره دارد که مردم زندگی خود را چگونه ارزیابی می‌کنند و شامل متغیرهایی از قبیل زندگی، رضایت از وضعیت زناشویی، رضایت از کار، فقدان افسردگی و اضطراب و وجود عواطف و خلقیات مثبت است. ارزیابی فرد از خود می‌تواند بصورت شناختی یا عاطفی باشد. اگر فرد از زندگی خود رضایت داشته باشد و خوشبختی را تجربه کند، دارای شادکامی ذهنی بالا است.

گارمن¹ (1979)، به نقل از، خدایاری، (1387)، در مدل ساختاری خود از عواطف همسران، عنوان کرد که زوجین پریشان، عاطفه مثبت کم و عاطفه منفی بیشتری را گزارش می‌کنند. لونیزل و گاتمن (1985)، به نقل از، خدایاری، (1387)، نیز نشان دادند که میزان عاطفه مثبت و الگوهای معین تبادل عاطفی منفی، پیش بینی‌کننده سطوح تغییر رضایت ازدواج است. رضامندی زناشویی مفهومی ایستا و ثابت نیست و اکثر زوجین طی زندگی مشترک خود، تغییرات جزئی را در میزان رضامندی تجربه می‌کنند (دیکین سون² و لمینگ³، 1990، به نقل از، زمانی منفرد، 1375)، بنابراین زوجین همواره ناگزیرند خود را فعالانه با جنبه‌های گوناگون و تغییرپذیر فیزیکی، اجتماعی و روانی محیط سازگار کنند. برین و مکی (به نقل از، نورانی پور، بشارت و اسکندری، 1386)، پنج مؤلفه را در فرایند تعامل زناشویی مشخص ساخته‌اند:

(1) محدود کردن تعارضات، (2) عدم تقابل در تصمیم‌گیری، (3) کیفیت ارتباطات، (4) صمیمیت⁴ در رابطه جنسی، (5) اعتماد، احترام متقابل، تفاهم، همدلی و برابری.

ژانت و موهلر (به نقل از، ساعتچی، 1386)، اظهار می‌دارند که برای بقای خانواده و ایجاد رضایت از زندگی زناشویی، شرایطی لازم است:

¹- Garmen

²- Dickinson

³- Leming

⁴- Sincerity

1. اعتقاد به اینکه ازدواج یک تعهد طولانی مدت و خانواده یک نهاد مقدس است.
2. داشتن گرایش یا طرز تلقی مثبت به همسر.
3. توافق در مورد هدف کلی زندگی.

نتیجه تحقیق اصغری زاده و دانش (1384) این بود که، بین سبک دلبستگی زنان ایمن با سطح شادکامی آنها در مقایسه با زنان با سبک دلبستگی نایمن (اجتنابی، دوسوگرا)، تفاوت معنادار وجود دارد. زنان ایمن نسبت به زنان اجتنابی و دوسوگرا از نظر توافق متقابل با همسر و مشترک بودن در علایق و گذراندن اوقات فراغت، آرزوی ازدواج نکردن و ادامه زندگی با همسر فعلی و اطمینان به همسر، تفاوت معناداری داشتند.

نتایج حاصل پژوهش خانجانی و عیدی (1385) حاکی از این است زمانی که سبک دلبستگی زن و شوهر یکسان است به عبارتی هر دو ایمن یا هر دو اجتنابی یا هر دو دوسوگرا هستند، رضایت زناشویی آنها بالاتر از زوج‌هایی است که سبک دلبستگی غیریکسان دارند. در میان سبک‌های مختلف دلبستگی، پایین‌ترین رضایت زناشویی متعلق به زوج‌هایی بود که یکی از آنها سبک دلبستگی اجتنابی و دیگری سبک دلبستگی دوسوگرا داشت. فروشانی، امانی پور و محمودی (1388، به نقل از، دوست محمدی، 1389)، در پژوهش خویش به این نتیجه رسیدند که سبک دلبستگی ایمن با رضایت‌مندی زناشویی، رابطه مثبت و سبک مضطرب/دوسوگرا با رضایت‌مندی زناشویی رابطه منفی دارد.

حمیدی (1386) دریافت، دانشجویان متأهل با سبک‌های دلبستگی ایمن از رضایت‌مندی زناشویی بالاتری برخوردارند و دانشجویانی که از سبک‌های دلبستگی نایمن اجتنابی و دوسوگرا برخوردار می‌باشند، میزان رضایت زناشویی آنها به طور معناداری کمتر از افراد ایمن بود.

فینی¹ (1988)، در بررسی سبک‌های دلبستگی، رضایت‌مندی زناشویی و راهبردهای حل تعارض اعلام کرد: بزرگسالان دارای سبک دلبستگی ایمن، همسرانی را انتخاب می‌کنند که آن‌ها هم تاریخچه دلبستگی ایمن را داشته باشند، راهبردهای حل تعارض آن‌ها سازنده‌تر و روابط زناشویی آن‌ها رضایت بخش‌تر و بادوام‌تر است (به نقل از برک، 2002، ترجمه، سید محمدی، 1387). سیمپسون² (1990، به نقل از، صابری زفرقندی، 1388)، در بررسی سبک‌های دلبستگی ایمن و غیر ایمن در بین زوج‌ها، اعلام کرد که زوج‌های ایمن نسبت به غیر ایمن، نسبت به هم اعتماد بیشتری دارند و سطوح بالاتری از رضایت‌مندی از روابط، اعم از همبستگی تقابلی (قابلیت اتکای متقابل) و تعهد میانشان دیده می‌شود. افراد با سبک‌های دلبستگی متفاوت در موقعیت‌های گوناگون از جمله موقعیت‌های تنش‌زا، به شکل‌های متفاوت رفتار می‌کنند. به عبارت دیگر، سبک دلبستگی افراد، عاملی برای شناسایی و طبقه‌بندی تفاوت‌ها فردی است.

اهداف پژوهش

هدف کلی

تبیین رابطه بین سبک دلبستگی و شادکامی با رضایت زناشویی متأهلان شاغل در بیمارستان خاتم الانبیای شهر تهران.

اهداف جزئی

- تبیین رابطه بین سبک‌های دلبستگی با شادکامی متأهلان شاغل در بیمارستان.
- تبیین رابطه بین سبک‌های دلبستگی با رضایت‌مندی زناشویی متأهلان شاغل در بیمارستان.
- تبیین رابطه بین شادکامی با رضایت‌مندی زناشویی متأهلان شاغل در بیمارستان.

¹- Feeney

²- Simpson

- تبیین سهم هر یک از سبک‌های دلبستگی در پیش‌بینی شادکامی متأهلان شاغل در بیمارستان.
- تبیین سهم هر یک از سبک‌های دلبستگی در پیش‌بینی رضایت‌مندی زناشویی متأهلان شاغل در بیمارستان.
- تبیین رابطه بین مؤلفه‌های شادکامی در پیش‌بینی رضایت‌مندی زناشویی متأهلان شاغل در بیمارستان.

سؤالات پژوهشی

- 1- رابطه بین سبک دلبستگی و شادکامی با رضایت زناشویی متأهلان شاغل در بیمارستان خاتم‌الانبیاء شهر تهران چگونه است؟
- 2- بین سبک‌های دلبستگی با شادکامی متأهلان شاغل در بیمارستان خاتم‌الانبیاء چه نوع رابطه‌ای وجود دارد؟
- 3- بین سبک‌های دلبستگی با رضایت‌مندی زناشویی متأهلان شاغل در بیمارستان خاتم‌الانبیاء چه نوع رابطه‌ای وجود دارد؟
- 4- بین شادکامی با رضایت‌مندی زناشویی متأهلان شاغل در بیمارستان خاتم‌الانبیاء چه نوع رابطه‌ای وجود دارد؟
- 5- سهم هر یک از سبک‌های دلبستگی در پیش‌بینی شادکامی متأهلان شاغل در بیمارستان خاتم‌الانبیاء چقدر است؟
- 6- سهم هر یک از سبک‌های دلبستگی در پیش‌بینی رضایت‌مندی زناشویی متأهلان شاغل در بیمارستان چقدر است؟
- 7- رابطه بین مؤلفه‌های شادکامی در پیش‌بینی رضایت‌مندی زناشویی متأهلان شاغل در بیمارستان چگونه است؟

روش شناسی پژوهش

روش تحقیق پژوهش حاضر از نوع تحقیق همبستگی و همخوانی که به مطالعه نوع رابطه بین سبک‌های دلبستگی و شادکامی با رضایت‌مندی زناشویی زوجین می‌پردازد.

جامعه آماری، نمونه، روش نمونه‌گیری

جامعه آماری این پژوهش متأهلان شاغل در بیمارستان خاتم الانبیای شهر تهران در سال 89 که حداقل دارای یک فرزند بوده‌اند. بر اساس منطق انجام رگرسیون حجم نمونه 244 نفر در نظر گرفته شد. روش نمونه‌گیری، تصادفی منظم است. به این صورت که ابتدا فهرست اسامی کارکنان متأهلی که دارای یک فرزند بوده‌اند از بخش آمار بیمارستان تهیه و سپس با یک فاصله‌ی طبقاتی منظم تعداد 244 نفر انتخاب شدند.

ابزار پژوهش

ابزار مورد استفاده در این تحقیق شامل 3 پرسشنامه استاندارد شده: 1- پرسشنامه بازنگری شده مقیاس دلبستگی بزرگسالان کولینز و رید¹ (1990)، که شامل خود-ارزیابی از مهارت‌های ایجاد ارتباط و خود-توصیفی شیوه شکل دهی روابط دلبستگی نسبت به چهره‌های دلبستگی نزدیک است. این مقیاس مشتمل بر 18 ماده است که با علامت گذاری روی این مقیاس 5 درجه‌ای (لیکرت) در هر ماده سنجیده می‌شود. تحلیل عوامل سه زیر مقیاس را مشخص می‌سازد که به هر یک از زیرمقیاس‌ها شش عبارت اختصاص یافته است این زیر مقیاس‌ها عبارتند از: وابستگی (D) : Dependence، نزدیک بودن (C): Closeness، اضطراب (A): Anxiety 2- پرسشنامه شادکامی آکسفورد² (OHI)، که شامل 29 عبارت چهار گزینه‌ای است که نمره‌گذاری گزینه‌های هر عبارت صفر تا چهار می‌باشد. بدین ترتیب بالاترین نمره‌ای که آزمودنی می‌تواند در این مقیاس کسب کند، 87 است که بیانگر بالاترین حد شادکامی بوده و کمترین نمره‌ی این مقیاس صفر می‌باشد که مؤید ناراضی بودن از زندگی و افسردگی فرد است. نمره‌ی بهنجار این آزمون بین 40 تا 42 است. (کار³، آلان،

1 - Collins and Read

2- Oxford Happiness Inventory

3- Carr

2004، ترجمه شریفی و زند، 1385). 3- پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ¹ که این پرسشنامه به عنوان ابزار تحقیق معتبری در تحقیقات متعدد برای اندازه‌گیری رضایت زناشویی مورد استفاده قرار گرفته است. السون که از این پرسشنامه برای بررسی رضایت زناشویی استفاده کرد معتقد است که این مقیاس به تغییراتی که در طول دوره حیات آدمی رخ می‌دهد و همچنین در این خصوص به تغییراتی که در خانواده به وجود می‌آید، حساس است. السون و دیگران اعتبار این پرسشنامه را با روش ضریب آلفای 0/92 گزارش کرده‌اند (دانش و حیدریان، 1385). این پرسشنامه دارای 12 خرده مقیاس است که در این پژوهش از فرم 47 سؤالی آن استفاده شده است.

اعتبار و پایایی متغیرها

اعتبار و پایایی پرسشنامه دل‌بستگی: کولینز، برای بررسی قابلیت اعتماد پرسشنامه، میزان آلفای کرونباخ را برای هر زیرمقیاس آن، در دو نمونه‌ی 173 و 100 نفری از دانشجویان به ترتیب برای زیرمقیاس C، 0/81، 0/82، زیرمقیاس D، 0/78، 0/80 و زیرمقیاس A، 0/85، 0/83 گزارش کرده است. از سوی دیگر در ایران، پاکدامن (1380)، با استفاده از آزمون - آزمون مجدد به صورت همبستگی بین این دو اجرا را مشخص کرد. نتایج حاصل از 100 نفر دختر و پسر در دوبار اجرا به فاصله زمانی یک ماه بیانگر آن بود که تفاوت بین دو اجرای مقیاس‌های a، d، c در RAAS معنادار نبوده است و این آزمون در سطح معناداری 0/05 قابل اعتماد است. پاکدامن (1380)، روایی سازه برای این پرسشنامه را بررسی کرده است. روایی سازه با استفاده از روایی واگر (تشخیصی) سنجیده شد. نتایج نشان داد ضریب همبستگی بین زیرمقیاس‌های A، C و A و D در سطح معناداری 0/001 به ترتیب 0/313-، 0/336- می‌باشد و ضریب همبستگی بین زیرمقیاس‌های C و D در سطح معناداری 0/014 مقدار 0/246 به دست آمد.

¹ - Enrich

اعتبار و پایایی پرسشنامه شادکامی: آرگایل و همکاران پایایی پرسشنامه آکسفورد را به کمک ضریب آلفای کرونباخ 0/90 و پایایی باز آزمایی آن را در طی هفت هفته 0/78 گزارش کرده‌اند. در بررسی فرانسویس (1998، به نقل از، بیات ریزی، 1384)، آلفای کرونباخ 0/92 به دست آمده است. همچنین فرانسویس در یک بررسی میان فرهنگی در کشورهای انگلیس، آمریکا، استرالیا و کانادا به ترتیب ضریب آلفای 0/89، 0/90، 0/89 و 0/89 را گزارش کرده است. سایر پژوهش‌ها نیز گویای آن هستند که پایایی بازآزمایی این پرسشنامه در سطح پذیرفتنی است در بررسی‌های چندی بازآزمایی 0/81 پس از چهار ماه، 0/67 پس از پنج ماه، 0/53 پس از شش ماه گزارش شده است. به منظور بررسی روایی صوری پرسشنامه شادکامی، از 10 متخصص (روانشناس و روانپزشک) نظر خواهی شد که همگی توانایی پرسشنامه شادکامی را برای سنجش شادکامی در دانشجویان تأیید کردند. همچنین به منظور بررسی روایی عاملی (که شکلی از روایی سازه است) از روش تحلیل عاملی استفاده شد که در نتیجه به استخراج پنج عامل انجامید. این عوامل پنج گانه توانسته‌اند از 0/57 واریانس کل را تبیین کنند.

اعتبار و پایایی پرسشنامه رضایت زناشویی: السون و دیگران اعتبار این پرسشنامه را با روش ضریب آلفای 0/92 گزارش کرده‌اند (دانش و حیدریان، 1385). ضریب آلفای پرسشنامه در گزارش فورنیر و دراکمن و السون در سال (1989، به نقل از، ثنایی، 1379)، برای همه خرده مؤلفه‌های آن در دامنه 0/48 تا 0/92 اعلام شده است. ضریب همبستگی پرسشنامه انریچ با مولفه‌های رضایت خانوادگی از 0/41 تا 0/60 و با مولفه‌های رضایت از زندگی از 0/32 تا 0/41 است که نشانگر روایی سازه آن است. ضریب همبستگی پرسشنامه انریچ با مقیاس‌های رضایت خانوادگی از 0/41 تا 0/60 و با مقیاس‌های فعالیت زندگی از 0/32 تا 0/41 است که نشانه روایی سازه است. کلیه خرده مقیاس‌های پرسشنامه انریچ، زوج‌های راضی و ناراضی را از هم جدا می‌کند، این پرسشنامه روایی ملاک خوبی دارد (ثنایی، 1379).

روش تجزیه و تحلیل آماری داده ها

برای استفاده از آمار استنباطی برای بررسی رابطه بین متغیرها به دلیل فاصله ای بودن شاخص‌های اندازه‌گیری شده از ضرایب همبستگی پیرسون، و تحلیل رگرسیون چند متغیری استفاده شده است.

آزمون سواها

سوال اول: رابطه بین سبک دل بستگی و شادکامی با رضایت زناشویی متأهلان شاغل در بیمارستان خاتم‌الانبیاء چگونه است؟

جدول 1: خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون مربوط به سؤال اصلی پژوهش

شاخص آماری	ضریب رگرسیون	خطای معیار	ضریب استاندارد رگرسیون	T	سطح معناداری
مقدار ثابت	129/83	8/54	-	15/19	0/000
سبک دل بستگی	0/338	0/075	0/279	4/53	0/000
شادکامی	-0/190	0/095	-0/123	-1/99	0/048

اطلاعات مندرج در جدول شماره 1 نشان می دهد که متغیرهای سبک دل بستگی و شادکامی توانسته سهم زیادی در تبیین رضایت مندی زناشویی داشته باشد.

(شادکامی) $-0/190$ (سبک دل بستگی) $0/338+129/83$ = رضایت زناشویی: معادله خط رگرسیونی

همانطور که در معادله رگرسیون می بینیم میزان رضایت زناشویی با سبک‌های دل بستگی (اجتنابی و اضطرابی) رابطه معنادار و مستقیم دارد اما با شادکامی رابطه معکوس دارد. بنابراین هر چه نمره رضایت مندی زناشویی کاهش یابد (درواقع رضایت مندی بین زوجین بالا باشد) از شادکامی بالاتری برخوردار هستند.

سوال دوم: بین سبک های دل بستگی با شادکامی متأهلان شاغل در بیمارستان خاتم‌الانبیاء چه نوع رابطه وجود دارد؟

جدول 2: خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون مربوط به سؤال اول پژوهش

منبع	شاخص آماری	ضریب رگرسیون	خطای معیار	ضریب استاندارد رگرسیون	T	سطح معناداری
مقدار ثابت	85/37	2/27	-	37/7	0/000	
ایمن	0/034	0/078	0/029	0/444	0/667	
اجتنابی	-0/077	0/122	-0/044	-0/62	0/53	
اضطرابی	-0/35	0/129	-0/195	-2/7	-0/007	

اطلاعات مندرج در جدول شماره 2 نشان می دهد که از بین متغیرهای سبک های دلبستگی (ایمن، اجتنابی و اضطرابی) تنها سبک دلبستگی اضطرابی توانسته سهم زیادی در تبیین شادکامی داشته باشد. به عبارتی از روی نمره سبک دلبستگی اضطرابی بعنوان متغیر پیش بین می توان میزان شادکامی متأهلان را بعنوان متغیر ملاک مورد پیش بینی قرار داد.

(اضطراب) $85/37 - 0/35 =$ شادکامی: معادله خط رگرسیونی

سوال سوم: بین سبک های دلبستگی با رضایت مندی زناشویی متأهلان شاغل در بیمارستان خاتم الانبیای چه نوع رابطه وجود دارد؟

جدول 2: خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون مربوط به سؤال دوم پژوهش

منبع	شاخص آماری	ضریب رگرسیون	خطای معیار	ضریب استاندارد رگرسیون	T	سطح معناداری
مقدار ثابت	118/86	3/45	-	34/4	0/000	
ایمن	-0/274	0/118	-0/147	-2/33	0/021	
اجتنابی	0/489	0/188	0/176	2/6	0/010	
اضطرابی	0/672	0/2	0/233	3/3	0/001	

اطلاعات مندرج در جدول شماره 3 نشان می‌دهد که متغیرهای سبک‌های دل‌بستگی (ایمن، اجتنابی و اضطرابی) توانسته اند سهم زیادی در تبیین رضایت زناشویی داشته باشد.

(اضطرابی) 0/672 + (اجتنابی) 0/489 + (ایمن) 0/274 - 118/86 = رضایت زناشویی: معادله خط رگرسیونی

سوال چهارم: بین شادکامی با رضایت زناشویی متاهلین شاغل در بیمارستان خاتم الانبیاء چه رابطه‌ای وجود دارد؟

جدول 4: خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون مربوط به سؤال سوم پژوهش

منبع	شاخص آماری	ضرب رگرسیون	خطای معیار	ضرب استاندارد رگرسیون	T	سطح معناداری
مقدار ثابت	147/23	8/08	-	18/2	0/000	
شادکامی	-0/2	0/1	-0/129	-2	0/046	

اطلاعات مندرج در جدول نشان می‌دهد که متغیر شادکامی توانسته سهم زیادی در تبیین رضایت مندی زناشویی داشته باشد.

(شادکامی) 0/190 - 147/23 = رضایت زناشویی: معادله خط رگرسیونی

سوال پنجم: سهم هریک از سبک‌های دل‌بستگی در پیش‌بینی شادکامی متاهلان شاغل در بیمارستان خاتم الانبیاء شهر تهران چگونه است؟

جدول 5: خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون مربوط به سؤال چهارم پژوهش

منبع	شاخص آماری	ضرب رگرسیون	خطای معیار	ضرب استاندارد رگرسیون تفکیکی	T	سطح معناداری
مقدار ثابت	84/9	1/6	-	51/8	0/000	
اضطرابی	-0/365	0/112	-0/204	-3/24	001	

نتایج مندرج در جدول شماره پنج نشان می دهد که متغیر سبک دلبستگی اضطرابی در شادکامی قابل پیش بینی می باشد. به عبارتی شادکامی بعنوان متغیر ملاک را می توان از روی سبک دلبستگی اضطراب آمیز پیش بینی کرد.

(اضطراب) $84/9-0/365$ =شادکامی: معادله خط رگرسیونی

سوال ششم: سهم هریک از سبک های دلبستگی در پیش بینی رضایت زناشویی متأهلان شاغل در بیمارستان خاتم الانبیای شهر تهران چگونه است؟

جدول 6: متغیرهایی که وارد رگرسیون شدند

منبع	شاخص آماری	ضریب رگرسیون	خطای معیار	ضریب استاندارد	T	سطح معناداری
مقدار ثابت	118/86	3/45	-	34/4	0/000	
اضطرابی	0/672	0/2	0/233	3/36	0/001	
اجتنابی	0/486	0/188	0/176	2/6	0/01	
ایمن	-0/274	0/118	-0/147	-2/33	0/02	

اطلاعات مندرج در جدول شماره 6 نشان می دهد که متغیرهای سبک اضطرابی ، اجتنابی و ایمن در رضایت زناشویی تاثیر دارند.

(ایمن) $-0/274$ (اجتنابی) $+485$ (اضطرابی) $118/86+0/67$ =رضایت زناشویی: معادله خط رگرسیونی

اطلاعات مربوط به معادله رگرسیون نشان می دهد که رضایت زناشویی با سبک دلبستگی ایمن (نزدیکی) رابطه معکوس و با سایر سبک های دلبستگی رابطه مستقیم دارد. به عبارتی زوجینی که از دلبستگی ایمن برخوردارند از رضایت زناشویی بالاتری بهره مند هستند.

سوال هفتم: رابطه بین مؤلفه های شادکامی در پیش بینی رضایت زناشویی متأهلان شاغل در بیمارستان چگونه است؟

جدول 7: خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون مربوط به سؤال ششم پژوهش

شاخص آماری منبع	ضریب رگرسیون	خطای معیار	ضریب استاندارد رگرسیون	T	سطح معناداری
مقدار ثابت	135/29	5/27	-	25/67	0/000
رضایت	-0/379	0/264	-0/146	-1/43	0/153
خلق مثبت	-0/638	0/309	-0/195	2/066	0/040
سلامتی	-0/611	0/391	-0/147	-1/56	0/12
کارآمدی	-0/195	0/42	-0/04	-0/459	0/64
عزت نفس	-1	0/494	-0/151	-2/02	0/044

اطلاعات مندرج در جدول شماره هفت نشان می‌دهد که مولفه‌های "خلق مثبت" و "عزت نفس" شادکامی توانسته سهم زیادی در تبیین رضایت مندی زناشویی داشته باشد. به عبارتی از روی این دو مولفه شادکامی به عنوان متغیرهای پیش بین می‌توان میزان رضایت مندی زناشویی را بعنوان متغیر ملاک مورد پیش بینی قرار داد. معادله رگرسیون به صورت زیر است:

$$\text{عزت نفس} (1) - (\text{خلق مثبت}) - 0/638 - 135/29 = \text{رضایت زناشویی}; \text{ معادله خط رگرسیونی}$$

تفسیر و بحث و نتیجه گیری

هدف از این پژوهش بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و شادکامی با رضایت زناشویی متأهلان شاغل در بیمارستان خاتم الانبیای شهر تهران در سال 89 است. با توجه به اطلاعات مندرج در جداول، ضریب همبستگی بین سبک دلبستگی و شادکامی برابر 0/212 است. همچنین میزان ضریب همبستگی بین سبک دلبستگی و رضایت زناشویی برابر 0/344 و ضریب همبستگی بین شاخص‌های شادکامی و رضایت زناشویی نیز برابر 0/129 است. همچنین ضریب همبستگی بین رضایت زناشویی، سبک دلبستگی و شادکامی برابر 0/308 است. همانطور که در سؤال اول مشخص شد متغیرهای سبک‌های دلبستگی و شادکامی توانسته سهم زیادی در تبیین رضایت مندی زناشویی داشته باشند. به عبارتی از روی نمرات سبک‌های دلبستگی و شادکامی به عنوان متغیرهای

پیش‌بین می‌توان رضایت‌مندی زناشویی را به عنوان متغیر ملاک مورد پیش‌بینی قرار داد. رضایت زناشویی با سبک‌های دلبستگی اجتنابی و اضطرابی رابطه معنادار و مستقیم و با شادکامی رابطه معکوس دارد. این یافته با نتایج پژوهش اصغری نژاد و دانش (1384)، مبنی بر وجود رابطه بین سبک‌های دلبستگی با میزان شادکامی و توافق در مسایل زناشویی در دانشجویان زن، به نوعی همخوانی دارد.

با توجه به اطلاعات به دست آمده مربوط به سؤال دوم پژوهش نتیجه می‌شود که بین شادکامی و سطح دلبستگی اضطرابی رابطه معکوس وجود دارد. بدین معنی که افراد با سطح دلبستگی اضطرابی معمولاً افراد شاداب و پر نشاطی نیستند. این یافته با نتایج پژوهش کازرونی (1383)، مبنی بر وجود رابطه معنی‌دار بین شادکامی (عواطف مثبت و منفی) با ویژگی‌های شخصیتی و طبقات دلبستگی و پژوهش و بستر (1998) هم‌خوانی دارد.

نتایج سؤال سوم پژوهش نشان داد که متغیرهای سبک‌های دلبستگی (ایمن، اجتنابی و اضطرابی) توانسته‌اند سهم زیادی در تبیین رضایت زناشویی داشته باشند. و از روی نمرات سبک‌های دلبستگی به عنوان متغیر پیش‌بین می‌توان رضایت زناشویی متأهلان را به عنوان متغیر ملاک مورد پیش‌بینی قرار داد. با توجه به معادله رگرسیون بین رضایت زناشویی و سبک‌های دلبستگی رابطه معنادار وجود دارد. با توجه به معادله رگرسیون بین رضایت زناشویی و سبک‌های دلبستگی رابطه معنادار وجود دارد. این نتایج با پژوهش‌های حمیدی (1386)، برن و شیور (1995)، بشارت (1379)، فینی (1999)، رینر بانس (2000)، جرالد مک کارتی (1999)، براون (2000)، هولیست و ملیر (2005) هم‌خوانی دارد.

با بررسی سؤال چهارم پژوهش مشخص شد که متغیر شادکامی توانسته سهم زیادی در تبیین رضایت‌مندی زناشویی داشته باشد. با توجه به معادله رگرسیون، به این نتیجه می‌رسیم که بین شادکامی و رضایت‌مندی زناشویی رابطه معنادار وجود دارد. هرچه نمره رضایت‌مندی زناشویی کاهش یابد (در واقع رضایت‌مندی زوجین بالا باشد) از شادکامی بالاتری برخوردار هستند. این

نتایج با پژوهش های جزایری (1376)، اولسون و همکاران (1989) همخوانی دارد.

با توجه به نتایج به دست آمده از سؤال پنجم سبک دلبستگی اضطرابی با شادکامی همبستگی بالایی را نشان می‌دهد. مشارکت سبک دلبستگی اضطرابی در تبیین متغیر ملاک شادکامی معنی‌دار است. به عبارتی شادکامی به عنوان متغیر ملاک را می‌توان از روی نمره سبک دلبستگی اضطراب آمیز پیش بینی کرد. بنابراین افرادی که سبک دلبستگی ناایمن (اضطراب آمیز) دارند معمولاً افراد شادابی نیستند. این نتایج با تحقیق کازرونی (1383)، اسکات و کردوا (2002)، هاگز، تومسیک و کریستینا (2000)، فینی و نولر (1990)، بشارت (1380)، همخوانی دارد.

با توجه به سؤال ششم به این نتیجه می‌رسیم که رضایت زناشویی با سبک دلبستگی ایمن رابطه معکوس و با سایر دلبستگی‌ها رابطه مستقیم دارد، به عبارتی زوجینی که از دلبستگی ایمن برخوردارند از رضایت زناشویی بالاتری بهره‌مند هستند. این نتایج با یافته‌های پژوهش های فینی (1988)، سیمپسون (1990)، فینی (1999)، کریک پاتریک و دیویس (1994)، رینر بانس (2000)، فروشانی، امانی پور، محمودی (1388) هم خوانی دارد.

با بررسی سؤال هفتم این پژوهش مشخص شد که مؤلفه‌های «خلق مثبت و عزت نفس» در متغیر شادکامی توانسته‌اند سهم زیادی در تبیین رضایت‌مندی زناشویی داشته باشند. به عبارتی از روی این دو مؤلفه در شادکامی به عنوان متغیرهای پیش‌بین می‌توان میزان رضایت‌مندی زناشویی زوجین را به عنوان متغیر ملاک مورد پیش‌بینی قرار داد. و با توجه به نتایج به دست آمده مشارکت مؤلفه‌های شادکامی در تبیین رضایت‌مندی زناشویی معنی‌دار است و این یافته با نتیجه پژوهش دیل (1990) به نوعی هم خوانی دارد.

پیشنهادهای کاربردی پژوهش

- با مشاوره های قبل از ازدواج و با مشخص کردن سبک دلبستگی زوجین، رضایت زناشویی زوجین را می‌توانیم پیش‌بینی کنیم.

- از آن جایی که روان‌شناسان معتقدند که دلبستگی به عنوان یکی از مهمترین ویژگی‌های شخصیتی انسان‌ها محسوب می‌شود، تلاش کنیم که آنها را به سبک ایمنی سوق دهیم. چرا که دلبستگی توأم با امنیت بهداشت روانی و رضایت زناشویی را نیز افزایش می‌دهد.
- شناساندن راه‌های رسیدن به شادی و نشاط بیشتر به افراد. چرا که شادکامی صرف‌نظر از چگونگی کسب آن، می‌تواند احساس امنیت بیشتری را برای فرد فراهم کند.
- توان خانواده‌ها را در زمینه کسب مهارت‌های ارتباطی و سایر مهارت‌های زندگی از طریق برگزاری کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی به منظور ارتقای سطح آگاهی زوجین و آگاهی مادران در خصوص روش‌های درست تعامل با فرزندان در سطح کشور را افزایش بدهیم.

منابع:

- آرگایل، مایکل (2001)، روانشناسی شادی. ترجمه مهرداد کلانتری و همکاران (1386). اصفهان: انتشارات جهاد دانشگاهی.
- ادیب، نوشین (1387)، بررسی و مقایسه الگوهای تعارض زوجین با سبک های مختلف دلبستگی در زوجین استان کرمان. پایان نامه کارشناسی. دانشگاه الزهراء.
- اصغری نژاد، مهناز. دانش، عصمت (1384)، رابطه سبک های دلبستگی با میزان شادکامی و توافق در مسایل زناشویی در دانشجویان زن متأهل دانشگاه. تازه ها و پژوهش ها، جلد 4، شماره 14.
- براهنی، محمدتقی (1379)، پژوهشی پیرامون ویژگی های شخصیتی دانشجویان دانشگاه صنعتی شریف با نظارت معاونت دانشجویی.
- برک، لورا، ای (2002)، روان شناسی رشد. ترجمه یحیی سید محمدی، (1387). تهران: انتشارات ارسباران.
- بشارت، محمدعلی (1380)، بررسی رابطه سبک های دلبستگی با مشکلات زناشویی در زوج های نابارور. فصلنامه تازه های روان درمانی. سال 5 شماره 17-18-20.
- بیات ریزی، مهتاب (1384)، بررسی رابطه شادکامی با عمل به باورهای دینی و برونگرایی در دانشجویان رشته پرستاری و پزشکی دانشگاه علوم پزشکی تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره. دانشگاه آزاد اسلامی.
- پاکدامن، شهلا (1380)، بررسی ارتباط سبک دلبستگی و جامعه طلبی در نوجوان. رساله دکتری روان شناسی. دانشگاه تهران.
- تبریزی، مصطفی (1383)، بررسی و مقایسه اثر بخشی گروه درمانی تلفیقی زوج ها، شناخت درمانی گروهی بک و کتاب درمانی در کاهش ناراضایتی زناشویی. رساله دکتری. تهران: دانشگاه علامه طباطبایی.
- تبریزی، مصطفی (1385)، فرهنگ توصیفی خانواده و خانواده درمانی. تهران: انتشارات فراروان.
- ثنایی، باقر (1379)، مقیاس های سنجش خانواده و ازدواج. تهران: انتشارات بعثت.
- جزایری، ع. ر (1376)، آشفستگی های زناشویی، دیدگاهی جدید در ارزیابی و درمان. پنجمین کنگره پژوهش های روان پزشکی و روان شناسی در ایران. دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمان شهیدبهبشتی.
- جعفری، مهدی (1388)، بررسی مقایسه سبک های دلبستگی دختران عادی و فراری شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات.

- حمیدی، فریده (1386)، بررسی رابطه سبک های دلبستگی با رضایت زناشویی در دانشجویان متأهل دبیری. فصلنامه خانواده پژوهشی، سال سوم، شماره 9.
- خانجانی، زینب. عیدی، رقیه (1385)، بررسی رضایت زناشویی در سبک های مختلف دلبستگی. فصلنامه علمی- پژوهشی روان شناسی سال اول شماره 2 و 3. دانشگاه تبریز.
- خدایاری، لایلا (1387)، پیش بینی شادکامی توسط سبک اسنادی در زوجین دانشجویان. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشکده توانبخشی شهید بهشتی.
- دانش، عصمت؛ حیدریان، مریم (1385)، رابطه علاقه و احترام متقابل با رضایت زناشویی همسران در شهرستان قم. فصلنامه علمی- پژوهشی انجمن مشاوره ایران، جلد 5، شماره 18، تابستان 1385.
- دوست محمدی، یحیی (1389)، بررسی رابطه سبک های دلبستگی و ابعاد سه گانه عشق اشتزبرگ با سازگاری زناشویی در بین معلمان متأهل شاغل در آموزش و پرورش شهر شهریار سال تحصیلی 88-89. پایان نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره خانواده. دانشگاه علامه طباطبایی.
- دیلمی، ندا (1386)، رابطه بین سبک دلبستگی و ساختار خانواده با خشونت خانگی و اثربخشی آموزش مهارت های زندگی بر کنترل آن در دانشجویان متأهل دانشگاه تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی. واحد علوم و تحقیقات.
- ذکری راز لیقی، مرضیه (1384)، بررسی رابطه ابراز گری هیجانی و کنترل هیجانی با شادکامی در دانشجویان شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد رشته روان شناسی عمومی، دانشگاه الزهراء.
- زمانی منفرد، 1 (1375)، بررسی رابطه سطح رضایت مندی زناشویی و سطح توانایی ابراز وجود گروهی از زوج ها ساکن در دو شهرک وابسته به یکی از سازمان های صنعتی تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره. دانشگاه علامه طباطبایی.
- ساعتچی، محمود (1386)، عوامل مؤثر بر بقای خانواده، نشریه روان شناسی، شماره 13، انتشارات بیمارستان رازی.
- شریفی درآمدی، پرویز (1380)، نظریه های روان شناسی تحول. تهران: انتشارات خوشنواز.
- شهیدی، شهریار (1388)، روان شناسی شادی. آشنایی با آخرین نظریه ها و پژوهش های علمی. تهران: نشر قطره.
- صابری زفرقندی، زهره (1388)، بررسی رابطه سبک های دلبستگی و خویشتن پنداری با رضایت زناشویی معلمان متأهل شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی. واحد رودهن.

- صادقی، سعید (1380)، بررسی عوامل شخصیتی مؤثر در سازگاری زناشویی. پایان نامه کارشناسی ارشد رشته روان‌شناسی بالینی. انیستیتو روان‌پزشکی تهران.
- عارفی، مختار. نوابی نژاد، شکوه. ثنایی، باقر (1385)، بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی با کیفیت دوستی در دانش‌آموزان دبیرستانی شهر کرمانشاه. فصلنامه علمی- پژوهشی انجمن مشاوره ایران. تابستان 1385. جلد 5. شماره 18.
- کار، آلان (2004)، روان‌شناسی مثبت: علم شادمانی و نیرومندی انسان. ترجمه حسن پاشاشریفی و محمدجعفر نجفی زند. (1386). تهران: انتشارات سخن. چاپ اول.
- کمساری، فاطمه (1388)، مقایسه شادکامی، سلامت روان و کسب زندگی در افراد مبتلا به اختلال هویت جنسی و افراد عادی. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات.
- کیان زاده، فروغ (1388)، ساخت و هنجاریابی آزمون سبک‌های دلبستگی دانشجویان متأهل دانشگاه تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره. دانشگاه علامه طباطبایی.
- مظاهری، محمد علی (1377)، الگوهای دلبستگی ایرانی. مجله روان‌شناسی 8. سال دوم. شماره 4. زمستان 77.
- مظاهری، محمدعلی (1379)، نقش دلبستگی بزرگسالان در کُنش وری ازدواج. مجله روان‌شناسی 15. سال چهارم. شماره 3 و 155.
- مظاهری، ناهید (1386)، بررسی رابطه بین نگرش دینی، سبک‌های مقابله‌ای (کارآمد و ناکارآمد) و شادکامی دانش‌آموزان پیش‌دانشگاهی منطقه 9 شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه الزهراء.
- میرشاه جعفری، ابراهیم (1381)، شادمانی و عوامل مؤثر بر آن، تازه‌های علوم شناختی، سال 4، شماره 3.
- نورانی پور، رحمت اله. بشارت. محمد علی و یوسفی، اسکندر (1386)، بررسی رابطه دانش و نگرش جنسی با رضایت زناشویی در زوجین ساکن در مجتمع پژوهشگران جوان دانشگاه شهید بهشتی: فصلنامه انجمن مشاوره ایران، جلد ششم، شماره بیست و چهارم، زمستان (1386) صفحات (27-40).
- یزدانی، فضل اله. آزاد، حسین (1382)، بررسی رابطه بین نگرش دینی، سبک مقابله‌ای و شادکامی در دختران و پسران دبیرستانی اصفهانی در سال 82-81. مجله دانش و پژوهش در علوم تربیتی.

-
- Burpee, L. C., Langer, E. J. (2005), Mind Fulness and marital satisfaction. *Journal of adult development*, Vol. 12, No. 1, January (2005).
 - Collins. N. L. and Read, S. (1990), Adult attachment working model and relationship quality in dating couples. *Journal of personality and social psychology*, 58, 603-644.
 - Feeney, J,A and Noller, P. (1990), Attachment style asa predictor of adult romantic relationship. *Journal of personality and social psychology*, Vol. 58, no. 2, Pg. 281-291.
 - Feeny, J. A (1999), Adult romantic attachment and couple relationship In. J.Cassidy and P.R. Shaver (Eds) *Handbook of attachment theory, research and clinical application*. London. The cuilford press.
 - Fredrick Son, B. (2002), *Hand book of positive psychology*. New York: oxford university press.
 - Hazan, C., and Shaver, P.R. (1987), Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*, 52, 511-524.
 - Kirkpatrick, L. A. and Davis, K. E. (1994), Attachment style, Gender, and relationship stability: A longitu dinal analysis *journal of personality and social psychology*. 66, 502- 512.
 - Levenson R.W and Gotman J M. (1985), Physiological and affective predictors of change in relationship satisfaction. *Journal of personality and social psyclology*. 49,85-40.
 - Myers, D.G. and Diener, E. Who is happy? *Psychological seience*, (1995), 6, 10-19.

