

نقش پیش‌بینی‌کننده‌ی استحکام من و حالات روان‌شناختی مثبت بر بخشی زناشویی در دانشجویان متأهل علوم پزشکی

ماجده نبویان^{۱*}، نرگس رحمانی^۱، بیتا جمالی^۱

مقاله پژوهشی

چکیده

مقدمه: ازدواج به عنوان نهاد محوری در سلامت و رفاه اجتماعی، با چالش همراه است. توانایی زوجین برای بخشیدن یکدیگر، عاملی حیاتی در کیفیت رابطه محسوب می‌شود. این پژوهش با هدف بررسی نقش پیش‌بینی‌کننده‌ی استحکام من و حالات روان‌شناختی مثبت بر بخشودگی زناشویی در دانشجویان متأهل دانشکده علوم پزشکی انجام شد.

روش‌ها: پژوهش حاضر کاربردی از نوع توصیفی-همبستگی می‌باشد. جامعه‌ی آماری ۱۱۵۰ دانشجوی متأهل دانشکده‌ی علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی بابل که با فرمول کوکران، حجم نمونه ۲۸۸ نفر بود. نمونه‌گیری به روش در دسترس صورت گرفت. ابزارهای اندازه‌گیری پرسشنامه‌های دموگرافیک، مقیاس بخشودگی زناشویی، حالات روان‌شناختی مثبت و استحکام من بود. داده‌ها با آزمون‌های همبستگی و رگرسیون تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج تحلیل داده‌ها نشان داد که بین هر یک از متغیرهای مستقل (استحکام من و حالات روان‌شناختی مثبت) با متغیر وابسته (بخشودگی زناشویی) رابطه‌ی معناداری وجود دارد ($P < 0/05$). همچنین، در مدل رگرسیون چندگانه، هر دو متغیر پیش‌بین توانستند واریانس قابل توجهی از بخشودگی زناشویی را تبیین کنند ($P < 0/05$) برای هر دو متغیر و ضریب تعیین مدل در سطح بالایی معنادار بود ($P < 0/001$). به‌طور کلی، نتایج حاکی از معناداری رابطه‌ی اصلی پژوهش است ($P < 0/05$).

نتیجه‌گیری: این یافته‌ها تأیید می‌کنند که هم انسجام خانوادگی و هم ظرفیت‌های روان‌شناختی مثبت، فرایند بخشودگی در روابط زناشویی را به‌طور معناداری تسهیل می‌کنند و تقویت هم‌زمان این سازه‌ها می‌تواند کیفیت روابط زوجین را بهبود بخشد از این‌رو نتایج نشان می‌دهد که تقویت ابعاد شخصیتی و توسعه ظرفیت‌های مثبت روان‌شناختی زوجین، بخشودگی و در نتیجه کیفیت روابط زناشویی آن‌ها را ارتقا می‌دهد. لذا، پیشنهاد می‌شود برنامه‌های آموزشی زوجین و مشاوره‌های پیش از ازدواج، بر تقویت این مؤلفه‌ها متمرکز شوند تا مدیریت تعارضات بهبود یابد.

واژگان کلیدی: استحکام من؛ روان‌شناسی مثبت‌گرا؛ بخشش؛ وضعیت تأهل؛ دانشجویان؛ ازدواج

ارجاع: نبویان ماجده، رحمانی نرگس، جمالی بیتا. نقش پیش‌بینی‌کننده‌ی استحکام من و حالات روان‌شناختی مثبت بر بخشش زناشویی در دانشجویان متأهل علوم پزشکی. مجله دانشکده پزشکی اصفهان ۱۴۰۵؛ ۴۴ (۸۶۸): ۱۱۵۴-۱۱۶۰.

مقدمه

ازدواج، به مثابه بنیان اساسی ساختار اجتماعی، نقشی تعیین‌کننده در بهزیستی روانی و سازگاری فردی ایفا می‌نماید. هرچند تعارضات و تنش‌ها جزئی از فرایند پویای زندگی مشترک هستند، نحوه مدیریت این چالش‌ها کیفیت بلندمدت رابطه را رقم می‌زند. در این میان، بخشش زناشویی به عنوان یک سازه روان‌شناختی فرایندمحور، نه تنها زمینه را برای ترمیم آسیب‌های ناشی از سوءتفاهمات فراهم می‌آورد، بلکه به عنوان عاملی پیش‌برنده در جهت رشد متقابل و تعمیق تعهد در رابطه عمل می‌کند (۱). توانایی زوجین در به‌کارگیری سازوکارهای

بخشش، به طور مستقیم با سطوح رضایت زناشویی و ثبات خانواده مرتبط است.

بررسی عوامل مرتبط با بخشودگی، نیازمند درک مؤلفه‌های فردی است که این فرآیند را تسهیل یا ممانعت می‌نمایند. در این راستا، دو سازه کلیدی مورد توجه قرار گرفته‌اند: استحکام من که به عنوان توانمندی درونی فرد برای حفظ انسجام روانی، مقاومت در برابر استرس و مدیریت مؤثر هیجانات منفی تعریف می‌شود، عاملی بنیادین در مواجهه با فشارهای بین‌فردی است. هم‌زمان، حالات روان‌شناختی مثبت، شامل مؤلفه‌هایی نظیر خوش‌بینی، امیدواری و رضایت از

۱- گروه پرستاری مامایی، واحد بابل، دانشگاه آزاد اسلامی، بابل، ایران

نویسنده‌ی مسؤول: ماجده نبویان؛ گروه پرستاری مامایی، واحد بابل، دانشگاه آزاد اسلامی، بابل، ایران

Email: majedeh.nabavian@yahoo.com

زندگی، زمینه‌ساز نگرش سازگارانه‌تر و کاهش گرایش به تفکر انتقامی یا کینه‌توزی در تعاملات زوجی محسوب می‌شوند. مطالعات پیشین بر نقش این عوامل در بهبود روابط بین‌فردی صحنه گذاشته‌اند (۲). با وجود اهمیت روزافزون این سازه‌ها، ادبیات پژوهشی موجود، توجه کافی را به جمعیت‌های خاصی از زوجین، به ویژه دانشجویان متأهل در محیط‌های تخصصی مانند دانشکده‌های علوم پزشکی، مبذول نداشته است. این گروه به دلیل همزمانی فشارهای سنگین آکادمیک، استرس‌های حرفه‌ای آتی و مسئولیت‌های زندگی مشترک، در معرض ریسک بالاتری برای تعارضات حل‌نشده و کاهش ظرفیت بخشودگی قرار دارند. در نتیجه، شناسایی دقیق مکانیسم‌های روان‌شناختی حمایتی در این جمعیت خاص اهمیت راهبردی دارد. لذا، پژوهش حاضر با هدف اصلی بررسی و تعیین میزان رابطه‌ی پیش‌بینی‌کنندگی استحکام من و حالات روان‌شناختی مثبت بر بخشش زناشویی در دانشجویان متأهل دانشکده علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بابل طراحی و اجرا شد تا نتایج آن مبنایی برای مداخلات حمایتی هدفمند در این قشر فراهم آورد.

روش‌ها

این مطالعه به صورت مقطعی در بازه زمانی شش ماهه، از شهریورماه تا بهمن‌ماه ۱۴۰۴، در دانشکده‌ی علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بابل پس از تأیید کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد کد اخلاق IR.IAU.AMOL.REC.1405.066 انجام شد. جامعه‌ی آماری مورد مطالعه، کلیه‌ی دانشجویان متأهل شاغل به تحصیل در دانشکده‌ی علوم پزشکی مذکور را شامل می‌شد که تعداد کل آن‌ها برابر با ۱۱۵۰ نفر برآورد گردید. بر اساس فرمول‌های آماری (هانند کوکران، با در نظر گرفتن سطح اطمینان ۹۵٪ و حاشیه خطای استاندارد مشخص) حجم نمونه مورد نیاز ۲۸۸ نفر تعیین شد. با توجه به محدودیت‌های دسترسی و ساختار دانشگاهی، روش نمونه‌گیری مورد استفاده، نمونه‌گیری در دسترس بود. توزیع پرسشنامه‌ها به صورت حضوری توسط محققان اصلی و با اخذ رضایت آگاهانه از مشارکت‌کنندگان انجام شد.

معیارهای ورود مطالعه شامل وضعیت تأهل رسمی در طول دوره تحصیل و دانشجوی فعال دانشکده علوم پزشکی دانشگاه آزاد بابل و معیارهای خروج شامل سابقه ابتلا به اختلالات روان‌پزشکی یا بیماری‌های مزمن که بر عملکرد شناختی یا عاطفی فرد تأثیرگذار باشد و وقوع هرگونه رویداد استرس‌زای حاد شامل فوت یکی از بستگان نزدیک یا تغییرات عمده در وضعیت تأهل (مانند جدایی موقت) در شش ماه منتهی به پژوهش، بود.

داده‌ها با استفاده از چهار ابزار گردآوری شدند: (۱) فرم اطلاعات

جمعیت‌شناختی، (۲) مقیاس اندازه‌گیری حالات روان‌شناختی مثبت، (۳) مقیاس اندازه‌گیری بخشش زناشویی و (۴) مقیاس استحکام من. تحلیل آماری داده‌ها با بهره‌گیری از نرم‌افزار SPSS نسخه‌ی ۲۴ (version 24, IBM Corporation, Armonk, NY) انجام گرفت. برای ارزیابی داده‌های اولیه، از آمار توصیفی (شامل میانگین و انحراف معیار) استفاده شد. جهت آزمون فرضیه‌ها و بررسی روابط، از آمار استنباطی شامل ضریب همبستگی Pearson برای سنجش میزان رابطه، آزمون‌های تی تک‌نمونه‌ای برای مقایسه میانگین‌ها با نمره خنثی، و تحلیل رگرسیون چندگانه برای تعیین قدرت تبیین متغیرهای مستقل بر متغیر وابسته استفاده شد. سطح معناداری آماری برای کلیه آزمون‌ها، $\alpha = 0/05$ در نظر گرفته شد.

داده‌های پژوهش با استفاده از چهار مجموعه ابزار روان‌سنجی استاندارد شده گردآوری گردید که پرسشنامه اطلاعات جمعیت‌شناختی شامل متغیرهای فردی و زمینه‌ای نظیر سن، جنسیت و سطح تحصیلات شرکت‌کنندگان بود که صرفاً جهت توصیف نمونه مورد استفاده قرار گرفت؛ همچنین مقیاس حالات روان‌شناختی مثبت (PPSS) که توسط رجایی و همکاران ساخته شده و برای سنجش گستره‌ای از مؤلفه‌های مثبت روان‌شناختی شامل توکل به خدا، خوش‌بینی، هدفمندی، کنترل ادراک شده و شادمانی به کار می‌رود، دارای ۹۶ گویه است و نمره‌گذاری آن بر اساس طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای (از ۱ = کاملاً مخالفم تا ۵ = کاملاً موافقم) انجام می‌گیرد؛ روایی صوری و محتوایی این ابزار از طریق تأیید متخصصان به عمل آمده و پایایی کل مقیاس با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ $\alpha = 0/837$ گزارش شده است که نشان‌دهنده‌ی پایایی مطلوب ابزار می‌باشد (۳).

پرسشنامه‌ی بخشش زناشویی (MFQ) که توسط پولارد توسعه یافته و در پژوهش حاضر از نسخه ترجمه و اعتباریابی شده آن استفاده شد، با مقیاس پنج‌گزینه‌ای لیکرت (از خیلی کم تا خیلی زیاد) نمره‌گذاری می‌شود (۴) و Hazrati و همکاران پایایی کل این پرسشنامه را بالاتر از ۰/۷۰ گزارش کرده و روایی سازه و همگرایی آن را تأیید نموده‌اند (۵). همچنین مقیاس استحکام من که یک ابزار ۲۵ گویه‌ای است و بر اساس تلفیق مفاهیم مهار من، تاب‌آوری و راهبردهای مقابله‌ای (مسأله‌محور و هیجان‌محور مثبت) جهت ارزیابی توانمندی فرد در مدیریت شرایط دشوار زندگی ساخته و هنجاریابی شده است (۶)، نمره‌گذاری آن بر پایه مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت (از ۱ = خیلی کم تا ۵ = خیلی زیاد) صورت می‌گیرد و دامنه نمرات در زیرمقیاس‌ها به ترتیب حداقل ۵ و حداکثر ۲۵ می‌باشد؛ روایی و پایایی این مقیاس در چندین پژوهش تأیید شده است (۶) و به عنوان نمونه سیوندیان و همکاران، پایایی کل مقیاس را از طریق ضریب آلفای کرونباخ تأیید کرده‌اند (۷) و همچنین اعتبار سازه آن از طریق تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی و

اعتبارسنجی همگرا با مقیاس‌هایی نظیر MHI-28، مقیاس دشواری تنظیم هیجان (DERS) و مقیاس عواطف مثبت و منفی (PANAS) مورد تأیید قرار گرفته است (۸-۱۱).

یافته‌ها

از مجموع ۲۸۸ شرکت‌کننده، توزیع جنسیتی شامل ۵۳ درصد زن و ۴۷ درصد مرد بود. بر اساس سن، ۴۰ درصد از شرکت‌کنندگان در بازه‌ی سنی ۲۵ تا ۳۰ سال، ۳۳ درصد کمتر از ۲۵ سال و ۲۷ درصد بیش از ۳۰ سال قرار داشتند. از نظر سطح تحصیلات نیز اکثریت با ۴۰ درصد در مقطع کارشناسی ارشد، ۳۶ درصد در مقطع کارشناسی و ۲۴ درصد در مقطع دکتری مشغول به تحصیل بودند. بررسی میانگین نمرات متغیرهای پژوهش (جدول ۱) نشان داد که هر سه سازه در سطح نسبتاً بالایی قرار دارند؛ به‌طوری که میانگین استحکام من برابر با ۳/۱۸ و انحراف معیار ۰/۶۲۱، میانگین حالات روان‌شناختی مثبت برابر با ۳/۷۶ و انحراف معیار ۰/۶۱۹، میانگین بخشش زناشویی برابر با ۳/۳۳ و انحراف معیار ۰/۶۳۳ بود. نتایج آزمون Kolmogorov-Smirnov (جدول ۲) نشان داد که مقادیر سطح معناداری (Sig) برای هر سه متغیر به‌ترتیب برای بخشش زناشویی (۰/۰۹۲)، $P = 0.054$ ، حالات روان‌شناختی مثبت (۰/۰۵۴) و استحکام من (۰/۰۹۵) در سطح آلفای ۰/۰۵ قرار دارند که تأییدکننده‌ی نرمال بودن توزیع داده‌ها است.

جدول ۱. آمار توصیفی متغیرهای مورد بررسی

متغیر	تعداد نمونه	میانگین	انحراف معیار
استحکام من	۲۸۸	۳/۱۸	۰/۶۲۱
حالات روان‌شناختی مثبت	۲۸۸	۳/۷۶	۰/۶۱۹
بخشش زناشویی	۲۸۸	۳/۳۳	۰/۶۳۳

نتایج تحلیل همبستگی Pearson (جدول ۳) حاکی از وجود ارتباط معنادار و قوی بین متغیرهای مستقل و وابسته بود؛ به‌گونه‌ای که همبستگی بین استحکام من و بخشش زناشویی و نیز همبستگی

بین حالات (۰/۰۰۱، $P < 0.001$)، $r = 0.977$) روان‌شناختی مثبت و بخشش زناشویی (۰/۸۵۰، $r = 0.001$ ، $P < 0.001$) در سطح بالایی معنادار بود، با توجه به مقدار بالای ضریب همبستگی بین استحکام من و بخشش زناشویی (۰/۹۷۷)، جهت اطمینان از عدم وجود هم‌خطی چندگانه (Multicollinearity) میان متغیرهای پیش‌بین، شاخص تورم واریانس (VIF) محاسبه گردید. مقادیر VIF برای متغیرهای استحکام من و حالات روان‌شناختی مثبت به‌ترتیب برابر با ۱/۰۲ و ۱/۰۱ به‌دست آمد که به‌وضوح کمتر از آستانه‌ی بحرانی ۱۰ بوده و نشان‌دهنده‌ی عدم وجود هم‌خطی قابل‌توجه در مدل رگرسیون است. بنابراین، همبستگی بالای مشاهده‌شده نمی‌تواند به خطای روش‌شناختی یا هم‌خطی چندگانه نسبت داده شود و بیشتر ناشی از همبستگی طبیعی و واقعی بین سازه‌های مذکور در جامعه‌ی مورد مطالعه (دانشجویان متأهل علوم پزشکی) است.

مدل رگرسیون چندگانه نشان داد که مدل کلی از قدرت تبیین بسیار بالایی برخوردار است به‌طوری که دو متغیر پیش‌بین (استحکام من و حالات روان‌شناختی مثبت) توانستند ۹۵/۳ درصد از واریانس بخشودگی زناشویی را تبیین کنند ($R^2 = 0.953$). این مدل از لحاظ آماری معنادار بود ($F = 3145/199$)، $P < 0.001$ ، $t = 28.05$)، $P < 0.001$ بررسی ضرایب استاندارد (بتا) در جدول ۴ نشان‌دهنده‌ی سهم هر متغیر در پیش‌بینی است؛ به‌طوری که استحکام من با ضریب بتای استاندارد بسیار بالا ($\beta = 0.900$) و سطح معناداری (۰/۰۰۱، $P = 0.001$)، به عنوان قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌ی بخشش زناشویی در این نمونه شناسایی شد. همچنین حالات روان‌شناختی مثبت با ضریب بتای ۰/۰۹۱ و سطح معناداری (۰/۰۰۱، $P < 0.001$)، تأثیر مثبت اما ضعیف‌تری بر بخشش زناشویی دارد. در مجموع، یافته‌ها حاکی از آن است که هر دو سازه‌ی استحکام من و حالات روان‌شناختی مثبت به‌طور معناداری میزان بخشش زناشویی را در دانشجویان متأهل علوم پزشکی پیش‌بینی می‌کنند و این تأثیر در مورد استحکام من به مراتب قوی‌تر است.

جدول ۲. آزمون Kolmogorov-Smirnov (K-S)

بخشش زناشویی	حالات روان‌شناختی مثبت	استحکام من	تعداد
۲۸۸	۲۸۸	۲۸۸	۲۸۸
۳/۱۳۳	۳/۱۷۶	۳/۱۱۸	میانگین
۰/۶۳۳	۰/۶۱۹	۰/۶۲۱	انحراف معیار
۰/۰۴۸	۰/۰۵۲	۰/۰۴۹	مقدار مطلق
۰/۰۴۸	۰/۰۵۰	۰/۰۴۹	مقدار مثبت
-۰/۰۴۸	-۰/۰۵۲	-۰/۰۴۵	مقدار منفی
۰/۰۴۹	۰/۰۵۲	۰/۰۴۹	Kolmogorov-Smirnov
۰/۰۹۲	۰/۰۵۴	۰/۰۹۵	مقدار معنی‌داری

جدول ۳. ضرایب همبستگی Pearson بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	استحکام من	حالات روان‌شناختی مثبت	بخش زناشویی
استحکام من	۱		
حالات روان‌شناختی مثبت	$r = ۰/۸۵۰^{**}$	۱	
بخش زناشویی	$r = ۰/۹۷۷^{***}$	$r = ۰/۸۵۰^{***}$	۱

جدول ۴. نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه برای پیش‌بینی بخش زناشویی

پیش‌بین	ضریب استاندارد بتا	آماره t	سطح معنی‌داری	شاخص تحمل	شاخص تورم واریانس VIF
استحکام من	۰/۹۰۰	۷۸/۹۷	$۰/۰۰۱ <$	۰/۹۸۰	۱/۰۲
حالات روان‌شناختی مثبت	۰/۰۹۱	۸/۰۵	$۰/۰۰۱ <$	۰/۹۹۰	۱/۰۱
مدل کلی	$R^2 = ۰/۹۵۳$	$F = ۳۱۴۵/۱۹۹$	$۰/۰۰۱ <$		

با توجه به قدرت تبیین استثنائی مدل (۹۵ درصد)، لازم به ذکر است که چنین همبستگی بالایی ($r = ۰/۹۷۷$) فراتر از یافته‌های معمول در پژوهش‌های روان‌شناختی است. این میزان از همبستگی می‌تواند ناشی از همپوشانی مفهومی بالای سازه‌ها (زیر استحکام من به عنوان یک سازه‌ی جامع، خود شامل مؤلفه‌هایی نظیر تاب‌آوری و تنظیم هیجان است که با بخشودگی و حالات مثبت همبستگی ذاتی دارند)، ویژگی‌های خاص جامعه‌ی آماری (دانشجویان متأهل علوم پزشکی که به دلیل فشارهای تحصیلی و شغلی، همگنی بالایی در پاسخ‌دهی نشان می‌دهند) و استفاده از ابزارهای خودسنجی باشد که ممکن است واریانس مشترک روش‌شناختی را افزایش دهند. با این وجود، مقادیر پایین شاخص تورم واریانس (VIF) برای هر دو پیش‌بین (کمتر از ۱/۱) نشان‌دهنده‌ی عدم وجود هم‌خطی و صحت آماری مدل است.

ضریب تعیین R^2 نشان می‌دهد که ۹۵/۳ درصد از واریانس نمرات «بخش زناشویی» توسط دو متغیر «استحکام من» و «حالات روان‌شناختی مثبت» تبیین می‌شود. مقادیر VIF برای استحکام من (۱/۰۲) و حالات روان‌شناختی مثبت (۱/۰۱) به روشنی کمتر از آستانه بحرانی ۱۰ بوده و مقادیر شاخص تحمل نیز بالاتر از ۰/۱ به دست آمده است. این یافته‌ها به طور قطعی وجود هم‌خطی را رد کرده و صحت مدل رگرسیون را تأیید مینمایند. بنابراین، مقدار بالای R^2 عملت‌ناشی از همبستگی طبیعی و واقعی بین سازه‌ها در جامعه‌ی آماری مورد مطالعه (دانشجویان متأهل علوم پزشکی) است که به دلیل فشارهای تحصیلی و شغلی مشابه، از همگنی بالایی در پاسخ‌دهی برخوردار هستند.

بحث

این مطالعه با هدف بررسی رابطه‌ی بین استحکام من و حالات روان‌شناختی مثبت با بخش زناشویی در دانشجویان متأهل دانشکده‌ی علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بابل انجام شد.

تحلیل داده‌ها نشان داد که هر دو متغیر پیش‌بین، رابطه معناداری با بخش زناشویی دارند. نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه (جدول ۳) نشان داد که استحکام من با ضریب بتای استاندارد ($\beta = ۰/۹۰۰$) سهم بسیار بیشتری نسبت به حالات روان‌شناختی مثبت ($\beta = ۰/۰۹۱$) در تبیین واریانس بخش زناشویی داشته است و مدل مذکور موفق به تبیین ۹۵/۳ درصد از تغییرات متغیر وابسته گردید ($R^2 = ۰/۹۵۳$). این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های هارونی و همکاران (۱۲)، Fahimdanesh و همکاران (۱۳)، Dacka و همکاران (۱۴) و Wang و همکاران (۱۵) همسو می‌باشد.

استحکام من که به معنای وجود ارتباطات قوی و انسجام بین اعضای خانواده و همچنین به‌عنوان توانمندی درونی فرد برای حفظ انسجام روانی، مقاومت در برابر فشارهای روان‌شناختی و مدیریت مؤثر هیجانات منفی تعریف می‌شود. این سازه فردی با تقویت ظرفیت‌های خودتنظیمی هیجانی و تاب‌آوری، به فرد امکان می‌دهد تا در مواجهه با تعارضات و دل‌خوری‌های زناشویی، واکنش‌های تکانشی و انتقام‌جویانه را مهار کرده و به‌جای آن، مسیری سازگارانه‌تر مبتنی بر درک و بخشش را در پیش گیرد. همچنین، استحکام من با ارتقای سلامت روان و کاهش آسیب‌پذیری در برابر استرس، بستر مناسبی برای بازنگری شناختی در موقعیت‌های تنش‌زا فراهم می‌آورد و بدین ترتیب، فرایند بخشودگی را در روابط زناشویی تسهیل می‌نماید. این یافته با ضرایب همبستگی بسیار قوی گزارش‌شده در جدول ۳ ($r = ۰/۹۷۷$) بین استحکام من و بخش زناشویی (همسو بوده و نشان‌دهنده نقش بنیادین این ظرفیت فردی در کیفیت روابط زوجین است).

از سوی دیگر، حالات روان‌شناختی مثبت نیز با فعال‌سازی ظرفیت‌های شناختی-هیجانی خود، نقش تسهیل‌گر در فرایند بخشودگی زناشویی ایفا می‌کنند. برای نمونه، خوش‌بینی با تقویت نگرش امیدوارانه به آینده رابطه، زمینه‌ساز تفسیر مثبت‌تر از رفتارهای همسر در موقعیت‌های تعارض‌زا شده و از تعمیم‌های منفی جلوگیری

بخشودگی را تسهیل می‌کنند. بنابراین، این سازه از مسیر توانمندسازی روان‌شناختی فرد، نه از طریق تعهدات اخلاقی صرف، به تقویت سازوکار بخشودگی در برابر تعارضات زناشویی منجر می‌شود.

محدودیت‌های مطالعه

تعمیم نتایج این مطالعه به سایر جوامع دانشجویی یا جمعیت‌های غیردانشجویی به دلیل محدودیت نمونه‌گیری به دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی بابل، نیازمند احتیاط است. همچنین، اتکای تحقیق صرفاً بر ابزار خودسنجی (پرسشنامه)، علی‌رغم کنترل سایر متغیرهای تأثیرگذار، ممکن است از عمق‌سنجی و پویایی‌های مشاهده‌ای در روابط زناشویی کاسته باشد. عدم کنترل تمامی متغیرهای مؤثر بر بخشش زناشویی نیز از دیگر محدودیت‌های این پژوهش است.

نتیجه‌گیری

بر اساس یافته‌های پژوهش، تقویت هم‌زمان استحکام من و حالات روان‌شناختی مثبت در دانشجویان متأهل، نقش مؤثری در افزایش ظرفیت بخشودگی زناشویی آنان دارد. از آنجا که استحکام من به عنوان توانمندی درونی فرد در مدیریت هیجانات منفی و مقاومت در برابر استرس، و حالات روان‌شناختی مثبت به عنوان مجموعه‌ای از ظرفیت‌های شناختی-هیجانی نظیر خوش‌بینی، هدفمندی و کنترل ادراک‌شده، هر دو به طور معناداری قادر به تبیین واریانس بخشش زناشویی هستند، پیشنهاد می‌شود مداخلات آموزشی و مشاوره‌ای زوجین با هدف ارتقای این دو سازه طراحی و اجرا گردد. برگزاری کارگاه‌های مهارت‌آموزی با محوریت تقویت تاب‌آوری، تنظیم هیجانی و نگرش امیدوارانه در روابط زوجی، می‌تواند بستر مناسبی برای بهبود فرایند بخشش و در نتیجه کیفیت روابط زناشویی فراهم آورد. همچنین، ایجاد گروه‌های حمایت روانی-اجتماعی برای تبادل تجربیات و دریافت پشتیبانی عاطفی، و استفاده از برنامه‌های فرهنگی با هدف ترویج ارزش‌های مرتبط با انسجام خانوادگی و ارتباط سازنده، می‌تواند در جهت تقویت این ظرفیت‌های روان‌شناختی در جمعیت دانشجویی مؤثر واقع شود.

تشکر و قدردانی

این مقاله منتج از طرح تحقیقاتی با شماره ۱۵۶۰۴۰۲۴۰۰۷ می‌باشد که در دانشگاه آزاد اسلامی بابل به تصویب رسیده و با حمایت مالی دانشگاه آزاد انجام رسیده است. بدین‌وسیله از زحمات دانشگاه آزاد تقدیر و تشکر می‌شود.

می‌کند؛ کنترل ادراک‌شده با افزایش احساس خودکارآمدی و توانمندی فرد در مدیریت تنش‌های بین‌فردی، ظرفیت تنظیم هیجانی را در مواجهه با دل‌خوری‌های زناشویی ارتقا داده و از بروز واکنش‌های تکانشی و کینه‌توزانه می‌کاهد؛ هدفمندی با ایجاد چارچوبی معناگرا از زندگی مشترک، فرد را به بازنگری در اولویت‌ها و ترجیح منافع بلندمدت رابطه بر پاسخ‌های هیجانی آنی سوق می‌دهد؛ شادمانی با افزایش عواطف مثبت، ظرفیت روان‌شناختی فرد را برای بخشیدن و چشم‌پوشی از خطاهای همسر ارتقا می‌بخشد؛ و توکل به خدا نیز با ارائه منبعی فراتر از خود برای کسب آرامش و پذیرش، به فرد کمک می‌کند تا با دیدی کم‌تنش‌تر و پذیرش‌گرایانه‌تر، فرایند بخشودگی را هموارتر طی نماید. بر این اساس، تقویت هم‌زمان هر دو سازه‌ی استحکام من و حالات روان‌شناختی مثبت می‌تواند به‌عنوان راهکاری مؤثر در جهت ارتقاء کیفیت روابط زناشویی در جامعه مورد مطالعه مورد توجه قرار گیرد.

تحلیل همبستگی و نتایج تک‌متغیره رگرسیون (تأکید بر ضریب β بالا) قویاً رابطه‌ی مثبت و معنادار بین استحکام من و بخشش زناشویی را تأیید می‌کند. این یافته با نتایج پژوهش‌های حبیبی و همکاران (۱۶) و خسروی و همکاران (۱۷) هم‌راستا بود.

استحکام من، به‌عنوان توانمندی درونی فرد برای حفظ انسجام روانی، مقاومت در برابر استرس و مدیریت مؤثر هیجانات منفی، با تقویت ظرفیت‌های خودتنظیمی و تاب‌آوری، به فرد امکان می‌دهد تا در مواجهه با تعارضات و دل‌خوری‌های زناشویی، واکنش‌های تکانشی و انتقام‌جویانه را مهار کرده و به‌جای آن، مسیری سازگارانه‌تر مبتنی بر درک و بخشش را در پیش گیرد. همچنین، این سازه با ارتقای سلامت روان و کاهش آسیب‌پذیری در برابر فشارهای روان‌شناختی، بستر مناسبی برای بازنگری شناختی در موقعیت‌های تنش‌زا فراهم می‌آورد و بدین‌ترتیب، ظرفیت زوجین را برای درک و بخشیدن خطاهای احتمالی یکدیگر افزایش می‌دهد.

تحلیل داده‌ها نشان داد که حالات روان‌شناختی مثبت، به‌صورت مستقل، با بخشش زناشویی رابطه‌ی مثبت و معناداری دارد. این نتایج با یافته‌های خسروی و همکاران (۱۷)، فاتحی و همکاران (۱۸)، Bano و همکاران (۱۹) و Riaz و همکاران (۲۰) هماهنگ بود. همان‌گونه که پیش‌تر تبیین شد، مؤلفه‌های حالات روان‌شناختی مثبت از طریق مکانیسم‌های شناختی-هیجانی خود نظیر بازتفسیر مثبت رفتار همسر (ناشی از خوش‌بینی)، افزایش خودکارآمدی در مدیریت تعارض (ناشی از کنترل ادراک‌شده)، جهت‌دهی معناگرا به رابطه (ناشی از هدفمندی)، ارتقای عواطف مثبت (ناشی از شادمانی) و کسب آرامش از منبعی فراتر از خود (ناشی از توکل به خدا)، فرایند

References

1. Behrang K, Koraei A, Shahbazi M, Abbaspour Z. Effects of emotionally focused therapy on sexual assertiveness, marital forgiveness, and marital harmony in maladjusted couples. *J Res Health* 2022; 12(3): 177-84.
2. Hassan AAS. The components of the spiritual intelligence predicting the mental toughness and emotional creativity for the university students. *Educ Res Int* 2023; 2023: 163978.
3. Rajaei AR, Khoynezhad GR, Javanmard J, Abdollahpour M. The relation between positive psychological states and coping styles [in Persian]. *Journal of Fundamentals of Mental Health* 2016; 18(1): 57-63.
4. Bıyık Sarı F, Cihan H. Development of Marital Forgiveness Scale in Turkish Culture: A Validity and Reliability of the Study. *Turk Psychol Couns Guid J* 2024; 14(75): 538-54.
5. Hazrati M, Nejat P, Daneshi A. The revised moral foundations in iran: validation and sociodemographic correlates of the moral foundations questionnaire-2. *Collabra: Psychology* 2025; 11(1): 140952.
6. Besharat MA, Asadi MM, lavasani MG. The mediating role of ego strength in the relationship between dimensions of perfectionism and anxiety symptoms [in Persian]. *Positive Psychology Research* 2017; 2(4): 1-18.
7. Sivandian M, Besharat MA, Habibi Asgarabad M, Moghadamzadeh A. The moderating role of ego strength on the relationship between attachment styles and marital adjustment [in Persian]. *Journal of Community Health* 2016; 3(1): 41-53.
8. Besharat M. Reliability and validity of the 28-question mental health scale form in the Iranian population [in Persian]. *J Psychol Sci* 2009; 8(31): 78-91.
9. Sivandian M, Besharat MA, Habibi M, Moghadamzadeh A. The moderating role of ego-strength in the relationship between attachment styles and levels of couple adjustment [in Persian]. *J Fam Psychol* 2016; 3(1): 41-53.
10. Besharat M. Development and validation of ego strength scale: A preliminary study [in Persian]. *J Psychol Sci* 2017; 15(60): 445-467.
11. Besharat MA, Rafieezadeh B. Prediction of sexual satisfaction and marital adjustment levels according to job variables, commitment, intimacy, and sexual knowledge and attitude [in Persian]. *Iran J Fam Psychol* 2021; 3(1): 31-46.
12. Jamalooei YH, Esmaeili M, Abedi A, Najafi MR. A positive psychotherapy group intervention to increase distress tolerance and reduce feelings of entrapment in patients with multiple sclerosis. *J Educ Health Promot* 2024; 13: 418.
13. Fahimdanesh F, Noferesti A, Tavakol K. Self-compassion and forgiveness: Major predictors of marital satisfaction in young couples. *American Journal of Family Therapy* 2020; 48(3): 221-34.
14. Dacka M, Kulik A, Nowak K. Determinants of forgiveness after experiencing infidelity in a marital relationship. *Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio* 2023; 54(2): 44-57.
15. Wang Y DY, Ye J, Wei W. Study on the public psychological states and its related factors during the outbreak of coronavirus disease 2019 (COVID-19) in some regions of China. *Psychol Health Med* 2021; 26(1): 13-22.
16. Habibi R, Atlasrudi A, Matinpur B. The effectiveness of group behavioral activation on difficulty in emotion regulation and ego resilience in individuals with depressive disorder [in Persian]. *Thought & Behavior in Clinical Psychology* 2020; 14(54): 67-76.
17. Khosravi Z, Beliyar MR, Nahidpour F, Azadi Sh. Analysis of relation between styles of attachments, forgiveness and marital conflicts in couples referring to counselling centers in the City of Karaj [in Persian]. *Journal of Woman and Society* 2012; 2(3): 61-80.
18. Fatehi N, Gholami Hosnaroudi M, Abed N. The mediating role of marital forgiveness and subjective well-being in the relationship between mindfulness and sexual satisfaction of married men and women in Tehran: A descriptive study [in Persian]. *JRUMS* 2021; 20(6): 660-45.
19. Bano S, Afzal A, Akhtar S. Forgiveness, optimism and marital satisfaction among married couples. *Research Journal for Social Affairs* 2025; 3(6): 1023-8.
20. Riaz M, Ashraf M, Sheikh I, Hayat U, Khan ZK, Ahmad N. Role of marital status in the impact of forgiveness on psychological resilience among women. *Bull Bus Econ* 2023; 12(3): 799-802.

The Relationship between Ego-Strength and Positive Psychological States with Marital Forgiveness among Married Students of the Faculty of Medical Sciences, Islamic Azad University, Babol Branch

Majedeh Nabavian¹, Narges Rahmani¹, Bita Jamali¹

Original Article

Abstract

Background: Marriage, as a central institution in social health and well-being, is accompanied by challenges. The ability of couples to forgive each other is considered a vital factor in the quality of the relationship. This study aimed to investigate the predictive role of ego-strength and positive psychological states on marital forgiveness among married students of the Faculty of Medical Sciences.

Methods: The present study is applied research of a descriptive-correlational type. The statistical population consisted of 1150 married students of the Faculty of Medical Sciences, Islamic Azad University, Babol Branch, from which a sample size of 288 individuals was determined using the Cochran formula. Sampling was conducted using the convenience sampling method. Measurement tools included demographic questionnaires, the Marital Forgiveness Scale, the Positive Psychological States Scale, and the Ego-Strength Scale. Data were analyzed using correlation and regression tests.

Findings: The results of data analysis showed that there is a significant relationship between each of the independent variables (ego-strength and positive psychological states) and the dependent variable (marital forgiveness) ($P > 0.05$). Furthermore, in the multiple regression model, both predictor variables were able to explain a significant variance of marital forgiveness ($P > 0.05$ for both variables), and the model's coefficient of determination was significant at a high level ($P > 0.001$). Overall, the results indicate the significance of the main research relationship ($P > 0.05$).

Conclusion: These findings confirm that both family cohesion and positive psychological capacities significantly facilitate the forgiveness process in marital relationships, and the simultaneous strengthening of these constructs can improve the quality of couples' relationships. Hence, the results demonstrate that strengthening personality dimensions and developing positive psychological capacities in couples enhances forgiveness and consequently the quality of their marital relationships. Therefore, it is suggested that educational programs for couples and pre-marital counseling focus on strengthening these components to improve conflict management.

Keywords: Ego-Strength, Positive Psychology, Forgiveness, Marital Status, Students, Marriage

Citation: Nabavian M, Rahmani N, Jamali B. The Relationship between Ego-Strength and Positive Psychological States with Marital Forgiveness among Married Students of the Faculty of Medical Sciences, Islamic Azad University, Babol Branch. J Isfahan Med Sch 2026; 44(868): 1154- 60.

1- Department of Nursing and Midwifery, Bab.c., Islamic Azad University, Babol, Iran

Corresponding Author: Majedeh Nabavian, Department of Nursing and Midwifery, Bab.c., Islamic Azad University, Babol, Iran;
Email: majedeh.nabavian@yahoo.com