

**پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی بر اساس کیفیت
روابط زناشویی، همدلی و سیستم‌سازی در
دانشجویان متأهل دانشگاه اصفهان**

نبی الله خواجه*، فاطمه بهرامی**،

مریم فاتحی زاده***، محمدرضا عابدی****

چکیده

هدف پژوهش حاضر پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی بر اساس کیفیت روابط زناشویی، بهره‌همدلی و بهره‌سیستم‌سازی در دانشجویان متأهل بود. نمونه این پژوهش ۲۱۰ دانشجوی متأهل (۱۰۵ زن و ۱۰۵ مرد) بود که به روش نمونه‌گیری در دسترس از میان دانشجویان متأهل دانشگاه اصفهان در سال تحصیلی ۸۹-۸۸ انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس بهره‌همدلی، مقیاس بهره‌سیستم‌سازی، مقیاس کیفیت روابط زناشویی و مقیاس بهزیستی روان‌شناختی استفاده شد. داده‌ها با استفاده از آزمون آماری تحلیل رگرسیون تحلیل شد. نتایج نشان داد که بهره‌همدلی و سیستم‌سازی و کیفیت روابط زناشویی می‌توانند درصدی از بهزیستی روان‌شناختی مردان و زنان متأهل را پیش‌بینی کنند. و همچنین یافته‌ها نشان داد در میان مردان و زنان در بهره‌سیستم‌سازی تفاوت معنادار ($P < 0/05$) وجود دارد و نمرات مردان بیشتر از زنان بود.

کلید واژه‌ها

بهزیستی، روان‌شناختی، همدلی، نظام‌دهی، کیفیت روابط زناشویی، زن، مرد.

مقدمه و بیان مسأله

از زمان‌های بسیار دور همیشه این سؤال مطرح بود که چه چیزی باعث خوشبختی و بهزیستی می‌شود. ریف و کیس^۱ (۱۹۹۵) در دهه گذشته الگوی بهزیستی روان‌شناختی^۲ را پیشنهاد کردند، که در جهان پژوهشگرانی چون کلارک^۳ و همکاران (۲۰۰۱)، دایرندوک^۴ (۲۰۰۵)، چنگ و چان^۵ (۲۰۰۵) و لیندفورس^۶ و همکاران (۲۰۰۶) این موضوع را به‌طور گسترده‌ای بررسی کردند. بهزیستی روان‌شناختی یک مفهوم چند مؤلفه‌ای و در برگیرنده: ۱- پذیرش خود^۷: یعنی نگرش مثبت به خود و پذیرش جنبه‌های مثبت خود مانند ویژگی‌های خوب و بد و احساس مثبت درباره زندگی گذشته؛ ۲- روابط مثبت با دیگران^۸: احساس رضایت و صمیمیت از رابطه با دیگران و درک اهمیت این وابستگی‌ها؛ ۳- استقلال^۹: احساس استقلال و اثر گذاری در رویدادهای زندگی و نقش فعال در رفتارها؛ ۴- تسلط بر محیط^{۱۰}: حس تسلط بر محیط، کنترل فعالیت‌های بیرونی و بهره‌گیری مؤثر از فرصت‌های پیرامون؛ ۵- زندگی هدفمند^{۱۱}: داشتن هدف در زندگی و باور به این که زندگی حال و گذشته او معنادار است؛ ۶- رشد شخصی^{۱۲}: احساس رشد با دوام و دستیابی به تجربه‌های نو به‌عنوان یک موجود دارای استعدادهای بالقوه (ریف و کیس، ۱۹۹۵؛ ریف و سینگر^{۱۳}، ۱۹۹۸).

ویسینگ و وان‌دان (۱۹۹۴) کیفیت زندگی را یک سازه بهزیستی روان‌شناختی کلی معرفی کردند که به‌وسیله احساس انسجام و پیوستگی کلی در زندگی، تعادل عاطفی و رضایت کلی

-
1. Ryff & Keyes
 2. Psychological well-being
 3. Clark
 4. Dierendonek
 5. Cheng & Chan
 6. Lindfors
 7. Self-acceptance
 8. Positive relation with others
 9. Autonomy
 10. Environmental mastery
 11. Purpose in life
 12. Personal growth
 13. Singer

از زندگی، مشخص و اندازه‌گیری می‌شود (نقل از زنجانی طبسی، ۱۳۸۳). آن‌ها تأکید کردند که بهزیستی روان‌شناختی سازه‌ای چند بعدی است و به صورت ۱- عاطفه: احساسات مثبت؛ ۲- شناخت: زندگی قابل درک و کنترل؛ ۳- رفتار: علاقه به کار و فعالیت؛ ۴- خود پنداره: توانایی اثبات خویشتن؛ ۵- روابط بین فردی: تعامل اجتماعی، بروز می‌کند. به‌گفته‌هاجیران^۱ (۲۰۰۶) هدف نهایی بهبود کیفیت زندگی بهزیستی و شادی افراد است. او پیشنهاد می‌کند که ارزیابی وسیع از کیفیت زندگی باید به اندازه‌گیری متغیرهای نامحسوس از احساسی متکی باشد که در شادی زوجین وجود دارد. به‌عبارت دیگر کیفیت زندگی بهزیستی و شادی افراد است. از نظر کیس و همکاران (۲۰۰۲) بهزیستی روان‌شناختی، کیفیت زندگی فرد با دیگر واحدهای اجتماع را در بر می‌گیرد. کیفیت روابط زناشویی^۲، سازگاری و شادمانی زناشویی^۳ را شامل می‌شود و سطح بالای کیفیت نشان دهنده وجود ویژگی‌های عینی رابطه (زوجین) از جمله: همراهی، ارتباط خوب و فقدان تضاد است که مشخصه رابطه سازگارانه هستند و میزان رضایتمندی از رابطه و همسر را نیز در بر می‌گیرد و سازه کیفیت زناشویی این سازگاری و رضایتمندی از رابطه را در یک مفهوم وسیع‌تر و جامع‌تر ترکیب می‌کند (لوی و کتز^۴، ۲۰۰۲). بدین صورت کیفیت زناشویی مفهومی چند بعدی است که نه تنها ویژگی‌های درون فردی را شامل می‌شود، بلکه ویژگی‌های بین فردی همسران نیز در بر می‌گیرد و بر این اساس گونگ^۵ (۲۰۰۷) توافق نسبی زن و شوهر درباره موضوع‌های مهمی چون همکاری در کارها و فعالیت‌های مشترک و ابراز محبت به یکدیگر را کیفیت زناشویی می‌داند. کیفیت زندگی زناشویی ارزشیابی درونی رابطه زوجین در بعضی ابعاد و ارزش‌هاست و دامنه این ارزشیابی شامل طیفی است که مشخصات وسیعی از تعامل و کارکرد زناشویی را منعکس می‌کند، کیفیت زناشویی بالا به سازگاری مطلوب، ارتباط مناسب و سطح بالایی از رضایتمندی زناشویی منجر می‌شود (تبریزی، ۱۳۸۵). کیفیت زناشویی فرایندی است که به‌واسطه میزان تعارض زناشویی، اضطراب

-
1. Hajiran
 2. Marital quality
 3. Marital happiness
 4. Lavee & Katz
 5. Gong

در رابطه، رضایت و توافق در تصمیم‌گیری مشخص شده است (اسپنیر و لوئیس^۱، ۱۹۸۰؛ نیلسن^۲، ۲۰۰۵؛ نقل از شاه سیاه، ۱۳۸۷). اغلب این سؤال مطرح می‌شود که چرا زنان کمتری به رشته‌های علوم (شامل: علوم فیزیکی یا طبیعی، ریاضی، فیزیک، شیمی، کامپیوتر، مهندسی و غیره...) و علوم وابسته به زیست‌شناسی (زیست‌شناسی، فیزیولوژی، پزشکی، ژنتیک و داروشناسی...) وارد می‌شوند؟ چرا زنان در رشته‌های علوم انسانی بهتر می‌درخشند؟ یا چرا مردان در رشته‌های علوم از زنان قوی‌تر هستند؟ بعد از ظهور نظریه همدلی^۳ - سیستم‌سازی^۴، تعدادی از پژوهشگران به دنبال یافتن پاسخ به سؤالات فوق در قالب این نظریه بودند و نظریه همدلی - سیستم‌سازی را در دانشجویان رشته علوم انسانی و علوم، آزمون کرده‌اند. نتایج پژوهش‌ها حاکی از آن است که صرف نظر از جنسیت، دانشجویان علوم انسانی در مقایسه با دانشجویان علوم به طور معناداری بهره همدلی بالاتر و دانشجویان علوم، نسبت به دانشجویان علوم انسانی به طور معناداری، بهره سیستم‌سازی بالاتر دارند (ویل رایت^۵ و همکاران، ۲۰۰۶).

از آنجا که نظریه همدلی - سیستم‌سازی اخیراً ارائه شده است، لذا در زمینه آزمون این نظریه و نیز تفاوت‌های جنسیتی در میان زوجین از لحاظ بهره همدلی و بهره سیستم‌سازی و کیفیت روابط زناشویی و ارتباط آن با بهزیستی روان‌شناختی پژوهشی در کشور انجام نشده ضرورت این پژوهش احساس می‌شود. اصطلاح همدلی را اولین بار در آغاز قرن بیستم لپس^۶، برای کمک به توضیح تجربه‌های زیبا-شناختی، مطرح کرد (ایکس^۷، ۲۰۰۳). از آن زمان تاکنون، برای رسیدن به تعریف واحدی که بتواند از بینش اجتماعی تا توانایی فهم، وضع شناخت و عاطفه دیگران را پوشش دهد تلاش‌های متنوعی انجام شده است (مانسر و لینگ^۸، ۲۰۰۶). همدلی اجازه آگاهی از احساسات افراد و پیش‌بینی آن را به ما می‌دهد و کلید رشد و

-
1. Spanier & Lewise
 2. Nielson
 3. Empathy
 4. Systemizing
 5. Weelwright
 6. Lips
 7. Ickes
 8. Muncer & Ling

حفظ روابط انسانی است (کریل^۱ و همکاران، ۲۰۰۸). همدلی یک مهارت است و افراد در میزان این مهارت متفاوت هستند (بارون- کوهن^۲، ۱۳۸۶). درک و شناسایی افکار، احساسات و انگیزه‌های دیگران که در همدلی محقق می‌شود، در رفتار بشر نقشی اساسی ایفا می‌کند (هوغان^۳، ۱۹۶۹). همدلی با رفتار پیش اجتماعی (یعنی کنش‌های خود خواسته به نیت کمک به دیگران) و بهبود عملکرد اجتماعی مرتبط است (میاسکیز^۴، ۲۰۰۸) و برای فهم و ادراک ما از رفتارهای اجتماعی دیگران (دستی^۵، ۲۰۰۲)، تنظیم رفتار اجتماعی خود (فیندلای^۶ و همکاران، ۲۰۰۶؛ لیبیل^۷ و همکاران، ۲۰۰۴) و حصول اخلاقیات (برتوز^۸ و همکاران، ۲۰۰۶؛ هافمن^۹، ۲۰۰۰) ضروری است و بر پایداری افراد نسبت به معیارهای فرهنگی، پذیرش مسئولیت اجتماعی، سلامت روان و سازگاری اجتماعی افراد تأثیر می‌گذارد. می‌توان گفت همدلی توانایی ورود به دنیای دیگران یا به عبارتی نگرستن از دریچه چشم دیگران است. تعریف واحدی از همدلی که اکثر صاحب‌نظران بر آن اجماع کرده‌اند عبارت است از سائق و توانایی فهم هیجان‌ها و افکار دیگران و پاسخ‌دهی به آن‌ها با هیجان‌ها مناسب و همخوان (بیلینگتون^{۱۰} و همکاران، ۲۰۰۷) یا به عبارت دیگر توانایی سهیم شدن در احساسات دیگران (الیاس^{۱۱} و همکاران، ۱۳۸۷).

نظریه‌ای که بارون- کوهن (۲۰۰۲) ارائه کرده است دو بعد روان‌شناختی یا دو سبک شناختی متفاوت در دو جنس را مطرح می‌کند و این دو بعد روان‌شناختی عبارت هستند از: همدلی و سیستم‌سازی. همدلی و سیستم‌سازی فرایندی هستند که به ما اجازه ایجاد احساس، نسبت به وقایع و پیش‌بینی‌های معتبر و موثق را می‌دهند. می‌توان گفت همدلی قوی‌ترین سبک

-
1. Krill
 2. Baron - Cohen
 3. Hogan
 4. Miaskiewicz
 5. Decety
 6. Findlay
 7. Laible
 8. Berthoz
 9. Hoffman
 10. Billington
 11. Elias

فهم و پیش‌بینی جهان اجتماعی و سیستم‌سازی نیرومندترین سبک فهم و پیش‌بینی قوانین حاکم بر جهان بی‌جان است. بارون-کوهن و همکاران (۲۰۰۳) یک مدل عمومی از تفاوت‌های جنسیتی را مطرح کردند و در نظریه خود مدعی هستند که به‌طور متوسط زنان در همدلی و مردان در سیستم‌سازی قوی‌تر هستند و شواهد و مدارک زیادی نشان می‌دهد که زنان در سطح بالاتری از مردان همدلی می‌کنند (بارون-کوهن و همکاران، ۲۰۰۳) در حالی که مردان در سطح بالاتری از زنان سیستم‌سازی می‌کنند (بارون-کوهن و ویل رایت، ۲۰۰۴). بسیاری از تفاوت‌های جنسیتی شناختی و روان‌شناختی مثل تفاوت در مهارت‌های حل مسائل ریاضی و توانایی شناخت هیجانی، در چارچوب تفاوت در همدلی و سیستم‌سازی تبیین‌پذیر هستند (بارون-کوهن، ۲۰۰۳). سیستم‌سازی سائق و توانایی فهم، تحلیل و کشف قواعد زیربنایی و حاکم بر یک سیستم، برای پیش‌بینی و کنترل رفتار آن و نیز توانایی ساخت یک سیستم است (بارون-کوهن، ۲۰۰۲ و ۲۰۰۳). سیستم‌سازی یک فرآیند استقرائی و شامل تحلیل قوانین یک سیستم و نمایش روابط «درون داد-عملکرد-برون داد» است و به این منظور، فرد از قوانین اگر-آن‌گاه استفاده می‌کند، اگر X را انجام دهم آن‌گاه A رخ می‌دهد. سیستم‌سازی بر پدیده‌های قانون‌مند، متناهی و جبری عمل می‌کند و در سیستم‌سازی فرد بر جزئیات یا اجزاء سیستم تمرکز می‌کند و چگونگی عملکرد آن‌ها را بررسی می‌کند تا دریابد یک جنبه از سیستم چگونه کار می‌کند لذا سیستم‌سازی برای دیدن جزئیات به یک چشم تیزبین نیاز دارد (بارون-کوهن، ۲۰۰۴).

ماکی و و ابرایان^۱ (۱۹۹۵) ۱۲۰ زوج از ۶۰ ازدواج را بررسی کردند، که بیست سال یا بیشتر از ازدواج آن‌ها می‌گذشت، بسیاری از سؤال‌های این پژوهش‌گران بر کیفیت‌هایی متمرکز بود که بر ازدواج بلند مدت آن‌ها دخیل بود، آن‌ها دریافتند درک همدلانه همسر شخص، اثر معناداری بر رضایتمندی و کیفیت زناشویی همسران هم در سال‌های اولیه و هم در سال‌های بعد دارد (نقل از لارند^۲ ۲۰۰۶). بین دیدگاه مردان و زنان نسبت به کیفیت زناشویی چند دیدگاه جنسیتی مشاهده شده است؛ مثلاً لاکسلی^۳ (۱۹۸۰) گزارش کرده است که زنان نارضایتی و

-
1. Mackey & OBrien
 2. Larned
 3. Locksley

ناکامی بیشتری را در قبال رابطه گزارش می‌کنند و معتقد هستند که بیشتر از همسرشان مورد سوء تفاهم واقع می‌شوند (نقل از آلیس^۱ ۲۰۰۴). روان^۲ و همکاران (۱۹۹۵) در پژوهشی رابطه بین همدلی، خود شکوفایی و رضایتمندی زناشویی را بررسی کردند آن‌ها این‌گونه فرضیه‌سازی کردند که هم خود شکوفایی و هم همدلی به‌طور مستقیم بر رضایتمندی زناشویی تأثیر می‌گذارند (نقل از لارند، ۲۰۰۶). کیمولی و استیول^۳ (۲۰۰۲) در پژوهشی عواملی را بررسی کردند که برای افزایش بهزیستی ذهنی و کیفیت زندگی جوامع و افراد، اهمیت بالایی داشتند آن‌ها مشخص کردند که در بعد بهزیستی و کیفیت زندگی افراد، عوامل روان‌شناختی مانند همسانی با ارزش‌های اولیه جامعه، پیشرفت و پسرفت شخصی، تعلق‌پذیری و بهره‌مندی از قدرت شخصی و متغیرهای جمعیت شناختی مانند سن، جنس، مذهب و... در ارتقاء و پیشرفت این دو متغیر نقش داشتند. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که هر دو جنس، دامنه‌ی متغیری را در دو بعد همدلی و سیستم‌سازی نشان می‌دهند، اما به‌طور متوسط زنان نسبت به مردان در همدلی و مردان در مقایسه با زنان در سیستم‌سازی برتر هستند (نیتل^۴، ۲۰۰۷؛ لاوسون^۵ و همکاران، ۲۰۰۴؛ بارون- کوهن و همکاران، ۲۰۰۳) و این تفاوت‌ها از همان ابتدای تولد مشاهده می‌شود، لذا در همدلی و سیستم‌سازی تفاوت جنسیتی قوی وجود دارد (گلدنفلد و همکاران، ۲۰۰۵). تفاوت‌های روان‌شناختی مرد و زن از جهت غلبه تعقل در مرد و غلبه عواطف در زن جنبه مهمی از تبیین اسلامی را درباره تفاوت‌های جنسیتی در مقوله همدلی و سیستم‌سازی ارائه می‌دهد و در دیدگاه اسلام چنین تفاوتی مفروض گرفته شده است (المجلسی، ۱۴۰۳). عقل دارای معانی متفاوتی است و هر معنا تحلیل خاص خود را می‌طلبد، تفاوت عقلی بین زن و مرد از ناحیه عقل ابزاری است، یعنی عقلی که انسان می‌تواند از طریق آن علوم را فرا گیرد و زن و مرد در اصل تعقل تفاوتی ندارند (جوادی آملی، ۱۳۸۷). همدلی میان زوجین درک را افزایش داده، ارتباط را بهبود می‌بخشد و حل مسأله را تسهیل می‌کند

-
1. Ayles
 2. Rowan
 3. Kimweli & Stilwell
 4. Nettle
 5. Lowson

(دروال^۱، ۲۰۰۳). با توجه به این‌که همدلی، توانایی پیش‌بینی و فهم رفتار و احساسات دیگران و سیستم‌سازی، توانایی پیش‌بینی و کنترل رفتار سیستم‌هاست (بارون - کوهن، ۲۰۰۲) زوجین به هر دو توانایی همدلی و سیستم‌سازی نیاز دارند بر اساس آن چه گفته شد، پژوهش حاضر در پی آن است که رابطه بین بهزیستی روان‌شناختی با کیفیت روابط زناشویی و بهره سیستم‌سازی و بهره همدلی را در میان دانشجویان متأهل (زن و مرد) دانشگاه اصفهان بررسی کند.

بر اساس هدف پژوهش و ادبیات موجود فرضیه‌های پژوهش چنین است:

- ۱- بین بهزیستی روان‌شناختی با بهره‌همدلی دانشجویان متأهل همبستگی وجود دارد.
- ۲- بین بهزیستی روان‌شناختی با بهره سیستم‌سازی دانشجویان متأهل همبستگی وجود دارد.
- ۳- بین بهزیستی روان‌شناختی با کیفیت روابط زناشویی دانشجویان متأهل همبستگی وجود دارد.
- ۴- بین بهزیستی روان‌شناختی با بهره همدلی و سیستم‌سازی و کیفیت روابط زناشویی دانشجویان متأهل همبستگی چندگانه وجود دارد.
- ۵- بهزیستی روان‌شناختی، بهره همدلی و سیستم‌سازی و کیفیت روابط زناشویی در میان مردان و زنان متفاوت است.

روش پژوهش

جامعه آماری و نمونه: پژوهش حاضر از نوع همبستگی است و جامعه آماری این پژوهش دانشجویان متأهل (مرد و زن) دانشگاه اصفهان در سال تحصیلی ۸۹ - ۸۸ بودند و نمونه پژوهش، شامل ۱۰۵ زوج (۲۱۰ نفر) از دانشجویان متأهل (مرد و زن) است که به دلیل نبودن فهرست دانشجویان متأهل، نمونه‌گیری به شیوه نمونه در دسترس انجام شد. و برای گردآوری اطلاعات با ارائه ۴ پرسشنامه (بهزیستی روان‌شناختی، کیفیت روابط زناشویی، سیستم‌سازی و همدلی) به هر فرد متأهل (زن و مرد)، دانشجویان متأهل جمعاً ۲۱۰ پرسشنامه را تکمیل

کردند. تحلیل یافته‌ها نیز با استفاده از نرم افزار SPSS-16، با روش آماری تحلیل رگرسیون انجام شد.

ابزار پژوهش

پرسشنامه بهره‌یستی روان‌شناختی: این مقیاس را ریف در سال ۱۹۸۰ ساخته است (ریف، ۱۹۹۵). فرم اصلی دارای ۱۲۰ پرسش بود، ولی در بررسی‌های بعدی فرم‌های کوتاه‌تر ۸۴ سؤالی، ۵۴ سؤالی و ۱۸ سؤالی نیز پیشنهاد شد. در این پژوهش از مقیاس ۸۴ سؤالی استفاده شد که ۶ عامل استقلال، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران، زندگی هدفمند و پذیرش خود را شامل است و هر عامل ۱۴ سؤال دارد. ریف آلفای کرونباخ را برای هر عامل به ترتیب مذکور در بالا ۰/۸۳، ۰/۸۶، ۰/۸۵، ۰/۸۸، ۰/۸۸ و ۰/۹۱ گزارش کرد. در ایران این مقیاس را بیانی و همکاران (۱۳۸۷) ترجمه کردند و این افراد ضریب آلفای کل را ۰/۸۹ و ضریب آلفا را برای خرده مقیاس‌های استقلال، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران، زندگی هدفمند و پذیرش خود به ترتیب ۰/۶۵، ۰/۷۵، ۰/۷۶، ۰/۶۶، ۰/۵۷ و ۰/۵۹ گزارش کردند. در پژوهش حاضر همسانی درونی با روش آلفای کرونباخ برای هر خرده مقیاس به ترتیب مذکور در بالا ۰/۶۱، ۰/۷۹، ۰/۷۲، ۰/۷۵، ۰/۷۷، ۰/۷۹ و آلفای کل مقیاس ۰/۹۳ تعیین شد.

پرسشنامه کیفیت روابط زناشویی: این مقیاس ۱۸ سؤال دارد که هر ۳ سؤال آن یک حیطه را می‌سنجد و در مجموع ۶ حیطه دارد که عبارت هستند از: رضایت، تعهد، صمیمیت، اعتماد، شور و هیجان جنسی و کیفیت عشق. این مقیاس را فلچر^۱ و همکاران در سال ۲۰۰۰ (نقل از نیلفروشان، ۱۳۸۸) ساختند و این افراد آلفای کرونباخ را برای هر مقیاس به ترتیب مذکور ۰/۹۱، ۰/۹۶، ۰/۸۶، ۰/۷۸، ۰/۸۶ و ۰/۸۹ و آلفای کل را ۰/۸۵ گزارش کردند. در ایران نیز این مقیاس را نیلفروشان در سال ۱۳۸۸ ترجمه کرد و روایی محتوایی این مقیاس را چند تن از اساتید گروه روانشناسی و مشاوره دانشگاه اصفهان تأیید کردند. نیلفروشان آلفای کرونباخ کل را ۰/۹۵ گزارش کرده است و ضریب آلفای کرونباخ آن به تفکیک جنسیت در زنان ۰/۹۵ و در

مردان ۰/۹۴ گزارش شد و ضریب قابلیت اعتماد به روش بازآزمایی برای کل مقیاس ۰/۹۵ و به تفکیک جنسیت، در زنان ۰/۹۶ و در مردان ۰/۹۱ گزارش شد. در پژوهش حاضر، همسانی درونی به وسیله آلفای کرونباخ ۰/۹۵ تعیین شد.

فرم کوتاه پرسشنامه همدلی^۱: فرم کوتاه پرسشنامه همدلی را واکابایاشی^۲ و همکاران در سال ۲۰۰۶ ایجاد کردند. این فرم یک ابزار اندازه‌گیری خود گزارشی به‌منظور تهیه بهره همدلی است و ۲۲ گویه را شامل می‌شود. ضریب آلفای کرونباخ برای این فرم کوتاه را واکابایاشی و همکاران (۲۰۰۶)، ۰/۹۳ گزارش کردند و رضوی (۱۳۸۹) در ایران ضریب پایایی این فرم کوتاه (در میان ۳۰۰ نفر) را با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۰ گزارش کرد. روایی محتوایی این فرم کوتاه vh چند تن از اساتید گروه روانشناسی دانشگاه اصفهان تأیید کردند. در پژوهش حاضر همسانی درونی این فرم کوتاه با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۰ تعیین شد.

فرم کوتاه پرسشنامه سیستم‌سازی^۳: فرم کوتاه پرسشنامه سیستم‌سازی را واکابایاشی و همکاران در سال ۲۰۰۶ ایجاد کردند. این فرم یک ابزار اندازه‌گیری خود گزارشی به‌منظور تعیین میزان بهره سیستم‌سازی است و ۲۵ گویه را شامل می‌شود. ضریب آلفای کرونباخ برای این فرم کوتاه را واکابایاشی و همکاران (۲۰۰۶)، ۰/۹۵ گزارش کردند. رضوی (۱۳۸۹) در ایران ضریب پایایی این فرم کوتاه (بر روی ۳۰۰ نفر) را با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۰ گزارش کرد. روایی محتوایی این فرم کوتاه را چند تن از اساتید گروه روانشناسی دانشگاه اصفهان تأیید کردند. در پژوهش حاضر همسانی درونی این فرم کوتاه با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۶ تعیین شد.

یافته‌های پژوهش

در این قسمت آمار توصیفی و استنباطی مربوط به داده‌های پژوهش برای پاسخ به فرضیه‌های پژوهش ارائه شده است. در جدول ۱، میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش محاسبه شد. بیشترین میانگین و انحراف معیار مربوط به متغیر بهزیستی روان‌شناختی بود. نتایج

1. EQ – short form
2. Wakabayashi
3. SQ – short form

پس از کنترل متغیرهای (سن، طول مدت ازدواج، تعداد فرزندان) به دست آمد. ضرایب همبستگی پیرسون بین متغیر ملاک (بهبودی روان‌شناختی) و متغیرهای پیش‌بین (کیفیت روابط زناشویی، همدلی، سیستم‌سازی) ارائه شده است که نشان می‌دهد بهبودی روان‌شناختی و سیستم‌سازی بیشترین ضریب همبستگی را در بین متغیرهای پژوهش دارند (جدول ۲). در جدول ۳ سهم متغیرهای پیش‌بین (کیفیت روابط زناشویی، همدلی، سیستم‌سازی)، در پیش‌بینی متغیر ملاک (بهبودی روان‌شناختی) به روش رگرسیون گام به گام ارائه شده است که نشان می‌دهد متغیرهای پیش‌بین به تبیین ۱۷٪ از واریانس متغیر ملاک قادر هستند. نتایج همبستگی بین بهبودی روان‌شناختی و خرده‌مقیاس‌های آن با متغیرهای پیش‌بین (کیفیت روابط زناشویی، همدلی، سیستم‌سازی) نشان می‌دهد که بالاترین همبستگی بین خرده‌مقیاس استقلال و سیستم‌سازی وجود دارد (جدول ۵). در جدول ۶ ضرایب همبستگی بین خرده‌مقیاس‌های کیفیت روابط زناشویی با بهبودی روان‌شناختی ارائه شده است که نشان می‌دهد بالاترین همبستگی بین خرده‌مقیاس رضایت با بهبودی روان‌شناختی است. و جدول ۷ آزمون t مستقل را در دو گروه به تفکیک جنسیت نشان می‌دهد که نتایج آن نشان می‌دهد فقط در متغیر سیستم‌سازی در میان زنان و مردان تفاوت معنادار وجود دارد و مردان در بهره سیستم‌سازی نسبت به زنان برتری دارند.

جدول ۱: آمار توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش (بهبودی روان‌شناختی، کیفیت روابط زناشویی، همدلی، سیستم‌سازی)

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	تعداد
بهبودی روان‌شناختی	۳۴۴/۰۴	۴۶/۳۵	۲۱۰
کیفیت روابط زناشویی	۱۰۸/۸۲	۱۸/۸۲	۲۱۰
همدلی	۲۲/۱۴	۶/۰۸	۲۱۰
سیستم‌سازی	۲۲/۱۲	۷/۶۸	۲۱۰

جدول ۱ میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش (بهبودی روان‌شناختی، کیفیت روابط زناشویی، همدلی، سیستم‌سازی) را نشان می‌دهد. همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود میانگین متغیرهای بهبودی روان‌شناختی، کیفیت روابط زناشویی، همدلی و سیستم‌سازی به ترتیب ۳۴۴/۰۴، ۱۰۸/۸۲، ۲۲/۱۴، ۲۲/۱۲ و انحراف معیارهای آن‌ها به ترتیب ۴۶/۳۵،

۱۸/۸۲، ۶/۰۸، ۷/۶۸ است. از بین متغیرهای پژوهش بیشترین میانگین و انحراف معیار مربوط به متغیر بهزیستی روان‌شناختی است.

جدول ۲: ضرایب همبستگی پیرسون بین متغیر ملاک (بهزیستی روان‌شناختی)، و متغیرهای پیش‌بین (کیفیت روابط زناشویی، همدلی، سیستم‌سازی)

متغیرها	-	کیفیت روابط زناشویی	همدلی	سیستم‌سازی
همبستگی پیرسون		۰/۲۶	۰/۲۴	۰/۳۰
بهزیستی روان‌شناختی	سطح معناداری	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰

n=۲۱۰

جدول ۲ خلاصه نتایج ضرایب همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش، بهزیستی روان‌شناختی (متغیر ملاک) با کیفیت روابط زناشویی، همدلی و سیستم‌سازی (متغیرهای پیش‌بین) را نشان می‌دهد.

ضریب همبستگی پیرسون بهزیستی روان‌شناختی با متغیرهای کیفیت روابط زناشویی، همدلی و سیستم‌سازی به ترتیب ۰/۲۶، ۰/۲۴ و ۰/۳۰ است. همان‌طور که مشاهده می‌شود سطح معناداری در بین متغیرهای پژوهش برابر با ۰/۰۰۰، (P<۰/۰۵) است. که بیان‌کننده این است که رابطه در بین متغیرهای پژوهش معنادار است.

جدول ۳: سهم متغیرهای سه‌گانه (کیفیت زناشویی، سیستم‌سازی، همدلی) در پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی (به روش گام به گام)

متغیرهای وابسته	همبستگی چندگانه (R)	ضریب تعیین (R ²)	مجموع ضریب همبستگی اصلاح شده	خطای استاندارد و برآورد
سیستم‌سازی	۰/۳۰	۰/۰۹۵	۰/۰۹	۴۴/۲
سیستم‌سازی و کیفیت روابط زناشویی	۰/۳۸	۰/۱۴	۰/۱۳	۴۳/۰۸
سیستم‌سازی و کیفیت روابط زناشویی و همدلی	۰/۴۱	۰/۱۷	۰/۱۶	۴۲/۴۲

همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود در رگرسیون گام به گام بین متغیرهای پیش‌بین (سیستم‌سازی، کیفیت روابط زناشویی، همدلی) و متغیر ملاک (بهزیستی روان‌شناختی) ضریب همبستگی چندگانه ۰/۱۷ وجود داشته است. این ضریب همبستگی گویای این است که متغیرهای پیش‌بین (سیستم‌سازی، کیفیت روابط زناشویی، همدلی) به تبیین حدود ۰/۱۷ از واریانس متغیر ملاک (بهزیستی روان‌شناختی) قادر است.

جدول ۴: ضرایب استاندارد و غیر استاندارد به روش گام به گام

متغیرها	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد		t	سطح معناداری
	B	خطای استاندارد	بتا			
مقدار ثابت	۲۲۳/۶۲	۲۰/۱۴	-		۱۱/۰۹	۰/۰۰۰
سیستم‌سازی	۱/۴۳	۰/۳۹۵	۰/۲۳۸		۳/۶۲	۰/۰۰۰
کیفیت روابط زناشویی	۰/۵۳۸	۰/۱۵۷	۰/۲۱۹		۳/۴۲	۰/۰۰۱
همدلی	۱/۳۶	۰/۴۹۶	۰/۱۷۹		۲/۷۴	۰/۰۰۷

همان‌طور که در جدول ۴ مشاهده می‌شود سه متغیر پیش‌بین، سیستم‌سازی، کیفیت روابط زناشویی و همدلی با ضرایب بتا (۰/۲۳۸) برای متغیر سیستم‌سازی، (۰/۲۱۹) برای متغیر کیفیت روابط زناشویی، (۰/۱۷۹) برای متغیر همدلی، دارای توان پیش‌بینی معناداری برای بهزیستی روان‌شناختی بوده‌اند. معادله رگرسیون استخراج شده از رگرسیون (ورود) به روش زیر است:
 بهزیستی روان‌شناختی = (۲۲۳/۶۲) مقدار ثابت + (۱/۴۳) سیستم‌سازی + (۰/۵۳۸) کیفیت روابط زناشویی + (۱/۳۶) همدلی

جدول ۵: خلاصه نتایج حاصل از ضرایب همبستگی ساده بین بهزیستی روان‌شناختی و خرده مقیاس‌های آن (تسلط محیطی، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران، هدفمندی، خودپذیری، استقلال) با کیفیت روابط زناشویی، سیستم‌سازی و همدلی

بهریستی روان‌شناختی	تسلط محیطی	رشد شخصی	ارتباط مثبت با دیگران	هدفمندی	خودپذیری	استقلال	ضرایب همبستگی	کیفیت روابط زناشویی
۰/۲۶	۰/۲۰	۰/۲۳	۰/۱۷	۰/۳۰	۰/۲۸	۰/۰۸	ضریب همبستگی	کیفیت روابط زناشویی
۰/۰۰۰	۰/۰۰۳	۰/۰۰۱	۰/۰۱	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۲۴	سطح معناداری	سطح معناداری
۰/۳۰	۰/۲۶	۰/۳۲	۰/۲۱	۰/۲۴	۰/۱۸	۰/۳۵	ضریب همبستگی	سیستم‌سازی
۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۱	۰/۰۰۰	۰/۰۰۸	۰/۰۰۰	سطح معناداری	سطح معناداری
۰/۲۴	۰/۲۳	۰/۲۹	۰/۳۱	۰/۱۶	۰/۱۷	۰/۰۴	ضریب همبستگی	همدلی
۰/۰۰۰	۰/۰۰۱	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۱	۰/۰۱	۰/۵۴	سطح معناداری	سطح معناداری

n=۲۱۰

همان‌طور که در جدول ۵ مشاهده می‌شود بین بهزیستی روان‌شناختی و خرده مقیاس‌های آن (تسلط محیطی، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران، هدفمندی، خودپذیری) با

سیستم‌سازی، همدلی و کیفیت روابط زناشویی رابطه معنادار به دست آمده است ($P < 0/05$)، ولی خرده مقیاس استقلال فقط با سیستم‌سازی معنادار است ($P < 0/05$) و این خرده مقیاس با کیفیت روابط زناشویی و همدلی در سطح ($P < 0/05$) معنادار نشده است.

جدول ۶: خلاصه نتایج حاصل از ضرایب همبستگی ساده بین کیفیت روابط زناشویی و خرده مقیاس‌های آن (رضایت، تعهد، صمیمیت، اعتماد، شور و هیجان جنسی، عشق) با بهزیستی

روان‌شناختی

متغیرها	کیفیت روابط زناشویی	رضایت	تعهد	صمیمیت	اعتماد	شور و هیجان جنسی	عشق
ضریب همبستگی	۰/۲۶	۰/۲۶	۰/۱۸	۰/۲۵	۰/۱۸	۰/۲۴	۰/۱۴
سطح معناداری	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۶	۰/۰۰۰	۰/۰۰۹	۰/۰۰۰	۰/۰۳

$n=210$

همان‌طور که در جدول ۶ مشاهده می‌شود بین کیفیت روابط زناشویی و تمام خرده مقیاس‌های آن با بهزیستی روان‌شناختی رابطه معنادار به دست آمده است ($P < 0/05$).

جدول ۷: مقایسه بهزیستی روان‌شناختی، کیفیت روابط زناشویی، سیستم‌سازی و همدلی بر حسب جنسیت

جنسیت

متغیرها	میانگین	درجه آزادی	مقدار t	سطح معناداری
بهزیستی روان‌شناختی	زن	۲۰۸	۰/۰۲	۰/۹۷
	مرد			
کیفیت روابط زناشویی	زن	۲۰۸	-۱/۱۰	۰/۲۷
	مرد			
سیستم‌سازی	زن	۲۰۸	-۵/۵	۰/۰۰
	مرد			
همدلی	زن	۲۰۸	۱/۵۳	۰/۱۲
	مرد			

همان‌طور که در جدول ۷ مشاهده می‌شود فقط در بهره سیستم‌سازی در میان مردان و زنان تفاوت معنادار وجود دارد ($P < 0/05$). و در سایر متغیرها (بهزیستی روان‌شناختی، کیفیت روابط

زناشویی، همدلی) تفاوت معناداری میان زن و مرد در سطح ($P < 0/05$) وجود ندارد.

بحث و نتیجه‌گیری

بهداشت روانی علمی است که برای رفاه اجتماعی و سازش منطقی با پیش آمدهای زندگی به وجود آمده و با توجه به پیشرفت علوم پزشکی، تحولی بزرگ را در بهداشت و پیشگیری از بیماری‌ها ایجاد کرده است. فن‌آوری و صنعت، آلودگی محیط زیست، بحران ترافیک و آموزش و پرورش، کمبود مواد غذایی و مسائلی از این دست باعث ناسازگاری در روان آدمیان شده (میلانی فر، ۱۳۷۶) و علم بهداشت روانی و شاخه‌های آن، که به‌زیستی هم در آن جای می‌گیرد، در جهت ایجاد فرایندی شادی‌آور برای مردم تلاش می‌کنند و یکی از مقوله‌هایی که باعث از بین رفتن کیفیت زندگی و شادی افراد می‌شود فقدان به‌زیستی روان‌شناختی و به بن‌بست رسیدن ازدواج و نبود همدلی در میان زوجین است. آماتو^۱ (۲۰۰۰) بیان می‌کند که بسیاری از مردان و زنان وقتی ازدواج آن‌ها به بن‌بست می‌رسد، به‌زیستی و سلامتی خود را از دست می‌دهند و احساس تنهایی می‌کنند.

پژوهش حاضر موضوع به‌زیستی روان‌شناختی و ارتباط آن با کیفیت روابط زناشویی و بهره‌همدلی و سیستم‌سازی را در میان دانشجویان متأهل (زن و مرد) دانشگاه اصفهان بررسی کرد و نتایج آماری آن نشان داد که رابطه بین به‌زیستی روان‌شناختی با کیفیت روابط زناشویی و همدلی و سیستم‌سازی با توجه به ضریب همبستگی به‌دست آمده معنادار است. پژوهش شیبانی تدریجی (۱۳۸۶)، با عنوان «بررسی رابطه بین به‌زیستی ذهنی و کیفیت زندگی زناشویی در مردان و زنان شهر سیرجان»، نشان داد که همبستگی معناداری بین به‌زیستی ذهنی مردان و زنان و کیفیت زندگی زناشویی وجود دارد. پژوهش‌های اشتوتزر و فرای^۲ (۲۰۰۶) نشان داد که ازدواج می‌تواند در بالا رفتن به‌زیستی روانی افراد مؤثر واقع شود؛ بررسی‌های دی پائولو^۳ (۲۰۰۴) کیم و مک کنری^۴ (۲۰۰۲) نیز از بالا رفتن شادکامی به‌وسیله ازدواج خبر می‌دهد.

-
1. Amato
 2. Stutzer & Frey
 3. Depaulo
 4. Kim & Mckenry

پژوهش فورست و هیتون^۱ (۲۰۰۴) بیان‌کننده آن بود که حتی افراد مطلقه و بیوه هم وقتی ازدواج می‌کنند، موقعیت جدید آن‌ها بالا رفتن بهزیستی روانی در آن‌ها را باعث می‌شود و پژوهش‌گران دیگر (دینر^۲ و همکاران، ۱۹۹۱؛ آرگایل^۳، ۲۰۰۰؛ وایت و گالاگر^۴، ۲۰۰۰؛ نقل از کوهرل^۵ و همکاران، ۲۰۰۴) نیز به این نتیجه رسیده‌اند که ازدواج کرده‌ها به‌طور ثابت، بهزیستی روانی بالاتری نسبت به هرگز ازدواج نکرده‌ها دارند؛ بر این اساس، نتایج این پژوهش و همه پژوهش‌های یاد شده با تأکید بر وجود رابطه معنادار بین بهزیستی روان‌شناختی و کیفیت زناشویی، نشان می‌دهند که ازدواج و کیفیت زناشویی و همدمی بالا سلامتی و شادکامی بیشتری را به همراه می‌آورد و ازدواجی که با آرامش و همدمی همراه نیست کاهش بهزیستی را در پی دارد. و همچنین یافته‌های این پژوهش همسو با یافته‌های پژوهش برچارد^۶ و همکاران (۲۰۰۳) نشان داد که زوجینی که در برنامه آموزش مهارت‌محور شرکت کردند، کیفیت زندگی آن‌ها افزایش یافته است و این افزایش کیفیت زندگی در افزایش بهزیستی زوجین نیز مؤثر بود. با توجه به یافته‌های دیگر این پژوهش، بین بهزیستی روان‌شناختی و خرده‌مقیاس‌های آن (تسلط محیطی، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران، هدفمندی، خودپذیری) با کیفیت روابط زناشویی و همدمی و سیستم‌سازی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد، ولی خرده‌مقیاس استقلال فقط با سیستم‌سازی رابطه معناداری دارد و این خرده‌مقیاس با کیفیت روابط زناشویی و همدمی معنادار نشده است. و در تبیین این موضوع می‌توان گفت فرد برای این که سیستم‌سازی بهتری داشته باشد باید از افراد مستقل‌تر باشد تا بتواند با اشیاء و اجزاء آن رابطه بهتری برقرار کند و تفکر سیستمی خود را رشد دهد. استقلال یک متغیر فردی است که نشانه توانایی فرد در تصمیم‌گیری و خودمختاری است، ولی بحث همدمی و کیفیت روابط زناشویی یک متغیر بین فردی است و عوامل و پویایی‌های رابطه‌های دوتایی و چندتایی را شامل می‌شود که در آن ویژگی‌های طرفین رابطه و تعامل‌های بین آن‌ها مهم است. بنابراین، ممکن

-
1. Forste & Heaton
 2. Diener
 3. Argyle
 4. Waite & Gallagher
 5. Kohler
 6. Berchard

است فردی از نظر شخصی استقلال داشته باشد، ولی از نظر بین فردی به ایجاد رابطه همدلانه با دیگران قادر نباشد. با توجه به یافته‌های دیگر این پژوهش بین خرده مقیاس‌های کیفیت روابط زناشویی (رضایت، تعهد، صمیمیت، اعتماد، شور و هیجان جنسی، عشق) و بهبودی روان‌شناختی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. نتایج پژوهش‌های ایت و همکاران (۱۹۹۶) و یانگ و همکاران (۲۰۰۰) نشان داد که روابط جنسی و ابراز محبت و عشق بالا رفتن سازگاری و کیفیت زناشویی و در نتیجه بالا رفتن شادمانی و بهبودی روان‌شناختی را باعث می‌شود (نقل از لترینگر و گوردون^۱، ۲۰۰۵). فروزتی و رویو-کانرت (۱۹۹۸) دریافتند که صمیمیت به‌طور شخصی با رضایتمندی از رابطه و خوشبختی افراد، هم به‌طور مقطعی و هم در طولانی مدت رابطه دارد (نقل از گاتمن و نوتاریوس^۲، ۲۰۰۰). اسپنیر و لوئیس، (۱۹۸۰) نیز بیان کردند که ارتباط مثبت و توافق افراد بر سر مسائل زناشویی و ابراز عشق و محبت باعث می‌شود که فرد، رضایتمندی و شادکامی بیشتری در روابط زناشویی داشته باشد (نقل از لترینگر و گوردون، ۲۰۰۵).

فرض دیگر این پژوهش وجود تفاوت‌های جنسیتی در متغیرهای پژوهش (بهبودی روان‌شناختی، کیفیت روابط زناشویی، همدلی، سیستم‌سازی) بود. که با توجه به یافته‌های پژوهش تفاوت جنسیتی معناداری در بهبودی روان‌شناختی، کیفیت روابط زناشویی و همدلی وجود ندارد، ولی در متغیر سیستم‌سازی تفاوت جنسیتی معنادار بود. در زمینه نقش جنسیت در بهبودی روان‌شناختی و کیفیت روابط زناشویی یافته‌های این پژوهش با نتایج پژوهش‌های دیگر مبنی بر نبود تفاوت جنسیتی در کیفیت روابط زناشویی و بهبودی روان‌شناختی همسو است (اسپتوس^۳، ۲۰۰۶؛ بهمنی، ۱۳۸۰؛ هاشمیان و همکاران، ۱۳۸۶).

در مطالعه اسپوتس (۲۰۰۶) ریشه‌های تفاوت جنسیتی در کیفیت زناشویی بررسی شد، نتایج نشان داد که تفاوت‌های کمی میان مردان و زنان در سطوح تأثیر عوامل ژنی و غیر محیطی بر کیفیت زناشویی وجود دارد. نتایج پژوهش بهمنی (۱۳۸۰) نشان داد که عوامل جنسیت و سن در کیفیت زندگی گروه نمونه بی تأثیر و عوامل تأهل و اشتغال و برخی از

-
1. Litzinger & Gordon
 2. Gottman & Notarious
 3. Sportts

سطوح تحصیلی و شغلی، اجتماعی، اقتصادی بر کیفیت زندگی تأثیر داشته است. یافته‌های پژوهش هاشمیان و همکاران (۱۳۸۶) نشان داد که متغیر جنسیت تفاوت معناداری را در سطح (P < ۰/۰۱) در میزان بهزیستی روانی ایجاد نمی‌کند، ولی در زمینه همدلی یافته‌های این پژوهش مبنی بر نبود تفاوت جنسیتی با نتایج پژوهش‌های قبلی از جمله مطالعات دیویس (۱۹۸۰)، بارون-کوهن و همکاران (۲۰۰۳)، بارون-کوهن و ویل رایت (۲۰۰۴) لاوسون و همکاران (۲۰۰۴)، ویل رایت و همکاران (۲۰۰۶)، بیلنگتون و همکاران (۲۰۰۷) در یک راستا نیست. برای یافته‌های فوق می‌توان تبیین‌های احتمالی زیر را ارائه کرد: ۱- به نظر می‌رسد که در سال‌های اخیر حضور پر رنگ زنان در عرصه‌های اجتماعی و مشاغل مختلف و ایجاد ارتباط بیشتر زن و مرد در محیط‌های اجتماعی و کاری یکی از دلایل کم رنگ‌تر شدن تفاوت جنسیتی در زمینه همدلی باشد؛ ۲- تزریق فرهنگ‌های حاکم مبنی بر رفع نابرابری‌های جنسیتی و تأثیر گذاری این مکاتب بر جوامع مختلف و جنسیت‌ها و فاصله گرفتن جوامع از تفکرات سنتی درباره زن و مرد می‌تواند از عوامل کاهش تفاوت‌های جنسیتی در زمینه همدلی باشد؛ ۳- رشد فزاینده انتشار کتاب‌های عمومی و تخصصی و انواع فیلم‌ها که اغلب با نگاهی انتقاد آمیز به موضوعات تفاوت‌های جنسیتی توجه می‌کنند و همچنین تغییر الگوهای تربیتی والدین و کاهش تفاوت در پرورش دختر و پسر نیز می‌تواند از علل کم رنگ‌تر شدن تفاوت‌های جنسیتی در زمینه همدلی باشد. در این پژوهش ملاحظه شد تفاوت جنسیتی معناداری در بهره سیستم‌سازی وجود دارد. این یافته پژوهشی با نتایج پژوهش‌های مشابه قبلی از جمله پژوهش‌های بارون-کوهن و همکاران (۲۰۰۳)، بارون-کوهن و ویل رایت (۲۰۰۵) لاوسون و همکاران (۲۰۰۴)، بیلنگتون و همکاران (۲۰۰۷) همسو است. و در این پژوهش‌ها نیز نتایج نشان داد که در بهره سیستم‌سازی تفاوت جنسیتی وجود دارد و مردان در تفکر سیستمی برتر از زنان هستند و همان‌طور که گفته شد به دلیل برخی عوامل ذکر شده و حضور زنان در محیط‌های شغلی باعث گسترش روابط زن و مرد و افزایش بهره همدلی در میان مردان شده است، ولی درباره بهره سیستم‌سازی باید بیان کرد که هنوز هم مشاغلی که بیشتر تفکر سیستمی را درگیر می‌کنند از جمله مشاغل صنعتی، مکانیک، کار با ماشین‌آلات و... بیشتر در تصدی مردان است و این امر باعث می‌شود که همچنان در مردان و زنان در بهره سیستم‌سازی تفاوت جنسیتی مشاهده شود. البته، شایان ذکر است با مشارکت رو به افزون زنان در روابط و مشاغلی که تفکر

سیستمی را درگیر می‌کنند بیان‌کننده پیش‌بینی کاهش این تفاوت‌ها در سال‌های آینده است. پژوهش حاضر بر وجود رابطه بین بهبودی روان‌شناختی با کیفیت روابط زناشویی و همدمی و سیستم‌سازی تأکید دارد که با توجه به نتایج به‌دست آمده می‌توان بیان کرد که کیفیت روابط زناشویی و بهره‌همدمی و سیستم‌سازی تا حدودی می‌تواند عامل پیش‌بینی کننده‌ای برای بهبودی روان‌شناختی افراد متأهل باشند و چون متغیرهای این پژوهش مربوط به متغیرهای محدودی مانند همدمی، سیستم‌سازی و کیفیت روابط زناشویی بود؛ میزان پیش‌بینی ۰/۱۷ به‌دست آمد در صورتی که متغیرهای پیش‌بینی بهبودی روان‌شناختی بسیار گسترده هستند که می‌تواند شامل مدیریت استرس، خلاقیت، روان‌رنجوری یا ثبات هیجانی، ارتباطات اجتماعی و... باشد و در صورت انجام‌دادن پژوهش‌های بیشتر و افزایش تعداد متغیرها می‌توان درصد پیش‌بینی را افزایش داد. پس با توجه به نقش خانواده و سلامت آن در جامعه لزوم توجه به بهبودی روانی زوجها و عوامل مربوط به آن اولویت دارد. از پژوهش حاضر می‌توان در مراکز مشاوره و ازدواج نیز استفاده کرد. در مراکز مشاوره و ازدواج باید به هر زوج تفاوت‌های جنسیتی از دو دیدگاه بهره‌همدمی و سیستم‌سازی و همچنین شباهت‌های جنسیتی در این دو دیدگاه آموزش‌هایی داده شود تا زوجها با شناخت بیشتری از تفاوت‌های خود وارد رابطه زناشویی شوند و این آگاهی در جهت پذیرش بهتر و سازگاری بیشتر زوجین در زندگی زناشویی مؤثر است و ارتقاء بهبودی روان‌شناختی زوجین را باعث می‌شود. از محدودیت‌های پژوهش حاضر، می‌توان به اجرای پژوهش در نمونه متشکل از دانشجویان دانشگاه اصفهان اشاره کرد، که این مسأله می‌تواند کاهش حوزه تعمیم‌دهی نتایج را به دنبال داشته باشد. پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های بیشتری در زمینه بهبودی روانی و با نمونه‌های بیشتری و با در نظر گرفتن سایر عوامل مؤثر بر بهبودی روانی انجام شود.

منابع

- الیاس، موریس. جی. توبیاس، استیون. ای و فریدلندر، برایان. اس، (۱۳۸۷). پرورش هوش هیجانی نوجوانان. مترجم: کاوسی، فیروزه. تهران: رشد.
- بارون - کوهن، سیمون، (۱۳۸۶). زن چیست؟ مرد کیست؟ مترجم: ناصری، گیسو. تهران: پل بهمینی، بهمینی، (۱۳۸۰). بررسی کیفیت زندگی دانشجویان دانشگاهی علوم پزشکی و متغیرهای نگرش دینی، عملکرد تحصیلی و وضعیت اجتماعی اقتصادی. [WWW. iranculture. org](http://WWW.iranculture.org)
- بیانی، علی. اصغر؛ کوچکی، عاشور. محمد؛ بیانی، علی، (۱۳۸۷). روایی و پایایی مقیاس بهزیستی روانشناختی ریف. مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، سال چهاردهم، شماره ۲، ۱۵۱-۱۴۶.
- تبریزی، مصطفی، (۱۳۸۵). فرهنگ نامه توصیفی خانواده و خانواده درمانی. تهران: فروزان
- جوادی آملی، عبدالله، (۱۳۸۷). زن در آینه جلال و جمال. قم: اسراء
- رضوی، کتابون، (۱۳۸۹). بررسی اثرات جنسیت، رشته و پایه تحصیلی بر بهره‌مندی و بهره‌سیستم‌سازی در دانش‌آموزان دبیرستانی شهر اصفهان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، گزارش چاپ نشده. دانشگاه اصفهان.
- زنجانی طبسی، رضا، (۱۳۸۳). ساخت و هنجار یابی مقدماتی آزمون بهزیستی روانشناختی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی. دانشگاه تهران
- شاه‌سیاه، مرضیه، (۱۳۸۷). بررسی اثر بخشی آموزش جنسی بر بهبود کیفیت زناشویی زوجین شهر اصفهان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره. دانشگاه اصفهان.
- شیبانی تدریجی، طاهره، (۱۳۸۶). بررسی رابطه بین بهزیستی ذهن و کیفیت زندگی زناشویی در زنان و مردان شهر سیرجان. پایان‌نامه کارشناسی مشاوره. دانشگاه اصفهان.
- میلانی فر، بهروز، (۱۳۷۶). بهداشت روانی. چاپ پنجم. تهران: قومس
- نیلفروشان، پریسا، (۱۳۸۸). بررسی معادلات ساختاری کیفیت زندگی زناشویی بر اساس ویژگی‌های روانشناختی زوجین. پایان‌نامه دکتری مشاوره، گزارش چاپ نشده. دانشگاه اصفهان.

هاشمیان، کیانوش؛ پورشهریاری، مه‌سیما؛ بنی‌جمالی؛ شکوه‌السادات، (۱۳۸۶). بررسی رابطه بین ویژگی‌های جمعیت‌شناختی با میزان بهزیستی و شادمانی در جمعیت شهر تهران. *مجله مطالعات روانشناختی*، دوره ۳، شماره ۳، ۱۳۹-۱۶۳.

المجلسی، محمد باقر، (۱۴۰۳). *بحار الانوار*. بیروت: دار احیاء التراث العربی.

- Amato, Paul, R, (2000).** The Consequences of divorce for Adults and Children. *Journal of marriage and family* 62(4): 1269-1287.
- Ayles, C, (2004).** *Biographical determinates of marital quality*. www. oneplusone.org. uk
- Berchard, G. A; Yarhouse, M. A; Kilian, M. K & Worthington, E. L, (2003).** A study of marital enrichment programs and couples quality of life. *Journal of Psychology and Theology*, 31, 3, 240-252.
- Baron – Cohen, S, (2002).** The extreme male brain theory of autism. *Trends in cognitive sciences*, 6,248-254
- Baron – Cohen, S, (2003).** The essential difference. *The truth about the male and female Brain*. New York: perseus.
- Baron – Cohen, S, (2004).** Sex differences in social development: lessons from autism. In L. A. Leavitt & D. M. B. Hall (Eds). *Social and moral development: Emerging evidence on the toddler years* (pp. 125-133).
- Baron – Cohen, S; Richler, J; Bisarya, D; Gurunathan, N & Wheelwright, S, (2003).** The systemizing quotient: an investigation of adults with Asperger syndrome or high-functioning autism, and normal sex differences. *Philosophical Transactions of royal Society of London B*, 358, 361-374.
- Baron – Cohen, S & Wheelwright, S, (2004).** The empathy quotient: an investigation of adults with Asperger syndrome or high-functioning autism, and normal sex differences. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 34, 163-175.
- Berthoz, S; Grezes, J; Armony, J. L; Passingham, R. E & Dollan, R. J, (2006).** Affective response to one's own moral violations. *Journal of Neuro Image* , 31, 2,945-950
- Billington, J; Baron- Cohen, S & Wheelwright, S, (2007).** Cognitive style predicts entry In to physical sciences and humanities: Questionnaire and performance tests of empathy and systemizing. *Journal of learning Individual Differences*, 17, 260-268.
- Cheng, S & Chan, A, (2005).** *Measuring psychological well-being in the Chinese*. *Personality and individual Differences*, 38, 1307-1316
- Clark, P. J; Marshall, V. W; Ryff. C & Weaton. B, (2001).** Measuring psychological well-being in the Canadian study of the health and aging. *International psychogeriatrics*, 13, 79-90
- Depaulo, Bella M, (2004).** The Scientific study of people who are single: An Annotated bibliography. *Academic Advisory Board of spectrum Institute*,

- Research and policy Division of the American Association for single people (AASP), Glendale, CA, USA. Retrieved 1 may 2007*
- Desety, J, (2002).** Neutralizer I empathy. *Journal of L' Encephale*, 28, 9-20.
- Dierendonck, v. D, (2005).** *The construct validity of Ryff's Scales of psychological well-being and its extension Differences*, 36, 629-648.
- Drwal, J, (2003).** The relationship among attachment styles, empathic accuracy, and relationship satisfaction. *Unpublished doctoral dissertation, university Connecticut.*
- Findlay, L. C; Girardi, A & Coplan. R. J, (2006).** Links between empathy, social behavior, and social understanding in early childhood. *Journal of Early Childhood Research Quarterly*, 21, 3, 347- 359.
- Goldenfeld, N; Baron-Cohen, S & Wheelwright, S, (2005).** Empathizing and systemizing in male, females and autism. *International Journal of Clinical Neuropsychiatry*, 2, 338-345.
- Gong. M, (2007).** Does status in consistency matter for marital quality? *Journal offamily Issues*, 28, 1582-1610.
- Gottman, John, M & Notarious, Clifford, I, (2000).** Decade Review: observing marital ineration. *Journal of family Issues*, 19: 622-648.
- Hajiran, H, (2006).** Toward a quality of life theory :Net domestic product of happiness. *Social In dicators Research* 75:31-43
- Haffman, M. L, (2000).** *Empathy and moral Development: Implications for Caring and Justice.* Cambridge: Cambridge University Press.
- Hogan, R, (1969).** Development of an empathy scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33, 307-316.
- Ickes, W, (2003).** *Everyday mind reading.* New York: Prometheus Books.
- Keys, Corey Lee. M; Dov shomotkin & Carol D. Ryff, (2002).** Optimizing well-being: The empirical encounter of tow traditions. *Journal of personality and social psychology* 82(6): 1007-1022
- Kimweli, D. M. s & Stilwell, W. E, (2002).** Community subjective well-being personality traits and quality of life therapy. *Social indicators research*, 60, 1-3, 1930
- Krill, A. L; Platek, M & Wathne, K, (2008).** Fellings of control during social exclusion are partly accounted for by empathizing personality. *Journal of Personality and Individual Differences*, 45, 684-688.
- Kohler, Hans-Peter; Joseph Lee Rodgers & Axel Skyttthe, (2004).** *Subjective well-being, Fertility and partnerships: A bibliographic perspective.* Paper presented at the 2005 Annual meeting of the Population Association of America, 31 march-2 April 2005, Philadelphia, PA. USA.
- Laible, D. 1; Carlo, G & Roesch, S. C, (2004).** Pathways to self-esteem in late adolescence. The role of parent and peer attachment, empathy, and social behaviours. *Journal of Adolescence*, 27, 703-716.
- Larned. A. G, (2006).** Examining expressed empathy, received empathy and a need for power as predictors of marital satisfaction. *Unpublished doctoral*

dissertation, university of clark.

- Lavee, Y & Katz, R, (2002).** Division of Labor, Perceived Fairness, and Marital quality: The effect of gender ideology. *Journal of marriage and family*, 64, 27-39.
- Lawson, J; Baron-Cohen, S & Wheelwright, S, (2004).** Empathizing and systemizing in adults and without Asperger syndrome. *Journal of Autism and developmental Disorder*, 43, 301-310.
- Letzinger, Samantha & Kristina Gorden, (2005).** Exploring Relationship among Communication, Sexual Satisfaction, and marital Satisfaction. *Journal of Sex and marital Therapy* 31(5): 409-424.
- Lindfors, P; Berntsson, L & Lundberg, U, (2006).** Factor Structure of Ryff Psychological Well-being Scales in Swedish male and female white-collar workers. *Personality and Individual Differences*, 40, 1213-1222.
- Miaskiewicz, T, (2008).** A review of the literature on the empathy construct using cluster analysis. *Journal of Communications of the Association for Information Systems*, 22, 117-142.
- Muncer, S. J & Ling, J, (2006).** Psychometric analysis of the empathy quotient (EQ) scale. *Journal of Personality and Individual Differences*, 40, 1111-1119.
- Nettle, D, (2007).** Empathizing and systemizing: What are they, and what do they contribute to our understanding of psychological sex differences? *British Journal of psychology*, 98, 237-255.
- Ryff. C. D & Singer, B, (1998).** The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9, 1-28.
- Ryff. C. D & Keyes, C. L. M, (1995).** The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69, 716-727.
- Spotts, E. L; Prescott, C & Kendler, K, (2006).** Examining the origin of gender difference in marital quality: A behavior genetic analysis. *Journal of family Psychology*, 20, 4, 605-613.
- Stutzer, A & Bruno S, F, (2006).** Does marriage make people happy or Do happy people get married? *Journal of Socio-Economics* 35(2): 326-347.
- Wakabayashi, A; Baron-cohen, S; Wheelwright, S; Delaney, J; Fine, D & et al, (2006).** Development of short forms of empathy Quotient (EQ short) and the Systemizing Quotient (SQ short) *Journal of personality and individual differences*, 41, 929-940.
- Wheelwright, S; Baron-Cohen, S; Goldenfeld, N; Delaney, J; Fine, D; Smith, R & et al, (2006).** Predicting Autism Spectrum Quotient (AQ) from the Systemizing Quotient-Revised (SQ-R) and Empathy Quotient (EQ). *Brain Research*, 1079, 47-56.

