

مقاله‌ی پژوهشی

بررسی رابطه‌ی سبک زندگی و تعهد زوجین با رضایت زناشویی در زنان

خلاصه

مقدمه: هدف پژوهش حاضر، تعیین رابطه‌ی سبک زندگی و تعهد زوجین با رضایت زناشویی در زنان متأهل می‌باشد.

روش کار: پژوهش حاضر از نوع توصیفی همبستگی است. جامعه آماری آن شامل زنان مراجعه‌کننده به چند مرکز مشاوره در سطح شهرستان مشهد بودند که برای دریافت خدمات مشاوره‌ای به این مراکز مراجعه نموده بودند. تعداد ۲۰۰ نفر از آنان به صورت در دسترس انتخاب شدند. ابزار پژوهش، شامل پرسش‌نامه‌های رضایت زناشویی انریچ (انریچ ۱۹۸۶)، تعهد زناشویی آدامز و جونز و سبک زندگی ارتقاءدهنده‌ی سلامتی (والکسر ۱۹۹۰) بود. داده‌ها با آزمون‌های آماری توصیفی و ضریب همبستگی پیرسون تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که بین سبک زندگی و تعهد زوجین با رضایت زناشویی در بین زنان متأهل، رابطه‌ی مثبت معنی‌داری وجود دارد ($P < 0/05$).

نتیجه‌گیری: می‌توان از طریق آموزش تغییر سبک زندگی به زوجین کمک کرد تا با انتخاب سبک زندگی درست، باعث افزایش رضایت زناشویی خود گردند.

*خسرو بهرنگ

کارشناس ارشد مشاوره، مدرس دانشگاه
فرهنگیان، ایران

پروانه گرداب

دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی،
دانشگاه آزاد اسلامی، واحد یاسوج، یاسوج،
ایران

زهره نعمتی

دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه
آزاد اسلامی، واحد اهواز، اهواز، ایران

غلامعباس صائمی

دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی،
دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اهواز، اهواز، ایران

الهه پوراکبران

باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان، تربت
حیدریه، ایراندانشگاه آزاد اسلامی، واحد تربت حیدریه،
تربت حیدریه، ایران

*مؤلف مسئول:

دانشگاه فرهنگیان، ایران

khosro.behrang@gmail.com

تاریخ وصول: ۹۵/۱۱/۲۵

تاریخ تایید: ۹۵/۱۲/۲۵

واژه‌های کلیدی: تعهد، رضایت زناشویی، زوجین، سبک زندگی

مقدمه

خانواده به لحاظ قدمت، ابتدایی ترین و از لحاظ گستردگی، جهان شمول ترین نهاد اجتماعی است. این امر نشان می دهد که تشکیل خانواده یکی از اساسی ترین و طبیعی ترین نیازهای انسان محسوب می شود. اولین گام برای ارضای این نیاز اساسی و طبیعی، ازدواج است. اما به رغم خوشایند بودن پیوند ازدواج، داده های آماری حکایت از آن دارد که رضایت زوجین به آسانی بدست نمی آید. رضایت زناشویی یعنی انطباق بین انتظاراتی که فرد از زندگی زناشویی دارد و آنچه در زندگی خود تجربه می کند (۱). رضایت زناشویی می تواند انعکاسی از میزان شادی افراد از روابط زناشویی و یا ترکیبی از خشنود بودن بواسطه بسیاری از عوامل مختلط رابطه زناشویی باشد (۲). یکی از این عوامل می تواند انتخاب سبک زندگی زوجین برای جلوگیری از خطرات و پیامدهای ناگواری مثل طلاق باشد. سبک زندگی روشی است که افراد در طول زندگی انتخاب کرده اند و زیربنای آن در خانواده پی ریزی میشود. این روش در واقع متأثر از فرهنگ، نژاد، مذهب، وضعیت اقتصادی، اجتماعی و باورهاست. به عبارت دیگر سبک زندگی عبارت است از منش کلی فرد به جهت رسیدن به اهداف و غلبه بر مشکلات، سبک زندگی هر فردی الگوی زندگی اوست که در فعالیت ها، دلبستگی ها و افکار شخصی بروز می کند. در واقع سبک زندگی چیزی بیش از شخصیت، طبقه اجتماعی شخص است. بطور کلی سبک زندگی شامل الگوی کامل منش و واکنش فرد در جهان است (۳). در متون تنش های خانواده و تئوری انعطاف پذیری در مقابل عوامل استرس زا، بیان شده که تعهد ممکن است وسیله ای باشد که تا به طور مؤثری در برابر خواسته های ناهنجار مقاومت کند (۴).

دو نوع جهت گیری برای برخورداری از سبک زندگی مطلوب لازم است که شامل بایدها و نبایدهای مقبول در زندگی و شیوه های اجرا و محقق کردن آن است (۵). افرادی که سبک زندگی ناسالم دارند احساس درماندگی

می کنند. آنان منبع کنترل بیرونی تری دارند از حمایت اجتماعی و تحمل جسمانی کمتری برخوردار هستند و تحریک پذیری بیشتری دارند اما افراد با سبک زندگی سالم شیوه های مقابله ای مثبت تری دارند (۶). مفهوم سبک زندگی ابتدا توسط آدلر و پیروانش مطرح شد. آدلر برخلاف بسیاری از روان شناسان علاوه بر نگاه توصیفی-نگاهی ارزشی و تجویزی هم به روانشناسی داشت. به عقیده آدلر همه اشخاص علایمی از عناصر فرهنگ موروث را دارند که مشخصه زیستی-ذاتی هستند از اینکه این افراد چطور با جهان ارتباط برقرار می کنند. این سبک ارتباطی که اشخاص با محیط خودشان دارند رابطه آنها را با خودشان، دیگران و جهان توضیح می دهد و این چهارچوب سبک زندگی فردی را می سازد (۷). عامل دیگری که به نظر می رسد می تواند در رضایت زناشویی تاثیر گذار باشد تعهد زوجین می باشد.

تعهد زناشویی به معنای وفادار ماندن به خانواده و اعضای آن هنگام غم و شادی، وقایع خوشایند و ناخوشایند زندگی، بر مبنای احساس و عاطفه و هم بر پایه ی قصد و نیت می باشد. زنانی که در قبال تعهد خود در برابر همسر و دیگران به بلوغ فکری لازم نرسیده و رفتاری دوسوگرایانه را تعقیب می کنند در ازدواج و در کار کردن با دیگران دچار مشکل خواهند شد و غالباً نتیجه ی این امر، بی وفایی خواهد بود (۸). به عبارتی متعهد بودن در قبال خانواده، مبنای صرف زمان و انرژی اعضای خانواده برای فعالیت هایی است که به نحوی به خانواده مرتبط می گردد. به بیان دیگر مطالعات در مورد تعهد نشان می دهد که تعهد باعث حفظ و بقای ارتباط در زوجین می گردد (۹). همچنین تعهد در ازدواج باعث افزایش رضایت از زندگی و رضایت زناشویی و کیفیت آن می گردد (۱۰).

نتایج پژوهشگرانی همچون مهناز علی اکبری دهکردی نشان داد که بین هوش هیجانی زنان با رضایت زناشویی آنان و همسرانشان رابطه معنی داری وجود دارد. پژوهش سولیوان (۱۱) نشان داد که افرادی در سطح بالاتری از مذهبی بودن

قرار دارند نسبت به افراد مذهبی سطح پایین، ثبات زناشویی بیشتری دارد. رقیه عیدی و همکاران (۱۲) نشان دادند که بین بررسی رضایت زناشویی در سبک های مختلف دلبستگی، تفاوت معنی داری وجود دارد (۱۳). در مقاله ای با عنوان تأثیر موقعیت شغلی بر سبک زندگی زنان شاغل، نتایج نشان داد که سبک زندگی زنان را نمی توان صرفاً از روی موقعیت شغلی آنها شناخت و سایر عوامل هم در سبک زندگی مؤثر است (۱۴).

در رابطه بین سبک زندگی در بعد تغذیه و سلامت عمومی نتایج نشان می دهد که بین سلامت عمومی و تغذیه، ارتباط آماری معنی داری وجود دارد (۱۵). تأثیر سبک زندگی سالم بر نشانه های افسردگی و اضطراب نشان می دهد که این نشانه ها توسط زندگی سالم و فعالانه کاهش می یابد. در پژوهش صالحی و همکاران (۱۶) نشان داده شد که بین نگرش دینی و سبک زندگی دانشجویان، رابطه همبستگی قوی و مثبتی وجود دارد به طوری که سطح بالای نگرش با سطح بالای سبک زندگی و سطح پایین سبک زندگی با سطح پایین نگرش همراه است. این مطالعه با هدف بررسی رابطه سبک زندگی، تعهد زوجین و رضایت زناشویی در زنان متأهل انجام گرفت.

روش کار

پژوهش انجام شده یک مطالعه توصیفی همبستگی است. جامعه آماری پژوهش، کلیه زنان مراجعه کننده به چند مرکز مشاوره در سطح شهرستان مشهد بودند. از آنجایی که در پژوهش های از نوع همبستگی حداقل حجم نمونه ۵۰ نفر برای چگونگی رابطه ضرورت دارد (۱۷) لذا ۲۰۰ نفر به عنوان در دسترس انتخاب شدند و پرسشنامه ها در اختیار آنها قرار گرفت. برای تجزیه و تحلیل داده ها از آمار توصیفی شامل میانگین، انحراف استاندارد و آمار استنباطی مانند آزمون ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد.

ابزار پژوهش

الف- پرسشنامه سبک زندگی: پرسشنامه سبک زندگی ارتقاءدهنده سلامتی، شامل ۵۲ سؤال است که در یک مقیاس لیکرت چهاربخشی به صورت (هرگز، گاهی اوقات،

اغلب و همیشه) رفتارهای ارتقاءدهنده سلامتی فعلی را بر مبنای الگوی ارتقای سلامت در ۶ خرده مقیاس تعالی معنوی، مسئولیت پذیری سلامتی، تغذیه، فعالیت جسمی، مدیریت استرس و روابط بین فردی مورد سنجش قرار می دهد. این پرسشنامه در سال ۱۹۹۰ توسط والکر ساخته شد. والکر و همکاران، پایایی پرسشنامه را به سبک آلفای کرونباخ برای شش مقیاس به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۶، ۰/۸۰، ۰/۸۵، ۰/۷۹ و ۰/۸۷ و برای کل پرسشنامه ۰/۹۴ به تأیید رسانده اند. همچنین این پرسشنامه هنجاریابی شده و ضریب آلفای آن را ۰/۹۶ محاسبه کرده اند (۱۶). پایایی بدست آمده در این پژوهش ۰/۸۳ می باشد.

ب- پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ: در این مطالعه برای بررسی میزان رضایت زناشویی از مقیاس رضایت زناشویی انریچ استفاده شده که شامل ۴۷ سؤال و ۱۱ خرده مقیاس می باشد. در پژوهش مهدویان ضریب همبستگی پیرسون در روش بازآزمایی (به فاصله یک هفته) برای گروه مردان ۰/۹۳، برای گروه زنان ۰/۹۴۴، برای گروه زنان و مردان ۰/۹۴ به دست آمده است. ضریب آلفای فرم ۴۸ سؤالی پرسشنامه در پژوهش میرخشتی ۰/۹۲ و در فرم ۴۷ سؤالی پژوهش سلیمانیان (۱۸) ۰/۹۰، به دست آمده است. ضریب همبستگی پرسشنامه انریچ با مقیاس های رضایت خانوادگی از ۰/۴۱ تا ۰/۶۰ و با مقیاس های رضایت از زندگی ۰/۳۲ تا ۰/۴۱ است که نشان دهنده روایی آن است (۱۸).

ج- پرسشنامه تعهد زناشویی: پرسشنامه تعهد زناشویی در سال ۱۹۹۷ توسط آدامز و جونز تدوین شد. این پرسشنامه دارای ۴۴ سؤال و سه خرده مقیاس تعهد به همسر، تعهد به ازدواج و تعهد اجباری است. نمرات در دامنه ۴۵ تا ۲۲۵ قرار می گیرند و نمرات بالاتر دلالت بر تعهد زناشویی بیشتر دارد. آدامز و جونز روایی پرسشنامه تعهد زناشویی را بر اساس روایی مبتنی بر همبستگی خرده مقیاس ها با یکدیگر و بانمره کل مطلوب ارزیابی کردند و پایایی آن را بر اساس آلفای کرونباخ برای ۰/۹۱، ۰/۸۹ و ۰/۸۶ به دست آوردند. خرده مقیاس های تعهد به همسر، تعهد به ازدواج و تعهد اجباری به ترتیب شاه سیاه و همکاران این آزمون را به

فارسی ترجمه کرده و مورد اعتباریابی قرار دادند که روایی محتوایی آن توسط اساتید مشاوره دانشگاه اصفهان مورد تأیید قرار گرفت. همچنین پایایی آزمون بر اساس روش آلفای کرونباخ و بازآزمایی برای کل آزمون ۰/۸۵ و ۰/۸۶ به دست آمد (۸).

یافته های توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار در جدول ۱ ارائه شده است همانطور که در جدول ملاحظه میشود میانگین سبک زندگی برابر با ۱۱۰/۱۵ و رضایت زناشویی برابر با ۱۴۹/۱۲ می باشد که از بین متغیرهای سبک زندگی، روابط بالاترین و تغذیه پایین ترین میانگین را دارا هستند.

نتایج

جدول ۱- یافته های توصیفی مربوط به متغیر سبک زندگی و رضایت زناشویی

متغیرها	میانگین	انحراف معیار
تعالی معنوی	۲۰/۱۹	۳/۳۸
مستولیت پذیری	۲۰/۱۱	۴/۰۱
تغذیه	۱۷/۱۵	۳/۳
فعالیت جسمی	۱۸/۲۸	۳/۲۱
مدیریت استرس	۱۴/۱۴	۲/۷
روابط	۲۰/۲۸	۴/۲
سبک زندگی	۱۱۰/۱۵	۲۰/۸
رضایت زناشویی	۱۴۹/۲۱	۲۲/۲۳

نتایج به دست آمده از سبک زندگی و رضایت زناشویی که نمره به دست آمده از رضایت زناشویی با میانگینی برابر با ۱۴۹/۲۱ و انحراف معیاری برابر با ۲۲/۲۳ و سبکهای زندگی با میانگینی برابر با ۱۱۰/۱۵ و انحرافی برابر با ۲۰/۸ که نشان دهنده بالا بودن نمرات آزمودنی ها در دو متغیر می باشد. همچنین از بین مولفه های سبک زندگی مولفه روابط با

میانگینی برابر با ۲۰/۲۸ و انحراف از معیار برابر با ۴/۲ و مدیریت استرس همچنین از بین مولفه های سبک زندگی مولفه روابط با میانگینی برابر با ۱۴/۱۴ و انحراف معیار برابر با ۲/۷ به ترتیب بیشترین و کمترین میانگین را به خود اختصاص دادند.

جدول ۲- میانگین و انحراف معیار نمرات تعهد زناشویی در زنان

متغیر	میانگین	انحراف معیار
تعهد زناشویی	۱۰۷/۳۵	۶/۱۵
تعهد به همسر	۳۷/۴۴	۴/۲۴
تعهد به ازدواج	۴۹/۶۱	۴/۹۲
تعهد اجباری	۸۱/۵۱	۵/۳۴

نتایج این تحقیق نشان داد که به طور کلی با توجه به نمره کسب شده متغیر تعهد زناشویی (با میانگینی برابر با ۱۰۷/۳۵ و انحراف معیار برابر با ۶/۱۵) می توان اذعان کرد که تعهد به زندگی زناشویی در زنان متوسط به بالا می باشد و از بین

مولفه های تعهد زناشویی بیشترین نوع تعهد اجباری با میانگینی برابر با ۸۱/۵۱ و انحراف معیار برابر با ۴/۹۲ و کمترین نوع تعهد به همسر با میانگینی برابر با ۳۷/۴۴ و انحراف معیار برابر با ۴/۲۴ میباشد.

جدول ۳- ضرایب همبستگی بین رضایت زناشویی و خرده مقیاس های سبک زندگی

متغیر ملاک	متغیر پیش بین	ضریب همبستگی (r)	سطح معنی داری
------------	---------------	------------------	---------------

۰/۰۰۱	۰/۴۵	سبک زندگی	رضایت زناشویی
۰/۰۱۱	۰/۴۰	تعالی معنوی	
۰/۰۰۴	۰/۳۵	مسئولیت پذیری	
۰/۰۵۴	۰/۱۹	تغذیه	
۰/۰۱۶	۰/۲۰	فعالیت جسمی	
۰/۰۰۳	۰/۴۰	مدیریت استرس	
۰/۰۰۱	۰/۴۸	روابط	
۰/۰۱۲	۰/۳۹	تعهد زناشویی	
۰/۰۰۷	۰/۴۴	تعهد به همسر	
۰/۰۲۸	۰/۳۶	تعهد به ازدواج	
۰/۰۴۱	۰/۳۸	تعهد اجباری	

جدول ۴ نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه مربوط به تعامل سبک زندگی و تعهد زوجین با رضایت زناشویی را با روش سلسله مراتبی (Enter) نشان می‌دهد. ترتیب ورود متغیرها به معادله پیش بین بر اساس بالاترین ضریب همبستگی دو متغیری با متغیر ملاک می‌باشد که بر این اساس به ترتیب متغیرهای سبک زندگی و تعهد زوجین برای پیش بینی رضایت زناشویی وارد تحلیل شدند که نتایج در جدول زیر آمده است.

چون سطوح سنجش هر دو متغیر مستقل و وابسته فاصله‌ای است از آزمون ضریب همبستگی پیرسون استفاده می‌شود. بر اساس این آزمون بین دو متغیر رابطه معناداری در سطح ۰/۰۵ وجود دارد. مقدار ضریب همبستگی بین سبک زندگی و تعهد زوجین با رضایت زناشویی در بین زنان متأهل شهر مشهد با توجه به سطح معناداری در سطح ۰/۰۵ معنادار شده است ($P < 0/05$).

جدول ۴- نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به روش سلسله مراتبی برای پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک زندگی و

تعهد زوجین

مقدار ثابت (a)	ضرایب رگرسیون (B) و (β)		نسبت F احتمال p	ضریب تعیین RS	همبستگی چندگانه MR	شاخص آماری متغیرهای پیش بین
	۲	۱				
۷۸/۰۴		B = -۱/۶۵	F = ۶۷/۴۵ P < ۰/۰۰۱	۰/۳۱۳	۰/۵۶۰	تعهد زوجین
		β = -۰/۵۶				
		t = -۸/۲۱ P = ۰/۰۰۱				
۵۲/۴۸	B = ۰/۸۳	B = -۱/۴۵	F = ۳۸/۸۱ P < ۰/۰۰۱	۰/۳۴۶	۰/۵۸۸	تعهد زوجین و سبک زندگی
	β = ۰/۱۹	β = -۰/۴۹				
	t = ۲/۷ P = ۰/۰۰۸	t = -۶/۹ P = ۰/۰۰۱				

است که حدود ۳۵ درصد واریانس متغیر رضایت زناشویی توسط متغیرهای پیش بین سبک زندگی و تعهد زوجین قابل تبیین است.

بحث

تعهد به همسر و ازدواج، اعتماد زناشویی را امکان پذیر می‌سازد. زندگی بدون تعهد و وفاداری می‌تواند به شکست بینجامد. تا زمانی که تعهد به همسر و ازدواج جدی گرفته

همانطور که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، بر اساس نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون چندگانه و با روش سلسله مراتبی، ضریب همبستگی چندگانه برای ترکیب خطی متغیرهای تعامل سبک زندگی و تعهد زوجین با رضایت زناشویی برابر $MR = 0/588$ و ضریب تعیین برابر $RS = 0/346$ می‌باشد که در سطح $P < 0/001$ معنی دار است. با توجه به ضریب تعیین به دست آمده، مشخص شده

نشود، نمی‌تواند به ساختار زندگی زناشویی سالمی برسد. تعهد، آمیزه‌ای از ارزش‌ها و باورهاست که ممکن است خودساخته یا تجویز شده از جانب دیگران باشد (۱۹). نتایج تحقیقات نشان می‌دهد که فقدان تعهد، مهم‌ترین عامل مؤثر در بروز طلاق است (۲۰). بر این اساس، رابطه زناشویی بدون تعهد، رابطه‌ای سطحی، ظاهری و بدون سمت و سو خواهد بود و در این صورت، زوجین نخواهند توانست عمق عشق و صمیمیتی را که در سایه وفاداری و تعهد همسر و ازدواج به وجود می‌آید، تجربه کنند. عدم تعهد زوجین آثار منفی زیادی بر خانواده گذاشته و بر روح و روان زوجین اثر گذاشته و در واقع تمام زندگی را تحت الشعاع قرار می‌دهد (۲۱).

هدف از این پژوهش، تعیین رابطه بین سبک زندگی و تعهد زوجین با رضایت زناشویی بود. ضریب همبستگی رابطه معنی‌داری را بین سبک زندگی و تعهد زوجین با رضایت زناشویی نشان داد.

نتایج این پژوهش نشان داد که بین مؤلفه تعالی معنوی و رضایت زناشویی رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. به این معنی که سطوح بالای تعالی معنوی با افزایش رضایت زناشویی و سطوح پایین تعالی معنوی با کاهش رضایت زناشویی رابطه دارد. این نتیجه با نتایج مطالعات دیگر (۲۲) همسو بوده است. این پژوهش نشان داد که بین فعالیت جسمی و رضایت زناشویی رابطه مثبت معنی‌داری وجود دارد. به این معنی که ورزش و فعالیت جسمی می‌تواند بر میزان افزایش رضایت زناشویی تأثیر داشته باشد چنان که بر اساس یافته‌های پژوهش‌های صورت گرفته ورزش و فعالیت جسمی و فیزیکی جهت داشتن سبک زندگی و جلوگیری از فشار خون می‌تواند مؤثر باشد (۲۳). همچنین بین مدیریت استرس با رضایت زناشویی رابطه مثبت معنی‌داری وجود دارد. این نتیجه دلالت بر این دارد که

سبک زندگی فعالانه منجر به کاهش نشانه‌های افسردگی و اضطراب می‌گردد و توانایی افراد برای مقابله با استرس و تنش‌های زندگی را افزایش می‌دهد (۲۴). بین مسئولیت‌پذیری و رضایت زناشویی نیز رابطه مثبت معنی‌داری وجود دارد. زوجین اگر میزان مسئولیت‌پذیری بالایی را داشته باشند رضایت زناشویی خوبی را در پی خواهند داشت و این مسئولیت‌پذیری با تقسیم وظایف انجام می‌گیرد. شرکت (۲۵) این موضوع را عنوان کرد کسانی که تعالی معنوی بالایی دارند در همدلی، درک، مسئولیت‌پذیری و انعطاف‌پذیری، توفیق بیشتری خواهند داشت.

شواهد فراوان نشان می‌دهد که زوجین در جامعه امروزی برای برقراری و حفظ روابط صمیمی و درک احساسات به مشکلات فراگیر متعددی دچار شده‌اند. بدیهی است که کمبودهای موجود در کفایت‌های عاطفی و هیجانی همسران در کنار عوامل متعدد دیگر، اثرات نامطلوبی بر زندگی مشترک آنها می‌گذارد (۲۶). جهت تبیین یافته‌های فوق می‌توان گفت که برای اکثر زوجین داشتن زندگی خوب و موفق منوط به داشتن سبک صحیح زندگی است که تأثیر زیادی بر روابط زناشویی می‌گذارد. رضایت زناشویی می‌تواند بطور کامل بر کیفیت زندگی تأثیر بگذارد و تحقیقات انجام شده اهمیت تأثیر آن را بر انواع نتایج بالینی مانند بهداشت روانی، بهداشت جسمانی و حتی طول عمر تأیید نموده است (۲۷).

نتیجه‌گیری

بر اساس نتایج، رضایت زناشویی در زوجین در مرتبه نخست تابعی از تعهد زوجین و در مرتبه بعدی داشتن سبک زندگی مناسب خواهد بود. به این معنا که تعهد و وفاداری و همچنین سبک زندگی نقش مهمی در رضایت زناشویی دارد.

References

1. Bozolgen B. Spousal intrusion as a predictor of wives marital satisfaction their spouses retirement. Psychol Rep 2015; 116(3).

2. Ghamrani A. [Iranian couples's romantic relations and its relationship with marital satisfaction]. MS. Dissertation. Shahed University, Tehran; 2006. (Persian)
3. Atashpour SH, Jannati S. [Psychology of consumer behavior]. Tehran: Rouzamad; 2005. (Persian)
4. Peterson W, Krueger RF. How money buys happiness: Genetic and environmental processes linking finances and life satisfaction. *J Pers Soc Psychol* 2006; 9. (4):680-691
5. Hashemian SA, Hashemi M. [Examined lifestyle factors in youth cross religion in Isfahan]. *Journal of applied sociology* 2014; 8: 153-76. (Persian)
6. Yang KP, Mao XY. A study of nurses. Spiritual intelligence. A cross-sectional questionnaire survey. *Int J Nurs Stud* 2007; 44: 999-1010.
7. Ghorbani A. [The relation of styles relationship with peers]. *Journal of the promotion of ethics* 2008; 18: 4. (Persian)
8. Shahsiah M, Bahrami F, Mohebbi, S. [On the relationship between sexual satisfaction and marital commitment among couples in Shahreza city, central part of Iran]. *Journal of fundamentals of mental health* 2009; 11(3): 233-8. (Persian)
9. Amano H. Circumcises model of marital and family systems. The association for family therapy. Philadelphia: Black Well; 2000: 32-6.
10. Sobatli L, Santhion LA, Nock SL, Wright JD. Link between premarital cohabitation and subsequent marital quality, stability, and divorce. *Soc Sci Res* 2006; 35(2): 454-70.
11. Solivan SM. Assessing couple and marital relationship: Beyond from and toward a deeper knowledge of function. *Proceeding of Healthy Marriage and Evaluation Symposium of Measurement Issues in Family Demography Conference*; 2000; Washington, DC; 2000: 25-38
12. Aidi R, Khanjany Z. [Assessing attachment styles in marital satisfaction]. *Journal of psychology of University of Tabriz* 2007; 1(2-3): 175-201. (Persian)
13. Rafatjah M. [Effect of position job on the employed women's lifestyle]. *Cultural and communication studies* 2006; 11: 137-57.
14. Arianic F. Sexual satisfaction in long term heterosexual relationship: The interpersonal exchange model of sexual satisfaction. *Pers Relat* 2005; 2: 267-85.
15. Scholz D, Apt C, Rabehl SM. Key variables to understanding female sexual examination of women in non distressed marriages. *J Sex Marit Ther Satisfac* 2009; 19: 156-65.
16. Salehi A. [The relationship between lifestyle and religious attitude of students towards fashion]. *Journal of the promotion of ethics* 2016; 18: 4. (Persian)
17. Delaware A. [Research methods in psychology and education]. Tehran: Edit; 1995. (Persian)
18. Soleimanian AA. [Investigating the relationship between irrational beliefs and marital satisfaction in married student]. Dissertation. Tehran: Tarbiat Moallem University, 1995. (Persian)
19. Byers ES, Demmons S. Sexual satisfaction and sexual self-disclosure dating relationship. *J Res* 1999; 36: 180-9.
20. Hyde JS, Delamater JD. *Understanding human sexuality*. Boston: McGraw Hill; 2000: 24.
21. Ohadi B. [Human's behavior sexuality]. 2nd ed. Isfahan: Sadegh Hedayat; 2006: 4-5. (Persian)
22. Apykchy M. [The relationship between personality traits and marital disenchantment with religious commitment]. MS. Dissertation. Tehran: Tehran University, 2007. (Persian)
23. Baroogh N, Timurid F, Safari M. [Correlation between lifestyle and the prevalence of hypertension in cases aged 24-65 years in Qazvin Kowsar region]. *Research journal of Shahid Beheshti University of Medical Sciences* 2008; 15(5): 193-7. (Persian)
24. Monica G. Study on the importance of physical education in fighting stress lifestyle among students at the University of Bucharest. *Procedia Soc Behav Sci* 2014; 117: 104-9.

25. Shorkat SL, Sanchez LA, Nock SL, Wright JD. Link between premarital cohabitation and subsequent marital quality, stability, and divorce. *Soc Sci Res* 2006; 35(2): 454-7
26. Ali Akbari Dehkordi M. [the relationship between emotional intelligence and marital satisfaction in couples]. *Journal of behavioral sciences* 2013; 6(2): 161-9.
27. Abbasi F. [Relationship between sexual function and satisfaction of married women with mental health of Qazvin]. Dissertation. Tehran: Iran University of Medical Sciences, 2006. (Persian)

