مقاله پژوهشی
مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان
دوره ۲۰، شهریور ۱۴۰۰، ۶۶۰-۶۴۵

نقش میانجی‌گر بخشودگی زناشویی و بهزیستی ذهنی در رابطه بین ذهن آگاهی و رضایت جنسی زنان و مردان متأهل شهر تهران:یک مطالعه توصیفی

نازنین فاتحی[۱]، مطهره غلامی حسنارودی[۲]، نازنین عابد[۳]

دریافت مقاله: ۰۰/۲/۲۷ ارسال مقاله به نویسنده جهت اصلاح: ۰۰/۳/۱۹ دریافت اصلاحیه از نویسنده: ۰۰/٤/۵ پذیرش مقاله: ۰۰/٤/۲۰

چکیده

زمینه و هدف: رضایت جنسی، از مؤلفه‌های تأثیرگذار بر ثبات و کیفیت زندگی زناشویی زوجین است. لذا بررسی عوامل مؤثر بر آن از جمله ذهن آگاهی، بخشودگی زناشویی و بهزیستی ذهنی، حائز اهمیت است. بر این اساس، هدف از پژوهش حاضر تعیین نقش میانجی‌گر بخشودگی زناشویی و بهزیستی ذهنی در رابطه بین ذهن آگاهی و رضایت جنسی بود.

مواد و روش‌ها: پژوهش حاضر از نوع توصیفی است. حجم نمونه شامل ۳۰۰ نفر از زنان و مردان متأهل شهر تهران در بازه زمانی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ بود که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. جهت‌گردآوری داده‌های پژوهش از پرسش‌نامه-های رضایت جنسی Larson و همکاران، ذهن آگاهی Walach و همکاران، بهزیستی ذهنی Warwick-Edinburgh و بخشش-رنجش خاص زناشویی Paleari و همکاران استفاده شد. داده‌ها با آزمون همبستگی Pearson و تحلیل مسیر مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: نتایج تحلیل میانجی نشان داد که اثر مستقیم ذهن‌آگاهی بر رضایت جنسی معنادار بود (β =۰/۱۳۶، p=۰/۰۴۳). اثر غیرمستقیم ذهن‌آگاهی بر رضایت جنسی هم از طریق بخشودگی زناشویی و هم از طریق بهزیستی ذهنی معنادار گردید (به ترتیب β=۰/۰۵۶ ، p =۰/۰۱۷ و β=۰/۲۸۹، p=۰/۰۱۰). بنابراین بخشودگی زناشویی و بهزیستی ذهنی در رابطه بین ذهن-آگاهی و رضایت جنسی، نقش میانجی‌گری جزیی را ایفاء نمودند.

نتیجه‌گیری: نتایج به‌دست آمده در پژوهش حاضر، می‌تواند هم از جنبه نظری (گسترش و غنی‌سازی مفاهیم نظری در حوزه زوج درمانی) و هم از جنبه عملیاتی (طراحی برنامه‌های درمانی و آموزشی)، به پژوهش‌گران و درمان‌گران حوزه سلامت روان یاری رساند.

واژه‌های کلیدی: رضایت جنسی، ذهن‌آگاهی، بخشودگی زناشویی، بهزیستی ذهنی، تهران

۱-کارشناس ارشد روان شناسی بالینی- خانواده درمانی، دانشگاه علم و فرهنگ، تهران، ایران
۲- کارشناس ارشد روان شناسی بالینی- خانواده درمانی، دانشگاه علم و فرهنگ، تهران، ایران
۳- (نویسنده مسئول) دکترای تخصصی روانشناسی، استادیار گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه علم و فرهنگ، تهران ،ایران
تلفن: ۰۲۱-۴۴۳۷۲۱۵۰ ، دورنگار: ۰۲۱-۴۴۳۷۲۱۵۰، پست الکترونیکی: nazanin.abed@yahoo.com

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-08]
[DOR: 20.1001.1.17353165.1400.20.6.8.8]
[DOI: 10.52547/jrums.20.6.660]

مقدمه

ازدواج، مهم‌ترین و مؤثرترین رویداد در چرخه زندگی انسان‌ها است که طی آن زوج‌ها در یک تعامل دوطرفه با همسر قرار می‌گیرند. از این رو ارزیابی زوجین از کیفیت رابطه زناشویی‌شان، می‌تواند عاملی مؤثر برای عملکرد مناسب آن‌ها در زندگی و در مواجهه با فشارهای روانی تلقی گردد [۲-۱].

در این بین، رضایت جنسی (Sexual satisfaction) یکی از عمده مسائل تأثیرگذار بر رضایت زناشویی زوج‌ها است که از مؤلفه‌های مهم برای یک ازدواج موفق، استحکام خانواده و حفظ سلامت جسمانی و روان‌شناختی همسران تلقی می‌شود [۳]. به طور کلی، این موضوع به میزان خرسندی زوجین از روابط جنسی و توانایی در لذت بردن و لذت دادن به یکدیگر اشاره دارد که دو بعد اصلی رضایت از فعالیت‌های جنسی (بعد جسمی) و رضایت عاطفی و هیجانی (بعد عاطفی) را شامل می‌شود [۴].

براین اساس، یکی از متغیرهای روان‌شناختی مؤثری که به نظر می‌رسد سهم قابل توجهی در رضایت جنسی زوجین داشته باشد، ذهن آگاهی (Mindfullness) است. ذهن آگاهی متمرکز بر توجه به طریق خاص، معطوف به هدف، در زمان حال و بدون قضاوت و داوری است. به طوری که فرد ذهن آگاه در هر لحظه از حالت ذهنی به خودش آگاهی داشته و توجهش را به حالت‌های مختلف ذهنی اش متمرکز می‌نماید [۵].

در نتیجه، ذهن آگاهی با کاهش استرس و افکار منفی به فرد کمک می‌کند تا در هنگام هرگونه فعالیتی (از جمله فعالیت جنسی) احساس آرامش نماید [۶]. در همین راستا، نتایج پژوهش‌ها حاکی از آن است که ذهن آگاهی با رضایت جنسی بهتر [۷-۹]، افزایش پذیرش شریک زندگی [۱۰] و به طور کلی رضایت از رابطه عاشقانه در ارتباط است [۱۱].

با این حال، هرچند که ادبیات پژوهشی نشان می‌دهد که بین ذهن آگاهی و رضایت جنسی رابطه معنادار وجود دارد، اما سازوکار اساسی این ارتباط هنوز مورد بررسی قرار نگرفته است. به نظر می‌رسد که عامل بخشودگی زناشویی (Marital forgiveness)، مکانیسم مهمی برای برقراری تعادل و ثبات بین زوجین و نیز افزایش رضایت جنسی آن‌ها باشد [۱۲].

بر این اساس، علی‌رغم عدم وجود اجماع در مورد تعریف بخشودگی، محققان توافق دارند که بخشودگی به عنوان مجموعه‌ای از فرآیندهای در حال تغییر شامل کاهش احساسات منفی نسبت به فرد خاطی، کاهش انگیزه برای تلافی یا مجازات و افزایش احساسات مثبت نظیر حس خیرخواهی نسبت به او تعریف می‌شود [۱۳]، که می‌تواند از طریق مقابله با هیجان‌های نامطلوب و ایجاد چارچوب شناختی و رفتاری مطلوب در هنگام کدورت‌ها و رنجش‌های بین‌فردی، به انطباق بهتر زوجین و درنتیجه به بهزیستی آن‌ها کمک نماید [۱۴].

به نظر می‌رسد ارتباط بین ذهن آگاهی و رضایت جنسی از طریق میانجی‌گری بخشودگی زناشویی با تکیه بر نظریه ذهن آگاهی هیجانی Lambie [۱۵] برای بررسی مکانیسم

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-08]
[DOR: 20.1001.1.17353165.1400.20.6.8.8]
[DOI: 10.52547/jrums.20.6.660]

ارتباطی پژوهش حاضر قابل بررسی باشد. چارچوب کلی این نظریه بر سطوح آگاهی هیجانی از کمبود کامل احساسات (یا عدم توانایی در طبقه بندی احساسات) تا نمایشی از شناخت و طبقه‌بندی حالت‌های مختلف احساسی اشاره دارد که معتقد است افزایش آگاهی فرد از هیجانش و پذیرش خود و دیگران می‌تواند بر توانایی فرد در بخشودگی در یک رابطه عاشقانه تأثیر بگذارد [۱۶]. بنابراین، بخشودگی زناشویی ممکن است به عنوان مکانیسم مهمی عمل کند که به وسیله آن ذهن آگاهی به افزایش رضایت از رابطه منجر شود.

نتایج پژوهش‌ها در این زمینه نیز حاکی از آن است که بخشودگی زوج‌ها به صورت معناداری با عامل رضایت زناشویی [۱۸-۱۷] و با ذهن آگاهی و رضایت از رابطه و رضایت جنسی [۱۹، ۱۶، ۸] همراه است.

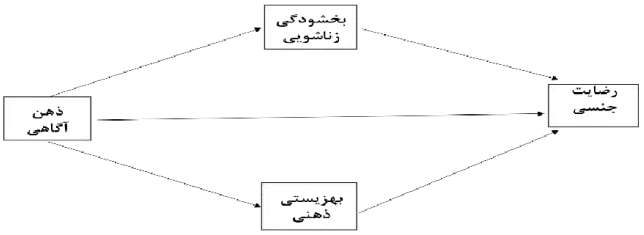
یکی دیگر از متغیرهایی که احتمالاً بتواند سازوکار بین رضایت جنسی و ذهن آگاهی را تبیین نماید، بهزیستی ذهنی (Mental well-being) است. بهزیستی ذهنی به ارزیابی هیجانی و شناختی افراد از کیفیت زندگی، توجه به تأثیرات تجارب مثبت و منفی زندگی و نیز رضایت از زندگی اشاره دارد [۲۰]. عامل بهزیستی از لحاظ نظری بر جنبه‌های متعددی از سلامت روان تمرکز دارد و می‌تواند پیش‌بین کننده ثبات زناشویی باشد، به صورتی‌که زوجین با سطح پایین‌تر از بهزیستی روان‌شناختی، پذیرش کم‌تری نسبت به نقاط ضعف خود و همسر دارند و رضایت کم‌تری در حوزه-های متعدد زندگی فردی و زوجی را گزارش می‌دهند [۲۱].

از طرف دیگر طبق رویکرد مبتنی بر لذت گرایی، بهزیستی به طور کلی به معنای به حداکثر رساندن لذت و به حداقل رساندن درد تبیین می‌گردد [۲۲]، که بر این اساس، به نظر می‌رسد که عامل بهزیستی و سلامت روان با میل و عملکرد جنسی در ارتباط باشد و بتوانند یک‌دیگر را به طرز قابل توجهی تحت تأثیر قرار دهند [۲۳]. در این راستا نتایج پژوهش‌ها نشان دادند که متغیر بهزیستی با رضایت جنسی [۲۴]، رضایت از زندگی [۲۵]، رضایت زناشویی [۲۶]، کیفیت ارتباط زناشویی [۲۷] مرتبط است.

هم‌چنین، نتایج پژوهش‌های انجام شده، حاکی از رابطه معنادار بین ذهن آگاهی با بهزیستی روان‌شناختی است که در این بین می‌توان به برخی پژوهش‌ها اشاره نمود [۲۹-۲۸].

در نهایت، از آن‌جایی که ممکن است خلأهای موجود در کفایت‌های جنسی زوجین در کنار سایر عوامل روان‌شناختی مانعی برای برقراری ارتباط صمیمی و کاهش رضایت‌مندی زوجین شود، لذا به نظر می‌رسد که عامل بخشودگی شریک زندگی و بهزیستی ذهنی بتوانند نقش مهمی را در رضایت جنسی و هم‌چنین افزایش عملکرد زوجین در زندگی زناشویی ایفا نمایند. در نتیجه انجام پژوهش‌های متنوع در این زمینه می‌تواند مؤثر واقع شود. از این رو، پژوهش حاضر با هدف تعیین نقش میانجی‌گر بخشودگی زناشویی و بهزیستی ذهنی در رابطه بین ذهن آگاهی و رضایت جنسی زوجین اجرا گردید. شکل ۱ الگوی پیشنهادی پژوهش را نشان می‌دهد.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-08]
[DOR: 20.1001.1.17353165.1400.20.6.8.8]
[DOI: 10.52547/jrums.20.6.660]



شکل ۱- نقش میانجی‌گر بخشودگی زناشویی و بهزیستی ذهنی در رابطه بین ذهن آگاهی و رضایت جنسی زوجین

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر از نوع توصیفی است. جامعه آماری این پژوهش، کلیه زنان و مردان متأهل مناطق ۲۲گانه شهر تهران بودند که در بازه زمانی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ به شیوه در دسترس مورد نمونه‌گیری قرار گرفتند. به علاوه، حجم نمونهٔ پژوهش حاضر بنا بر نظر Kline [۳۰]، که توصیه می‌کند به ازای هر پارامتر در مدل حداقل ده تا بیست مورد به حجم نمونه اضافه شود، در نظر گرفته شد که بر این اساس با در نظر گرفتن احتمال ریزش، ۳۰۰ نفر آزمودنی برای پژوهش حاضر انتخاب گردید. به علاوه، از ملاک‌های ورود شرکت-کنندگان به پژوهش حاضر داشتن دامنه سنی ۲۰ تا ۴۸ سال، گذشت حداقل یک سال از زندگی مشترک و سطح تحصیلات حداقل دیپلم بود و زندگی جدا از هم، ابتلاء به بیماری‌های جسمانی و روانی جدی مستلزم مصرف داروهای روان‌پزشکی (با توجه به گزارش فرد در پرسش‌نامه اطلاعات جمعیت شناختی) و نیز سوء مصرف مواد (با توجه به گزارش فرد در پرسش‌نامه اطلاعات جمعیت شناختی) از جمله ملاک‌های خروج در این پژوهش بود.

اجرای پژوهش حاضر با توجه به اشاعه ویروس کرونا و شرایط همه‌گیری این بیماری و نیز لزوم توجه به حفظ سلامتی افراد، به صورت غیرحضوری و از طریق پرسش‌نامه آنلاین اجرا گردید. به این صورت که در ابتدای پرسش‌نامه آنلاین که با استفاده از گوگل فرم تدوین شد، شرح مختصری از اهداف پژوهش و نیز اطمینان بخشی در خصوص محرمانه ماندن اطلاعات داده شد و سپس لینک پرسش‌نامه در فضاهای مجازی (تلگرام، واتس آپ و اینستاگرام)، در اختیار آن دسته از زنان و مردان متأهلی قرارگرفت که داوطلبانه (از طریق ارسال پیام به مسئولین اجرایی پژوهش)، برای پاسخ به پرسش‌نامه‌ها، اعلام آمادگی کرده بودند.

در پژوهش حاضر به منظور گردآوری داده‌ها، علاوه بر گردآوری اطلاعات جمعیت شناختی (از جمله سن افراد، جنسیت، داشتن یا نداشتن فرزند، شاغل بودن یا نبودن افراد، سطح تحصیلات، مدت زمان ازدواج آن‌ها)، از چهار پرسش‌نامه روان‌شناختی نیز استفاده گردید که پرسش-نامه‌های مورد استفاده به شرح ذیل بودند:

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-08]
[DOR: 20.1001.1.17353165.1400.20.6.8.8]
[DOI: 10.52547/jrums.20.6.660]

۱- پرسش‌نامه رضایت جنسی (Larson Sexual Satisfaction Questionnaire): این مقیاس توسط Larson و همکاران [۳۱]، با هدف ارزیابی چهار مؤلفه تمایل به برقراری روابط جنسی، نگرش جنسی، کیفیت زندگی جنسی و سازگاری جنسی زوجین تدوین گردید. این پرسش‌نامه ۲۵ سؤالی، به صورت لیکرت ۵ درجه‌ای (هرگز، به ندرت، گاهی اوقات، بیشتر اوقات و همیشه) می‌باشد و به هر سؤال ۱ تا ۵ نمره داده می‌شود. در سؤالات ۱، ۲، ۳، ۱۰، ۱۲، ۱۳، ۱۶، ۱۷، ۱۹، ۲۱، ۲۲ و ۲۳، گزینه هرگز نمره ۱، گزینه به ندرت نمره ۲، گاهی اوقات نمره ۳، اکثر اوقات نمره ۴ و همیشه نمره ۵ را دریافت می‌کند و سؤالات ۴ تا ۹، ۱۱، ۱۴، ۱۵، ۱۸، ۲۰، ۲۴ و ۲۵ به صورت معکوس نمره‌گذاری شده به این صورت که گزینه هرگز نمره ۵، گزینه به ندرت نمره ۴، گاهی اوقات نمره ۳، اکثر اوقات نمره ۲ و همیشه نمره ۱ را دریافت می‌کند. حداقل و حداکثر نمره در این پرسش‌نامه به ترتیب ۲۵ و ۱۲۵ است. نمره پایین‌تر از ۵۰ به معنای عدم رضایت جنسی، نمره ۵۱ تا ۷۵ رضایت کم، نمره ۷۶ تا ۱۰۰ رضایت متوسط و نمرات بالاتر از ۱۰۰ رضایت زیاد تلقی می‌شود. در پژوهش Bahrami و همکاران [۳۲]، آلفای کرونباخ برای سؤالات مثبت ۰/۸۰ و برای سؤالات منفی ۰/۷۷ به‌دست آمد و نتایج تحلیل عاملی تأییدی در پژوهش آن‌ها، نشان داد که تمام شاخص‌های ابزار از سطح استاندارد و مطلوبی برخوردارند. روایی محتوای این پرسش‌نامه نیز توسط Bahrami و همکاران [۳۳] مورد تأیید قرار گرفت. در پژوهش حاضر، ضریب همسانی درونی این پرسش‌نامه با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۱ به دست آمد.

۲- فرم کوتاه پرسش‌نامه ذهن آگاهی فرایبورگ (Freiburg Mindfulness Inventory- Short Form): این مقیاس در سال ۲۰۰۶، توسط Walach و همکاران [۳۴] با هدف ارزیابی ذهن آگاهی در جمعیت بالینی و غیربالینی تدوین گردید و به طور گسترده‌ای در بسیاری از فرهنگ‌ها، از نظر خصوصیات روان‌سنجی مورد بررسی و مطالعه قرار گرفت. فرم کوتاه این پرسش‌نامه، دو عامل حضور و پذیرش را می‌سنجد و می‌توان از آن برای مقاصد پژوهشی و درمانی به خصوص در جمعیت‌های غیر بالینی استفاده نمود. Walach و همکاران، به عنوان سازندگان پرسش‌نامه ذهن - آگاهی Freiburg، معتقدند که فرم کوتاه این پرسش‌نامه می‌تواند به خوبی همه جوانب مربوط به حوزه ذهن آگاهی را پوشش دهد. هم‌چنین، در پژوهشی که Walach و همکاران انجام دادند، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به دست آمد که حاکی از پایایی رضایت بخش آن بود. این مقیاس، دارای ۱۴ گویه با لیکرت ۴ درجه‌ای (بندرت (۱)، بعضی اوقات (۲)، بیش‌تر اوقات (۳)، همیشه (۴)) می‌باشد که گویه شماره سیزدهم آن، به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. به صورتی که به گزینه همیشه نمره ۱، و به گزینه به‌ندرت نمره ۴ تعلق می‌گیرد. حداقل نمره در این پرسش‌نامه ۱۴ و حداکثر ۵۶ است که نمره بالاتر نشانگر ذهن آگاهی بالاتر است. Ghasemi Jobaneh و همکاران [۳۵] در پژوهش خود ابتدا فرم کوتاه پرسش‌نامه ذهن آگاهی Freiburg را به فارسی ترجمه کردند و سپس به بررسی روایی و پایایی آن پرداختند. روایی همزمان با مقیاس‌های خود کنترلی (r=۰/۶۹) و تنظیم هیجان (r=۰/۶۸) در سطح معناداری

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-08]
[DOR: 20.1001.1.17353165.1400.20.6.8.8]
[DOI: 10.52547/jrums.20.6.660]

۰/۰۱ مناسب گزارش شد. به علاوه، طبق نتایج مدل تحلیل عاملی تأییدی نشان داده شد که ساختار پرسش‌نامه برازش قابل قبولی با داده‌ها دارد و از روایی عاملی مطلوبی برخوردار است. علاوه بر این، پایایی طبق ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۲، تتای ترتیبی ۰/۹۳ و پایایی بازآزمایی به فاصله چهار هفته ۰/۸۳ گزارش شد که این ضریب بیان‌گر پایایی بازآزمایی خوب فرم کوتاه پرسش‌نامه ذهن آگاهی است. در پژوهش حاضر، ضریب همسانی درونی این پرسش‌نامه با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ به دست آمد.

۳- مقیاس بهزیستی ذهنی وارویک- ادینبورگ (Marital Offence-Specific Forgiveness Scale):

این مقیاس در سال ۲۰۰۷، توسط Tennant و همکاران [۳۶] با هدف ارزیابی ساختارهای بهزیستی ذهنی (متمرکز بر عملکرد روان‌شناختی و احساس معنی و هدف در زندگی) و لذت جویانه (متمرکز بر شادی، رضایت و رضایت از زندگی) در دانشگاه Warwick-Edinburgh تدوین گردید. این مقیاس هر دو دیدگاه لذت جویی و فضیلت گرایی را به خوبی پوشش می‌دهد و اجرای آن در انگلستان، اسکاتلند، چین، پاکستان، ایران و کشورهای دیگر نتایج قابل استنادی به دست داد. به علاوه، این مقیاس ۱۴گویه دارد که پاسخ سؤالات بر اساس طیف ۵ درجه‌ای از هیچ‌گاه (۱) تا همیشه (۵) نمره‌گذاری می‌شود. حداقل و حداکثر نمره در این مقیاس به ترتیب ۱۴ و ۷۱ است و نمره بالاتر نشانه سطح بهزیستی بالاتر است. روایی نسخه انگلیسی مقیاس بهزیستی ذهنی براساس محاسبه همبستگی این مقیاس با بهزیستی روان‌شناختی Ryf ۰/۷۳، مقیاس رضایت از زندگی Dinner ۰/۷۲، فرم کوتاه مقیاس افسردگی-شادی Jozef و Linely ۰/۷۶، مقیاس عواطف مثبت و منفی Watson و Kelarck به ترتیب برابر با ۰/۷۳ و ۰/۵۵-، پرسش‌نامه سلامت عمومی برابر با ۰/۵۳-، مقیاس هوش هیجانی مه یر برابر با ۰/۵۱ و راهنمای بهزیستی روان‌شناختی سازمان بهداشت جهانی بچ و اولسون برابر با ۰/۷۷ حاکی از اعتبار مناسب و رضایت بخش این مقیاس بود. هم‌چنین، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۹ (n=۳۴۸) و اعتبار بازآزمایی این مقیاس پس از یک هفته ۰/۸۳ (n=۱۲۴) به دست آمد [۳۷]. افزون بر این، در پژوهش Abed و همکاران [۳۸]، مدل تک عاملی این مقیاس با آلفای کرونباخ ۰/۹۰ حاکی از برازش قابل قبول در جامعه ایران بود. در پژوهش حاضر، ضریب همسانی درونی این پرسش‌نامه با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۰ به دست آمد.

۴- پرسش‌نامه بخشش- رنجش خاطر زناشویی (Marital Offence-Specific Forgiveness Scale): این مقیاس در سال ۲۰۰۹ توسط Paleari و همکاران [۳۹] به منظور ارزیابی فرایند بخشودگی در موقعیت زندگی زناشویی تدوین گردید. این پرسش‌نامه دارای ۱۰ عبارت و دو زیرمقیاس خیرخواهی و خشم-اجتناب می‌باشد که سؤالات ۲، ۵، ۹ و ۱۰ مربوط به زیرمقیاس خیرخواهی و سؤالات ۱، ۳، ۴، ۶، ۷ و ۸ مربوط به زیرمقیاس خشم-اجتناب است. به علاوه، پاسخ سؤالات بر اساس طیف ۶ درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۶) نمره‌گذاری می‌شود و حداقل و حداکثر نمره آن در دامنه ۱۰ تا ۶۰ است. در پژوهش Paleari و همکاران، ضریب آلفای کرونباخ زیرمقیاس خیرخواهی برای مردان ۰/۸۰ و برای زنان ۰/۷۵ و زیرمقیاس خشم-اجتناب برای

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-08]
[DOR: 20.1001.1.17353165.1400.20.6.8.8]
[DOI: 10.52547/jrums.20.6.660]

مردان ۰/۸۳ و برای زنان ۰/۷۹ گزارش شد که نتایج حاکی از پایایی مطلوب این آزمون بود. افزون براین، اعتبار و روایی افتراقی آزمون به روش تحلیل عاملی تأییدی مورد بررسی قرار گرفت که نتایج تحلیل عاملی تأییدی، وجود دو عامل مجزا اما همسو یعنی خیرخواهی و خشم- اجتناب را تأیید نمود. هم‌چنین، به منظور ارزیابی اعتبار و روایی همگرای این مقیاس، همبستگی این آزمون با عواملی نظیر صمیمیت، کیفیت زندگی زناشویی، اعتماد به همسر، حل مسأله کارآمد، صفت بخشودگی و مطلوبیت اجتماعی مورد بررسی قرار گرفت که همبستگی بین این مقیاس و این متغیرها نیز حاکی از اعتبار افتراقی آزمون بود [۳۹].

در پژوهش Ragabi و همکاران [۴۰]، ضریب پایایی آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۹۱ و ضریب روایی همگرای آن با استفاده از مقیاس بخش صفت بری و همکاران Trait Forgiveness Scale (TFS)، ۰/۸۹ به دست آمد. در پژوهش حاضر، ضریب همسانی درونی این پرسش‌نامه با روش آلفای کرونباخ برای زیر مقیاس بخشودگی زناشویی (خیرخواهی) ۰/۷۱ به دست آمد.

در نهایت تجزیه و تحلیل داده‌ها در دو سطح آمار توصیفی با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ و آمار استنباطی با استفاده از نرم‌افزار Amos نسخه ۲۴ انجام گرفت. در سطح آمار استنباطی از ضریب همبستگی Pearson و تحلیل میانجی با استفاده از تحلیل مسیر استفاده شد. در سطح آمار توصیفی میانگین، انحراف استاندارد، کمینه و بیشینه تحلیل گردید. در ضمن، میزان خطای اول در پژوهش حاضر، ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

نتایج

پژوهش حاضر بر روی ۳۰۰ فرد متأهل (۲۰۰ زن و ۱۰۰ مرد) انجام گرفت که ۱۶۴ نفر (۵۴/۷ درصد) از آن‌ها داری فرزند و ۱۹۹ نفر (۶۶/۳ درصد) شاغل بودند و ۲۱۷ نفر (۷۲/۳ درصد) مدرک دانشگاهی داشتند. میانگین سن شرکت کنندگان در پژوهش حاضر، ۳۳/۹۷ بود و به طور متوسط، ۷/۲۴ سال از مدت ازدواج آن‌ها سپری شده بود. آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول ۱ ارائه شده‌اند.

جدول ۱- آماره‌های توصیفی (میانگین، انحراف استاندارد، کمینه، بیشینه) متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	کمینه	بیشینه
ذهن آگاهی	۳۷/۲۵	۷/۲۹	۱۷	۵۶
بخشودگی زناشویی	۱۵/۲۲	۳/۶۸	۵	۲۴
بهزیستی ذهنی	۴۸/۰۸	۹/۳۳	۱۴	۷۰
رضایت جنسی	۸۷/۵۶	۱۴/۹۹	۴۶	۱۱۹

برای به دست آوردن نتایج معتبر در تحلیل مسیر میانجی، باید پیش‌فرض‌های خاص این روش برآورده شوند. این پیش‌فرض‌ها شامل نبود داده‌های پرت چند متغیره و پیروی داده‌ها از توزیع نرمال چند متغیره می‌باشد [۴۱].

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-08]
[DOR: 20.1001.1.17353165.1400.20.6.8.8]
[DOI: 10.52547/jrums.20.6.660]

برای بررسی نبود داده‌های پرت چند متغیره از فاصله Mahalanobis استفاده شد. با توجه به این‌که در این پژوهش چهار متغیر وجود داشت، مقدار χ^2 بحرانی مربوط به فاصله ماهالانوبیس برابر با ۹/۴۹ بود و با توجه به این‌که میزان χ^2 مربوط به هیچ یک از آزمودنی‌ها بیش‌تر از میزان χ^2 بحرانی نبود، بنابراین هیچ داده پرت چند متغیره‌ای وجود نداشت. برای بررسی توزیع نرمال چند متغیره از آزمون ماردیا (Mardia test) استفاده شد. میزان این آماره برابر ۴/۱۴۲ بود که نشانگر وجود توزیع نرمال چند متغیره بود (P=۰/۱۲۷). پس از کسب اطمینان از برقراری پیش‌فرض‌ها، آزمون انجام گرفت. ابتدا ضرایب همبستگی Pearson بین متغیرها بررسی شدند. نتایج مربوطه در جدول ۲ ارائه شده‌اند.

جدول ۲- ماتریس همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش

متغیر	ذهن آگاهی	بخشودگی زناشویی	بهزیستی ذهنی	رضایت جنسی
ذهن آگاهی	۱	-	-	-
بخشودگی زناشویی	۰/۴۲۸*	۱	-	-
بهزیستی ذهنی	۰/۶۷۶*	۰/۵۱۲*	۱	-
رضایت جنسی	۰/۴۷۵*	۰/۴۰۴*	۰/۵۷۹*	۱

*(P<۰/۰۵) به عنوان سطح معنادار

همان‌گونه که جدول ۲ نشان می‌دهد، همه ضرایب همبستگی معنادار بودند (P<۰/۰۰۱). از آن‌جایی که در علوم رفتاری، ضرایب همبستگی ۰/۱، ۰/۳ و ۰/۵ به ترتیب نشانگر ضریب همبستگی ضعیف، متوسط و قوی هستند [۴۲]، بنابراین همه ضرایب متوسط تا قوی محسوب می‌گردند. برای بررسی اثر میانجی از تحلیل مسیر استفاده شد. ابتدا شاخص‌های برازش مدل مورد بررسی قرار گرفتند. این شاخص‌ها در جدول ۳ ارائه شده‌اند. در این بخش، از مجذور کای استفاده نمی‌شود چرا که χ^2 تحت تأثیر حجم نمونه و همبستگی‌های موجود در مدل قرار می‌گیرد و در نمونه‌های دارای حجم بالا حتی مدل‌های برازش شده را ضعیف نشان می‌دهد [۴۲]. بنابراین این آماره شاخص مناسبی برای قضاوت نیست و از شاخص‌های برازش دیگری از جمله GFI (Goodness-of-Fit Index)، AGFI (Adjusted Goodness-of-Fit Index)، CFI (Comparative Fit Index)، RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation) و RMR (Root Mean square Residual) باید استفاده نمود. در مورد GFI، AGFI و CFI ارزش بالاتر از ۰/۹۵ و درباره RMSEA و RMR ارزش پایین‌تر از ۰/۰۵ نشانگر برازش مدل در نظرگرفته می‌شوند [۴۱].

بر این اساس، شاخص‌های برازش نشان می‌دهند که داده‌ها با مدل برازش داشتند (GFI=۰/۹۶۷، AGFI=۰/۹۵۲، CFI=۰/۹۵۶، RMSEA=۰/۰۴۲ و RMR=۰/۰۴۷).

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-08]
[DOR: 20.1001.1.17353165.1400.20.6.8.8]
[DOI: 10.52547/jrums.20.6.660]

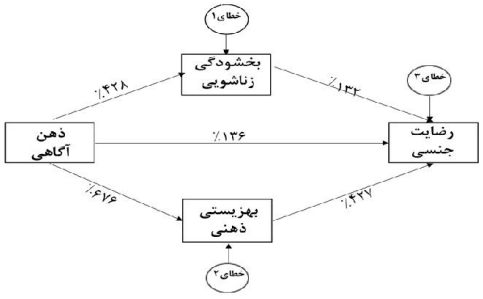
جدول۳- شاخص‌های برازش مدل

شاخص	χ^2	GFI	AGFI	CFI	RMSEA	RMR
ارزش عددی	۳۵/۴۶۱	۰/۹۶۷	۰/۹۵۲	۰/۹۵۶	۰/۰۴۲	۰/۰۴۷

از آن‌جایی که مدل دارای برازش بود، پارامترهای آن برآورد شدند. پارامترهای استاندارد شده در شکل ۲ نمایش داده شدند. چون برای بررسی نقش میانجی بخشودگی زناشویی و بهزیستی ذهنی در رابطه بین ذهن‌آگاهی و رضایت جنسی، علاوه بر اثر مستقیم، اثر غیرمستقیم و اثر کل متغیر ذهن آگاهی نیز مورد نیاز هستند، بنابراین این اثرات در جدول ۴ ارائه شدند.

جدول ٤- اثرات مستقیم، غیرمستقیم و کل ذهن آگاهی بر رضایت جنسی

اثر	مقدار بتا	خطای استاندارد	مقدار P
مستقیم	۰/۱۳۶	۰/۱۳۷	۰/۰۴۳
غیر مستقیم (از طریق بخشودگی زناشویی)	۰/۰۵۶	۰/۰۵۷	۰/۰۱۷
غیر مستقیم (از طریق بهزیستی ذهنی)	۰/۲۸۹	۰/۱۱۶	۰/۰۱۰
کل	۰/۴۸۱	۰/۰۵۶	۰/۰۱۰



شکل ۲- مدل پژوهش برای نقش میانجی‌گر بخشودگی زناشویی و بهزیستی ذهنی در رابطه بین ذهن آگاهی و رضایت جنسی زوجین به همراه پارامترهای استاندارد

در نهایت، اثرات میانجی بخشودگی زناشویی و بهزیستی ذهنی مورد بررسی قرار گرفتند. همان‌گونه که جدول ۴ نشان می‌دهد، اثر کل ذهن آگاهی بر رضایت جنسی معنادار بود (β =۰/۴۸۱، P=۰/۰۱۰). هم‌چنین اثر غیرمستقیم ذهن آگاهی بر رضایت جنسی از طریق متغیر میانجی بخشودگی زناشویی نیز معنادار بود (β=۰/۰۵۶، P=۰/۰۱۷). بنابراین متغیر بخشودگی زناشویی نقش میانجی را ایفا می‌کند. از آن‌جایی که اثر مستقیم ذهن‌آگاهی بر رضایت جنسی نیز

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-08]
[DOR: 20.1001.1.17353165.1400.20.6.8.8]
[DOI: 10.52547/jrums.20.6.660]

معنادار بود (β =۰/۱۳۶، P=۰/۰۴۳) و اثرات مستقیم و غیرمستقیم در یک جهت قرار داشتند، بنابراین متغیر بخشودگی زناشویی یک میانجی جزئی مکمل محسوب می‌گردد. در مورد نقش میانجی متغیر بهزیستی ذهنی نیز ملاحظه می‌شود که اثر غیرمستقیم ذهن آگاهی بر رضایت جنسی از طریق متغیر میانجی بهزیستی ذهنی نیز معنادار بود (β=۰/۲۸۹ ، P=۰/۰۱۰). بنابراین با توجه به معناداری اثر غیرمستقیم و توضیحات پیشین، بهزیستی ذهنی نیز نقش میانجی جزئی مکمل را ایفاء می‌کند. بنابراین فرضیه-های پژوهش مورد تأیید قرار گرفتند. به طور خلاصه، متغیر ذهن آگاهی با میانجی‌گری بخشودگی زناشویی و بهزیستی ذهنی، توانست ۳۴/۵ درصد از واریانس رضایت جنسی را تبیین نماید (P=۰/۰۰۸).

بحث

پژوهش حاضر با هدف تعیین نقش میانجی‌گر بخشودگی زناشویی و بهزیستی ذهنی در رابطه بین ذهن آگاهی و رضایت جنسی انجام شد. نتایج تحلیل میانجی نشان داد که اثر مستقیم ذهن آگاهی بر رضایت جنسی معنادار است. نتایج این پژوهش همسو با سایر پژوهش‌ها [۹-۸] می‌باشد که نشان دادند بین ذهن آگاهی و رضایت جنسی رابطه مثبت و معناداری برقرار است، به طوری‌که افزایش ذهن آگاهی زوجین می‌تواند با افزایش رضایت جنسی همراه باشد.

شواهد حمایتی پیشین نیز حاکی از آن است که ذهن آگاهی به شیوه‌های مختلفی ممکن است به رضایت جنسی و رضایت از رابطه منجر شود. رضایت از رابطه به شدت با سه جنبه از پنج جنبه ذهن آگاهی (عمل کردن آگاهانه، توصیف با کلمات و قضاوت نکردن درباره تجربه درونی) ارتباط دارد. بدین صورت که عمل آگاهانه، قوی‌ترین ارتباط را با رضایت از رابطه نشان داده است که در واقع، نیاز به توجه در رابطه را آشکار می‌سازد. حضور در لحظه فعلی و درگیر شدن ذهن با شریک زندگی، زوجین را قادر می‌کند تا به طور کامل احساسات حمایتی را فراهم کنند و هم‌چنین رابطه‌ای را از طریق همدلی شکل دهند [۴۴].

از سوی دیگر به نظر می‌رسد که خودتنظیمی یکی دیگر از سازوکارهای اصلی ذهن آگاهی باشد، زیرا تمرکز مکرر بر حفظ توجه بر یک محرک خنثی یا یک علامت فیزیولوژیکی مانند تنفس، محیطی مناسب برای افرایش کلی تمرکز و کاهش محرک‌های مداخله‌گر از جمله استرس جنسی را فراهم می‌کند. به عبارت دیگر افزایش ذهن آگاهی، توانایی افراد در درک علائم جسمی را بالا می‌برد که می‌تواند در بهبود کیفیت رابطه جنسی و افزایش رضایت جنسی تأثیر به سزایی داشته باشد [۲].

یافته دیگر این پژوهش نشان داد که اثر غیر مستقیم ذهن‌آگاهی بر رضایت جنسی از طریق بخشودگی زناشویی معنادار است. به عبارت دیگر، بخشودگی زناشویی در رابطه بین ذهن آگاهی و رضایت جنسی نقش میانجی‌گر دارد. این یافته با نتایج سایر پژوهش‌ها [۱۶] همسو است. در راستای تبیین این یافته، می‌توان به تأثیر ذهن‌آگاهی بر فرآیندهای عاطفی اشاره داشت که با ایجاد افکار مثبت [۶]، توقف نشخوار فکری و در نتیجه کاهش احساسات منفی و افزایش احساسات مثبت [۱۹]، زوجین را قادر می‌سازد تا احساسات و نیازهای شریک زندگی خود را بهتر درک نمایند و آن‌ها را

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-08]
[DOR: 20.1001.1.17353165.1400.20.6.8.8]
[DOI: 10.52547/jrums.20.6.660]

بپذیرند و بر اساس آن‌ها عمل کنند [۱۵]. بدین ترتیب، ذهن آگاهی با افزایش پذیرش خود و دیگران [۱۹]، بخشودگی میان زوجین را افزایش می‌دهد. از سوی دیگر، تمایل به بخشش اشتباهات، مانع از ارزیابی قضاوتی در مورد عملکرد شده که منجر به همدلی بیشتر شده [۴۵]، و بستری برای اصلاح روابط و بازسازی صمیمیت [۴۶]، و در نتیجه موجب افزایش رضایت جنسی در زوجین می‌گردد [۹].

یافته دیگر این پژوهش حاکی از آن بود که بهزیستی ذهنی می‌تواند به عنوان یکی دیگر از متغیرهای میانجی در رابطه بین ذهن آگاهی با رضایت جنسی مطرح شود. به عبارت دیگر همسو با سایر پژوهش‌ها [۲۹-۲۸] نشان داده شده است که ذهن آگاهی تأثیر مثبت و معناداری بر بهزیستی روان‌شناختی دارد. از سوی دیگر افزایش بهزیستی ذهنی همسو با پژوهش‌های دیگر [۲۴] با افزایش رضایت جنسی همراه است.

در راستای تبیین این یافته Ryan و Deci [۲۲]، نشان داده‌اند که ذهن آگاهی با تأثیر بر فرآیندهای شناختی، تعدیل و تنظیم الگوهای رفتاری با سلامت و بهزیستی افراد مرتبط است. در واقع، ذهن آگاهی با افزایش درک تجربیات می‌تواند تغییرات مثبتی در بهزیستی و شادکامی افراد ایجاد کند. به این ترتیب که ذهن آگاهی، هشیاری فرد نسبت به احساسات جسمانی و روانی و شناسایی توان‌مندی‌ها را بالا می‌برد، پذیرش رخدادهای زندگی را تسهیل می‌نماید و در نتیجه، امکان مقابله کارآمد با استرس‌های زندگی را فراهم می‌کند [۴۷].

در مقابل، زوجین با سطح پایین‌تر بهزیستی، نسبت به نقاط ضعف خود و همسرشان، پذیرش و احساسات مثبت کم‌تری نشان می دهند و توانایی چندانی برای مقابله با ناکامی و مدیریت مؤثر زندگی زناشویی و ارتقاء کیفیت روابط خود ندارند. بنابراین خانواده در معرض آسیب‌های متعددی از جمله بی ثباتی ازدواج [۲۱] و نارضایتی در حوزه‌های مختلف زناشویی (از جمله نارضایتی جنسی) قرار می‌گیرد.

این پژوهش همانند سایر پژوهش‌های موجود، محدودیت‌ها و پیشنهادهایی دارد که نخست می‌توان به اختصاص جامعه مورد پژوهش به شهر تهران اشاره داشت که با توجه به عامل فرهنگ، تعمیم یافته‌ها به سایر مناطق جغرافیایی را با محدودیت مواجه می‌سازد. لذا پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های مشابه، در مناطق دیگر و در فرهنگ‌های متفاوت تکرار شود.

علاوه بر این، نتایج و ارزیابی پژوهش به علت اشاعه ویروس کرونا، وابسته به ابزارهای خودگزارشی همانند پرسش‌نامه آنلاین بود که به منظور کسب اطلاعات دقیق‌تر، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی از روش‌ها و ابزارهای دیگری نظیر مصاحبه بالینی استفاده گردد. افزون بر این، خلاء موضوعات پژوهشی در حیطه مسایل جنسی زوجین با توجه به بافت فرهنگی جامعه ایرانی (که پرداختن به چنین موضوعاتی تاحدودی تابو تلقی می‌شود)، در ادبیات پژوهش داخلی کاملاً مشهود است. بنابراین با توجه به اهمیت موضوع رضایت جنسی در زندگی زناشویی زوجین، پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های بیش‌تری در راستای شناخت عوامل مؤثر بر رضایت جنسی صورت گیرد که در این میان می‌توان به

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-08]
[DOR: 20.1001.1.17353165.1400.20.6.8.8]
[DOI: 10.52547/jrums.20.6.660]

بررسی مؤلفه‌های شناختی و هیجانی اشاره داشت که می‌تواند به عنوان پیشنهاد پژوهشی برای سایر پژوهش‌گران تلقی گردد.

نتیجه‌گیری

با توجه به معنادار شدن ارتباط ذهن آگاهی با رضایت جنسی و نیز تأیید نقش میانجی‌گر بخشودگی زناشویی و بهزیستی ذهنی، به درمانگران و فعالان حوزه سلامت جنسی توصیه می‌شود که در برنامه‌های آموزشی و درمانی زوجین به نقش مهم ذهن آگاهی توجه داشته باشند و در این راستا برنامه‌های راه‌بردی برای افزایش ذهن آگاهی زوجین تدارک ببینند و نیز نقش مهم بخشودگی زناشویی و بهزیستی ذهنی را در ساز و کار این ارتباط در نظر داشته باشند.

تشکر و قدردانی

به این وسیله از تمامی افرادی که با همکاری خود، ما را در انجام این پژوهش یاری نمودند صمیمانه سپاس‌گزاریم.

References

[1] Mondol J. Marital Adjustment: Extension of psychophysical well-being. India: LAP 2014; 1-88.

[2] Mirhosseini F, Nasirian M, Bastami F, Zamani-Alavijeh F. The Predictors of Marital Satisfaction among Married Women and Men. *JECH* 2020; 7(4): 239-46. [Farsi]

[3] Farajkhoda T, Sohran F, Molaeinezhad M, Fallahzadeh, H. The effectiveness of mindfulness-based cognitive therapy consultation on improving sexual satisfaction of women in reproductive age: A clinical trial study in Iran. *JAPER* 2019; 9(S2): 151-60.

[4] Pascoal PM, Narciso I D S B, Pereira NM. What is sexual satisfaction? Thematic analysis of lay people's definitions. *Jsr* 2014; 51(1): 22-30.

[5] Nilsson H, Kazemi A. Reconciling and thematizing definitions of mindfulness: The big five of mindfulness. *RGP* 2016; 20(2): 183-93.

[6] Galhardo A, Cunha M, Pinto-Gouveia J. Mindfulness-based program for infertility: Efficacy study. *IJFS* 2013; 100(4): 1059-67.

[7] Leavitt CE, Lefkowitz ES, Waterman EA. The role of sexual mindfulness in sexual wellbeing, relational wellbeing, and self-esteem. *JSMT* 2019; 45(6): 497-09.

[8] Eyring JB, Leavitt CE, Allsop DB, Clancy TJ. Forgiveness and Gratitude: Links Between Couples' Mindfulness and Sexual and Relational Satisfaction in

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-08]
[DOR: 20.1001.1.17353165.1400.20.6.8.8]
[DOI: 10.52547/jrums.20.6.660]

New Cisgender Heterosexual Marriages. *JSMT* 2020; 1-15.

[9] Dussault É, Fernet M, Godbout N. A Metasynthesis of Qualitative Studies on Mindfulness, Sexuality, and Relationality. *Mindfulness* 2020; 11(12): 2682-94.

[10] Kappen G, Karremans JC, Burk WJ, Buyukcan-Tetik A. On the association between mindfulness and romantic relationship satisfaction: The role of partner acceptance. *Mindfulness* 2018; 9(5): 1543-56.

[11] Lenger KA, Gordon CL, Nguyen SP. A word to the wise: Age matters when considering mindfulness in romantic relationships. *JCFT* 2019; 41(2): 115-24.

[12] Osei-Tutu A, Dzokoto VA, Oti-Boadi M, Belgrave FZ, Appiah-Danquah R. Explorations of forgiveness in Ghanaian marriages. *JPS* 2019; 64(1): 70-82.

[13] Li H, Lu J. The neural association between tendency to forgive and spontaneous brain activity in healthy young adults. *JFhn* 2017; 11: 561.

[14]Kermani Mamazandi Z, Akbari Balutbangan A, Mohammadyfar MA. Model test to explain happiness based on marital adjustment and life satisfaction: The mediating role of forgiveness. *IJFP* 2020; 6(2): 29-42. [Farsi]

[15] Lambie JA. On the irrationality of emotion and the rationality of awareness. *JCC* 2008; 17(3): 946-71.

[16] Roberts K, Jaurequi ME, Kimmes JG, Selice L. Trait Mindfulness and Relationship Satisfaction: The Role of Forgiveness Among Couples. *JMFT* 2021; 47(1): 196-207.

[17] Piri M, Shirazi M. The Role of Marital Offence-Specific Forgiveness and Semantic Differential of Sex Roles in Marital Satisfaction of Married Teachers in Zahedan. *QJFR* 2018; 15 (2): 109-28. [Farsi]

[18] Ghiurca MV, Vintila M. The Relationship Between Forgiveness and Marital Satisfaction Within Couples. *SRR* 2019; 11(1).

[19] Karremans JC, van Schie HT, van Dongen I, Kappen G, Mori G, van As S, et al. Is mindfulness associated with interpersonal forgiveness? *Emotion* 2020; *20*(2): 296-310.

[20] Fan W. Subjective Well-Being and Student Development. In *Oxford Research Encyclopedia of Education*; 2020.

[21] Noroozi S, Rezakhani S, Vakili P.The Relationship between Conflict Resolution Styles, Psychological Well-Being and Marriage Stability: Providing a causal model. *JWS* 2020*;* 11(42): 81-104. [Farsi]

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-08]
[DOR: 20.1001.1.17353165.1400.20.6.8.8]
[DOI: 10.52547/jrums.20.6.660]

[22] Ryan RM, Deci EL. On happiness and human potential: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *JARP* 2001; *52*: 141_66.

[23] Duncan S, Talbot A, Sheldrick R,Caswell H. Erectile function, sexual desire, and psychological well-being in men with epilepsy. *JEr* 2009; 15(3): 351-57.

[24] Davison SL, Bell RJ, LaChina M, Holden SL, Davis SR. PSYCHOLOGY: The relationship between self-reported sexual satisfaction and general well-being in women. *Jsm* 2009; 6(10): 2690-97.

[25] Sharbafshaaer M. Correlation between dimensions of psychological well-being with life satisfaction and self-regulation. *JFM* 2019; 21(3): 160-66.

[26] Eid R. Forgiveness as a Moderator Variable in the Relationship between Subjective Well-Being and Marital Satisfaction among Married. *JCPS* 2019; 1(2): 139-58.

[27] Patoo M, Haghighat F, Hassanabadi HA. Study of the Role of Marital Relationship Quality in Predicting Subjective Well-being and Happiness of University Students. *JWFS* 2014; 2(1): 7-24. [Farsi]

[28] Klussman K, Curtin N, Langer J, Nichols AL. Examining the effect of mindfulness on well-being: self-connection as a mediator. *JPRP* 2020; 14: e5.

[29] Alipoor S, Zeqeibi Ghannad S. Investigation of the Relationship of Mindfulness with Psychological Well-being: The Role of Strategic Engagement Regulation and Self-Esteem. *JPPR* 2017; 3(2): 1-18. [Farsi]

[30] Kline RB. Methodology in the social sciences. Principles and practice of structural equation modeling. *JGp* 1998.

[31] Larson JH, Anderson SM, Holman TB, Niemann BK. A longitudinal study of the effects of premarital communication, relationship stability, and self-esteem on sexual satisfaction in the first year of marriage. *JSMT* 1998; 24(3): 193-206.

[32] Bahrami N, Yaghoobzadeh A, Sharif Nia H, Soliemani M, Haghdoost A. Psychometric Properties of the Persian Version of Larsons Sexual Satisfaction Questionnaire in a Sample of Iranian Infertile Couples. *IRJE* 2016; 12 (2) :18-31. [Farsi]

[33] Bahrami N, Soleimani MA, Shraifnia H, Masoodi R, Shaigan H, Mohammad rezaei Zh. Female Sexual Satisfaction with Different Contraceptive Methods. *IJN* 2012; 25 (76) :55-63. [Farsi]

[34] Walach H, Buchheld N, Buttenmüller V, Kleinknecht N, Schmidt S. Measuring mindfulness the Freiburg mindfulness inventory (FMI). *Pid* 2006; 40(8): 1543-55.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-08]
[DOR: 20.1001.1.17353165.1400.20.6.8.8]
[DOI: 10.52547/jrums.20.6.660]

[35] Ghasemi Jobaneh R, Arab Zadeh M, Jalili Nikoo S, Mohammad Alipoor Z, Mohsenzadeh F. Survey the Validity and Reliability of the Persian Version of Short Form of Freiburg Mindfulness Inventory. *JRUMS* 2015; 14 (2) :137-50. [Farsi]

[36] Tennant R, Hiller L, Fishwick R, Platt S, Joseph S, Weich S , et al. The Warwick-Edinburgh mental well-being scale (WEMWBS): development and UK validation. *HQlO* 2007; 5(1): 63-76.

[37] Stewart-Brown S, Janmohamed K. Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale: User guide. Edinburgh:NHS Publication; 2008.

[38] Abed N, Pakdaman S, Mazaheri M, Heidari M, Tahmassian K. Evaluating the Influence of "Listening to Children Respectfully" Package on Enhancing Children's Well-being. *CPS* 2017; 7(26): 25-42. [Farsi]

[39] Paleari FG, Regalia C, Fincham F.D (). Measuring offence-specific forgiveness in marriage: The Marital Offence-Specific Forgiveness Scale (MOFS). *JPA* 2009; 21(2): 194-209.

[40] ragabi G, harizavi M, taghipour M. Evaluating the model of the relationship between self-compassion, marital empathy, and depression with mediating marital forgiveness in Female. *BJfAC* 2017; 6(2): 1-22. [Farsi]

[41] Byrne BM. Structural equation modeling with AMOS: Basic concepts, applications, and programming (3rd ed.). New York: Routledge 2016; 1_460.

[42] Coolidge FL. Statistics: A gentle introduction (2nd ed.). Thousand Oaks, CA Sage; 2006; 1_416.

[43] Hooman H. Statistical inference in behavioral research. Tehran: Samt publication 2005; 1_628. [Farsi]

[44] Kozlowski A. Mindful mating: Exploring the connection between mindfulness and relationship satisfaction. *SRT* 2013; *28*(1-2): 92-104.

[45] Exline JJ, Baumeister RF, Zell AL, Kraft AJ, Witvliet CV. Not so innocent: Does seeing one's own capability for wrongdoing predict forgiveness?. *JpSP* 2008; 94(3): 495.

[46] Worthington EL. An empathy-humility-commitment model of forgiveness applied with family dyads. *JFT*1998; 20 (1): 59-76.

[47] Mace C. Mindfulness and mental health: Therapy, theory and science. New York: Routledge 2008;1-200.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-08]
[DOR: 20.1001.1.17353165.1400.20.6.8.8]
[DOI: 10.52547/jrums.20.6.660]

The Mediating Role of Marital Forgiveness and Mental Well-being in the Relationship between Mindfulness and Sexual Satisfaction in Married Women and Men of Tehran City: A Descriptive Study

N. Fatehi[1], M. Gholami Hosnaroudi[2], N. Abed[3]

Received: 17/05/2021 Sent for Revision: 09/06/2021 Received Revised Manuscript: 26/06/2021 Accepted: 11/07/2021

Background and Objectives: Sexual satisfaction is one of the important and influential factors in the couples' stability and quality of marital life. Therefore, it is important to study the factors affecting it (such as; mindfulness, marital forgiveness, & mental well-being). Accordingly, the purpose of the present study was to investigate the mediating role of marital forgiveness and mental well-being in the relationship between mindfulness and sexual satisfaction.

Materials and Methods: The present study is descriptive. The sample size included 300 married men and women in Tehran in the period of 2020-2021who were selected through the accessible sampling method.To collect the data, the Larson's Sexual Satisfaction Questionnaire (LSSQ), the Freiburg Mindfulness Inventory (FMI-SH), the Warwick-Edinburg Mental Well-being Scale (WEMWBS), and the Paleari et al.'s Marital Offence-Specific Forgiveness Scale (MOFS) were used. Data were analyzed by using Pearson's correlation coefficient and path analysis.

Results: The results of the mediation analysis indicated that the direct effect of mindfulness on sexual satisfaction was significant (β=0.136, p=0.043). The indirect effect of mindfulness on sexual satisfaction through both marital forgiveness and mental well-being was also significant (β=0.056, p=0.017, β=0.289, p=0.010, respectively). Therefore, marital satisfaction and mental well-being had a partial mediating role in the relationship between mindfulness and sexual satisfaction.

Conclusion: The results obtained in this research can help mental health researchers and therapists in both the theoretical (expanding and enriching the theoretical concepts in the field of couple therapy) and practical (developing therapeutic and educational programs) aspects.

Key words: Sexual satisfaction, Mindfulness, Marital forgiveness, Mental well-being, Tehran.

Funding: This study did not have any funds.

Conflict of interest: None declared.

Ethical approval: None declared.

۱- MA in Clinical Psychology-Family Therapy, University of Science and Culture, Tehran, Iran, ORCID: 0000-0002-2652-8693
2- MA in Clinical Psychology-Family Therapy, University of Science and Culture, Tehran, Iran, ORCID: 0000-0003-0301-3803
3- PhD in Psychology, Assistant Prof. of Psychology, Faculty of Humanities, University of Science and Culture, Tehran, Iran, ORCID: 0000-0002-3166-3670
(Corresponding Author) Tel: (021) 44372150, Fax: (021) 44372150, E-Mail: nazanin.abed@yahoo.com

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-08]
[DOR: 20.1001.1.17353165.1400.20.6.8.8]
[DOI: 10.52547/jrums.20.6.660]

How to cite this article: Fatehi N, Gholami Hosnaroudi M, Abed N. The Mediating Role of Marital Forgiveness and Mental Well-being in the Relationship Between Mindfulness and Sexual Satisfaction in Married Women and Men of Tehran City: A Descriptive Study. *J Rafsanjan Univ Med Sci* 2021; 20 (6): 645-60. [Farsi]

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-08]

[DOR: 20.1001.1.17353165.1400.20.6.8.8]

[DOI: 10.52547/jrums.20.6.660]