

بررسی رابطه بین کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با رضایت زناشویی در دانشجویان متأهل

تاریخ ارسال: ۱۴۰۳/۰۱/۲۴

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۰۳/۰۳

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۲/۰۷

تاریخ چاپ نهایی: ۱۴۰۳/۰۳/۲۰

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه بین کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با رضایت زناشویی در دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد بود. این پژوهش از نوع توصیفی - همبستگی بود. جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان متأهل مقطع کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد در سال تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۹ بود که از میان آنان ۳۴۶ نفر (۱۷۳ زن و ۱۷۳ مرد) به روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از مقیاس رضایت زناشویی انریچ، پرسشنامه کمال‌گرایی کیامرثی و نجاریان و پرسشنامه سرسختی روان‌شناختی کیامرثی و نجاریان گردآوری شد. برای تحلیل داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه گام‌به‌گام استفاده گردید. نتایج نشان داد که بین کمال‌گرایی مثبت و رضایت زناشویی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین سرسختی روان‌شناختی با رضایت زناشویی همبستگی مثبت و معناداری داشت. نتایج رگرسیون گام‌به‌گام نشان داد که کمال‌گرایی مثبت در گام نخست ۶ درصد واریانس رضایت زناشویی را تبیین کرد و با ورود سرسختی روان‌شناختی در گام دوم، میزان واریانس تبیین شده به ۱۰ درصد افزایش یافت. ضرایب استاندارد رگرسیون نشان داد که کمال‌گرایی مثبت ($\beta=0.28$) و سرسختی روان‌شناختی ($\beta=0.15$) پیش‌بینی‌کننده‌های معنادار رضایت زناشویی هستند و کمال‌گرایی مثبت سهم بیشتری در پیش‌بینی این متغیر دارد. یافته‌ها حاکی از برآزش مناسب مدل و نقش مؤثر این دو متغیر در تبیین رضایت زناشویی دانشجویان متأهل بود. بر اساس یافته‌های پژوهش، کمال‌گرایی مثبت و سرسختی روان‌شناختی از عوامل مهم مرتبط با رضایت زناشویی در دانشجویان متأهل هستند. افرادی که از سطوح بالاتری از سرسختی روان‌شناختی و کمال‌گرایی مثبت برخوردارند، رضایت بیشتری از زندگی زناشویی خود گزارش می‌کنند. بنابراین، تقویت این ویژگی‌ها در برنامه‌های آموزشی، مشاوره پیش از ازدواج و مداخلات زوج‌درمانی می‌تواند به ارتقای کیفیت روابط زناشویی و افزایش رضایت زوجین کمک کند.

کلیدواژه‌گان: کمال‌گرایی، سرسختی روان‌شناختی، رضایت زناشویی، دانشجویان متأهل، روابط زوجی

HEALTH PSYCHOLOGY AND
BEHAVIORAL DISORDERS

روانشناسی سلامت و اختلالات رفتاری



رویا افضلی^۱، فرشاد صمدی^{۲*}

۱. کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، واحد بجنورد،

دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران

۲. دکتری تخصصی روانشناسی سلامت، بیمارستان امام علی

(ع)، دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی، بجنورد، ایران

* ایمیل نویسنده مسئول:

farshadsamdi.com@gmail.com

شیوه استناددهی: افضلی، رویا، و صمدی، فرشاد. (۱۴۰۳).

بررسی رابطه بین کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با رضایت

زناشویی در دانشجویان متأهل. *روانشناسی سلامت و اختلالات*

رفتاری، ۲(۱)، ۱۴-۱.

The Relationship Between Perfectionism, Psychological Hardiness, and Marital Satisfaction Among Married University Students

Submit Date: 2024-04-11

Revise Date: 2024-05-23

Accept Date: 2024-05-27

Final Publish Date: 2024-06-09

Abstract

The present study aimed to investigate the relationship between perfectionism, psychological hardiness, and marital satisfaction among married students of Islamic Azad University, Bojnord Branch. This descriptive-correlational study was conducted among married master's degree students enrolled at Islamic Azad University, Bojnord Branch, during the 2019–2020 academic year. A total of 346 participants (173 women and 173 men) were selected through stratified random sampling. Data were collected using the ENRICH Marital Satisfaction Scale, the Kiamarsi and Najarian Perfectionism Questionnaire, and the Kiamarsi and Najarian Psychological Hardiness Questionnaire. Pearson correlation coefficients and stepwise multiple regression analyses were employed to analyze the data. The findings revealed significant positive relationships between positive perfectionism and marital satisfaction, as well as between psychological hardiness and marital satisfaction. Stepwise regression analysis indicated that positive perfectionism explained 6% of the variance in marital satisfaction at the first step, while the inclusion of psychological hardiness increased the explained variance to 10%. Standardized regression coefficients demonstrated that positive perfectionism ($\beta = 0.28$) and psychological hardiness ($\beta = 0.15$) were significant predictors of marital satisfaction, with positive perfectionism showing a stronger predictive contribution. The regression model was statistically significant and provided acceptable explanatory power for marital satisfaction among married students. The results suggest that positive perfectionism and psychological hardiness are important psychological factors associated with marital satisfaction among married university students. Individuals with higher levels of adaptive perfectionism and psychological hardiness tend to report greater satisfaction in their marital relationships. Therefore, educational, counseling, and premarital intervention programs should focus on strengthening these characteristics to improve marital functioning and relationship quality among couples.

Keywords: *Perfectionism, Psychological Hardiness, Marital Satisfaction, Married Students, Couple Relationships*

HEALTH PSYCHOLOGY AND
BEHAVIORAL DISORDERS

روانشناسی سلامت و اختلالات رفتاری

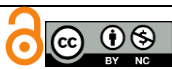
**Roya Afzali¹, Farshad Samadi^{2*}**

1. Master's degree in General Psychology, Bojnourd Branch, Islamic Azad University, Bojnourd, Iran

2. Ph.D. in Health Psychology, Imam Ali (AS) Hospital, North Khorasan University of Medical Sciences, Bojnurd, Iran

*Corresponding Author's Email: farshadsamdi.com@gmail.com

How to cite: Afzali, R., & Samadi, F (2024). The Relationship Between Perfectionism, Psychological Hardiness, and Marital Satisfaction Among Married University Students. *Health Psychology and Behavioral Disorders*, 2(1), 1-14.



© 2024 the authors. This is an open access article under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

رضایت زناشویی یکی از مهم‌ترین شاخص‌های سلامت خانواده و از اساسی‌ترین مؤلفه‌های کیفیت زندگی بزرگسالان محسوب می‌شود. خانواده به عنوان نخستین و مهم‌ترین نهاد اجتماعی، نقش بنیادینی در تأمین سلامت روانی، عاطفی و اجتماعی افراد دارد و کیفیت روابط میان زوجین یکی از عوامل اصلی پایداری و کارآمدی این نهاد به شمار می‌رود. رضایت زناشویی به ارزیابی ذهنی افراد از کیفیت رابطه زناشویی، میزان برآورده شدن نیازهای عاطفی، روانی و اجتماعی و همچنین احساس خشنودی از زندگی مشترک اشاره دارد. پژوهشگران معتقدند که رضایت زناشویی نه تنها بر سلامت روانی زوجین تأثیر می‌گذارد، بلکه با سلامت جسمانی، عملکرد اجتماعی، رضایت از زندگی و رشد فرزندان نیز ارتباط دارد (Halford, 2005). در مقابل، کاهش رضایت زناشویی می‌تواند زمینه‌ساز بروز تعارضات خانوادگی، فرسودگی هیجانی، اختلالات روان‌شناختی و حتی فروپاشی خانواده شود. از این رو، شناسایی عوامل فردی و روان‌شناختی مؤثر بر رضایت زناشویی همواره یکی از محورهای اصلی تحقیقات حوزه خانواده و روان‌شناسی زوجین بوده است (Sivandian et al., 2016).

در دهه‌های اخیر، پژوهشگران توجه ویژه‌ای به نقش ویژگی‌های شخصیتی در کیفیت روابط زناشویی معطوف کرده‌اند. بر اساس دیدگاه‌های شخصیت، افراد با ویژگی‌های روان‌شناختی متفاوت، شیوه‌های متمایزی در مواجهه با چالش‌های زندگی مشترک، حل تعارض‌ها و برقراری ارتباط با همسر خود اتخاذ می‌کنند. از این منظر، برخی ویژگی‌های شخصیتی می‌توانند نقش محافظتی در برابر تنش‌های زناشویی داشته باشند، در حالی که برخی دیگر ممکن است زمینه‌ساز تعارض و ناراضی‌ت‌ی شوند (Friedman & Booth-Kewley, 2016). یکی از سازه‌هایی که در سال‌های اخیر توجه بسیاری از پژوهشگران را به خود جلب کرده است، کمال‌گرایی است. کمال‌گرایی به تمایل فرد برای تعیین استانداردهای بسیار بالا برای عملکرد خود و تلاش مستمر برای دستیابی به این استانداردها اشاره دارد. این سازه اگرچه در برخی شرایط می‌تواند موجب پیشرفت و موفقیت شود، اما در صورت افراط، پیامدهای منفی فراوانی برای سلامت روان و روابط بین‌فردی به همراه خواهد داشت (Wallan, 2013).

کمال‌گرایی یک سازه چندبعدی است که ابعاد سازگاران و ناسازگاران را در بر می‌گیرد. کمال‌گرایی سازگاران یا مثبت با تلاش برای رشد، پیشرفت و دستیابی به اهداف واقع‌بینانه همراه است و معمولاً پیامدهای مثبتی برای عملکرد فرد ایجاد می‌کند. در مقابل، کمال‌گرایی ناسازگاران یا منفی با نگرانی مفرط درباره اشتباهات، ترس از شکست، خودانتقادی شدید و انتظارات غیرواقع‌بینانه همراه است. این نوع کمال‌گرایی اغلب موجب افزایش اضطراب، افسردگی، تعارضات بین‌فردی و ناراضی‌ت‌ی از زندگی می‌شود (Friedman & Booth-Kewley, 2016; Wallan, 2013). در روابط زناشویی نیز افراد کمال‌گرا ممکن است استانداردهای غیرواقع‌بینانه‌ای از خود، همسر یا رابطه زناشویی داشته باشند و در نتیجه در مواجهه با کاستی‌های طبیعی زندگی مشترک دچار ناکامی شوند. چنین وضعیتی می‌تواند زمینه‌ساز افزایش انتقادگری، کاهش صمیمیت و افت رضایت زناشویی گردد (Grossarth-Maticek & Eysenck, 2014).

پژوهش‌های متعددی ارتباط میان کمال‌گرایی و کیفیت روابط زناشویی را بررسی کرده‌اند. نتایج فراتحلیل هادیان حامدانی و همکاران نشان داد که کمال‌گرایی با پیامدهای زناشویی ارتباط معناداری دارد و ابعاد ناسازگاران آن به طور ویژه با کاهش رضایت زناشویی و افزایش تعارضات زوجین همراه است (Hadian Hamedani et al., 2024). همچنین احتشام‌زاده و همکاران در پژوهشی بر روی همسران جانبازان دریافتند که کمال‌گرایی با رضایت زناشویی رابطه معناداری دارد و افزایش گرایش‌های کمال‌گرایانه ناسازگار می‌تواند سطح رضایت زوجین را کاهش دهد (Ehteshamzadeh et al., 2009). این یافته‌ها نشان می‌دهد که بررسی نقش کمال‌گرایی در روابط زناشویی می‌تواند به درک بهتر عوامل فردی مؤثر بر کیفیت زندگی مشترک کمک کند.

در کنار کمال‌گرایی، یکی دیگر از سازه‌های مهم در تبیین کیفیت روابط زناشویی، سرسختی روان‌شناختی است. سرسختی روان‌شناختی مفهومی است که نخستین بار توسط کوباسا و سپس توسط مدی توسعه یافت و به عنوان یک ویژگی شخصیتی محافظت‌کننده در برابر فشارهای روانی معرفی شد. این سازه از سه مؤلفه اصلی تعهد، کنترل و مبارزه‌جویی تشکیل شده است. افراد دارای سرسختی روان‌شناختی بالا، رویدادهای

استرس‌زا را تهدید تلقی نمی‌کنند، بلکه آنها را فرصت‌هایی برای رشد و یادگیری می‌دانند. این افراد در مواجهه با مشکلات زندگی احساس کنترل بیشتری دارند و با انگیزه و تعهد بیشتری برای حل مسائل تلاش می‌کنند (Maddi, 2002).

سرسختی روان‌شناختی نقش مهمی در سازگاری فرد با فشارهای زندگی دارد و می‌تواند از طریق کاهش آثار مخرب استرس بر سلامت روان، کیفیت روابط بین‌فردی را نیز ارتقا دهد. گوردون و دیموک بیان می‌کنند که افراد سرسخت در مقایسه با دیگران راهبردهای مقابله‌ای مؤثرتری به کار می‌گیرند و در شرایط دشوار از انعطاف‌پذیری بیشتری برخوردارند (Gordon & Dimock, 2016). از آنجا که زندگی زناشویی همواره با چالش‌ها، مسئولیت‌ها و فشارهای مختلف همراه است، انتظار می‌رود افرادی که از سرسختی روان‌شناختی بالاتری برخوردارند، در مدیریت تعارضات و حفظ کیفیت رابطه زناشویی موفق‌تر عمل کنند.

پژوهش‌های انجام شده در این زمینه نیز از این دیدگاه حمایت می‌کنند. الهی و همکاران نشان دادند که سرسختی روان‌شناختی با کاهش تعارضات زناشویی رابطه دارد و زوجینی که از سطح بالاتری از سرسختی برخوردارند، تعارضات کمتری را تجربه می‌کنند (Elahi et al., 2022). همچنین مهدی‌خانی و ایزدی گزارش کردند که سرسختی روان‌شناختی با کیفیت زندگی زوجین دارای تعارضات زناشویی رابطه مثبت و معناداری دارد و می‌تواند به عنوان عاملی محافظتی در برابر پیامدهای منفی تعارضات خانوادگی عمل کند (Mahdikhani & Izadi, 2021). در پژوهش دیگری، نجفی و فخمی‌فرهادی نشان دادند که آموزش سرسختی روان‌شناختی موجب افزایش رضایت جنسی و کاهش تعارضات زناشویی در زوجین دارای طلاق عاطفی می‌شود (Najafi & Fakhimi Farhadi, 2023). افزون بر این، نتایج پژوهش فروزانی و همکاران حاکی از آن بود که مداخلات شناختی-رفتاری با تقویت سرسختی روان‌شناختی می‌تواند کیفیت روابط زناشویی را بهبود بخشد (Forouzani et al., 2024).

از سوی دیگر، برخی مطالعات به ارتباط میان سرسختی روان‌شناختی و کمال‌گرایی پرداخته‌اند. نتایج پژوهش ملکی نشان داد که میان کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی رابطه معناداری وجود دارد و افراد دارای سطوح بالاتر کمال‌گرایی سازگارانه، سرسختی بیشتری نیز از خود نشان می‌دهند (Maleki, 2016). همچنین سواری گزارش کرد که کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی هر دو با سلامت روان رابطه دارند و در تبیین شاخص‌های سلامت روانی نقش مهمی ایفا می‌کنند (Savari, 2017). این یافته‌ها بیانگر آن است که این دو سازه می‌توانند به صورت همزمان بر جنبه‌های مختلف عملکرد فردی و بین‌فردی اثرگذار باشند.

در حوزه روابط زناشویی نیز شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد عوامل شخصیتی و منابع روان‌شناختی فرد می‌توانند در کنار یکدیگر نقش تعیین‌کننده‌ای در کیفیت رابطه زوجین داشته باشند. برای مثال، سیوندیان و همکاران نشان دادند که ویژگی‌های شخصیتی و منابع درونی افراد در تعامل با یکدیگر می‌توانند سازگاری زناشویی را تحت تأثیر قرار دهند (Sivandian et al., 2016). با توجه به این دیدگاه، می‌توان انتظار داشت که کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی نیز به عنوان دو ویژگی مهم شخصیتی، در تعامل با یکدیگر بر میزان رضایت زناشویی افراد اثرگذار باشند. افراد دارای کمال‌گرایی مثبت و سرسختی بالا احتمالاً در مواجهه با مشکلات زندگی مشترک، نگرش سازنده‌تر و راهبردهای مقابله‌ای مؤثرتری اتخاذ می‌کنند و در نتیجه رضایت بیشتری از زندگی زناشویی خود خواهند داشت.

با وجود گسترش مطالعات در زمینه کمال‌گرایی، سرسختی روان‌شناختی و رضایت زناشویی، بررسی همزمان این متغیرها در جمعیت دانشجویان متأهل همچنان محدود است. دانشجویان متأهل به دلیل مواجهه همزمان با مسئولیت‌های تحصیلی، خانوادگی، اقتصادی و اجتماعی، گروهی آسیب‌پذیر محسوب می‌شوند و کیفیت زندگی زناشویی آنان می‌تواند تحت تأثیر عوامل روان‌شناختی متعددی قرار گیرد. از این رو، شناسایی عوامل فردی مؤثر بر رضایت زناشویی در این گروه از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. علاوه بر این، نتایج چنین پژوهش‌هایی می‌تواند زمینه طراحی برنامه‌های آموزشی، مشاوره‌ای و پیشگیرانه را برای ارتقای کیفیت روابط زوجین فراهم سازد.

بنابراین، هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه بین کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با رضایت زناشویی در دانشجویان متأهل بود.

روش‌شناسی

پژوهش حاضر از لحاظ هدف، کاربردی و از نظر ماهیت و روش گردآوری داده‌ها، توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانشجویان متأهل مقطع کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد تشکیل می‌دهند که در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ مشغول به تحصیل بوده‌اند. بر اساس آمار اخذ شده از اداره آموزش دانشگاه، تعداد کل دانشجویان متأهل مقطع کارشناسی ارشد در این سال تحصیلی ۳۵۰۰ نفر (۱۸۵۰ نفر زن و ۱۶۵۰ نفر مرد) بوده است. حجم نمونه با استفاده از فرمول کوکران برای جامعه محدود محاسبه گردید. با سطح اطمینان ۹۵ درصد و خطای قابل قبول ۵ درصد، حجم نمونه برابر با ۳۴۶ نفر تعیین شد. برای انتخاب نمونه از روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای استفاده شد. در این روش، ابتدا جامعه آماری بر اساس جنسیت به دو طبقه زن و مرد تقسیم گردید. سپس از هر طبقه به نسبت مساوی، ۱۷۳ نفر (مجموعاً ۳۴۶ نفر) انتخاب شدند. لازم به ذکر است که معیارهای ورود به پژوهش شامل متأهل بودن، اشتغال به تحصیل در مقطع کارشناسی ارشد در نیمسال دوم سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸، و تمایل به همکاری در پژوهش بوده است. همچنین دانشجویانی که پرسشنامه‌ها را ناقص تکمیل کرده بودند یا از همکاری انصراف دادند، از تحلیل حذف شدند.

پرسشنامه رضایت زناشویی: برای سنجیدن رضایت زناشویی در پژوهش حاضر از مقیاس رضایت زناشویی که توسط انریچ (۱۹۸۸)، استفاده گردید. که این مقیاس دارای ۳۲ ماده است که به منظور سنجش میزان سازگاری و رضایت زناشویی تهیه شد. و مولفه یا زیر مقیاس خاصی ندارد. نمره گذاری پاسخ‌های آزمودنی‌ها در این مقیاس نیز به شیوه لیکرت است که درجه بندی پاسخ‌ها متفاوت است. در مجموع حداقل نمرات به دست آمده از این مقیاس که نشانگر عدم سازگاری زناشویی است صفر و حداکثر نمره که در مقابل بالا ترین سطح سازگاری زناشویی را نمایش می‌دهد ۱۵۱ است. اعتبار و روایی این مقیاس را انریچ (۱۹۸۸) بر حسب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ به دست آورد. در ایران اکبری (۱۳۸۱) اعتبار مقیاس را با روش باز آزمایی ۰/۹۱ و با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۷ گزارش نمود. میزان آلفای کرونباخ این پرسش نامه در پژوهش حاضر ۰/۸۹ برآورد شد.

پرسش نامه کمال‌گرایی: جهت سنجیدن کمال‌گرایی در پژوهش حاضر از پرسش نامه کمال‌گرایی (APS) که توسط کیامرثی و نجاریان (۱۳۷۶) ساخته شده است، استفاده شد که شامل ۲۷ آیتم می‌باشد که ماده‌های اولیه آن بر اساس متون معتبر روانشناسی، ماده‌های ذی ربط در مقیاس‌های MMPI، اضطراب اسپیلبرگ، مقیاس وسواس فکری - عملی مادزلی و افکار غیر منطقی جونز و همچنین از راه مصاحبه‌های بالینی فراهم شد. این پرسش نامه زیر مولفه خاصی ندارد. آزمودنی‌ها جواب‌های آن را به صورت (هرگز، به ندرت، گاهی و اغلب اوقات) جواب می‌دهند و نمره گذاری آن به ترتیب از صفر تا سه می‌باشد، نمرات پایین نشان دهنده وجود کمال‌گرایی در فرد می‌باشد و نمرات بالا نشان دهنده عدم کمال‌گرایی در فرد می‌باشد. مجموع جواب سؤالات ۸۱ می‌باشد و حدود وسط نمره افرادی که در این آزمون کمال‌گرایی می‌باشند ۴۵ می‌باشد. اعتبار و روایی آن توسط کیامرثی و نجاریان (۱۳۸۶) ۰/۸۹ به دست آمد. در پژوهش حاضر اعتبار و روایی پرسش نامه با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۷ به دست آمد.

پرسشنامه سرسختی: جهت سنجیدن سرسختی در پژوهش حاضر از پرسشنامه سرسختی روانشناختی که به وسیله تحلیل عوامل توسط کیامرثی و نجاریان (۱۳۷۶) در یک نمونه ۵۲۳ نفری از دانشجویان دانشگاه پیام نور ساخته شد، استفاده گردید. که یک مقیاس خود گزارشی مداد - کاغذی است که دارای ۲۷ آیتم می‌باشد. و زیر مقیاس ندارد و شیوه نمره گذاری این پرسش نامه ۲۷ ماده‌ای به این صورت است که آزمودنی‌ها به یکی از چهار گزینه هرگز، بندریت، گاهی اوقات و در اغلب اوقات پاسخ داده و بر اساس مقادیر، ۱، ۲، ۳ نمره گذاری می‌شود، به جز ماده‌های ۶، ۷، ۱۰، ۱۳، ۱۷، ۲۱ که دارای باز عامل منفی هستند و به شیوه معکوس نمره گذاری می‌شوند. حداکثر نمره در این پرسش نامه، نشان دهنده سرسختی روانشناختی بالا در فرد است. برای سنجش پایایی پرسشنامه‌های پژوهش حاضر از روش باز آزمایی استفاده شد،

ضرایب پایایی و روایی آزمون سرسختی روانشناختی ۰/۸۴ توسط کیامرثی و نجاریان (۱۳۸۶) به دست آمد و در پژوهش حاضر با کمک آلفای کرونباخ اعتبار و روایی پرسش نامه ۰/۸۹ به دست آمد. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها هم از شاخص‌های آمار توصیفی شامل فراوانی، میانگین و انحراف معیار استفاده شد و شاخص آمار استنباطی شامل: رگرسیون، همبستگی و تحلیل مسیر استفاده شد.

یافته‌ها

نتایج درج شده در جدول ۱ نشان می‌دهد که در میان ابعاد کمال گرایی، معیارهای شخصی بیشترین و انتقادگری والدین کمترین میانگین را داراست (۲۸/۳۰ در برابر ۹/۸۰). میانگین و انحراف معیار نمره کل کمال گرایی ۱۱۶/۱۰ و ۱۸/۴۲ است. در میان ابعاد رضایت زناشویی، ارتباطات بیشترین و تحریف آرمانی کمترین میانگین را داراست (۳۲/۲۵ در برابر ۱۴/۵۵). میانگین و انحراف معیار نمره کل رضایت زناشویی به ترتیب ۱۱۲/۴۵ و ۱۲/۳۰ است. میانگین و انحراف معیار نمره کل سرسختی روانشناختی نیز به ترتیب ۶۲/۵۹ و ۹/۹۹ است.

جدول ۱: شاخص‌های توصیفی کمال گرایی، سرسختی روانشناختی و رضایت زناشویی

متغیراسمی	متغیر	تعداد	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
کمال گرایی	نگرانی درباره اشتباهات	۳۰۰	۷	۲۹	۱۸/۹۶	۴/۳۲	-۰/۳۱	۰/۲۱
	شک درباره اعمال	۳۰۰	۶	۲۸	۱۸/۰۴	۵/۲۳	۰/۲۶	-۰/۲۶
	انتظارات والدین	۳۰۰	۷	۲۷	۱۷/۶۱	۵/۱۷	-۰/۵۳	-۰/۰۷
	انتقادگری والدین	۳۰۰	۶	۱۴	۹/۸۰	۳/۵۵	۰/۱۵	-۱/۳۵
	معیارهای شخصی	۳۰۰	۱۴	۳۶	۲۸/۳۰	۴/۵۹	۰/۰۷	۰/۱۴
	سازماندهی	۳۰۰	۱۱	۳۰	۲۳/۴۷	۳/۵۳	-۱/۴۹	۱/۹۶
	کمال گرایی مثبت	۳۰۰	۲۵	۶۴	۵۰/۷۸	۷/۵۰	-۰/۵۳	۲/۲۸
	کمال گرایی منفی	۳۰۰	۳۴	۹۶	۶۲/۶۵	۱۴/۲۳	۰/۴۳	-۰/۱۴
	نمره کل	۳۰۰	۶۲	۱۶۱	۱۱۶/۱۰	۱۸/۴۲	۰/۲۶	۰/۲۱
سرسختی روانشناختی	نمره کل	۳۰۰	۳۵	۷۸	۶۲/۵۹	۹/۹۹	-۰/۰۵	-۰/۳۵
رضایت زناشویی	تحریف آرمانی	۳۰۰	۸	۵۴	۱۴/۵۵	۳/۷۸	-۰/۰۹	-۱/۱۳
	رضایت زناشویی	۳۰۰	۱۲	۴۵	۳۰/۹۰	۵/۰۸	۰/۱۸	-۰/۹۳
	ارتباطات	۳۰۰	۱۳	۴۶	۳۲/۲۵	۵/۸۰	۰/۱۵	-۱/۰۲
	حل تعارض	۳۰۰	۱۲	۴۷	۲۹/۶۰	۵/۲۰	-۰/۹۴	۱/۴۶
	نمره کل رضایت زوجی	۳۰۰	۸۶	۱۵۶	۱۱۲/۴۵	۱۲/۳۰	-۰/۰۷	-۰/۷۹

با در نظر گرفتن کجی ± 2 و کشیدگی ± 7 ، کجی و کشیدگی در تمامی متغیرها در سطح مطلوبی قرار داشته و نرمال بودن تک متغیره محقق شده است.

جدول ۲. نتایج آزمون هم‌خطی متغیرهای مستقل در رضایت زناشویی

متغیر ملاک	مدل	متغیرهای پیش بین	تلرانس	VIF
رضایت زناشویی	۲	کمال گرایی مثبت	۰/۹۶	۱/۰۰۸
		سرسختی روانشناختی	۰/۹۶	۱/۰۰۸

با توجه به محقق شدن مفروضات نرمال بودن توزیع، استقلال خطاها و عدم هم خطی در ادامه به تفکیک فرضیات پژوهشی به ارائه یافته‌ها پرداخته شده است.

فرضیه اصلی: بین کمال‌گرایی و سرسختی روانشناختی با رضایت زناشویی دانشجویان متاهل رابطه وجود دارد. پاسخگویی به این فرضیه با رگرسیون چندگانه به روش گام به گام صورت گرفت. بدین ترتیب که ابعاد کمال‌گرایی مثبت و منفی و نمره کل سرسختی روانشناختی به عنوان متغیرهای پیش‌بین و رضایت زناشویی به عنوان متغیر ملاک وارد معادله رگرسیون شدند. خلاصه مدل رگرسیون گام به گام در جدول ۳ آمده است.

جدول ۳: خلاصه مدل رگرسیون و نتایج تحلیل واریانس رضایت زناشویی بر حسب کمال‌گرایی مثبت و منفی و سرسختی روانشناختی

مدل	متغیرهای پیش‌بین	R	R ^۲	R ^۲ Adjusted	F	P	R ^۲ Change	F	Sig. F change
۱	کمال‌گرایی مثبت	۰/۲۵	۰/۰۶	۰/۰۶	۱۲/۷۳۱	۰/۰۰۱	۰/۰۷	۱۲/۷۳۱	۰/۰۰۱
۲	کمال‌گرایی مثبت سرسختی روانشناختی	۰/۳۲	۰/۱۰	۰/۰۹	۹/۵۸۸	۰/۰۰۰۱	۰/۰۳	۵/۲۰۷	۰/۰۲۶

نتایج جدول فوق نشان می‌دهد که در بهترین مدل پیش‌بینی (مدل دوم) برای رضایت زناشویی، مقدار ضریب همبستگی چندگانه متغیرهای پیش‌بین با ملاک ۰/۳۲ بوده که نشان دهنده رابطه در حد متوسط بین متغیرهای پیش‌بین و متغیر ملاک است. مقدار ضریب تعیین نیز ۰/۱۰ بوده و بیانگر این مطلب است که ۱۰ درصد از تغییرات (واریانس) رضایت زناشویی به متغیرهای پیش‌بین مربوط است. سایر نتایج نشان می‌دهد که افزوده شدن متغیرها به مدل در گام آخر با افزایش در میزان تبیین شده معنادار نیز هست ($F=۵/۲۰۷, P=۰/۰۲۶$).

شاخص‌های تحلیل واریانس، معنی‌دار بودن رگرسیون و رابطه خطی بین متغیرها را نشان می‌دهد و سطح معناداری کوچکتر از $P=۰/۰۵$ آن را تأیید می‌کند. آزمون نشان می‌دهند که مدل رگرسیون با متغیرهای پیش‌بین و ملاک از برازش خوبی برخوردارند و تغییرات تبیین شده توسط مدل، واقعی بوده و ناشی از شانس و تصادف نیست. همچنین نشان می‌دهد که متغیرهای پیش‌بین توانسته‌اند تغییرات رضایت زناشویی را پیش‌بینی کنند. با احتمال بیش از ۹۵ درصد این متغیرها در پیش‌بینی و تغییرات متغیر ملاک سهمیم هستند. برای بررسی اهمیت نسبی متغیرهای پیش‌بین در پیش‌بینی رضایت زناشویی باید مقادیر ضرایب رگرسیون را مطالعه نمود. مقادیر ضرایب رگرسیون در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴: ضرایب رگرسیون گام به گام به رضایت زناشویی بر حسب کمال‌گرایی مثبت و منفی و سرسختی روانشناختی

مدل	متغیرهای پیش‌بین	ضرایب غیر استاندارد		P	t	Beta
		B	خطای استاندارد			
۱	کمال‌گرایی مثبت	۰/۸۱	۰/۲۰	۰/۰۰۱	۳/۲۱	۰/۲۸
۲	کمال‌گرایی مثبت	۰/۷۵	۰/۲۰	۰/۰۰۱	۳/۱۳	۰/۲۷
	سرسختی روانشناختی	۰/۱۹	۰/۰۷	۰/۰۲۶	۲/۱۵	۰/۱۵

ضرایب رگرسیون درج شده در جدول فوق نشان می‌دهد که در بهترین مدل پیش‌بینی رضایت زناشویی (مدل دوم)، کمال‌گرایی مثبت ($\beta=۰/۲۸$) و سرسختی روانشناختی ($\beta=۰/۱۵$) قادر به پیش‌بینی متغیر ملاک هستند و کمال‌گرایی مثبت سهم بیشتری در این زمینه دارد. بر این اساس فرضیه اصلی اول پژوهش تأیید می‌شود. بدین معنی که کمال‌گرایی مثبت و سرسختی روانشناختی می‌توانند رضایت زناشویی را در دانشجویان متاهل پیش‌بینی کنند.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که بین کمال‌گرایی مثبت و رضایت زناشویی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و همچنین سرسختی روان‌شناختی با رضایت زناشویی دانشجویان متأهل رابطه مثبت و معناداری دارد. افزون بر این، یافته‌های تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام نشان داد که کمال‌گرایی مثبت و سرسختی روان‌شناختی قادر به پیش‌بینی معنادار رضایت زناشویی هستند و در این میان، کمال‌گرایی مثبت سهم بیشتری در تبیین تغییرات رضایت زناشویی دارد. در مجموع، این دو متغیر توانستند بخشی از واریانس رضایت زناشویی را تبیین کنند که نشان‌دهنده اهمیت ویژگی‌های شخصیتی و منابع روان‌شناختی در کیفیت روابط زوجین است. این یافته‌ها بیان می‌کنند که رضایت زناشویی صرفاً حاصل عوامل محیطی و اجتماعی نیست، بلکه ویژگی‌های فردی و روان‌شناختی نیز نقش تعیین‌کننده‌ای در شکل‌گیری و تداوم یک رابطه زناشویی رضایت‌بخش دارند.

یافته نخست پژوهش حاضر نشان داد که کمال‌گرایی مثبت با رضایت زناشویی رابطه مستقیم و معناداری دارد. این نتیجه با یافته‌های فراتحلیل هادیان حامدانی و همکاران که نشان دادند ابعاد مختلف کمال‌گرایی با پیامدهای زناشویی ارتباط معنادار دارند، همسو است (Hadian & Hamedani et al., 2024). همچنین این یافته با نتایج پژوهش احتشام‌زاده و همکاران مبنی بر وجود رابطه بین کمال‌گرایی و رضایت زناشویی همخوانی دارد (Ehteshamzadeh et al., 2009). در تبیین این نتیجه می‌توان بیان کرد که کمال‌گرایی مثبت برخلاف شکل ناسازگارانه آن، با تلاش برای رشد فردی، مسئولیت‌پذیری، هدفمندی و انگیزش پیشرفت همراه است. افرادی که از این نوع کمال‌گرایی برخوردارند، معیارهای بالایی برای خود تعیین می‌کنند اما در عین حال توانایی پذیرش محدودیت‌ها و نقص‌های طبیعی خود و دیگران را نیز دارند. چنین افرادی در روابط زناشویی کمتر به انتقادگری افراطی، سرزنش همسر و نارضایتی مزمین‌گرایش پیدا می‌کنند و بیشتر در جهت بهبود رابطه و حل مسائل تلاش می‌نمایند. از این رو، وجود کمال‌گرایی مثبت می‌تواند به افزایش کیفیت تعاملات زناشویی و احساس رضایت بیشتر از زندگی مشترک منجر شود (Wallan, 2013).

از منظر نظری، کمال‌گرایی مثبت را می‌توان به عنوان یک ویژگی سازگارانه در نظر گرفت که فرد را به سوی رشد و تعالی سوق می‌دهد. افرادی که دارای کمال‌گرایی مثبت هستند، موفقیت را نتیجه تلاش مستمر می‌دانند و در مواجهه با ناکامی‌ها، نگرش انعطاف‌پذیرتری دارند. این نگرش موجب می‌شود در روابط زناشویی نیز با انتظارات واقع‌بینانه‌تر عمل کنند و در مواجهه با اختلافات و مشکلات، به جای تمرکز بر نقص‌ها، به دنبال راه‌حل باشند. در مقابل، کمال‌گرایی منفی معمولاً با انتظارات غیرواقع‌بینانه، خودانتقادی شدید و حساسیت افراطی نسبت به اشتباهات همراه است که می‌تواند زمینه‌ساز تعارضات زناشویی شود (Friedman & Booth-Kewley, 2016). بنابراین، یافته حاضر مؤید این دیدگاه است که همه اشکال کمال‌گرایی الزاماً آسیب‌زا نیستند و نوع سازگارانه آن می‌تواند نقش مثبتی در روابط بین‌فردی ایفا کند.

یافته دیگر پژوهش حاضر نشان داد که سرسختی روان‌شناختی با رضایت زناشویی رابطه مثبت و معناداری دارد. این نتیجه با یافته‌های الهی و همکاران که نقش سرسختی روان‌شناختی را در کاهش تعارضات زناشویی گزارش کردند، همسو است (Elahi et al., 2022). همچنین نتایج پژوهش مهدی‌خانی و ایزدی نشان داد که سرسختی روان‌شناختی با کیفیت زندگی زوجین دارای تعارض زناشویی رابطه مثبت دارد (Mahdikhani & Izadi, 2021). افزون بر این، یافته حاضر با نتایج نجفی و فحیمی فرهادی که اثربخشی آموزش سرسختی روان‌شناختی بر کاهش تعارضات زناشویی و افزایش رضایت زوجین را گزارش کردند، هماهنگ است (Najafi & Fakhimi Farhadi, 2023). همچنین فروزانی و همکاران نشان دادند که تقویت سرسختی روان‌شناختی از طریق مداخلات شناختی-رفتاری می‌تواند کیفیت روابط زناشویی را ارتقا دهد (Forouzani et al., 2024).

در تبیین این یافته می‌توان گفت که سرسختی روان‌شناختی نوعی منبع درونی برای مقابله مؤثر با فشارها و تنش‌های زندگی محسوب می‌شود. بر اساس نظریه مدی، افراد سرسخت دارای سه ویژگی تعهد، کنترل و مبارزه‌جویی هستند که به آنها کمک می‌کند موقعیت‌های دشوار را تهدید تلقی نکنند، بلکه آنها را فرصتی برای رشد و یادگیری بدانند (Maddi, 2002). زندگی زناشویی نیز به طور طبیعی با چالش‌های متعددی

همراه است و زوجینی که از سرسختی بیشتری برخوردارند، در مواجهه با مشکلات اقتصادی، تحصیلی، شغلی یا عاطفی، توانایی بیشتری برای حفظ آرامش، مدیریت هیجان‌ها و یافتن راه‌حل‌های سازنده دارند. در نتیجه، احتمال بروز تعارضات مزمن در میان آنان کاهش یافته و رضایت زناشویی افزایش می‌یابد.

گوردون و دیموک نیز معتقدند که افراد دارای سرسختی روان‌شناختی بالا از راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار استفاده می‌کنند و در مواجهه با موقعیت‌های تنش‌زا، واکنش‌های هیجانی مخرب کمتری نشان می‌دهند (Gordon & Dimock, 2016). این ویژگی در روابط زناشویی اهمیت ویژه‌ای دارد؛ زیرا بسیاری از اختلافات زوجین ناشی از ناتوانی در مدیریت هیجان‌ها و فشارهای روزمره است. زمانی که فرد بتواند فشارهای زندگی را به شکل مؤثرتری کنترل کند، احتمال انتقال استرس به رابطه زناشویی کاهش می‌یابد و در نتیجه کیفیت تعاملات زوجین حفظ می‌شود. بنابراین، سرسختی روان‌شناختی را می‌توان یکی از مهم‌ترین عوامل محافظت‌کننده در برابر ناراضی‌ت‌های زناشویی دانست. یافته مهم دیگر پژوهش حاضر آن بود که کمال‌گرایی مثبت و سرسختی روان‌شناختی به طور همزمان توانستند رضایت زناشویی را پیش‌بینی کنند. این نتیجه نشان می‌دهد که کیفیت زندگی زناشویی حاصل تعامل مجموعه‌ای از ویژگی‌های شخصیتی و منابع روان‌شناختی است. در واقع، افرادی که هم از انگیزه پیشرفت و رشد برخوردارند و هم توانایی مقابله مؤثر با فشارهای زندگی را دارند، آمادگی بیشتری برای ایجاد و حفظ روابط زناشویی موفق خواهند داشت. این یافته با نتایج پژوهش ملکی که رابطه میان کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی را گزارش کرد، همخوان است (Maleki, 2016). همچنین نتایج سواری مبنی بر ارتباط همزمان کمال‌گرایی و سرسختی با شاخص‌های سلامت روان، از یافته حاضر حمایت می‌کند (Savari, 2017).

از منظر نظری می‌توان چنین استدلال کرد که کمال‌گرایی مثبت و سرسختی روان‌شناختی دارای سازوکارهای مشترکی هستند. هر دو سازه با احساس مسئولیت، هدفمندی، خودنظم‌دهی و تلاش برای غلبه بر موانع ارتباط دارند. فردی که استانداردهای واقع‌بینانه و رشدمدار برای خود تعیین می‌کند و در عین حال توانایی مقابله با فشارهای روانی را دارد، در روابط زناشویی نیز عملکرد سازگارانه‌تری نشان خواهد داد. چنین فردی در هنگام بروز تعارضات، به جای اجتناب یا سرزنش همسر، برای حل مسئله تلاش می‌کند و از مهارت‌های ارتباطی مؤثرتری بهره می‌گیرد. به همین دلیل، رضایت بیشتری از زندگی مشترک خود تجربه می‌کند.

یافته‌های پژوهش حاضر همچنین با دیدگاه‌های مطرح در حوزه درمان زوجین هماهنگ است. هالفورد معتقد است که موفقیت روابط زناشویی تا حد زیادی به منابع فردی و مهارت‌های مقابله‌ای زوجین بستگی دارد و مداخلات زوج‌درمانی زمانی اثربخش‌تر خواهند بود که علاوه بر مهارت‌های ارتباطی، ویژگی‌های شخصیتی و منابع روان‌شناختی افراد را نیز مورد توجه قرار دهند (Halford, 2005). نتایج پژوهش حاضر نیز نشان داد که توجه به ویژگی‌هایی نظیر کمال‌گرایی مثبت و سرسختی روان‌شناختی می‌تواند در تبیین تفاوت‌های فردی در رضایت زناشویی مؤثر باشد و زمینه مناسبی برای طراحی برنامه‌های آموزشی و مشاوره‌ای فراهم آورد.

همچنین نتایج پژوهش حاضر با دیدگاه‌های شخصیت‌محور همخوانی دارد که بر نقش ویژگی‌های پایدار فردی در کیفیت روابط بین‌فردی تأکید می‌کنند. فریدمن و بوث-کیولی بیان می‌کنند که ویژگی‌های شخصیتی نه تنها بر نحوه ادراک افراد از رویدادها تأثیر می‌گذارد، بلکه تعیین‌کننده شیوه تعامل آنان با دیگران نیز هستند (Friedman & Booth-Kewley, 2016). از این رو، وجود ویژگی‌هایی مانند سرسختی روان‌شناختی و کمال‌گرایی مثبت می‌تواند به عنوان عوامل تسهیل‌کننده سازگاری زناشویی عمل کند. علاوه بر این، نتایج پژوهش گروسارث-ماتیسک و آیزنک نیز نشان داد که ویژگی‌های شخصیتی و نحوه مواجهه با استرس نقش مهمی در رضایت یا ناراضی‌ت‌های زناشویی دارند (Grossarth-Maticek & Eysenck, 2014).

در نهایت، یافته‌های این پژوهش بیانگر آن است که رضایت زناشویی دانشجویان متأهل تحت تأثیر عوامل روان‌شناختی متعددی قرار دارد و در این میان، کمال‌گرایی مثبت و سرسختی روان‌شناختی از مهم‌ترین عوامل فردی محسوب می‌شوند. توجه به این سازه‌ها می‌تواند به فهم عمیق‌تر فرایندهای مؤثر بر روابط زناشویی کمک کند و راهکارهای مؤثری برای ارتقای سلامت خانواده فراهم سازد. از آنجا که دانشجویان متأهل با

فشارهای همزمان تحصیلی، اقتصادی و خانوادگی مواجه هستند، بر خورداری از ویژگی‌هایی نظیر سرسختی روان‌شناختی و کمال‌گرایی مثبت می‌تواند نقش مهمی در حفظ کیفیت زندگی زناشویی آنان ایفا کند.

این پژوهش نیز همانند سایر مطالعات با محدودیت‌هایی همراه بود. نخست آنکه داده‌ها بر اساس ابزارهای خودگزارشی جمع‌آوری شدند و احتمال تأثیر سوگیری‌های پاسخ‌دهی، مطلوبیت اجتماعی و خطاهای ادراکی بر نتایج وجود دارد. دوم آنکه جامعه آماری پژوهش محدود به دانشجویان متأهل یک دانشگاه بود و بنابراین تعمیم نتایج به سایر گروه‌های اجتماعی باید با احتیاط انجام شود. همچنین ماهیت مقطعی پژوهش مانع از استنتاج روابط علی میان متغیرها می‌شود. افزون بر این، متغیرهایی مانند وضعیت اقتصادی، مدت زمان ازدواج، تعداد فرزندان و ویژگی‌های فرهنگی زوجین که می‌توانند بر رضایت زناشویی اثرگذار باشند، در این پژوهش کنترل نشدند.

پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده با استفاده از طرح‌های طولی و آزمایشی به بررسی روابط علی میان کمال‌گرایی، سرسختی روان‌شناختی و رضایت زناشویی بپردازند. همچنین مطالعه این متغیرها در گروه‌های مختلف از جمله زوجین شاغل، زوجین دارای فرزند، دانشجویان سایر دانشگاه‌ها و گروه‌های فرهنگی گوناگون می‌تواند به افزایش قابلیت تعمیم نتایج کمک کند. بررسی نقش متغیرهای میانجی و تعدیل‌گر مانند تنظیم هیجان، سبک‌های دلبستگی، هوش هیجانی، تاب‌آوری و مهارت‌های ارتباطی نیز می‌تواند درک عمیق‌تری از سازوکارهای مؤثر بر رضایت زناشویی فراهم آورد.

با توجه به نتایج پژوهش، توصیه می‌شود در برنامه‌های آموزش پیش از ازدواج و کارگاه‌های ارتقای روابط زوجین، بر تقویت کمال‌گرایی مثبت و سرسختی روان‌شناختی تأکید شود. مشاوران و درمانگران خانواده می‌توانند از مداخلاتی استفاده کنند که به افزایش مهارت‌های مقابله‌ای، انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، هدف‌گذاری واقع‌بینانه و اصلاح انتظارات غیرمنطقی زوجین کمک نماید. همچنین دانشگاه‌ها و مراکز مشاوره دانشجویی می‌توانند برنامه‌هایی برای ارتقای منابع روان‌شناختی دانشجویان متأهل طراحی کنند تا از این طریق کیفیت روابط زناشویی و سلامت روان آنان بهبود یابد.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

موازین اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازین و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

تشکر و قدردانی

پژوهشگران از تمامی شرکت‌کنندگان که در اجرای پژوهش حاضر کمک نمودند نهایت قدردانی و سپاس را دارند.

شفافیت داده‌ها

داده‌ها و مآخذ پژوهش حاضر در صورت درخواست از نویسنده مسئول و ضمن رعایت اصول کپی رایت ارسال خواهد شد.

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Marital satisfaction is widely recognized as one of the most important indicators of family functioning, psychological well-being, and social adjustment. The quality of marital relationships has substantial implications not only for the mental health of spouses but also for family stability, life satisfaction, and the healthy development of children. Researchers have consistently emphasized that marital satisfaction is influenced by a combination of interpersonal, environmental, and individual factors. Among these factors, personality characteristics play a central role because they shape individuals' perceptions, emotional responses, coping strategies, and interactions with their spouses (Halford, 2005).

Personality variables have long attracted the attention of family and marriage researchers because they influence the way individuals establish and maintain intimate relationships. Certain personality traits facilitate effective communication, emotional regulation, and problem-solving, while others contribute to conflict, dissatisfaction, and relational instability. One of the personality constructs that has received increasing scholarly attention is perfectionism. Perfectionism refers to the tendency to establish exceptionally high standards for oneself and to strive persistently toward achieving these standards. Although perfectionism can promote achievement and personal growth, excessive or maladaptive perfectionism may lead to stress, anxiety, self-criticism, and interpersonal difficulties (Wallan, 2013).

Contemporary perspectives conceptualize perfectionism as a multidimensional construct consisting of both adaptive and maladaptive components. Adaptive perfectionism is characterized by high personal standards, conscientiousness, and a healthy pursuit of excellence, whereas maladaptive perfectionism involves excessive concern over mistakes, fear of failure, and unrealistic expectations. These dimensions have distinct implications for interpersonal functioning and marital relationships. Individuals with maladaptive perfectionistic tendencies may impose unrealistic expectations on themselves and their spouses, resulting in disappointment, criticism, and dissatisfaction within the relationship (Friedman & Booth-Kewley, 2016). Research has shown that perfectionism is associated with a variety of marital outcomes, including communication quality, intimacy, conflict management, and overall marital satisfaction (Grossarth-Maticek & Eysenck, 2014).

Recent evidence further highlights the significance of perfectionism in marital functioning. A systematic review and meta-analysis conducted by Hadian Hamedani and colleagues demonstrated a significant relationship between perfectionism and marital outcomes, indicating that perfectionistic tendencies can substantially affect relationship quality and satisfaction (Hadian Hamedani et al., 2024). Similarly, Ehteshamzadeh and colleagues reported significant associations between perfectionism and marital satisfaction among spouses of veterans, emphasizing the relevance of perfectionistic traits in marital adjustment processes (Ehteshamzadeh et al., 2009).

Another important personality-related resource associated with successful adaptation and relationship functioning is psychological hardiness. Psychological hardiness is a personality disposition characterized by commitment, control, and challenge. Individuals with high levels of hardiness tend to perceive stressful situations as manageable and meaningful rather than threatening. As a result, they demonstrate greater

resilience, adaptability, and coping effectiveness when confronting life difficulties (Maddi, 2002). Hardiness has been recognized as a protective factor against the negative consequences of stress and has been associated with better mental health and interpersonal functioning (Gordon & Dimock, 2016).

The role of psychological hardiness in marital relationships has gained increasing empirical support. Elahi and colleagues found that higher levels of hardiness were associated with lower levels of marital conflict and better relationship functioning (Elahi et al., 2022). Likewise, Mahdikhani and Izadi reported positive relationships between psychological hardiness and quality of life among couples experiencing marital conflicts (Mahdikhani & Izadi, 2021). Experimental evidence also indicates that interventions designed to strengthen hardiness can improve marital outcomes. Najafi and Fakhimi Farhadi demonstrated that psychological hardiness training significantly enhanced sexual satisfaction and reduced marital conflicts among couples experiencing emotional divorce (Najafi & Fakhimi Farhadi, 2023). Similarly, Forouzani and colleagues reported that cognitive-behavioral therapy contributed to improvements in both psychological hardiness and marital relationship quality among distressed couples (Forouzani et al., 2024).

Research has also suggested meaningful associations between perfectionism and psychological hardiness. Maleki found that perfectionism and hardiness were significantly related among university students, indicating that adaptive perfectionistic tendencies may coexist with higher levels of psychological resilience (Maleki, 2016). Furthermore, Savari reported that both perfectionism and hardiness were significantly associated with mental health indicators, suggesting that these constructs may jointly contribute to psychological adjustment and well-being (Savari, 2017). In addition, studies on marital adjustment have highlighted the importance of individual personality resources and strengths in determining relationship quality and satisfaction (Sivandian et al., 2016).

Despite growing evidence regarding the individual roles of perfectionism and psychological hardiness, limited research has simultaneously examined their contributions to marital satisfaction among married university students. Given the multiple academic, financial, and familial responsibilities faced by married students, investigating these psychological variables may contribute to a better understanding of marital functioning in this population. Therefore, the present study aimed to examine the relationship between perfectionism and psychological hardiness with marital satisfaction among married university students.

Methods and Materials

This study employed a descriptive-correlational research design. The statistical population consisted of all married master's degree students enrolled at Islamic Azad University, Bojnord Branch, during the 2019–2020 academic year. Based on Cochran's formula for finite populations, a sample of 346 participants was selected through stratified random sampling. The final sample included 173 women and 173 men.

Data were collected using three standardized instruments. Marital satisfaction was measured using the ENRICH Marital Satisfaction Scale. Perfectionism was assessed through the Kiamarsi and Najarian Perfectionism Questionnaire, and psychological hardiness was measured using the Kiamarsi and Najarian Psychological Hardiness Questionnaire. The reliability coefficients reported for these instruments were satisfactory, indicating acceptable internal consistency.

Descriptive statistics, including means and standard deviations, were used to summarize the data. Pearson correlation coefficients were calculated to examine relationships among the variables. Stepwise multiple regression analysis was conducted to determine the predictive power of perfectionism and psychological hardiness in explaining marital satisfaction. Statistical analyses were performed using appropriate inferential procedures at a significance level of 0.05.

Findings

Descriptive analyses indicated that participants reported moderate to relatively high levels of marital satisfaction, perfectionism, and psychological hardiness. The distribution of scores met the assumptions of normality, allowing for the application of parametric statistical procedures.

Correlation analyses revealed significant positive relationships between positive perfectionism and marital satisfaction. Psychological hardiness was also positively and significantly associated with marital satisfaction. Participants who demonstrated higher levels of adaptive perfectionistic tendencies and psychological hardiness reported greater satisfaction in their marital relationships.

Stepwise multiple regression analysis was conducted to determine the extent to which perfectionism and psychological hardiness predicted marital satisfaction. In the first step, positive perfectionism entered the regression equation and explained approximately 6% of the variance in marital satisfaction. In the second step, psychological hardiness was added to the model, increasing the explained variance to approximately 10%.

The final regression model was statistically significant and demonstrated an acceptable level of predictive validity. Standardized regression coefficients indicated that positive perfectionism was the strongest predictor of marital satisfaction, followed by psychological hardiness. Both variables contributed significantly to the prediction of marital satisfaction, suggesting that individuals with higher levels of adaptive perfectionism and greater psychological hardiness tend to experience more satisfying marital relationships.

Overall, the findings supported the study hypothesis and demonstrated that perfectionism and psychological hardiness are meaningful predictors of marital satisfaction among married university students.

Discussion and Conclusion

The findings of the present study demonstrated that positive perfectionism and psychological hardiness are significantly associated with marital satisfaction and can meaningfully predict marital relationship quality among married university students. These results suggest that individual personality characteristics and psychological resources play a crucial role in shaping marital experiences and determining relationship satisfaction.

The positive association between adaptive perfectionism and marital satisfaction indicates that striving for excellence, maintaining realistic personal standards, and engaging in constructive self-improvement may enhance relationship quality. Individuals with adaptive perfectionistic tendencies are more likely to approach marital challenges proactively, invest effort in maintaining their relationships, and pursue personal growth without imposing unrealistic expectations on themselves or their partners. Such characteristics contribute to healthier communication patterns, greater emotional intimacy, and more effective conflict resolution.

Similarly, the significant contribution of psychological hardiness to marital satisfaction highlights the importance of resilience and effective coping in intimate relationships. Individuals who perceive life challenges as manageable and meaningful are better equipped to navigate marital difficulties and maintain positive relationship dynamics. Their ability to regulate emotional responses, tolerate stress, and remain committed to relationship goals likely contributes to greater satisfaction and stability within marriage.

The combined predictive effect of perfectionism and hardiness suggests that marital satisfaction is influenced by an interaction of motivational and coping-related personality resources. Adaptive perfectionism provides direction, purpose, and commitment to personal and relational growth, whereas psychological hardiness supplies the resilience necessary to cope with challenges and setbacks. Together, these characteristics appear to facilitate healthier interpersonal functioning and greater marital fulfillment.

The findings have important implications for counseling, marital education, and preventive interventions. Programs designed to enhance adaptive perfectionistic attitudes and strengthen psychological hardiness may contribute to improved marital functioning and relationship satisfaction. Educational workshops, premarital counseling programs, and couple therapy interventions could benefit from incorporating components aimed at promoting realistic standards, resilience, stress management, and adaptive coping strategies.

In conclusion, the present study demonstrated that positive perfectionism and psychological hardiness are important psychological correlates of marital satisfaction among married university students. Individuals possessing higher levels of these characteristics tend to report more satisfying and stable marital relationships. Strengthening adaptive perfectionistic tendencies and psychological hardiness may therefore represent valuable targets for interventions seeking to enhance marital quality and promote family well-being.

فهرست منابع

References

- Ehteshamzadeh, P., Makvandi, B., & Bagheri, A. (2009). Investigating the Relationship between Forgiveness and Perfectionism with Marital Satisfaction among Spouses of Veterans in Ahvaz City. *Woman and Culture*, 1(2), 23-32.
- Elahi, M., Mollaei, F., Jalali, M., Fooladi, M., & Momenjou, N. (2022). The role of adherence to Islamic lifestyle and psychological hardiness in the level of marital conflicts. *Scientific-Research Quarterly of Islamic Lifestyle with Emphasis on Health*, 6(2), 11-19.
- Forouzani, S., Norbakhsh Amiri, M., Abbasi, F., Akbarzadeh, N., & Jafari, Z. (2024). Effectiveness of cognitive behavioral therapy on psychological hardiness and marital relationship quality in couples with marital conflicts. *Journal of Assessment and Research in Applied Counseling*, 6(2), 105-112. <https://doi.org/10.61838/kman.jarac.6.2.13>
- Friedman, H. S., & Booth-Kewley, S. (2016). *Personality: Classic Theories and Modern Research* (6th ed.). Pearson.
- Gordon, J. R., & Dimock, H. G. (2016). Psychological Hardiness and Its Relationship to Stress and Coping. *Journal of Behavioral Medicine*, 39(3), 421-433.
- Grossarth-Maticek, R., & Eysenck, H. J. (2014). Personality, Stress and Marital Dissatisfaction as Predictors of Disease. *Personality and individual differences*, 61(2), 55-66.
- Hadian Hamedani, K., Majzoobi, M. R., & Forstmeier, S. (2024). The Relationship between Perfectionism and Marital Outcomes: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in psychology*, 15, 1456902. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1456902>
- Halford, W. K. (2005). *The Future of Couple Therapy: Research, Practice, and Policy*. American Psychological Association.
- Maddi, S. R. (2002). The Story of Hardiness: Twenty Years of Theorizing, Research, and Practice. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 54(3), 173-185. <https://doi.org/10.1037/1061-4087.54.3.173>
- Mahdikhani, B., & Izadi, M. (2021). Determining the Relationship of Psychological Hardiness and Responsibility with Quality of Life in Couples with Marital Conflicts. *Modern Advances in Psychology*, 5(41), 11-20.
- Maleki, A. (2016). The Relationship between Perfectionism and Hardiness in Students. *Journal of Psychological Studies*, 12(3), 123-139.
- Najafi, Z., & Fakhimi Farhadi, R. (2023). Effectiveness of Psychological Hardiness Training on Sexual Satisfaction and Marital Conflicts in Couples with Emotional Divorce. *Journal of Psychology*, 2(1), 1-12.
- Savari, K. (2017). Simple and Multiple Relationship of Psychological Hardiness and Perfectionism with Mental Health. *Mental Health Quarterly*, 8(29), 47-59.
- Sivandian, M., Besharat, M. A., Habibi Asgarabad, M., & Moghadamzade, A. (2016). The Moderating Role of Ego Strength in the Relationship between Attachment Styles and Marital Adjustment. *Social Health*, 3(1), 41-53. <https://doi.org/10.22037/ch.v3i1.19892>
- Wallan, G. (2013). *Perfectionism: Theory, Research, and Treatment*. American Psychological Association.