

ابراهیم جهاندار
 دانشجوی دکتری مشاوره، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران. ebrahim.jahandar1986@gmail.com
مریم فاتحی‌زاده (نویسنده مسئول)
 دکتری مشاوره خانواده، استاد تمام، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران. m.fatehizade@edu.ui.ac.ir
لیلا میراحمدی
 دکتری مشاوره، استادیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران. Sl.mirahmadi@edu.ui.ac.ir
سمیه جابری
 دکتری مشاوره، استادیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران. S.jaberi@edu.ui.ac.ir

واکاوی فضیلت‌های زناشویی مردان متاهل: یک مطالعه پدیدارشناختی

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر واکاوی و کشف فضیلت‌های زناشویی مردان متاهل بوده است. **روش:** برای دستیابی به هدف پژوهش از رویکرد کیفی و روش پدیدارشناسی تفسیری استفاده شد. جمعیت مورد پژوهش مردان و زنان متاهل ساکن شهر اصفهان بودند که در سال ۱۴۰۳ بین ۵ تا ۲۰ سال از ازدواج آن‌ها گذشته بود. نمونه‌گیری به روش هدفمند از میان افراد در دسترس محقق انجام شد و ۲۰ نفر شامل ۱۰ زن و ۱۰ مرد به‌عنوان نمونه مورد مطالعه انتخاب شدند. جمع‌آوری اطلاعات از طریق مصاحبه نیمه‌ساختاریافته و تحلیل داده‌ها با بهره‌گیری از روش کلایزی صورت پذیرفت. **یافته‌ها:** در نهایت، یافته‌های پژوهش در قالب ۴۷ مقوله فرعی، ۸ مقوله اصلی و ۲ مضمون گزارش شد. مقوله‌های اصلی مستخرج عبارتند از: مراقبت‌گری، خردمندی ارتباطی، وفاداری و تعهد راسخ، احترام و تکریم، سازگاری هوشمندانه، ملایمت و ثبات عاطفی، تدبیر زناشویی و آرامش حاصل از معنویت. **نتیجه‌گیری:** دو دسته از فضیلت‌های زناشویی مردان متاهل وجود دارد. فضایل «تنظیم‌گر درونی» که ناظر بر فرایندهای درون‌فردی و زمینه‌ساز آمادگی روانی و اخلاقی فرد برای مواجهه سالم با چالش‌های زندگی مشترک می‌باشد؛ فضایل «پاسخ‌گو به رابطه» که در بستر تعامل مستقیم با همسر و ناظر بر نحوه پاسخ‌گویی فرد به نیازها، انتظارات و الزامات رابطه زناشویی است. در واقع شکل‌گیری رابطه‌ای سالم و باکیفیت، مستلزم هم‌زمانی و تعامل این دو سطح اخلاقی است. پیشنهاد می‌شود با ارتقای سطح فضیلت‌های زناشویی مردان، زمینه برای افزایش کیفیت رابطه زناشویی افراد متاهل فراهم شود.

واژگان کلیدی: فضیلت‌ها، فضیلت‌های زناشویی، مردان متأهل، پدیدارشناسی.

Ebrahim Jahandar

PhD Candidate in Counseling, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran.
ebrahim.jahandar1986@gmail.com

Maryam Fatehizade

(corresponding Author), PhD in Family Counseling, Professor, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran. m.fatehizade@edu.ui.ac.ir

Leila Mirahmadi

PhD in Counseling, Assistant Professor, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran. .
Sl.mirahmadi@edu.ui.ac.ir

Somayeh Jaberi

PhD in Counseling, Assistant Professor, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran.
S.jaberi@edu.ui.ac.ir

Exploring Marital Virtues among Married Men: A Phenomenological Study

Abstract

Aim: The present study aimed to explore and identify marital virtues among married men. **Method:** A qualitative approach using interpretative phenomenological methodology was employed to achieve the research goal. The study participants were married men and women residing in the Isfahan, whose length of marriage ranged from 5 to 20 years in 2024. Participants were selected through purposive sampling from individuals accessible to the researcher, resulting in a sample of 20 participants (10 men and 10 women). Data were collected through semi-structured interviews and analyzed using Colaizzi's method. **Finding:** The findings were ultimately organized into 47 subcategories, 8 main categories, and 2 themes. The extracted main categories included caregiving, relational wisdom, steadfast loyalty and commitment, respect and reverence,

intelligent adjustment, gentleness and emotional stability, marital prudence, and spirituality-based tranquility. **Conclusion:** The results indicate the existence of two broad categories of marital virtues among married men. Inner-regulatory virtues pertain to intrapersonal processes that foster psychological and moral readiness for healthy engagement with the challenges of married life. In contrast, relationship-responsive virtues emerge within direct interaction with one's spouse and relate to how individuals respond to the needs, expectations, and demands of the marital relationship. The formation of a healthy and high-quality marital relationship requires the simultaneous presence and interaction of these two moral dimensions. It is therefore suggested that enhancing marital virtues in men may provide a foundation for improving the quality of marital relationships among married individuals.

Keywords: Virtues, Marital Virtues, Married Men, Phenomenology.

مقدمه

ازدواج به عنوان یکی از مهم ترین پدیده های اجتماعی، این امکان را فراهم می کند تا زوجین در سایه آن و بر اساس تعهدی مبتنی بر قانون، دین و اخلاقیات برای زندگی کردن با یکدیگر هم پیمان شوند (دیکسون^۱، ۲۰۱۳). فاووز^۲ (۲۰۰۰) معتقد است ازدواج رابطه ای است که می تواند خوشبختی، خوشحالی و بهزیستی طرفین رابطه را به همراه داشته باشد. با توجه به این که در ازدواج بهزیستی طرف مقابل نیز مطرح است، بنابراین می توان آن را ذاتاً یک تجربه اخلاقی در نظر گرفت (فاست و همکاران^۳، ۲۰۱۳)، به طوری که ازدواج بدون حضور فضیلت ها، مسیری دشوار و ناهموار خواهد داشت (پریک و جین^۴، ۲۰۱۸).

مفهوم فضیلت ریشه در دیدگاه های ارسطو و افلاطون دارد که بر زندگی معطوف بر سلامت روان، معناجویی و رفتار کمال گرایانه تاکید کرده اند (موسوی و دهشیری، ۱۳۹۸). ارسطو فضیلت ها را به عنوان حالتی از شخصیت یا شیوه ای از بودن می دانست که انسان را به سمت یک زندگی ارزشمند هدایت می کند (ولدورال-بروگان و همکاران^۵، ۲۰۱۰). فاووز و همکاران (۲۰۲۱) فضیلت را یک تمایل درونی پایدار و همراه با انگیزه

-
1. Dixon
 2. Fowers
 3. Fawcett & et al
 4. Pareek & Jain
 5. Veldorale-Brogan & et al

مثبت می‌دانند که باعث می‌شود فرد با آگاهی و دانش به یک عمل، آن را در جهت سودمندی خود و دیگری انجام دهد. او همچنین معتقد است فضیلت‌ها به‌عنوان شکلی از کمال، فرد را یاری می‌دهند تا در تمام فعالیت‌های روزمره خود به دنبال اهداف ارزشمندی باشد (فاورز، ۲۰۰۵). به بیانی دیگر این مفهوم شامل هرگونه فرایند روانشناختی است که به طور پایدار بر شناخت و رفتار فرد اثرگذار بوده و کمک می‌کند افکار و اعمال او برای خود و اجتماع مفید باشد (مک کالوف و اسنایدر^۱، ۲۰۰۰؛ به نقل از موسوی و دهشیری، ۱۳۹۸). از نظر روانشناسان مثبت‌گرا برخی از این فضیلت‌ها عبارتند از: حکمت^۲ (دانش وسیع و عمیق در مورد زندگی و مسائل انسانی و کاربرد موثر از آن)، شجاعت^۳، انسانیت^۴ (رفتارهای توأم با مراقبت‌گری، دوستی و حمایت‌گری در روابط انسانی)، عدالت^۵ (توزیع بر مبنای شایستگی‌ها و توانایی‌ها و نیازها) و اعتدال^۶ (تاکید بر خویشن‌داری) (پترسون و سلیگمن^۷، ۲۰۰۴).

مفهوم فضیلت‌ها برای اولین بار در حوزه رابطه زناشویی توسط فاورز (۲۰۰۰) مطرح گردید و هاوکینز^۸ و همکاران (۲۰۰۷) آن را عملیاتی کردند. فاورز (۲۰۰۰) مشارکت جهت نیل به اهداف مشترک را بخش مهمی از زندگی زوجی می‌داند و تاکید دارد فضیلت‌هایی مانند دوستی^۹، بخشش^{۱۰}، انصاف^{۱۱} و وفاداری^{۱۲} می‌تواند این مسیر را هموار نموده و بهزیستی و خوشبختی طرفین را به همراه داشته باشد. فضیلت‌ها در کنار هویت و مهارت‌های هر فرد، تعاملات زناشویی او را شکل می‌دهند (کارول و همکاران^{۱۳}، ۲۰۰۶)، به‌طوری‌که در یک ازدواج موفق، فضیلت‌ها در رفتارهای تعاملی زن و شوهر متجلی می‌شوند (نورحیاتی^{۱۴}، ۲۰۱۶).

-
1. McCullough & Snyder
 2. wisdom
 3. courage
 4. humanity
 5. justice
 6. temperance
 7. Peterson & Seligman
 8. Hawkins
 9. friendship
 10. forgiveness
 11. Fairness
 12. loyalty
 13. Carroll & et al
 14. Nurhayati

پروفایل فضیلت‌های زناشویی^۱ (MVP) که توسط فاست و همکاران (۲۰۱۳) ساخته شده این مفهوم را دارای پنج عامل تحسین^۲، درک کردن^۳، فداکاری^۴، انصاف و گذشت^۵ می‌داند. فاووز (۲۰۰۰) تحسین را شناسایی و تایید نقاط مثبت و ویژگی‌های خوب طرف مقابل، انصاف را تمایل به در نظر گرفتن نیازهای همسر و عامل گذشت را توانایی چشم‌پوشی از نقاط ضعف غیر قابل اجتناب معرفی می‌کند. همچنین عامل درک کردن شامل گوش دادن به یکدیگر و به‌کارگیری سایر مهارت‌های ارتباطی و عامل فداکاری معادل اهمیت قائل شدن برای مشارکت در رابطه به جای شکست دادن دیگری و افزایش توجه به علائق و خواسته‌های همسر می‌باشد (فاست و همکاران، ۲۰۱۳).

در تحقیقات اخیر مفاهیم مثبتی مانند فضیلت‌های زناشویی^۶ بیش از پیش مورد توجه قرار گرفته‌اند (نواک و همکاران^۷، ۲۰۱۸). در حوزه پژوهش‌های داخلی، یافته‌های پژوهش فاتحی‌زاده و همکاران (۱۳۹۳) نشان داد آموزش مهارت‌های زناشویی مبتنی بر تعالیم اهل بیت (علیهم‌السلام) موجب افزایش رضایت زناشویی زوجین اصفهانی می‌شود. موسوی (۱۳۹۷) وجود همبستگی مثبت و معنادار بین همه خرده مقیاس‌های فضیلت زناشویی و شادکامی و رضایت از رابطه را گزارش کرده‌است. موسوی و دهشیری (۱۳۹۸) در چند مرحله پیمایش با استفاده از یک نمونه ۳۰۲ نفره از زنان و مردان متاهل شهر تهران، مقیاس فضیلت‌های زناشویی را ساخته و اعتباریابی کردند. طبق نتایج این پژوهش، مقیاس ساخته شده، روایی همگرایی مناسبی با شادکامی، بهزیستی و رضایت زناشویی و روایی واگرایی مطلوبی با دلزدگی زناشویی دارد. خجسته‌مهر و همکاران (۱۳۹۹) نیز در پژوهشی با عنوان «ویژگی‌های روان‌سنجی پروفایل فضیلت‌های زناشویی (mvp) در یک نمونه ایرانی» و با بهره‌گیری از یک نمونه ۲۲۸ نفری از زنان و مردان متاهل، ساختار پنج عاملی پروفایل فضیلت‌های زناشویی را در نمونه ایرانی تایید کردند. نتایج پژوهش موسوی (۱۴۰۰) که به روش توصیفی همبستگی/انجام شد، نشان داد بین همه فضیلت‌های زناشویی و بهزیستی، همبستگی مثبت و معنادار و بین همه فضیلت‌های زناشویی و دلزدگی زناشویی رابطه منفی و معناداری وجود دارد. همچنین ایمانی‌ا قدم و گنجی (۱۴۰۱) در پژوهشی که با هدف بررسی متغیرهای فضیلت‌های زناشویی، معنا در زندگی و تجربیات روزمره معنویت در

-
1. Marital Virtues Profile
 2. Admiration
 3. Understanding
 4. Sacrifice
 5. Generosity
 6. Marital Virtues
 7. Novak & et al

پیش‌بینی بهزیستی روانشناختی در زنان متأهل شهر تهران انجام شد، به این نتیجه رسیدند که متغیرهای فوق رابطه مثبت و معناداری با بهزیستی روانشناختی دارند. محمدی‌شیخ‌شبان‌ی و همکاران (۱۴۰۱) نیز با استفاده از نمونه ۲۰۰ نفره از زنان و مردان متقاضی طلاق، متغیرهای ادراک، ابراز قدردانی و فروتنی را پیش‌بین‌های معناداری برای سازگاری زناشویی گزارش کرده‌اند. خجسته‌مهر و همکاران (۱۴۰۲) نیز در پژوهشی کمی نشان دادند برنامه غنی‌سازی ازدواج هیجان‌مدار در بهبود فضیلت‌های زناشویی موثر است.

در میان پژوهش‌های خارجی نیز استیونز^۱ (۲۰۰۵) فضیلت‌های رابطه‌ای را عامل عشق و نزدیکی بیشتر با همسر و افزایش صمیمیت زناشویی معرفی کرده‌است. در پژوهش کمی ولدورال بروگان و همکاران (۲۰۱۰) به فضیلت‌های زناشویی به‌عنوان میانجی در رابطه بهزیستی فردی و سازگاری زناشویی اشاره شده‌است. دی و اکاک^۲ (۲۰۱۳) نیز در پژوهش طولی خود با بررسی ۳۵۴ زوج امریکایی طی سه سال، فضیلت‌های ارتباطی را به‌عنوان میانجی در رابطه دینداری و بهزیستی زناشویی گزارش کردند. همچنین نتایج پژوهش والاس‌گودارد و همکاران^۳ (۲۰۱۶) و خلف موقبب^۴ (۲۰۱۹) رابطه مثبت و معنادار فضیلت‌های تواضع، شفقت، مثبت‌اندیشی، اعتماد، نزاکت و فروتنی با رضایت زناشویی را تایید کرده‌است. سلز و همکاران^۵ (۲۰۲۱) نیز برنامه آموزشی فضیلت محور ویژه زوجین را عامل افزایش معنویت رابطه و رضایت زناشویی دانسته و وندیمو و اندوالم^۶ (۲۰۲۴) رابطه مثبت و معنادار بین فضیلت‌های زناشویی و رضایت زناشویی را گزارش کرده‌اند.

افزون بر تأکید گسترده پژوهش‌ها بر اهمیت فضیلت‌های زناشویی و تأثیر آن بر ابعاد گوناگون رابطه زوجین - که حاکی از پیوند ناگسستنی اخلاق و روان‌شناسی در بستر زندگی مشترک است - در فرهنگ و ادبیات ایرانی و تعالیم دین اسلام نیز همواره به فضایل و ارزش‌های اخلاقی توجه ویژه‌ای شده‌است. با این وجود، تعریف عملیاتی روشن و بیان شفافی از این سازه‌های اخلاقی مثبت و ابعاد شناختی، رفتاری و هیجانی آن‌ها ارائه نشده است. این ابهام مفهومی می‌تواند برای افرادی که در پی کسب و به‌کارگیری این فضایل هستند، به‌صورت عاملی بازدارنده یا گمراه‌کننده عمل نماید. از سویی دیگر، توجه به این حوزه می‌تواند موجب تغییر نگاه در مداخلات زناشویی، از تمرکز بر آسیب‌شناسی و نقاط ضعف به سمت پرورش توانمندی‌ها و نقاط قوت

1. Stevens

2. Day & Acock

3. Wallace Goddard & et al

4. Khalaf-Moughabghab

5. Sells & et al

6. Wondimu & Andualem

زوجین شود؛ حال آن که سهم این مفهوم در برنامه‌های آموزشی و درمانی این حوزه همچنان ناچیز است. مرور نظام‌مند پیشینه پژوهش‌های داخلی نیز نشان می‌دهد که نه تنها این متغیر در ارزیابی‌ها و آموزش‌های ازدواج جایگاه مناسبی ندارد، بلکه اغلب مطالعات در قالب طرح‌های کمی و ساختاریافته اجرا شده و کمتر به واکاوی عمیق ادراکات ذهنی افراد و کشف ابعاد گوناگون فضیلت‌های زناشویی پرداخته‌اند. افزون بر این، اکثر پژوهش‌های کیفی در حوزه روابط زناشویی با محوریت زنان بوده و تجربه زیسته مردان مغفول مانده است. بر این اساس، پژوهش حاضر به دنبال پاسخگویی به این سوال است که تجربه زیسته افراد از فضیلت‌های زناشویی مردان متأهل چیست؟

روش پژوهش

با توجه به هدف پژوهش حاضر که در پی درک عمیق و همه‌جانبه فضیلت‌های زناشویی مردان متأهل است، از رویکرد کیفی و روش پدیدارشناسی تفسیری بهره گرفته شد. در مطالعات کیفی، تفسیر و تحلیل پدیده‌ها بر پایه نگرش و معناسازی خود مشارکت‌کنندگان استوار است (جهاندار و شریعتمدار، ۱۴۰۳). بر این اساس، در این مطالعه کوشش شد تا با کنار گذاشتن پیش‌فرض‌ها، سوگیری‌ها و باورهای شخصی پیرامون پدیده مورد بررسی، مسیری برای دستیابی به ماهیت تجربه زیسته مشارکت‌کنندگان هموار شده و ادراکی اصیل و غنی از جهان پدیداری آن‌ها حاصل شود.

جمعیت مورد پژوهش، متشکل است از تمام مردان و زنان متأهل شهر اصفهان که در سال ۱۴۰۳ بین ۵ تا ۲۰ سال از ازدواج آن‌ها گذشته و ملاک‌های ورود به پژوهش را داشتند. انتخاب این بازه مبتنی بر دو ملاحظه نظری اصلی بود. نخست، اجتناب از سال‌های اولیه ازدواج که در آن، شور و هیجان رابطه می‌تواند بروز رفتارهای مثبت را تحت تأثیر قرار داده و مانع تمایز میان کنش‌های ناشی از عاطفه کوتاه‌مدت و فضیلت‌های ریشه‌دار شود. دوم، دستیابی به نمونه‌ای با پختگی بیشتر بود؛ چرا که زوجینی که از مراحل اولیه پرچالش عبور کرده‌اند، به الگوهای ارتباطی باثبات‌تری دست یافته‌اند و بنابراین، فضیلت‌های زناشویی در آنان به صورت آگاهانه‌تر و پایدارتری متجلی شده است.

ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بودند از: کسب نمره خام بالاتر از ۴۰ (نقطه برش) در مقیاس کیفیت زناشویی (RDAS)، (یوسفی، ۱۳۹۰)، بازه سنی ۲۵ تا ۴۵ سال، تمایل به مشارکت در مصاحبه و دارا بودن حداقل سطح تحصیلات دیپلم. همچنین ملاک‌های خروج از پژوهش عبارت بودند از: عدم همکاری با

مصاحبه‌کننده، وجود خیانت فعال در رابطه زناشویی، بودن در شرف طلاق، اعتیاد به مواد مخدر و الکل، وجود خشونت فیزیکی در رابطه زناشویی و ابتلا به اختلالات مهم روانی (توسط یک متخصص روانشناسی بالینی سنجیده شد).

در این پژوهش، نمونه‌گیری به صورت هدفمند و در دسترس انجام پذیرفت. تعداد ۲۰ مشارکت‌کننده شامل ۱۰ مرد و ۱۰ زن با توجه به موضوع و هدف تحقیق انتخاب شدند. انتخاب هر دو جنس با هدف کشف ادراکات و تجربه زیسته مردان از فضیلت‌های زناشویی خود و همچنین دریافت تصویری جامع‌تر از دنیای پدیداری زنان نسبت به فضیلت‌های همسرشان صورت گرفت. به منظور گردآوری داده‌ها، از روش مصاحبه نیمه‌ساختاریافته استفاده شد. سوالات مصاحبه به صورت کلی و بازپاسخ طراحی شده و با تکیه بر انعطاف ذاتی این روش، سوالات تکمیلی، متناسب با پاسخ‌های ارائه‌شده، مطرح گردید. از جمله سوالات مصاحبه می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

شما (یا همسرتان) در نقش همسری چه ویژگی‌های مطلوبی دارید؟ این ویژگی‌های مثبت چگونه بر عبور از چالش‌ها و مدیریت تعارضات زناشویی‌تان تاثیر مثبت داشته؟

مدت‌زمان هر مصاحبه در محدوده ۹۰ تا ۱۲۰ دقیقه قرار داشت و با اخذ رضایت از شرکت‌کنندگان، کلیه گفت‌وگوها به صورت الکترونیکی ضبط شد. فرآیند مصاحبه تا رسیدن به نقطه اشباع نظری ادامه یافت؛ یعنی زمانی که داده‌های جدید منجر به کسب بینش تازه‌ای درباره فضیلت‌های زناشویی مردان نشد. برای تحلیل داده‌ها نیز از روش هفت‌مرحله‌ای کلایزی استفاده گردید که به عنوان متداول‌ترین روش تحلیل در مطالعات پدیدارشناسی توصیفی شناخته می‌شود. طبق این روش، پس از پیاده‌سازی و مطالعه مکرر مصاحبه‌ها، عبارات کلیدی مرتبط با فضیلت‌های زناشویی استخراج و برای هر عبارت، مفاهیم معنادار تدوین گردید. در ادامه، با دسته‌بندی مفاهیم مشابه، مضامین اصلی شکل گرفت و در نهایت، این مضامین ذیل یک مضمون هسته‌ای سازماندهی شدند تا توصیف جامعی از پدیده مورد مطالعه ارائه شود. اعتبار یافته‌ها نیز از طریق بازبینی توسط اساتید متخصص و ارجاع نتایج به مشارکت‌کنندگان جهت تأیید نهایی، مورد بررسی قرار گرفت.

یافته‌ها:

در ابتدا جدول جمعیت شناختی مربوط به مشارکت کنندگان ارائه می گردد. لازم به ذکر است میانگین سنی مشارکت کنندگان زن ۳۶ سال و بازه سنی آنها بین ۲۶ تا ۴۲ سال و میانگین سنی مشارکت کنندگان مرد ۳۷/۸ سال و بازه سنی آنها بین ۲۷ تا ۴۵ سال می باشد. همچنین میانگین مدت ازدواج مشارکت کنندگان ۱۱/۷ سال است.

جدول ۱. مشخصات جمعیت شناختی شرکت کنندگان در پژوهش

شماره	جنسیت	سن	تحصیلات	مدت ازدواج (سال)	تعداد فرزند
۱	زن	۲۶	دیپلم	۶	۱
۲	زن	۳۷	کارشناسی	۱۴	۱
۳	زن	۳۷	کاردانی	۱۶	۲
۴	زن	۳۶	کارشناسی	۱۶	۲
۵	زن	۳۴	کارشناسی ارشد	۱۰	۰
۶	زن	۳۸	کارشناسی ارشد	۱۸	۲
۷	زن	۴۲	کارشناسی ارشد	۸	۱
۸	زن	۳۹	کارشناسی ارشد	۱۲	۱
۹	زن	۳۰	کارشناسی	۶	۲
۱۰	زن	۴۱	کارشناسی ارشد	۱۴	۲
۱۱	مرد	۴۱	کارشناسی	۱۱	۰
۱۲	مرد	۴۵	کارشناسی ارشد	۲۰	۳
۱۳	مرد	۳۳	کارشناسی	۶	۲
۱۴	مرد	۴۲	کارشناسی	۱۴	۲
۱۵	مرد	۳۳	کارشناسی	۱۰	۱
۱۶	مرد	۳۰	کارشناسی ارشد	۶	۰
۱۷	مرد	۴۴	دکتری	۱۳	۱
۱۸	مرد	۳۸	دکتری	۱۴	۱
۱۹	مرد	۴۵	حوزوی (معادل دکتری)	۱۵	۳
۲۰	مرد	۲۷	دکتری	۵	۰

در پاسخ به سوال تحقیق، ۸ مقوله اصلی و ۴۷ مقوله فرعی در قالب ۲ مضمون به دست آمد که در جدول زیر ارائه شده است:

جدول ۲. مقوله‌های اصلی و فرعی مستخرج از تجارب زیسته شرکت کنندگان در مورد فضیلت‌های زناشویی مردان

مضمون	مقوله اصلی	مقوله فرعی
فضایل پاسخ‌گو به رابطه	مراقبت‌گری	حمایت از رشد همسر، سخاوت و دست‌ودلبازی، ابراز محبت مادی، توجه و حمایت عاطفی، وقت‌گذرانی با همسر، حمایت از همسر در برابر اطرافیان
	خردمندی ارتباطی	خودآگاهی و پذیرش سهم خود، همدلی و درک شرایط همسر، بیان محترمانه و سازنده، گوش‌دهی، نگاه واقع‌بینانه به همسر و رابطه، دلجویی و جبران، گفتگو محوری
	وفاداری و تعهد راسخ	مسئولیت‌پذیری، صداقت، پایبندی عاطفی و اخلاقی، شفافیت و اعتمادسازی، مرزگذاری و حفظ حریم رابطه، اولویت دادن به رابطه، آینده‌نگری
فضایل تنظیم‌گر درونی	احترام و تکریم	احترام به خانواده همسر، کمک و حمایت از خانواده همسر، احترام به خواسته همسر، احترام کلامی به همسر، تحسین و قدردانی، مشورت و اعتماد به توانمندی همسر
	سازگاری هوشمندانه	انعطاف‌پذیری در استانداردها، انعطاف‌پذیری در نقش، پذیرش تفاوت‌های غیرقابل تغییر، کنار آمدن با شرایط دشوار، گذشت و بخشش زناشویی، تلاش برای تغییر خود

خویشتننداری و مدیریت هیجان، مهربانی و محبت، خوش خلقی، شادی آفرینی در خانواده، تعامل مثبت با فرزندان،	ملایمت و ثبات عاطفی
تشخیص اولویت‌ها، تصمیم‌گیری و رفتار آگاهانه، مدیریت حواشی تهدیدکننده، قاطعیت فکورانه	تدبیر زناشویی
پایبندی به ارزش‌های دینی، تمرکز بر ارزش‌های غیرمادی، تصویر مثبت از همسر و آینده زندگی مشترک، رضایت از داشته‌ها، عدم رقابت با دیگران	آرامش حاصل از معنویت

در فرآیند کدگذاری، صرف وجود یک رفتار یا توانایی عملی، ملاک شناسایی فضیلت قرار نگرفت، بلکه فضیلت زناشویی به عنوان یک ویژگی نسبتاً پایدار، هویتی و درونی تعریف شد که بیانگر نحوه بودن فرد در رابطه زناشویی و جهت‌گیری اخلاقی او نسبت به خیر و مصلحت همسر و رابطه است. در واقع برای تمایز فضیلت از سایر متغیرها، سه ملاک در نظر گرفته شد:

- **پایداری و هویتی بودن:** فضیلت زناشویی زمانی شناسایی شد که مشارکت‌کننده آن را به عنوان بخشی از شخصیت و منش خود (یا همسر) در رابطه توصیف می‌کرد، نه یک رفتار مقطعی یا مهارت آموختنی.
- **جهت‌گیری اخلاقی:** فضیلت متضمن نیت اخلاقی برای خیررسانی به همسر یا حفظ و تعالی رابطه بود.
- **انگیزش درونی:** رفتار یا نگرش زمانی فضیلت تلقی شد که از ارزش‌های درونی شده و تعهد شخصی فرد ناشی می‌شد، نه فشار بیرونی یا منفعت‌طلبی موقعیتی.

فضایل پاسخگو به رابطه

«فضایل پاسخگو به رابطه» در پژوهش حاضر به مجموعه‌ای از ویژگی‌های اخلاقی و رفتاری اطلاق شد که مستقیماً در بستر تعامل با همسر معنا می‌یابند و ناظر بر نحوه مواجهه فرد با نیازها، کرامت و پایداری رابطه‌اند. این فضایل در کنش متقابل و در پاسخ به موقعیت‌های ارتباطی فعال شده و کیفیت پیوند زناشویی را به‌طور مستقیم تحت تاثیر قرار می‌دهند. مراقبت‌گری، خردمندی ارتباطی، وفاداری و تعهد راسخ، و احترام و تکریم،

هر یک جلوه‌ای از این رویکرد اخلاقی رابطه‌محور هستند که در آن حفظ، تقویت و صیانت از رابطه زناشویی در اولویت قرار می‌گیرد.

۱- مراقبت‌گری

این مقوله به معنای نوعی جهت‌گیری پایدار و درونی‌شده نسبت به رشد، امنیت و رفاه همسر تعریف شد که در آن، مرد خود را نسبت به وضعیت هیجانی، اجتماعی و فردی همسر مسئول می‌داند و به‌صورت فعال در جهت بهبود و تعالی او عمل می‌کند. مراقبت‌گری در این معنا صرفاً انجام رفتارهای حمایتی یا محبت‌آمیز نیست، بلکه بیانگر نحوه بودن فرد در رابطه و تعهد اخلاقی او نسبت به خیر همسر و رابطه است. این مقوله زمانی به‌عنوان فضیلت شناسایی شد که مشارکت‌کنندگان آن را بخشی از منش و هویت زناشویی خود توصیف می‌کردند؛ به‌گونه‌ای که حمایت و توجه به همسر نه از سر اجبار، مصلحت‌سنجی یا مهارت ارتباطی، بلکه ناشی از انگیزش درونی و احساس مسئولیت اخلاقی نسبت به رابطه بود.

مقوله‌های فرعی حمایت از رشد همسر، سخاوت و دست‌ودلبازی، ابراز محبت مادی، توجه و حمایت عاطفی، وقت‌گذرانی با همسر و حمایت از همسر در برابر اطرافیان، همگی واجد هسته معنایی مشترکی بودند که بر تقدم نیازها و منافع همسر و رابطه بر خودمحوری فرد تأکید داشت. در تمامی این زیرمقوله‌ها، مشارکت‌کنندگان از نوعی تمایل پایدار به مراقبت، حمایت و پشتیبانی سخن می‌گفتند که ریشه در ارزش‌های درونی و نگرش مسئولانه آنان نسبت به نقش همسری داشت. بنابراین، این مفاهیم به‌عنوان تجلی‌های رفتاری یک فضیلت واحد و یک منش مراقبتی، در قالب «مراقبت‌گری» سازمان‌دهی شدند.

خانم ۳۷ ساله (مشارکت‌کننده ۲): چند روز پیش با مامانم سر خالم بحثم شد، بعد همسرم بهم گفت /اینقدر حساسیت به خرج نده، کلا برایش خیلی مهمه که وقتی ناراحتم سعی کنه آرومم کنه.

خانم ۳۴ ساله (مشارکت‌کننده ۵): وقتی تصمیم به ادامه تحصیل گرفتم همه‌جوره سعی کرد همراهی کنه تا من بتونم این کار رو به سرانجام برسونم.

خانم ۳۸ ساله (مشارکت‌کننده ۶): یه چیزی که توی ایشون خیلی پررنگه اینه که دست‌ودلبازه. با توجه به اینکه حالا خودم شاغلم، بدون اینکه بهش بگم، ماهیانه یه پولی برام می‌ریزه.

۲- خردمندی ارتباطی

این مقوله به معنای نوعی نگرش تأمل‌گرایانه و اخلاق‌محور در مواجهه با تعاملات زناشویی تعریف شد. نگرشی که در آن فرد پیش از واکنش، به سهم خود می‌اندیشد، وضعیت همسر را درک می‌کند و ارتباط را به‌عنوان بستری برای حفظ و ارتقای رابطه می‌بیند. این مقوله صرفاً به مهارت‌های ارتباطی مانند خوب گوش دادن یا درست صحبت کردن تنزل نمی‌یابد، بلکه بیانگر شیوه‌ای از بودن در رابطه است که در آن فرد با آگاهی، مسئولیت‌پذیری و نگاه واقع‌بینانه عمل می‌کند. خردمندی ارتباطی زمانی به‌عنوان فضیلت شناسایی شد که مشارکت‌کنندگان آن را ناشی از رشد شخصی، درونی‌شدن ارزش‌ها و تعهد اخلاقی به حفظ رابطه توصیف می‌کردند، نه به‌عنوان تکنیک‌های آموختنی یا راهبردهای موقعیتی برای حل تعارض.

مقوله‌های فرعی خودآگاهی و پذیرش سهم خود، همدلی و درک شرایط همسر، بیان محترمانه و سازنده، گوش‌دهی، نگاه واقع‌بینانه به همسر و رابطه، دلجویی و جبران و گفتگو محوریتی همگی در یک هسته معنایی مشترک قرار داشتند: تقدم فهم، تأمل و کنترل واکنش‌های خودمحورانه در تعامل با همسر. در روایت مشارکت‌کنندگان، این رفتارها نه به‌عنوان مهارت‌های ارتباطی صرف، بلکه به‌عنوان تجلی یک نگرش پایدار و متعهدانه نسبت به رابطه مطرح شدند که هدف آن حفظ حرمت رابطه، پیشگیری از آسیب و حرکت به سوی اصلاح و رشد رابطه بود. بنابراین مقوله‌های فرعی ذکر شده، در قالب فضیلتی واحد تحت عنوان «خردمندی ارتباطی» قرار گرفتند.

آقا ۳۰ ساله (مشارکت‌کننده ۱۶): صحبت کردن در رابطه زناشویی خیلی مهمه یعنی اینکه بتونن احساسات همدیگه رو درک کنند با صحبت، این خیلی مهمه. من سعی کردم این کار رو بکنم.
خانم ۳۸ ساله (مشارکت‌کننده ۶): همین که همسر من میاد در موردش صحبت می‌کنه، مثلاً به توضیحی درباره رفتار من می‌ده خیلی آروم می‌کنه.

آقا ۳۸ ساله (مشارکت‌کننده ۱۸): اتفاقی که توی زندگی زناشویی می‌افته، این هست که بالاخره تنش ممکنه وجود داشته باشه، چالش و تفاوت نگاه و دیدم ممکنه وجود داشته باشه.

۳- وفاداری و تعهد راسخ

وفاداری و تعهد راسخ در پژوهش حاضر به معنای نوعی پایبندی درونی و پایدار به همسر و رابطه زناشویی تعریف شد که فراتر از الزام‌های قانونی یا عرفی عمل می‌کند. در واقع، وفاداری صرفاً اجتناب از خیانت یا انجام

وظایف متعارف نیست، بلکه بیانگر جهت‌گیری اخلاقی عمیق نسبت به حفظ، صیانت و استمرار رابطه است. این مقوله چیزی فراتر از تعهد بیرونی یا قراردادی بوده و می‌توان آن را بخشی از باور درونی و هویت فرد به‌عنوان همسر توصیف کرد. به‌گونه‌ای که پابندی به رابطه حتی در شرایط دشوار نیز استمرار یافته و مبتنی بر انتخاب آگاهانه و مسئولانه فرد است.

مسئولیت‌پذیری، صداقت، پابندی عاطفی و اخلاقی، شفافیت و اعتمادسازی، مرزگذاری و حفظ حریم رابطه، اولویت دادن به رابطه، تلاش برای رشد خود و رابطه و آینده‌نگری، واجد هسته معنایی مشترکی بودند که بر وظیفه‌شناسی، اولویت‌بخشی و ترجیح رابطه بر تمایلات آنی یا منافع فردی تأکید داشتند. در روایت مشارکت‌کنندگان، این مؤلفه‌ها به‌عنوان جلوه‌های مختلف یک تعهد درونی و ارزش‌محور نسبت به رابطه بیان شدند. بدین ترتیب، این مفاهیم به‌عنوان اجزای تشکیل‌دهنده یک منش وفادارانه و متعهدانه در قالب «وفاداری و تعهد راسخ» دسته‌بندی شدند.

خانم ۲۶ ساله (مشارکت‌کننده ۱): مهم‌ترین و باارزش‌ترین چیزی که هست این‌ه که همسر من می‌تونست واقعیت رو بهم نگه ولی گفت. کلاً همیشه سعی میکنه راستش رو بگه.

آقا ۴۵ ساله (مشارکت‌کننده ۱۹): حالا دارم سعی می‌کنم رفتارهای اشتباهم رو درستش کنم، چون می‌دونم این چیز خوبی نیست. کلاً دوست دارم خودمو اصلاح کنم تا رابطه بهتر بشه.

خانم ۴۲ ساله (مشارکت‌کننده ۷): همسر من خیلی اهل کار و تلاشه، خیلی برای زندگیمون زحمت می‌کشه.

۴- احترام و تکریم

احترام و تکریم، شش مقوله فرعی احترام به خانواده همسر، کمک و حمایت از خانواده همسر، احترام به خواسته همسر، احترام کلامی به همسر، تحسین و قدردانی و مشورت و اعتماد به توانمندی همسر را شامل می‌شود. این مقوله به معنای اهمیت دادن به شأن و جایگاه همسر و خانواده او بوده که در آن، فرد همسرش را واجد منزلت ذاتی دانسته و در تعاملات خود به‌گونه‌ای عمل می‌کند که حرمت، شخصیت و احساس ارزشمندی او حفظ شود. در این معنا، احترام صرفاً رعایت آداب کلامی یا رفتار مؤدبانه نیست، بلکه بیانگر یک جهت‌گیری اخلاقی درونی نسبت به کرامت انسانی همسر است. این مقوله زمانی به‌عنوان فضیلت شناسایی شد که مشارکت‌کنندگان احترام را بخشی باثبات از منش و باور شخصی، درباره نحوه بودن در رابطه با همسر

توصیف کردند، نه صرفاً رفتاری ناشی از فشار فرهنگی، ترس از پیامدها یا مهارت ارتباطی. مقوله‌های فرعی مذکور، جلوه‌های مختلف یک نگرش کرامت‌محور هستند که هدف آن به رسمیت شناختن ارزش، منزلت و شایستگی همسر، حفظ عزت نفس او و جلوگیری از تحقیر یا نادیده‌انگاری بود. از این رو، این منش تکریم‌کننده، در قالب «احترام و تکریم» نام‌گذاری شد.

خانم ۳۰ ساله (مشارکت‌کننده ۹): همسرم خیلی برآش مهمه که تحت هیچ شرایطی به من توهین نکنه و همیشه با احترام با من حرف می‌زنه.

آقا ۳۳ ساله (مشارکت‌کننده ۱۵): وقتی خانواده همسرم کاری می‌خوان کنند، به فکر خانواده همسرم هستم و کمکشون می‌کنم.

خانم ۴۲ ساله (مشارکت‌کننده ۷): همسرم همیشه از دست پختم تعریف می‌کنه، حتی در حضور مادرش هم می‌گه که خانم من دست و پختش از شما بهتره

فضایل تنظیم‌گر درونی

«فضایل تنظیم‌گر درونی» به عنوان مجموعه‌ای از ویژگی‌های شخصیتی و ارزش‌محور، پیش از آن که در سطح تعامل آشکار شوند، در ساحت درونی فرد ریشه دارند و نقش تنظیم‌کننده هیجان‌ها، نگرش‌ها و تصمیم‌های او در زندگی زناشویی را ایفا می‌کنند. این مضمون شامل سازگاری هوشمندانه، ملایمت و ثبات عاطفی، تدبیر زناشویی و آرامش حاصل از معنویت است؛ مؤلفه‌هایی که هر یک به نحوی ظرفیت فرد را برای مواجهه بالغانه، سنجیده و متعادل با موقعیت‌های رابطه زوجی افزایش می‌دهند. در این چارچوب، کنش فرد صرفاً واکنشی به رفتار همسر نیست، بلکه ریشه در یک ساختار درونی تثبیت‌شده دارد که تعیین‌کننده کیفیت حضور و شیوه بودن او در رابطه زناشویی است.

۵- سازگاری هوشمندانه

این مقوله به معنای توانمندی درونی و آگاهانه فرد در تنظیم نگرش‌ها، انتظارات و واکنش‌های خود در مواجهه با واقعیت‌های رابطه زناشویی تعریف شد. در این معنا، سازگاری نه به عنوان انفعال یا تسلیم، بلکه به مثابه انطباقی سنجیده و مسئولانه برای حفظ تعادل روانی و پایداری رابطه در نظر گرفته شد. مشارکت‌کنندگان این سازگاری را حاصل یک بلوغ شخصیتی تثبیت‌شده توصیف کردند که طی آن، فرد با تعدیل انتظارات و اتخاذ نگرشی سنجیده و پذیرنده، با ناکامی‌ها و خطاهای همسر مواجه می‌شود. مرد فضیلت‌مند، سازگاری را

به شکل رفتاری تحمیلی، اجتنابی یا ناشی از ناتوانی در تغییر شرایط تجربه نمی‌کند، بلکه به‌عنوان بخشی از نحوه بودن خود در مواجهه با محدودیت‌ها و دشواری‌های رابطه دانسته که ریشه در انگیزش درونی و پذیرش مسئولیت فردی دارد.

شش مقوله فرعی انعطاف‌پذیری در استانداردها، انعطاف‌پذیری در نقش، پذیرش تفاوت‌های غیرقابل تغییر، کنارآمدن با شرایط دشوار، گذشت و بخشش زناشویی و تلاش برای تغییر خود، این مقوله اصلی را تشکیل داده‌اند. هسته معنایی مشترک این مقوله‌ها، تقدم اصلاح و تنظیم خویش بر تلاش برای کنترل یا تغییر همسر است. در واقع این مفاهیم نشان‌دهنده نوعی بلوغ روانی و خودتنظیمی هستند که به فرد امکان می‌دهد بدون نفی خود یا انکار واقعیت، رابطه را در چارچوبی واقع‌بینانه و منعطف حفظ کند. بنابراین این شش مقوله فرعی به‌عنوان جلوه‌های مختلف یک فضیلت درونی، تحت عنوان «سازگاری هوشمندانه» سازمان‌دهی شدند.

خانم ۳۶ ساله (مشارکت‌کننده ۴): وقتی توی سفر حالا بالاخره مشکلاتی هست، بالا پایین‌هایی هست، ولی همسرم خودش رو وفق میده.

خانم ۳۰ ساله (مشارکت‌کننده ۹): همسرم هیچوقت من رو مجبور نمی‌کرد که باهاش بیدار بشم و صبحانه بخورم و پذیرفته که من مثل اون نیستم.

خانم ۳۹ ساله (مشارکت‌کننده ۸): شوهرم خیلی وقت‌ها خودش توی کارهای من کمک می‌کنه، مثلاً غذا می‌پزه یا خودش یه جوری تهیه می‌کنه، گرم می‌کنه.

۶- ملایمت و ثبات عاطفی

این فضیلت به معنای برخورداری از خلق متعادل، ظرفیت خودمهارگری هیجانی و جهت‌گیری شاد و مهربانانه در تعامل با همسر و خانواده است. در این معنا، ملایمت صرفاً به رفتارهای محبت‌آمیز لحظه‌ای یا خوش‌خلقی موقعیتی اشاره ندارد، بلکه بیانگر کیفیتی نسبتاً پایدار در ساختار هیجانی فرد است که به او امکان می‌دهد در شرایط فشار، تعارض یا ناکامی، واکنشی سنجیده، خویش‌دارانه و غیرآسیب‌زا نشان دهد. صحبت‌های مشارکت‌کنندگان زمانی به‌عنوان این فضیلت شناسایی شد که آن را به‌عنوان بخشی از منش عاطفی خود، جریانی مستمر در فضای خانواده و مبتنی بر انگیزش درونی برای حفظ آرامش و امنیت عاطفی رابطه معرفی

کردند. خویشتنداری و مدیریت هیجان، مهربانی و محبت، خوش خلقی، شادی آفرینی در خانواده و تعامل مثبت با فرزندان، این مقوله اصلی را شکل داده‌اند.

آقا ۳۸ ساله (مشارکت‌کننده ۱۸): ممکنه که همسرم حتی حرفی بزنه در مورد خانواده‌ام که انتظارش را نداشته باشم، ولی می‌شنوم و اون لحظه من واکنش نشون نمیدم.

آقا ۴۱ ساله (مشارکت‌کننده ۱۱): حتی این را می‌دونه که من بهم خوش نمی‌گذره یا ایده‌آلم نیست، اما میام، بد اخلاقی نمی‌کنم.

خانم ۳۶ ساله: (مشارکت‌کننده ۴): همسرم خیلی خوش‌انرژی و دوست داره با بچه‌ها سرگرم باشه، خیلی اهل بگو بخنده.

7- تدبیر زناشویی

تدبیر زناشویی در پژوهش حاضر به معنای رویکردی سنجیده و آینده‌نگر در مدیریت زندگی مشترک تعریف شد که در آن فرد با درک اولویت‌های اساسی رابطه، تصمیم‌ها و رفتارهای خود را به گونه‌ای تنظیم می‌کند که در خدمت حفظ و ارتقای پیوند زناشویی باشد. در این چارچوب، تدبیر صرفاً به معنای احتیاط یا ملاحظه‌کاری نیست، بلکه بیانگر نوعی بلوغ شناختی در مواجهه با مسائل زندگی مشترک است؛ بلوغی که به فرد امکان می‌دهد میان مسائل اصلی و حاشیه‌ای تمایز قائل شده، از واکنش‌های عجولانه پرهیز کند و در موقعیت‌های حساس، موضعی آگاهانه و مسئولانه اتخاذ نماید. چهار مقوله فرعی تشخیص اولویت‌ها، تصمیم‌گیری و رفتار آگاهانه، مدیریت حواشی تهدیدکننده و قاطعیت فکورانه واجد هسته معنایی مشترکی بودند که بر هدایت سنجیده رابطه و صیانت هوشمندانه از آن تأکید داشته و به عنوان تجلی‌های رفتاری یک منش هدایت‌گر در قالب «تدبیر زناشویی» دسته‌بندی شدند.

خانم ۴۱ ساله (مشارکت‌کننده ۱۰): همسرم اجازه نمی‌داد مشکلات مالی بستگان و اطرافیان وارد زندگی ما بشه و برای ما چالش ایجاد کنه.

آقا ۳۳ ساله (مشارکت‌کننده ۱۵): یک جاهایی که می‌بینم همسرم داره لوس می‌شه و یک چیزایی داره ضربه زننده می‌شه، محکم می‌ایستم.

آقا ۴۲ ساله (مشارکت‌کننده ۱۴): وقتی می‌خوام ماشین بخرم از شرکت‌های فروشنده کاتالوگ‌ها رو می‌گیرم و از کارشناس فنی استعلامات رو می‌گیرم و بعد تصمیم می‌گیرم. کلاً همیشه سعی می‌کنم همه جوانب رو در نظر بگیرم و بعد تصمیم بگیرم یا حالا رفتاری نشون بدم.

۸- آرامش حاصل از معنویت

آرامش حاصل از معنویت در پژوهش حاضر به معنای برخورداری از یک گرایش عمیق، پایدار و درونی به ارزش‌های معنوی تعریف شد که فراتر از انجام صرف مناسک دینی یا داشتن باورهای شعارگونه عمل می‌کند. معنویت در زندگی مردان دارای این فضیلت، یک رفتار مقطعی یا تکلیف بیرونی نیست، بلکه بخشی از منش و نظام ارزشی درونی آنان بوده که در تمامی ابعاد زندگی - از نگرش به همسر و آینده مشترک تا شیوه مواجهه با کمبودها و مقایسه‌های اجتماعی - حضور دارد. پایبندی به ارزش‌های دینی، تمرکز بر ارزش‌های غیرمادی، تصویر مثبت از همسر و آینده زندگی مشترک، رضایت از داشته‌ها و عدم رقابت با دیگران، به‌عنوان مقوله‌های فرعی، بر نوعی آرامش درونی ریشه‌دار و ثبات‌بخش دلالت داشته و به‌عنوان بازتاب‌های یک هویت معنوی آرامش‌آفرین، در قالب «آرامش حاصل از معنویت» سازمان‌دهی شدند.

خانم ۲۶ ساله (مشارکت‌کننده ۱): نمی‌جنگه که بخواد به همسایه بغلیمون برسه. تلاشش رو می‌کنه ولی با اطرافیانمون رقابت نداره.

آقا ۳۸ ساله (مشارکت‌کننده ۱۸): اگر الان دچار چالش یا مشکلی شدیم یا حالا نگرانی‌ای به وجود اومده، یک ماه دیگه قطعاً نخواهد بود، یک سال دیگه نخواهد بود.

آقا ۴۵ ساله (مشارکت‌کننده ۱۹): کلاً اعتقادات مذهبی من و باور به این‌که مال دنیا بی‌ارزشه خیلی روی زندگی زناشویی تاثیر مثبت داشته.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر، واکاوی عمیق ادراکات ذهنی افراد در مورد فضیلت‌های زناشویی مردان و کشف ابعاد گوناگون آن بوده‌است. یافته‌ها نشان داد که فضیلت‌های زناشویی مردان، چیزی بیش از مجموعه رفتارهای پراکنده و مهارت‌هایی اکتسابی برای مدیریت تعارض بوده و بیانگر نوعی منش پایدار و هویت‌مدار در رابطه

هستند. در تجربه زیسته مشارکت‌کنندگان، مرد فضیلت‌مند کسی است که رابطه را صرفاً اداره نمی‌کند، بلکه آن را زیست می‌کند؛ حضوری فعال، اخلاق‌محور و معنادار در زندگی مشترک دارد و کیفیت بودن او در رابطه، بیش از تکنیک‌های رفتاری‌اش تعیین‌کننده است. فضایل زناشویی مردان در قالب دو مضمون کلان «فضایل تنظیم‌گر درونی» و «فضایل پاسخ‌گو به رابطه» صورت‌بندی گردید. این دو گانه، بازتاب‌دهنده تمایز بنیادین در سنت فلسفه اخلاق میان «فضایل مربوط به خود» و «فضایل مربوط به دیگران» است. فضایل تنظیم‌گر درونی به آن دسته از ویژگی‌ها اشاره دارد که ناظر بر فرایندهای درون‌فردی همچون تنظیم هیجان، قضاوت اخلاقی، معنابخشی به تجربه‌های زناشویی و مدیریت درونی موقعیت‌های تنش‌زا بوده و زمینه‌ساز آمادگی روانی و اخلاقی فرد برای مواجهه سالم با چالش‌های زندگی مشترک است. فضایل پاسخ‌گو به رابطه به آن دسته از فضایل اطلاق می‌شود که در بستر تعامل مستقیم با همسر معنا می‌یابند و ناظر بر نحوه پاسخ‌گویی فرد به نیازها، انتظارات و الزامات رابطه زناشویی‌اند. در واقع فضایل زناشویی مردان نه تنها در لایه‌های عمیق درون‌فردی، بلکه در سطح رفتارهای بین‌فردی نیز ریشه دارند و شکل‌گیری رابطه‌ای باکیفیت، مستلزم هم‌زمانی و تعامل این دو سطح اخلاقی است.

در سطح پاسخ‌گویی به رابطه، مرد فضیلت‌مند خود را در قبال رشد، امنیت و بالندگی همسر مسئول می‌داند. این مسئولیت، صرفاً ایفای نقش‌های متعارف یا انجام وظایف قراردادی نیست، بلکه ریشه در نگرشی دارد که در آن ازدواج عرصه‌ای برای رشد متقابل و مراقبت آگاهانه تلقی می‌شود. مراقبت در این چارچوب، چیزی بیش از تأمین مالی بوده و شامل حضور عاطفی، وقت‌گذشتن، حمایت در موقعیت‌های آسیب‌زا و ایستادن در کنار همسر در برابر فشارهای بیرونی است. آنچه این رفتارها را از سطح «کارکرد» به سطح «فضیلت» ارتقا می‌دهد، انگیزش درونی برای خیررسانی به رابطه و ترجیح منافع پیوند زناشویی بر تمایلات آنی یا خودمحورانه است. به‌طور مثال مرد فضیلت‌مند، پیشرفت همسر را تهدیدی برای جایگاه خود نمی‌بیند، بلکه آن را بخشی از شکوفایی مشترک می‌داند. موسوی و دهشیری (۱۳۹۸) سخاوت را به‌عنوان شاخصی مبتنی بر دیگرمحوری از خرده‌مقیاس‌های پرسشنامه فضیلت‌های زناشویی معرفی کردند. همچنین یافته‌های این بخش با فضیلت «انسانیت»^۱ در مدل شش گانه فضایل پترسون و سلیگمن (۲۰۰۴) همسو است.

1. Humanity

در همین راستا، کیفیت ارتباط او نیز بر پایه خردمندی استوار است. خردمندی ارتباطی در این پژوهش نه به معنای تسلط بر مهارت گفت‌وگو، بلکه بیانگر رویکردی مسئولانه، خودآگاه و اخلاق‌مدار به تعامل زناشویی است. چنین مردی در مواجهه با تعارض، به جای تمرکز بر پیروزی در بحث یا اثبات حقانیت خویش، سلامت رابطه را در اولویت قرار می‌دهد. او سهم خود را در شکل‌گیری مسئله می‌بیند، از موضع دفاعی فاصله گرفته، و با نگاهی همدلانه به تجربه همسر می‌نگرد. گفت‌وگو برای او ابزار سلطه یا قانع‌سازی نیست، بلکه مسیری برای فهم متقابل و ترمیم پیوند است. مرد فضیلت‌مند، عذرخواهی، جبران و تلاش برای بازسازی رابطه را نشانه ضعف ندانسته، بلکه جلوه‌ای از تعهد عمیق به تداوم رابطه می‌داند. یافته‌های این بخش با مفهوم «خرد عملی»^۱ ارسطو قرابت دارد. این مفهوم به صورت ظرفیت درست اندیشیدن درباره آنچه برای یک زندگی خوب لازم است تعریف می‌شود و در تعاملات زناشویی، به معنای توانایی تشخیص در موقعیت‌های عینی و منحصربه‌فرد است. مردان دارای فضیلت خردمندی ارتباطی نیز در تعاملات زناشویی، با در نظر گرفتن خیر رابطه، گفت‌وگو، همدلی و ترمیم رابطه را انتخاب می‌کنند. همچنین این یافته‌ها با فضایل «خرد»^۲ و «انسانیت» در مدل پترسون و سلیگمن (۲۰۰۴) همخوانی دارد؛ چراکه ویژگی‌هایی مانند گوش‌دادن، درک همسر و بیان محترمانه را بخشی از منش پایدار فرد می‌دانند. در سنت اسلامی نیز این نتایج با مفهوم معاشرت به معروف و تأکید بر مودت، رحمت و گفتار نیکو در روابط زناشویی قابل تبیین است.

بعد دیگری از فضیلت‌مندی، تعهد و پایبندی درونی به رابطه است. وفاداری در تجربه زیسته مشارکت‌کنندگان، صرفاً به معنای نبود خیانت نیست، بلکه شامل صداقت، شفافیت، مرزبندی روشن، اولویت‌دادن به پیوند زناشویی و نگاه آینده‌محور به زندگی مشترک است. مرد فضیلت‌مند، رابطه را پروژه‌ای موقتی یا مشروط به شرایط مطلوب ندیده و آن را انتخابی آگاهانه و مستمر می‌داند که نیازمند مراقبت و سرمایه‌گذاری اخلاقی است. او در تصمیم‌های روزمره، سلامت بلندمدت خانواده را بر منافع کوتاه‌مدت ترجیح می‌دهد و برای رشد شخصی خود نیز تلاش می‌کند، زیرا بهبود خویش را بخشی از مسئولیتش در قبال رابطه می‌داند. این مقوله با مفهوم تعهد اخلاقی^۳ در نظریه تعهد^۴ مایکل جانسون^۵ همخوانی دارد که تعهد را التزام اخلاقی درونی به حفظ رابطه شامل پایبندی به ارزش‌های اخلاقی، احساس وظیفه نسبت به همسر و ازدواج و وفاداری حتی در نبود نظارت بیرونی می‌داند (جانسون، ۱۹۹۹). یافته‌های این بخش با نتایج پژوهش کرمی، تبیک و هراتیان (۱۴۰۲) که صداقت و وظیفه‌شناسی را از پیش‌بینی‌کننده‌های فضایل زناشویی و موسوی و دهشیری (۱۳۹۸)

1. Phronesis

2. Wisdom

3. Moral Commitment

4. Commitment Theory

5. Michael P. Johnson

که حریم‌داشت را یکی از ابعاد اصلی فضیلت‌های زناشویی معرفی کردند، همخوان است. همچنین استنلی^۱ و همکاران (۲۰۰۶) نشان دادند تعهد اخلاقی قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده ثبات ازدواج در بلندمدت است و نقش محافظتی در برابر تعارضات دارد.

در کنار تعهد، احترام نیز به‌عنوان بُعدی عمیق از فضیلت زناشویی مردان جلوه‌گر می‌شود. احترام در این پژوهش، معادل رفتارهای سطحی یا صرفاً کلامی نبوده، بلکه در برگرفته نگرشی است که در نحوه سخن گفتن، مشورت کردن، به رسمیت شناختن خواسته‌های همسر، قدردانی از توانمندی‌های او و حتی در شیوه مواجهه با خانواده همسر نمود می‌یابد. مرد فضیلت‌مند، همسر را موضوع مالکیت یا تبعیت نمی‌داند، بلکه او را شریکی هم‌ارزش در مسیر زندگی می‌بیند. این نگاه برابر، احساس دیده‌شدن، ارزشمندی و امنیت روانی را در همسر تقویت کرده و بنیانی برای صمیمیت پایدار فراهم می‌آورد. فاست و همکاران (۲۰۱۳) تحسین را به عنوان یکی از خرده‌مقیاس‌های فضیلت زناشویی معرفی کرده و طبق نظر فاووز (۲۰۰۰) تحسین به معنای شناسایی صفات خوب یکدیگر و تایید آنهاست. همچنین هاشمی‌گل‌مهر و همکاران (۱۳۹۹)، موسوی (۱۳۹۷) و خلف مغرب (۲۰۱۹) مواردی مانند قدردانی، احترام منقابل، تصمیم‌گیری مشترک، احترام به خواسته‌ها و استقلال همسر و احترام به خانواده همسر را از مولفه‌های ازدواج موفق معرفی کردند.

آنچه این ابعاد پاسخ‌گو به رابطه را پایدار و اصیل می‌سازد، بنیان‌های درونی و تنظیم‌گر مرد فضیلت‌مند است. او صرفاً در واکنش به رفتار همسر عمل نمی‌کند، بلکه از ساختاری درونی و تثبیت‌شده بهره می‌برد که نحوه حضورش در رابطه را شکل می‌دهد. یکی از مهم‌ترین جلوه‌های این ساختار درونی، سازگاری هوشمندانه است. سازگاری را نباید با انفعال یا چشم‌پوشی از نیازهای شخصی اشتباه گرفت. سازگاری در پژوهش حاضر بیانگر انعطاف آگاهانه در استانداردها، نقش‌ها و انتظارات در جهت حفظ سلامت رابطه است. مرد فضیلت‌مند می‌داند که همه تفاوت‌ها قابل تغییر نیستند و تلاش برای تغییر ساختارهای پایدار شخصیتی یا زیستی همسر می‌تواند فرساینده باشد. از این رو، با پذیرش تفاوت‌های غیرقابل تغییر و تمرکز بر اصلاح نگرش‌ها و واکنش‌های خود، از چرخه‌های تعارض مزمن پیشگیری می‌کند. همچنین در مواجهه با شرایط دشوار زندگی - از فشارهای اقتصادی گرفته تا بحران‌های پیش‌بینی‌نشده - او رابطه را محل تخلیه تنش‌ها قرار نمی‌دهد، بلکه می‌کوشد منبع ثبات و اتکا باشد. گذشت و بخشش در این چارچوب با هدف انکار آسیب‌ها نبوده، بلکه انتخابی آگاهانه برای رهاشدن از کینه و جلوگیری از انباشت دلخوری‌های حل‌نشده است. این نوع بخشش، حاصل نگرشی بلندمدت به رابطه و ترجیح تداوم پیوند زناشویی بر ارضای هیجانات لحظه‌ای است. یافته‌های این بخش با

1. Stanley & et al

پژوهش‌های فاست و همکاران (۲۰۱۳) و موسوی و دهشیری (۱۳۹۸) که به ترتیب بخشش و بردباری را به عنوان یکی از خرده‌مقیاس‌های فضیلت‌های زناشویی معرفی کرده‌اند، همخوان است. فرخی و اسلام‌زاده (۱۳۹۹) نیز پذیرش تفاوت‌ها، عدم اصرار به تغییر یکدیگر و تلاش برای اصلاح خود را از مولفه‌های ارتقای صمیمیت زوجین گزارش کردند.

ثبات عاطفی و ملایمت نیز بُعد دیگری از تنظیم درونی مرد فضیلت‌مند را نشان می‌دهد. او در شرایط فشار، خشم یا خستگی، تلاش می‌کند واکنش‌هایی سنجیده و متعادل نشان دهد. خویشتنداری او به معنای توانایی مدیریت هیجانات در راستای حفظ امنیت عاطفی خانواده است. مهربانی، خوش‌خلقی، شوخ‌طبعی و خلق لحظات شاد، جلوه‌هایی از تعهد او به گرم نگه‌داشتن فضای رابطه بوده و حضور او برای همسر و فرزندان قابل پیش‌بینی و امن است؛ حضوری که اضطراب نمی‌آفریند، بلکه آرامش را منتقل می‌کند. نتایج این بخش با مدل شش‌گانه فضایل پترسون و سلیگمن (۲۰۰۴) همسو است، به‌طوری‌که آن‌ها به ویژگی‌های شخصیتی شوخ‌طبعی، سرزندگی، شور و انرژی به‌عنوان زیرمجموعه‌های فضایل «شجاعت»^۱ و «تعالی»^۲ اشاره کرده‌اند. همچنین فردریکسون^۳ (۲۰۰۱) در نظریه گسترش و ساخت هیجانات مثبت بیان می‌کند هیجانات مثبتی مانند محبت، آرامش، شوخ‌طبعی و خلق مثبت، ظرفیت روانی و رابطه‌ای زوجین را گسترش داده و به ایجاد پیوند پایدار کمک می‌کند. در اخلاق ارسطو نیز فضیلت با «اعتدال هیجانی» پیوند دارد، یعنی فرد فضیلت‌مند نه دچار افراط هیجانی می‌شود و نه بی‌احساس است، بلکه واکنشی متناسب و سنجیده نشان می‌دهد.

تدبیر زناشویی نیز در این الگوی مفهومی، نشان‌دهنده توانایی تشخیص اولویت‌ها، تصمیم‌گیری آگاهانه و مدیریت حواشی تهدیدکننده است. مرد فضیلت‌مند اجازه نمی‌دهد فشارهای بیرونی، به‌ویژه مداخلات اطرافیان یا تعارضات خویشاوندی، به هسته عاطفی رابطه نفوذ کند. قاطعیت او، برخاسته از عقلانیت و تمرکز بر منافع رابطه بوده و درون‌مایه‌ی سلطه‌گرایانه و هیجانی ندارد. چنین تدبیری، ثبات ساختاری زندگی مشترک را تقویت کرده و از فرسایش تدریجی پیوند زناشویی جلوگیری می‌کند. در میان یافته‌های همسو، پترسون و سلیگمن (۲۰۰۴)، تفکر همه‌جانبه درباره مسائل را از ویژگی‌های افراد دارای فضیلت «خرد» و تنظیم و کنترل اعمال خود را از ویژگی‌های افراد دارای فضیلت «اعتدال»^۴ معرفی کرده‌اند. موسوی و دهشیری (۱۳۹۸) نیز «تدبیر» را به‌عنوان یکی از خرده‌مقیاس‌های پرسشنامه فضیلت‌های زناشویی شناسایی کرده‌اند.

1. Courage
2. Transcendence
3. Fredrickson
4. Temperance

در نهایت، معنویت به عنوان لایه‌ای عمیق از این ساختار درونی، به زندگی مشترک معنایی فراتر از کارکردهای روزمره می‌بخشد. مردان فضیلت‌مند معنویت را به انجام ظاهری مناسک یا تکرار شعارهای دینی محدود نمی‌کنند، بلکه آن را گرایشی پایدار و درونی می‌دانند که در همه ابعاد زندگی جاری است. پایبندی به ارزش‌های دینی و اخلاقی، تمرکز بر ارزش‌های غیرمادی، رضایت از داشته‌ها و پرهیز از رقابت‌های فرساینده اجتماعی، به آنان کمک می‌کند تا در مواجهه با دشواری‌ها، از منبعی درونی برای آرامش و ثبات بهره‌مند شوند. این آرامش درونی، به رابطه نیز منتقل شده و از آن در برابر تلاطم‌های بیرونی محافظت می‌کند. نگاه مثبت و امیدوارانه به همسر و آینده زندگی مشترک، بدبینی و ناامیدی مزمن را کاهش داده و افقی معنادار برای تداوم رابطه ترسیم می‌کند. یافته‌های مربوط به این بخش با اصول بنیادین معنادرمانی ویکتور فرانکل 'همسویی عمیقی دارد؛ به‌ویژه در این ایده محوری که انسان می‌تواند حتی در مواجهه با رنج‌ها، محدودیت‌ها و ناکامی‌های اجتناب‌ناپذیر زندگی، از طریق معنا بخشی آگاهانه، به احساس آرامش و انسجام درونی دست یابد (پروچاسکا و نورکراس، ۲۰۱۴؛ سیدمحمدی، ۱۳۹۵). علاوه بر این، در مدل شش‌گانه فضایل پترسون و سلینگمن (۲۰۰۴) نیز به معنویت به عنوان یکی از زیرمجموعه‌های فضیلت «تعالی» اشاره شده است. ایمانی‌ا قدم و گنجی (۱۴۰۱) و فرخی و اسلام‌زاده (۱۳۹۹) نیز معنویت و عدم مقایسه و عدم تقلید از دیگران را در یافته‌های خود گزارش کرده‌اند.

محدودیت پژوهش حاضر، تمرکز بر مشارکت‌کنندگان ساکن شهرهای بزرگ و عمدتاً دارای تحصیلات دانشگاهی بوده و تجارب زیسته مردان در بافت‌های روستایی، قومیتی و با سطح تحصیلات پایین‌تر را پوشش نداده است. پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آتی به صورت زوجی و با مشارکت هم‌زمان مردان و زنان طراحی شود تا امکان فهم دیالکتیکی فضیلت‌های زناشویی و شناسایی شکاف میان فضیلت‌های ادراک‌شده توسط خود فرد و فضیلت‌های دریافت‌شده توسط همسر فراهم آید. همچنین انجام پژوهش‌های طولی برای شناسایی سیر تحول فضیلت‌های زناشویی در مراحل مختلف زندگی مشترک (پیش از ازدواج، سال‌های اولیه، میانسالی و سالمندی) پیشنهاد می‌شود. لازم به ذکر است یافته‌های این پژوهش می‌تواند مبنایی برای طراحی برنامه‌های آموزش پیش از ازدواج، کارگاه‌های غنی‌سازی زناشویی و بسته‌های مشاوره زوجی قرار گیرد.

1. Viktor E. Frankl

ملاحظات اخلاقی: شامل آگاه‌سازی کامل مشارکت‌کنندگان از اهداف و فرآیند پژوهش، اخذ رضایت آگاهانه از آنان، کسب اجازه برای ضبط صدا در طول مصاحبه، پایبندی به اصل رازداری و محرمانگی و استفاده از اسم مستعار، امکان انصراف از مشارکت در پژوهش و احترام به حریم خصوصی مشارکت‌کنندگان. لازم به ذکر است پژوهش حاضر با شناسه اخلاق IR.UI.REC.۱۴۰۲.۱۶۵ در دانشگاه اصفهان به ثبت رسیده است.

سهم نویسندگان: این مقاله مستخرج از رساله دکتری نویسنده اول است. نویسنده مسئول، بر کلیه مراحل اجرای پژوهش نظارت داشته و مسئول تدوین و نگارش مقاله است. نویسنده سوم و چهارم نیز به‌عنوان مشاور در انجام پژوهش مشارکت داشته‌اند.

حمایت مالی: نویسندگان اعلام می‌دارند هیچ‌گونه حمایت مالی برای انجام پژوهش حاضر دریافت نکرده‌اند.

تعارض منافع: یافته‌های این پژوهش هیچ‌گونه تضادی با منافع شخصی یا سازمانی ندارد.

قدردانی: نویسندگان از همکاری مشارکت‌کنندگان در این پژوهش، تشکر و قدردانی می‌نمایند.

منابع

- ارسطو. ارسطو «اخلاق نیکوماخوس». ترجمه محمدحسن لطفی (۱۳۷۸)، انتشارات طرح نو.
- ایمانی‌ا قدم، آنا؛ و گنجی، لیلا. (۱۴۰۱). بررسی فضیلت‌های زناشویی، معنا در زندگی و تجربیات روزمره معنویت در پیش‌بینی بهزیستی روانشناختی در زنان متأهل شهر تهران. هشتمین همایش علمی پژوهشی توسعه و ترویج علوم تربیتی و روانشناسی/ایران. <https://civilica.com/doc/۱۵۱۰۸۳۹>
- پروچاسکا، جیمز؛ و نورکراس، جان‌سی. (۲۰۱۴). نظریه‌های روان‌درمانی (تحلیل میان‌نظری). ترجمه یحیی سیدمحمدی (۱۳۹۵)، تهران: نشر روان.
- جهاندار، ابراهیم؛ و شریعتمداری، آسیه. (۱۴۰۳). بررسی فرایند به تعویق انداختن ازدواج جوانان: یک مطالعه پدیدارشناختی. پژوهش‌های مشاوره، ۲۳(۸۹): ۳۵-۴. ۱۰.۱۸۵۰۲/qjcr.v۲۳i۸۹.۱۵۷۸۷
- خجسته مهر، رضا؛ شیرمردی، سارا؛ و بشلیده، کیومرث. (۱۳۹۹). ویژگی‌های روان‌سنجی پروفایل فضیلت‌های زناشویی (MVP) در یک نمونه ایرانی. نشریه روانشناسی خانواده، ۷(۲): ۷۵-۸۸. ۱۰.۲۲۰۳۴/ijfp.۲۰۲۱.۲۴۷۲۷۹

- خجسته‌مهر، رضا؛ شیرمردی، سارا؛ امیدیان، مرتضی؛ و سودانی، منصور. (۱۴۰۲). اثربخشی برنامه غنی‌سازی زناشویی هیجان‌مدار در بهبود فضیلت‌های زناشویی زوجین. *پژوهش‌نامه روانشناسی مثبت*، ۹(۱): ۱-۲۶. ۱۰.۲۲۱۰۸/PPLS.۲۰۲۳.۱۳۵۳۰۹.۲۳۶۶
- فاتحی‌زاده، مریم؛ حیدری، فریبا؛ و جزایری، رضوان‌السادات. (۱۳۹۳). تدوین بسته آموزشی مهارت‌های زندگی زناشویی مبتنی بر تعالیم اهل‌بیت (علیهم‌السلام) و بررسی اثربخشی آن بر رضایت زناشویی زوجین اصفهان. *پژوهش‌نامه حکمت/اهل بیت*، ۱(۲): ۱۵-۳۰.
- فرخی، الهام؛ و اسلام‌زاده، بابک. (۱۳۹۹). بررسی مؤلفه‌های ارتقای صمیمیت زوجها: یک تحلیل کیفی. *پژوهش‌های مشاوره*، ۱۹(۷۶): ۱۷۲-۲۰۸.
- قرآن کریم.
- گورمن، آلن‌اس. (۲۰۱۰). راهنمای بالینی زوج‌درمانی. ترجمه رزیتا امانی، محمدرضا مجذوبی و صالح سپهری‌فر (۱۳۹۳)، همدان: نشر دانشگاه بوعلی‌سینا.
- گولدنبرگ، هربرت؛ و گولدنبرگ، آیرین. (۲۰۱۶). خانواده‌درمانی. ترجمه مهرداد فیروزبخت (۱۳۹۶)، تهران: نشر رسا.
- محمدی‌شیخ‌شبانی، سید سجاده؛ امان‌الهی، عباس؛ و شیرالی‌نیا، خدیجه. (۱۴۰۱). پیش‌بینی سازگاری زناشویی بر اساس قدردانی زناشویی و ادراک فروتنی در زنان متأهل شهر اهواز. *دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، ۳۳(۳): ۲۴۹-۲۶۰. ۱۰.۳۰۴۸۶/JSRP.۲۰۲۰.۱۸۷۴۱۹۵.۱۹۶۲
- موسوی، سیده فاطمه؛ و دهشیری، غلامرضا. (۱۳۹۸). فضیلت در رابطه زناشویی: ساخت و اعتباریابی مقیاس فضیلت‌های زناشویی. *علوم روانشناختی*، ۱۸(۷۳): ۸۹-۱۰۰.
- ۲۰.۱۰۰۱.۱.۱۷۳۵۷۴۶۲.۱۳۹۸.۱۸.۷۳.۵۰
- موسوی، سیده فاطمه. (۱۳۹۷). نقش مؤلفه‌های فضیلت زناشویی در پیش‌بینی شادکامی و رضایت زناشویی مردان و زنان متأهل شهر تهران. *مطالعات اجتماعی روان‌شناختی زنان*، ۱۶(۳): ۱۵۹-۱۷۹.
- ۱۰.۲۲۰۵۱/JWSPS.۲۰۱۹.۸۰۷۴.۱۷۰۶
- موسوی، سیده فاطمه. (۱۴۰۰). بهزیستی و دلزدگی در روابط همسران: نقش پیش‌بین فضیلت‌های اخلاقی در رابطه زوجی. *پژوهش‌های مشاوره*، ۲۰(۸۰): ۱۰۶-۱۲۸. ۱۰.۱۸۵۰۲/qjcr.۷۲۰۱۸۰۸۴۹۹
- یوسفی، ناصر. (۱۳۹۰). بررسی شاخص‌های روانسنجی مقیاس کیفیت زناشویی، فرم تجدید نظر شده (RDAS). *پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره*، ۱(۲): ۱۸۳-۲۰۰. 10.22067/IJAP.V1I2.9534
- Carroll, J. S., Badger, S., & Yang, C. (2006). The ability to negotiate or the ability to love? Evaluating the developmental domains of marital competence. *Journal of Family Issues*, 27(7), 1001-1032 . 10.1177/0192513X06287248

- Day, R. D., & Acock, A. (2013). Marital well-being and religiousness as mediated by relational virtue and equality. *Journal of Marriage and Family*, 75(1), 164-177. 10.1111/j.1741-3737.2012.01033.x
- Dixon, D. C. (2013). Christian spirituality and marital health: A phenomenological study of long-term marriages. Liberty University
- Fawcett, E. B., Fawcett, D., Hawkins, A. J., & Yorgason, J. B. (2013). Measuring virtues in marital education programs and marital therapy. *Contemporary Family Therapy*, 35, 516-529. 10.1007/s10591-012-9232-4
- Fowers, B. J. (2000). Beyond the myth of marital happiness: How embracing the virtues of loyalty, generosity, justice, and courage can strengthen your relationship. Jossey-Bass.
- Fowers, B. J. (2005). Virtue and psychology: Pursuing excellence in ordinary practices. *American Psychological Association*. 10.1037/11219-000
- Fowers, B. J., Carroll, J. S., Leonhardt, N. D., & Cokelet, B. (2021). The emerging science of virtue. *Perspectives on Psychological Science*, 16(1), 118-147. 10.1177/1745691620924473
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American psychologist*, 56(3), 218. 10.1037//0003-066x.56.3.218
- Hawkins, A. J., Blanchard, V. L., Fawcett, E. B., & Jenkins, J. (2007, May). Is marriage and relationship education effective? A comprehensive meta-analysis. In Poster presented at the annual conference of the Society for Prevention Research, Washington, DC.
- Johnson, M. P. (1999). Personal, moral, and structural commitment to relationships: Experiences of choice and constraint. In J. M. Adams & W. H. Jones (Eds.), *Handbook of interpersonal commitment and relationship stability* (pp.73–87). Kluwer Academic Publishers. 10.1007/978-1-4615-4773-0_4
- Khalaf-Moughabghab, S. (2019). Humility, gratitude, forgiveness, grace, trust, and marital satisfaction among Lebanese couples (Doctoral dissertation, Regent University).
- Novak, J. R., Smith, H. M., Larson, J. H., & Crane, D. R. (2018). Commitment, forgiveness, and relationship self-regulation: An actor partner interdependence model of relationship virtues and relationship effort in couple relationships. *Journal of marital and family therapy*, 44(2), 353-365. 10.1111/jmft.12258
- Nurhayati, S. R. (2016). Marital Flourishing, Virtue, and Better Life. In ASEANCONFERENCE, 2nd *Psychology & Humanity Psychology Forum*, UMM, February (pp. 19-20).
- Pareek, S., & Jain, G. (2018). What virtues make a marriage happy. *International Journal of Research and Analytical Reviews*, 5(3), 356-360.

- Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). Character strengths and virtues: A handbook and classification (Vol. 1). Oxford University Press.
- Sells, J. N., Ripley, J. S., Fraln, D., Urh, N., & Wray, K. (2021). The Effectiveness of a Virtue-Based Marital Curriculum to Enhance Intimate Partner Relationality. *Journal of Psychology and Christianity*, 40(4), 317-328.
- Stanley, S. M., Amato, P. R., Johnson, C. A., & Markman, H. J. (2006). Premarital education, marital quality, and marital stability: findings from a large, random household survey. *Journal of family psychology*, 20(1), 117.
- Stevens, N. A. (2005). How virtues and values affect marital intimacy. Brigham Young University.
- Veldorale-Brogan, A., Bradford, K., & Vail, A. (2010). Marital virtues and their relationship to individual functioning, communication, and relationship adjustment. *The journal of positive psychology*, 5(4), 281-293.
- Wallace Goddard, H., Olson, J. R., Galovan, A. M., Schramm, D. G., & Marshall, J. P. (2016). Qualities of character that predict marital well-being. *Family Relations*, 65(3), 424-438. 10.1111/fare.12195
- Wondimu, S., & Andualem, T. (2024). Marital Beliefs, Marital Virtues, and Neighborhood Cohesion as Predictors of Marital Satisfaction in Addis Ababa, Ethiopia: A Multilevel Analysis. *Innovation Journal of Social Sciences and Economic Review*, 6(1), 22-33.