

چکیده

پژوهش حاضر با هدف رابطه بخشودگی، شادکامی با سبک زندگی در زنان دارای تعارض زناشویی شهر رشت انجام شد. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زنان دارای تعارض شهر رشت مراجعه کننده به واحدهای مشاوره دادگاه های خانواده شهر رشت در سه ماهه تیر تا شهریور سال ۱۳۹۵ بودند که نمونه ی این پژوهش تعداد ۱۲۰ نفر، براساس نوع پژوهش و متغیرهای پیش بین بود که به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند و به پرسشنامه های سنجش بخشودگی بین فردی (۱۳۸۹)، پرسشنامه شادکامی آرگایل و لو (۱۹۸۹) پرسشنامه سبک زندگی میلر و اسمیت (۱۹۸۸) پاسخ دادند. داده های به دست آمده از طریق رگرسیون و همبستگی پیرسون و با نرم افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد بین بخشودگی، شادکامی با سبک زندگی زنان دارای تعارض شهر رشت رابطه معنادار وجود دارد و ارتباط مجدد، درک و فهم واقع بینانه و شادکامی به طور معکوس سبک زندگی زنان دارای تعارض پیش بینی می نماید. بین بخشودگی، با سبک زندگی زنان دارای تعارض شهر رشت رابطه معنادار وجود دارد ($P < 0/05$ ، $P < 0/01$). بین شادکامی با سبک زندگی زنان دارای تعارض شهر رشت رابطه معنادار وجود دارد ($P < 0/01$). با توجه به به نتایج پژوهش بخشودگی، شادکامی در زنان دارای تعارض زناشویی از اهمیت خاصی برخوردار بوده و باید برنامه هایی در جهت ارتقای بخشودگی و شادکامی آنان از سوی مشاوران و برنامه ریزان اتخاذ گردد.

کلید واژه ها : بخشودگی، شادکامی، سبک زندگی، تعارض زناشویی