



Print ISSN: 2251-6654
Online ISSN: 2588-3542



Journal of Family Counseling and Psychotherapy

Vol. 11, No. 1 (31), 2021

10.22034/FCP.2025.141688.2244

Examining the Psychometric Properties of the We-ness Questionnaire in Iranian Couples

Received: 8 / 7 / 2024 Accepted: 3 / 9 / 2024

Maryam Ghahremanloo PhD student in Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Mohaghegh Ardabil, Ardabil, Iran.

Ali Ghorbaninejad PhD student in Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Mohaghegh Ardabil, Ardabil, Iran.

Esmail Sadri Damirchi Professor of Counseling, University of Mohaghegh Ardabil, Ardabil, Iran. (corresponding author). e.sadri@uma.ac.ir

Abstract

Background: A successful and stable marriage, long considered one of humanity's primary goals, has always been a key topic for examining dimensions of marital quality and satisfaction. A significant aspect of this field is the evaluation of the sense of "We-ness" in couples. **Objective:** Accordingly, this study aimed to translate and examine the psychometric properties of the "We-ness" questionnaire among Iranian couples. **Method:** The research was descriptive and correlational. The statistical population consisted of non-faculty married staff from universities in Tehran in 2023, with an approximate total population of 15,000 individuals. A total of 1,360 married men and women were examined. Data were collected using the "We-ness" Questionnaire ([Topcu-Uzer et al., 2021](#)), the Gottman Emotional Divorce Scale ([Gottman, 1999](#)), and the Couple Flourishing Measure ([Rezaee et al., 2023](#)). **Results:** Confirmatory factor analysis indicated that the "We-ness" questionnaire is unidimensional. Pearson correlation results for concurrent validity showed a significant positive relationship between "We-ness" scores and couple flourishing. Divergent validity was evaluated by correlating the "We-ness" scores with emotional divorce, revealing a negative correlation. The internal consistency of the "We-ness" questionnaire was confirmed with a Cronbach's alpha of 0.95, and its test-retest reliability was verified with a correlation of 0.78. **Conclusion:** This study demonstrated that the "We-ness" questionnaire has appropriate reliability and validity, making it a useful tool for research and psychological interventions related to couple relationships.

Key words: *Confirmatory factor analysis, couple identity, validation, we-ness*



Introduction

Regardless of their social and economic status, all couples strive for a successful and lasting marriage ([Karney & Bradbury, 2020](#)). Given the close association between marital relationships and individuals' psychological well-being, health and performance, the quality of these relationships is of paramount importance ([Hajloo et al., 2021](#)). Systematic reviews have shown that a satisfying marital relationship or intimate partner predicts mental health, physical health and longevity ([Kiecolt-Glaser & Wilson, 2017](#); [Robles et al., 2014](#)). Studies indicated that married people have better mental and physical health than single people, provided their marital relationship is of high quality ([Goldfarb & Trudel, 2019](#)). The quality of the marital relationship is influenced by the interactions between the spouses and their coping strategies in stressful life situations ([McNulty et al., 2021](#)). Given that the need for intimate connection and love often leads people into marriage ([Vowels & Mark, 2020](#)), the formation and nature of this bond are crucial for achieving optimal conditions.

In a close and intimate relationship such as marriage, couples typically strive to create a shared identity ([Emery et al., 2021](#)). Achieving this shared identity involves the gradual transformation of each spouse's individual perspective ("I") at the beginning of the marriage into a dependent perspective ("we") that reflects the shared understanding of the relationship ([Topcu-Uzer et al., 2021](#)). This condition leads to a focus on the degree of mental and psychological closeness during the union of two individuals, known as the we-ness ([Cruwys et al., 2023](#)).

([Buehlman et al., 1992](#)) were the first to use the term we-ness. Based on social learning theory ([Bandura, 1977](#)) and Satir's therapeutic approach to family life history, they argued that the way a couple describes their first meeting predicts the success of their relationship. They developed a coding scheme for couples' behavior — the Oral History Interview — to predict marital stability or divorce. One of the seven identified dimensions, we-ness versus separateness, refers to "the extent to which a spouse identifies as part of a union versus emphasizing individualism" ([Buehlman et al., 1992](#)).

Marriage can be a source of conflict in terms of "selfhood" and "togetherness" When individuals in a marital relationship act solely as individuals without considering the togetherness aspect and attempt to steer the relationship in a personally desired direction, problems arise. Harmony and adjustment in marriage are only possible when



each spouse embraces the concept of we-ness and works under its influence. We-ness emerges from coming together and being aware of each spouse's unique characteristics and their impact on the other ([Meier et al., 2021](#)). This sense of we-ness is evident in how couples interpret situations and the language they use (e.g., "we", "for us").

It is important to point out that we-ness does not mean losing oneself or sacrificing oneself, because individual expression is essential for the development of the relationship. we-ness involves mutual internalization, interdependence, and a sense of independence. Only the simultaneous feelings of dependence and independence allows couples to develop a sense of unity ([Topcu-Uzer et al., 2021](#)). This we-ness includes cognitive, emotional, and behavioral aspects.

The cognitive aspect refers to the extent to which individuals identify with their partner and the relationship, e.g. by having a similar understanding of life ([Davis & Weigel, 2020](#)). The emotional aspect encompasses the emotional processes that couples experience in relation to their partner and their relationship, e.g. the emotional availability of the spouse ([Meier et al., 2021](#)). The behavioral aspect refers to actions, e.g. making decisions together and considering the partner ([Rohrbaugh, 2021](#)).

Various studies have investigated this concept. ([Han, 2021](#)), in a study on improving the we-ness, found that intercultural couples work together in three repetitive phases to develop and maintain their relationships: (a) building a solid foundation by understanding each other's culture, using cultural strengths and similarities as resources, and developing strategies to manage cultural differences; (b) striving for better relationships by adapting to each other over time and fostering emotional, social, and spiritual connections; (c) embracing the relationship by creating shared perspectives and meanings, being together, and working together to achieve common goals. ([Naderi Nobandegani, 2022](#)) found that couples who utilize their partner's support during stressful life situations experience greater unity or we-ness and higher marital quality. ([Gildersleeve, 2015](#)), in a study examining the we-ness in happy couples, showed through narrative analysis that the aspects of the relationship most valued by happy couples included genuine trust, genuine joy, love for their partner, and the embodiment of an important shared life goal.

There are various tools to assess the quality of marital relationships and measure the extent to which couples are united and integrated. The Spanier Marital Adjustment



Scale ([Spanier, 1976](#)) assesses four relationship dimensions: dyadic satisfaction, dyadic cohesion, dyadic consensus, and affective expression. The Marriage Attitude Questionnaire ([Braaten & Rosén, 1998](#)) measures individuals' attitudes towards marriage. The Stockholm Marital Stress Scale ([Orth-Gomer et al., 2000](#)) assesses the degree of acceptance, support, and cooperation of spouses when problems arise. Although these tools have each assessed specific aspects of couple relationships, there has not yet been a tool capable of evaluating we-ness in Iranian couples. To bridge this gap, the present study seeks to answer the question: Does the we-ness questionnaire for Iranian couples demonstrate satisfactory validity and reliability?

Methodology

This study was applied in terms of its objective, descriptive in terms of data collection, and correlational in terms of data analysis. Factor analysis was used to examine the factorial structure of the measurement instrument. The statistical population included the married non-faculty staff of universities in Tehran in 2023. There is no consensus on the required sample size for factor analysis and structural models, but many researchers recommend a minimum sample size of over 200 participants ([Schumacker & Lomax, 2004](#)). According to ([Kline, 2023](#)), exploratory factor analysis requires 10 to 20 samples per variable, with a minimum sample size of 200 being acceptable. Therefore, 1,360 participants (944 women and 416 men) were randomly selected from the research population of approximately 15,000 people. The research process was conducted as follows: First, the questionnaire was translated into Persian and reviewed and revised by two experts. To ensure the accuracy of the translation and the consistency of the English and Persian versions, the questionnaire was then handed over to two English language specialists who translated it back into English. After several rounds of review, revision and necessary changes, and after final approval, data collection began. First, a list of college employees in Tehran province was requested from the Ministry of Science, Research, and Technology. The link to the questionnaire was then sent to 1,625 individuals. Of these, 1,360 responses were classified as analyzable. To encourage participation, respondents were asked to provide their email addresses if they wished to receive the final research results. Inclusion criteria were being married and consenting to participate, while exclusion criteria included being



non-academic staff, single or engaged, and unwilling to participate. Data were analyzed using SPSS version 24 and LISREL for confirmatory factor analysis.

The following tools are used in this research:

We-ness Questionnaire: This 17-item questionnaire, developed by ([Topcu-Uzer et al., 2021](#)), measures each partner's sense of couple identity on a 6-point Likert scale. In ([Topcu-Uzer et al., 2021](#)) research, the reliability coefficient using Cronbach's alpha was 0.95 for the entire sample, 0.94 for women, and 0.95 for men. In current research for the entire sample was 0.95.

Gottman Emotional Divorce Questionnaire: Designed by Gottman ([1999](#)), this 24-item dichotomous questionnaire assesses emotional divorce risk. The concurrent validity of this questionnaire in ([Gottman, 1999](#)) research was 0.72 and its reliability using Cronbach's alpha was 0.75. The internal consistency reported by Mousavi & Rahiminezhad ([2015](#)) was 0.93. In this study, the Cronbach's alpha for the total sample was 0.86.

Couple Flourishing Measure (CFM): This 16-item measure, developed by ([Sanri et al., 2021](#)), evaluates couple flourishing on a 7-point Likert scale. The reported Cronbach's alpha was 0.97. in ([Rezaee et al., 2023](#)) research, the reliability of the questionnaire with Cronbach's alpha method was 0.97. In this research, the Cronbach's alpha for the total sample was 0.91.

Results and discussion

Data analysis involved exploratory factor analysis and correlational analysis using SPSS and LISREL. Confirmatory factor analysis indicated that the we-ness is a single-factor measure. Concurrent validity showed a significant positive correlation between we-ness and CFM scores, while divergent validity showed a significant negative correlation between we-ness and emotional divorce scores. The results are shown in Table 1.

The we-ness demonstrated high internal consistency (Cronbach's alpha = 0.96) and test-retest reliability ($r = 0.78$).



Table 1. Correlation Coefficients and Significance Levels for We-ness with Marital Flourishing and Emotional Divorce

Measure	Correlation Coefficient (r)	Significance Level (p)	Sample Size (N)
We-ness and Marital Flourishing	0.832**	.000	1360
We-ness and Emotional Divorce	-0.753**	.000	1360

**p < 0.01.

The goodness-of-fit indices confirm a satisfactory fit for the We-ness questionnaire, indicating its construct validity is acceptable. The results are shown in Table 2.

Table 2. Results of the Index Calculations in the Confirmatory Factor Analysis of the we-ness

RMR	RMSEA	NFI	CFI	AGFI	GFI	X2/df	X2
0.042	0.036	0.94	0.95	0.92	0.96	2.78	331.22

Discussion and Conclusion

The findings of this study indicate that the we-ness questionnaire is a reliable and valid tool for assessing couple identity among married Iranian individuals. The confirmatory factor analysis supported the single-factor structure of the we-ness questionnaire, aligning with the theoretical framework suggesting that We-ness is a unidimensional construct. This was further substantiated by the significant positive correlation between We-ness and Couple Flourishing scores, demonstrating concurrent validity, while the significant negative correlation with emotional divorce scores provided evidence for divergent validity. The internal consistency of the we-ness questionnaire was exceptionally high, with a Cronbach's alpha of 0.96, indicating that the items on the questionnaire are highly interrelated. Additionally, the test-retest reliability was confirmed with a correlation of 0.78, suggesting that the we-ness questionnaire produces stable and consistent results over time. Practitioners in couple counseling can use the we-ness questionnaire to identify areas needing intervention, improve marital relationships, and reduce problems. It can effectively



measure the sense of we-ness in couples, which is crucial for understanding and enhancing marital identity and satisfaction. The we-ness questionnaire's application in future studies and interventions could provide deeper insights into the dynamics of couple relationships and the factors contributing to marital stability and satisfaction.

Acknowledgments

The authors would like to thank all participants who contributed to this study.

Authors' contributions

All authors contributed equally to the preparation, conduct, analysis, and final writing of the article.

Funding

This research was not funded by public, commercial or non-profit organizations.

Availability of data and materials

The data is confidential and will not be passed on to third parties.

Ethics approval and consent to participate

At the beginning of the questionnaire, explanations were given about the purpose, nature, and anonymity of the participants. All participants were required to complete a consent form before answering the questions.

Consent for publication

The authors consent to the publication of this article.

Competing interests

The authors declare that there is no conflict of interest.



References

- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Braaten, E. B., & Rosén, L. A. (1998). Development and validation of the Marital Attitude Scale. *Journal of Divorce & Remarriage*, 29(3-4), 83-91 .
https://doi.org/10.1300/J087v29n03_05
- Buehlman, K. T., Gottman, J. M., & Katz, L. F. (1992). How a couple views their past predicts their future: Predicting divorce from an oral history interview. *Journal of family psychology*, 5(3-4), 295. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.5.3-4.295>
- Cruwys, T., South, E. I., Halford, W. K., Murray, J. A., & Fladerer, M. P. (2023). Measuring “we-ness” in couple relationships: A social identity approach. *Family process*, 62(2), 795-817. <https://doi.org/10.1111/famp.12811>
- Davis, B. A., & Weigel, D. J. (2020). Cognitive interdependence and the everyday expression of commitment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(3), 1008-1029. <https://doi.org/10.1177/0265407519884640>
- Emery, L. F., Gardner, W. L., Carswell, K. L., & Finkel, E. J. (2021). Who are “we”? Couple identity clarity and romantic relationship commitment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 47(1), 146-160. <https://doi.org/10.1177/0146167220921717>
- Gildersleeve, S. (2015). Capturing the " We-ness" of happy couples through narrative analysis. <https://digitalcommons.conncoll.edu/psychhp/52/>
- Goldfarb, M. R., & Trudel, G. (2019). Marital quality and depression: A review. *Marriage & Family Review*, 55(8), 737-763. <https://doi.org/10.1080/01494929.2019.1610136>
- Gottman, J. M. (1999). *Marriage clinic: A scientifically based marital therapy*. WW Norton & Company. <https://psycnet.apa.org/record/1999-04141-000>
- Hajloo, N., Pourabdol, S., Saravani, S., Sabahi Gharamlaki, N., & Musavi, B. (2021). The Effectiveness of Cognitive-Behavioral Couple Therapy on Components Social Well-being in Couples with Marital Conflict. *Clinical Psychology Studies*, 12(45), 113-137. <https://doi.org/10.22054/jcps.2022.60508.2568> [Persian]
- Han, Y. H. (2021). *Strengthening We-ness: The Experiences of Intercultural Couples in Developing and Nurturing Relationships* [ResearchSpace@ Auckland]. <https://hdl.handle.net/2292/57623>
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2020). Research on marital satisfaction and stability in the 2010s: Challenging conventional wisdom. *Journal of marriage and family*, 82(1), 100-116. <https://doi.org/10.1111%2Fjomf.12635>
- Kiecolt-Glaser, J. K., & Wilson, S. J. (2017). Lovesick: How couples’ relationships influence health. *Annual review of clinical psychology*, 13(1), 421-443. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032816-045111>
- Kline, R. B. (2023). *Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford publications. <https://psycnet.apa.org/record/2015-56948-000>
- McNulty, J. K., Meltzer, A. L., Neff, L. A., & Karney, B. R. (2021). How both partners’ individual differences, stress, and behavior predict change in relationship satisfaction: Extending the VSA model. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 118(27), e2101402118. <https://doi.org/10.1073/pnas.2101402118>
- Meier, T., Huber, Z., Dworakowski, O., Haase, C., Martin, M., & Horn, A. (2021). Shared positivity in daily life of younger and older couples: Links between we-ness and positive emotions. *Innovation in Aging*, 5(Supplement_1), 559-559. <https://doi.org/10.1093/geroni/igab046.2147>



- Naderi Nobandegani, Z. (2022). Modeling the Quality of Marital Relationship Based on Dyadic Coping: The Mediating Role of We-ness Concept in Married People. *Journal of Applied Psychological Research*, 13(2), 351-364. <https://doi.org/10.22059/japr.2022.323887.643848> [Persian]
- Orth-Gomer, K., Wamala, S. P., Horsten, M., Schenck-Gustafsson, K., Schneiderman, N., & Mittleman, M. A. (2000). Marital stress worsens prognosis in women with coronary heart disease: The Stockholm Female Coronary Risk Study. *Jama*, 284(23), 3008-3014. <https://doi.org/10.1001/jama.284.23.3008>
- Rezaee, M., Izanloo, B., Abbasi, N., & Habibeh, B. D. (2023). Determining the psychometric properties and measurement invariance of the couple flourishing measure. *Psychological Research*, 24(1), 188-223. <http://rimag.ir/fa/Article/44338> [Persian]
- Robles, T. F., Slatcher, R. B., Trombello, J. M., & McGinn, M. M. (2014). Marital quality and health: a meta-analytic review. *Psychological bulletin*, 140(1), 140. <https://doi.org/10.1037/a0031859.Marital>
- Rohrbaugh, M. J. (2021). Constructing we-ness: A communal coping intervention for couples facing chronic illness. *Family process*, 60(1), 17-31. <https://doi.org/10.1111/famp.12595>
- Sanri, Ç., Halford, W. K., Rogge, R. D., & von Hippel, W. (2021). The couple flourishing measure. *Family process*, 60(2), 457-476. <https://doi.org/10.1111/famp.12632>
- Schumacker, R. E., & Lomax, R. G. (2004). *A beginner's guide to structural equation modeling*. psychology press. <https://doi.org/10.4324/9781315749105>
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 15-28. <https://doi.org/10.2307/350547>
- Topcu-Uzer, C., Randall, A. K., Vedes, A. M., Reid, D., & Bodenmann, G. (2021). We-ness questionnaire: Development and validation. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 20(3), 256-278. <https://doi.org/10.1080/15332691.2020.1805082>
- Vowels, L. M., & Mark, K. P. (2020). Partners' daily love and desire as predictors of engagement in and enjoyment of sexual activity. *Journal of sex & marital therapy*, 46(4), 330-342. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbac080>





Print ISSN: 2251-6654
Online ISSN: 2588-3542



Journal of Family Counseling and Psychotherapy

Vol.



بررسی ویژگی‌های روانسنجی پرسشنامه‌ی ما شدن در زوجین ایرانی

دریافت: پذیرش:

دانشجوی دکتری مشاوره، دانشکده‌ی علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

مریم قهرمانلو

دانشجوی دکتری مشاوره، دانشکده‌ی علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

علی قربانی نژاد

اسماعیل صدری دمیرچی استاد گروه مشاوره، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران. e.sadri@uma.ac.ir

چکیده

زمینه: ازدواج موفق و پایدار که از دیرباز تا کنون یکی از اهداف اصلی انسان‌ها بوده، همواره به‌عنوان موضوعی مهم برای بررسی ابعاد کیفیت و رضایت مورد توجه قرار گرفته است. یکی از جنبه‌های مهم در این زمینه، ارزیابی میزان احساس ما شدن در زوجین است. هدف: این پژوهش با هدف ترجمه و بررسی ویژگی‌های روانسنجی پرسشنامه‌ی ما شدن در زوجین ایرانی انجام شد. روش: روش پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه‌ی آماری شامل کارکنان متأهل غیر هیئت‌علمی دانشگاه‌های تهران در سال ۱۴۰۲ بود که تعداد حدودی کل جامعه ۱۵۰۰۰ نفر بود. ۱۳۶۰ زن و مرد متأهل مورد بررسی قرار گرفتند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های ما شدن (Topcu-Uzer et al., 2021). طلاق عاطفی گاتمن (Gottman, 1999) و شکوفایی زوجی (Rezaee et al., 2023) استفاده شد. یافته‌ها: تحلیل عاملی تأییدی نشان داد پرسشنامه‌ی ما شدن تک عاملی است. نتایج همبستگی پیرسون برای بررسی روایی همزمان پرسشنامه‌ی ما شدن نشان داد بین نمره‌های ما شدن و شکوفایی زوجی رابطه‌ی مثبت و معنادار وجود دارد. برای بررسی روایی واگرا، همبستگی نمرات آزمودنی‌ها با نمرات طلاق عاطفی محاسبه شد که نشان‌دهنده‌ی همبستگی منفی بود. همسانی درونی پرسشنامه‌ی ما شدن با ضریب آلفای کرونباخ ۰.۹۵ و پایایی بازآزمایی آن با همبستگی ۰.۷۸ تأیید شد. نتیجه‌گیری: این مطالعه نشان داد پرسشنامه ما شدن دارای پایایی و اعتبار مناسبی است و می‌تواند به عنوان ابزاری مفید در پژوهش‌ها و مداخلات روان‌شناختی مرتبط با روابط زوجین به کار رود.

کلیدواژه‌ها: اعتباریابی، تحلیل عاملی تأییدی، ما شدن، هویت زوجی



مقدمه

زوجین، بدون توجه به طبقه اجتماعی و اقتصادی‌شان، همیشه به دنبال داشتن ازدواجی موفق و پایدار هستند (Karney & Bradbury, 2020). با توجه به ارتباط نزدیکی که رابطه‌ی زوجی با بهزیستی روانی، سلامت و عملکرد افراد دارد، کیفیت آن از اهمیت بالایی برخوردار است (Hajloo et al., 2021). بررسی‌های سیستماتیک نشان داده‌اند که برخورداری از رابطه‌ی زناشویی یا شریک عاطفی مطلوب، سلامت روان، سلامت جسم و طول عمر را پیش‌بینی می‌کند (Robles et Kiecolt-Glaser & Wilson, 2017); (al., 2014). به گونه‌ای که مطالعات نشان داده‌اند سلامت روانی و جسمی در افراد متأهل بیشتر از افراد مجرد است، البته به شرطی که رابطه‌ی زناشویی آن‌ها از کیفیت بالایی برخوردار باشد (Goldfarb & Trudel, 2019). این کیفیت رابطه‌ی زناشویی از نحوه‌ی تعامل زن و شوهر و شیوه‌ی مقابله‌ی آن‌ها با موقعیت‌های تنش‌زای زندگی تبعیت می‌کند (McNulty et al., 2021). از آنجایی که معمولاً نیاز به ایجاد ارتباط صمیمانه و عشق پای زن و مرد را به پیوند زناشویی باز می‌کند (Vowels & Mark, 2020) نحوه‌ی شکل‌گیری و ماهیت آن برای رسیدن به شرایط مطلوب حائز اهمیت است. در جریان یک رابطه‌ی نزدیک و صمیمی مانند ازدواج، معمولاً زوجین برای ایجاد یک هویت مشترک¹ تلاش می‌کنند (Emery et al., 2021). برای رسیدن به این هویت مشترک، دیدگاه فردی (من) هر یک از زوجین که در ابتدای ازدواج وجود دارد، به مرور به یک دیدگاه وابسته (ما) تبدیل می‌شود که انعکاس درک آن‌ها از رابطه‌ی‌شان است (Topcu-Uzer et al., 2021). این حالت منجر به تمرکز بر میزان نزدیکی ذهنی و روانی در زمان پیوند دو فرد شده است که تحت عنوان «ما شدن»² از آن یاد می‌شود (Cruwys et al., 2023).

(Buehlman et al., 1992) اولین کسانی بودند که از عبارت «ما شدن» استفاده کردند. آن‌ها با تکیه بر نظریه‌ی یادگیری اجتماعی (Bandura, 1977) و روش خانواده درمانی ستیر³ در مورد تاریخچه‌ی زندگی خانوادگی و بر اساس استدلال او مبنی بر اینکه چگونه یک زوج نحوه‌ی ملاقاتشان را بیان می‌کنند، موفقیت رابطه‌ی آن‌ها را پیش‌بینی می‌کنند. همچنین، آن‌ها یک طرح برنامه‌نویسی برای رفتار زوج‌ها -

¹ shared identity

² we-ness

³ Satir



مصاحبه‌ی تاریخچه‌ی شفاهی¹ - با هدف پیش‌بینی ثبات زناشویی یا طلاق ایجاد کردند که در روش گاتمن (Gottman & Gottman, 2008)، یکی از ابزارهای کلیدی ارزیابی در زوجین است که هدف آن ایجاد یک سیستم معنای مشترک قوی است. یکی از هفت بعد شناسایی شده، ما بودن در مقابل جدا بودن است که تحت عنوان "چقدر یک همسر، خود را به عنوان بخشی از یک زوجیت در مقابل تأکید بر فردیت شناسایی می‌کند" مطرح می‌شود (Buehlman et al., 1992). ازدواج می‌تواند بستری برای تعارض‌هایی در زمینه‌ی «خود بودن» و «با هم بودن» باشد. اگر افراد در یک رابطه‌ی زوجی بخواهند بدون در نظر گرفتن همراهی با یکدیگر، تنها به‌عنوان فردی مستقل عمل کنند و سعی در جهت‌دهی رابطه به سمت مسیر دلخواه شخصی داشته باشند، مشکلات از راه می‌رسند. در سفر زوجی، هماهنگی و انطباق در صورتی میسر است که هر یک از زوجین به مفهومی از ما شدن دست پیدا کرده و زیر سایه‌ی آن عمل کنند. ما شدن از کنار هم قرار گرفتن و آگاهی از ویژگی‌های منحصر به فرد هر یک از زوجین و چگونگی تأثیر آن بر دیگری پدیدار می‌شود (Meier et al., 2021). این حس ما شدن در نحوه‌ی تفسیر و حتی کلماتی که برای صحبت کردن استفاده می‌کنند (ما، برای ما) کاملاً مشهود است. نکته‌ی مهم این است که ما شدن به معنای از دست دادن خودِ شخصی یا از خودگذشتگی نیست، زیرا ابراز وجود فردی هم برای توسعه‌ی رابطه حیاتی است. ما شدن شامل درونی‌سازی متقابل² و وابستگی متقابل طرفین و احساس استقلال است. تنها احساس وابستگی و استقلال همزمان است که به طرفین اجازه می‌دهد تا بین خود حس وحدت را ایجاد کنند (Topcu-Uzer et al., 2021). علاوه بر این، حس ما شدن به پایداری روابط عاشقانه کمک می‌کند. زوج‌هایی که احساس وحدت بیشتری دارند، بیشتر می‌توانند در برابر چالش‌های رابطه‌ی مقاومت کنند، زیرا هویت مشترک آن‌ها به‌عنوان سپری در برابر استرس‌های خارجی عمل می‌کند. این اثر حفاظتی به‌ویژه در روابط بلندمدت مشهود است، جایی که تقویت مداوم حس ما شدن به حفظ تعهد و جلوگیری از فاصله عاطفی کمک می‌کند (Galdiolo et al., 2023). همچنین، زوج‌هایی که به‌طور مکرر از زبان جمعی (مانند «ما»، «ما دو نفر») استفاده می‌کنند به جای زبان فردی (مثل «من»، «خودم»)، معمولاً از ارتباطات عاطفی و نزدیکی بیشتری برخوردارند (Wilson & Kiecolt-Glaser, 2022). این ما شدن شامل جنبه‌ی شناختی، عاطفی و رفتاری است. بعد شناختی

¹ oral history interview (OHI)

² mutual internalization



مربوط به درجه‌ای است که افراد خود را با شریک عاطفی و رابطه‌ی شان می‌شناسند؛ برای مثال درک مشابهی از زندگی دارند (Davis & Weigel, 2020). بعد عاطفی شامل فرآیندهای عاطفی است که زوجین نسبت به شرکای عاطفی و رابطه‌ی خود تجربه می‌کنند؛ برای مثال در دسترس بودن همسر به لحاظ عاطفی (Meier et al., 2021). بعد رفتاری هم مرتبط با اعمال است؛ برای مثال با هم تصمیم گرفتن و توجه کردن به شریک عاطفی (Rohrbaugh, 2021).

پژوهش‌های مختلفی به مطالعه‌ی این مفهوم پرداخته‌اند. (Han, 2021) در پژوهشی که به منظور تقویت ما شدن انجام داد به این نتیجه دست یافت که زوج‌های بین فرهنگی برای توسعه و پرورش روابط خود در سه مرحله‌ی تکراری همکاری می‌کنند: الف) ایجاد یک پایه‌ی محکم از طریق درک فرهنگ‌های یکدیگر، استفاده از نقاط قوت و شباهت‌های فرهنگی به عنوان منابع و توسعه‌ی استراتژی‌هایی برای مقابله با تفاوت‌های فرهنگی؛ ب) تلاش برای روابط بهتر از طریق تمایل به انطباق با یکدیگر در طول زمان و پرورش ارتباط عاطفی، اجتماعی و معنوی؛ ج) پذیرفتن رابطه از طریق ایجاد دیدگاه‌ها و معانی مشترک، با هم بودن و همکاری برای دستیابی به اهداف مشترک. (Naderi, 2022) در پژوهش خود نشان داد زوجینی که در موقعیت‌های استرس‌زای زندگی از حمایت زوجی استفاده می‌کنند احساس اتحاد یا همان ما شدن و نزدیکی بیشتری با یکدیگر دارند و با کیفیت زناشویی بالاتری نیز مواجه می‌شوند. (Gildersleeve, 2015) در مطالعه‌ی خود که هدف آن بررسی «ما شدن» در زوجین شاد از طریق تحلیل روایتی بود نشان داد که جنبه‌هایی از رابطه که برای زوج‌های شاد از ارزش بیشتری برخوردار است شامل اعتماد خالصانه، لذت واقعی، عشق به شریک عاطفی و تجسم یک هدف مشترک بزرگ در زندگی است.

طبق بررسی‌های انجام شده، ابزارهای مختلفی برای بررسی کیفیت رابطه‌ی زوجین و سنجش میزان یکی شدن و اتحاد آن‌ها در دسترس است. برای مثال، مقیاس سازگاری دونفری اسپانیر¹ (Spanier, 1976) که چهار بعد رابطه را می‌سنجد: رضایت دونفری، همبستگی دونفری، توافق دونفری و ابراز محبت. پرسشنامه‌ی نگرش به ازدواج (Braaten & Rosén, 1998) که طرز تلقی افراد از ازدواج را مورد

¹ dyadic adjustment scale



سنجش قرار می‌دهد. پرسشنامه‌ی استرس زناشویی استکلهم^۱ (Orth-Gomer et al., 2000) که میزان پذیرش، حمایت و همراهی زوجین را در زمان بروز مشکل بررسی می‌کند. همچنین، پژوهش‌های متعددی مانند وابستگی متقابل شناختی (Agnew et al., 1998)، هویت زوج (Acitelli et al., 1999)، تجربه‌ی مایی (Vedes et al., 2015)، داستان ما زوجین (Singer et al., 2015)، به نوعی ما شدن را سنجیده‌اند. در همین راستا، Topcu-Uzer et al., (2021) پرسشنامه‌ی ما شدن را در سه بعد شناختی، عاطفی و رفتاری با ۱۷ گویه ارائه و اعتباریابی کرده‌اند (Topcu-Uzer et al., 2021). (Afshani & yoosefi (2024) این پرسشنامه را در افراد متأهل سیستان و بلوچستان با تعداد ۳۱۴ نفر اعتباریابی کرده و نتایج آن‌ها حاکی از برخورداری این ابزار از ویژگی‌های روان‌سنجی مطلوب بوده است (Afshani & Yoosefi, 2024). با این حال، مطالعه‌ی حاضر با بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی این ابزار در جامعه‌ای متفاوت، بزرگ‌تر و متنوع‌تر، درصدد پاسخ به این سؤال است که آیا پرسشنامه‌ی ما شدن همچنان می‌تواند در بین زوجین ایرانی از روایی و پایایی مناسبی برخوردار باشد؟

روش

مطالعه‌ی حاضر از لحاظ هدف کاربردی، از جهت گردآوری داده توصیفی-پیمایشی و از نظر تحلیل داده‌ها همبستگی بود. برای بررسی ساختار عاملی ابزار اندازه‌گیری از روش تحلیل عاملی و برای بررسی پایایی از روش بازآزمایی استفاده شد. جامعه‌ی آماری شامل کارکنان متأهل غیر هیئت‌علمی دانشگاه‌های تهران در سال ۱۴۰۲ بود. در خصوص حجم نمونه‌ی مورد نیاز برای تحلیل عاملی و مدل‌های ساختاری توافق وجود ندارد، اما از نظر بسیاری از محققان، حداقل حجم نمونه‌ی لازم باید از ۲۰۰ نفر بیشتر باشد (Schumacker & Lomax, 2004). از نظر (Kline, 2023) در تحلیل عاملی اکتشافی برای هر متغیر بین ۱۰ تا ۲۰ نمونه نیاز است و حداقل حجم نمونه ۲۰۰ قابل قبول است. از بین جامعه‌ی آماری پژوهش که حدود ۱۵۰۰۰ نفر بود، تعداد ۱۳۶۰ نفر (۹۴۴ زن و ۴۱۶ مرد) به روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. این پژوهش در تابستان سال ۱۴۰۲ اجرا شد. روند آماده‌سازی پرسشنامه به این صورت بود که پس از ترجمه‌ی آن به زبان فارسی، توسط دو متخصص از اعضای هیئت‌علمی گروه مشاوره مورد بررسی و اصلاح قرار گرفت. برای اطمینان از دقت ترجمه و تطابق نسخه‌های انگلیسی و فارسی،

^۱ Stockholm Marital Stress scale



به دو متخصص زبان انگلیسی سپرده شد تا با استفاده از روش ترجمه‌ی معکوس، آن را به انگلیسی بازگردانند. بدین ترتیب، پس از چندین مرحله بررسی و بازبینی و اعمال تغییرات و اصلاحات ضروری و تأیید نهایی، اقدام به جمع‌آوری داده‌ها شد. به منظور ایجاد انگیزه جهت پاسخگویی به سؤالات، از شرکت‌کنندگان خواسته شد تا در صورت تمایل ایمیل خود را ثبت نمایند تا نتایج نهایی پژوهش برای ایشان ارسال گردد.

ابزارها

پرسشنامه‌ی ما شدن

پرسشنامه‌ی ما شدن دارای ۱۷ گویه است که توسط (Topcu-Uzer et al., 2021) ساخته شد. این پرسشنامه احساس هر کدام از زوجین نسبت به هویت زوجی در رابطه‌ی زناشویی را در یک طیف لیکرت پنج گزینه‌ای از ۱ = هرگز تا ۵ = همیشه، ارزیابی می‌کند. به منظور نمره‌گذاری نمره‌ی تمام پاسخ‌ها با هم جمع می‌شوند و نمره‌ی بیشتر نشان‌دهنده‌ی برخورداری بیشتری از ویژگی ما شدن است (Topcu-Uzer et al., 2021). در پژوهش (Topcu-Uzer et al., 2021) ضریب پایایی پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ اندازه‌گیری و برای کل نمونه ۰/۹۵، برای زنان ۰/۹۴ و برای مردان ۰/۹۵ گزارش شد (Topcu-Uzer et al., 2021). در پژوهش مذکور روایی همگرای این پرسشنامه با مقیاس رابطه‌ی متقابل^۱ (Singer et al., 2015) معنادار (۰/۶۶، $P < 0/01$) ارزیابی شد. همچنین روایی واگرایی این پرسشنامه با خرده مقیاس انتخاب ادراک شده^۲ مقیاس خودتعیین‌گری^۳ (Sheldon et al., 1996) منفی و معنادار (۰/۳۳-، $P < 0/01$) گزارش شد. در پژوهش (Naderi Nobandegani, 2022) ضریب آلفای کرونباخ برای کل نمونه ۰/۹۴ به دست آمد. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ برای کل نمونه ۰/۹۶ محاسبه شده است.

پرسشنامه‌ی طلاق عاطفی گاتمن^۴

این پرسشنامه توسط Gottman (1999) به منظور سنجش میزان طلاق عاطفی افراد طراحی شده است. این پرسشنامه تعاملی و فاقد مؤلفه است و دارای ۲۴ گویه‌ی دو گزینه‌ای (بله یا خیر) است. پاسخ بله نمره ۱ و پاسخ خیر نمره ۰ دریافت می‌کند. نمره‌ی برش این پرسشنامه هشت است، به این معنی که اگر تعداد پاسخ‌های مثبت فرد به سؤالات برابر هشت یا بالاتر باشد نشان‌دهنده‌ی خطر طلاق عاطفی است و حاکی از آن است که زندگی زناشویی در معرض جدایی قرار دارد (Gottman, 1999). روایی همزمان این

¹ mutuality

² perceived choice

³ self-determination

⁴ Gottman Emotional Divorce Questionnaire



پرسشنامه را ۰/۷۲ و پایایی آن را با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۵ گزارش کرده است. [Mousavi](#) (2015) & [Rahiminezhad](#) پایایی این پرسشنامه را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۳ گزارش کردند و برای ارزیابی روایی سازه از تحلیل عاملی به روش چرخشی واریماکس و آزمون اسکری استفاده کردند ([Mousavi & Rahiminezhad, 2015](#)). این تحلیل‌ها چهار عامل را مشخص کردند: جدایی و فاصله از یکدیگر، احساس تنهایی و انزوا، نیاز به همراه و صحبت، و احساس بی‌حوصلگی و بی‌قراری. روایی صوری این پرسشنامه نیز طبق نظر متخصصان مورد تأیید قرار گرفته است. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ برای کل نمونه ۰/۸۶ محاسبه شده است.

مقیاس شکوفایی زوجی^۱ (CFM)

این مقیاس به منظور ارزیابی احساس بالندگی و شکوفایی زوجین توسط ([Sanri et al., 2021](#)) طراحی شده است که دارای ۱۶ سؤال در مقیاس درجه‌بندی بوده و نحوه‌ی پاسخدهی به آن به صورت طیف لیکرت هفت درجه‌ای از ۱= خسته‌کننده تا ۷= رضایت‌بخش است. هرچقدر مجموع نمرات کسب شده توسط پاسخ‌دهنده بالا باشد به معنی وجود احساس بالندگی و شکوفایی زوجی بیشتر است. پایایی این مقیاس در مطالعه‌ی ([Sanri et al., 2021](#)) با روش آلفای کرونباخ محاسبه و ۰/۹۷ گزارش شده است. روایی همگرایی آن با پرسشنامه‌ی پاسخگویی ادراک شده^۲ به میزان همبستگی ۰/۷۹ و روایی واگرایی آن با عدم حساسیت ادراک شده^۳ به میزان همبستگی ۰/۷۲ گزارش شده است. روایی صوری این آزمون با نظر متخصصان بررسی و مورد تأیید قرار گرفته است. در مطالعه‌ی ([Rezaee et al., 2023](#)) هم پایایی مقیاس با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۷ به دست آمد. در این پژوهش ضریب آلفای کرونباخ برای کل نمونه ۰/۹۱ محاسبه شده است.

شیوه‌ی اجرا پژوهش

در مرحله نخست، مجوزهای لازم و معرفی‌نامه رسمی از دانشگاه محقق اردبیلی اخذ شد و پس از ارسال به وزارت علوم، تحقیقات و فناوری، فهرست کامل کارکنان دانشگاه‌های استان تهران در اختیار پژوهشگران قرار گرفت. در ادامه، پرسشنامه پژوهش در پلتفرم پرس‌لاین طراحی و لینک آن برای ۱،۶۲۵ نفر از جامعه هدف ارسال گردید. بر اساس معیارهای ورود (مانند تأهل و اعلام رضایت آگاهانه) و معیارهای خروج (شامل مجرد، نامزدی یا عدم تمایل به مشارکت)، در نهایت ۱،۳۶۰ پرسشنامه واجد شرایط برای تحلیل علمی شناسایی شد. در نهایت نمرات به دست آمده از پرسشنامه‌ها به وسیله نرم افزارهای SPSS و لیزرل مورد تحلیل قرار گرفت.

¹ Couple Flourishing Measure

² perceived Responsiveness

³ perceived Insensitivity



یافته‌ها

جدول ۱. ویژگی‌های جمعیت شناختی نمونه‌های پژوهش

متغیر	سطح	فراوانی	درصد
جنسیت	زن	۹۴۴	۶۹/۴۱
	مرد	۴۱۶	۳۰/۵۹
سن	۱۸ تا ۲۵ سال	۱۷۵	۱۲/۸۶
	۲۶ تا ۳۵ سال	۷۲۱	۵۳/۰۱
	۳۶ تا ۴۵ سال	۳۹۹	۲۹/۳۳
	۴۶ سال و بالاتر	۶۵	۴/۸۰
تحصیلات	دیپلم	۲۷۷	۲۰/۳۶
	لیسانس	۷۴۶	۵۴/۸۵
	فوق لیسانس	۲۸۰	۲۰/۵۸
	دکتری و پسادکتری	۵۷	۴/۲۱
مدت زمان ازدواج	کمتر از ۵ سال	۵۵۶	۴۰/۸۸
	۶ تا ۱۰ سال	۳۹۳	۲۸/۸۹
	۱۱ تا ۱۵ سال	۲۱۸	۱۶/۰۲
	۱۶ تا ۲۰ سال	۱۱۰	۸/۰۸
	بالاتر از ۲۰ سال	۸۳	۶/۱۳

طبق جدول ۱، در این مطالعه اکثر شرکت کنندگان زن بودند (۶۹/۴۱٪). از نظر سنی، بیشترین گروه در بازه‌ی ۲۶ تا ۳۵ سال قرار داشت (۵۳/۰۱٪) و از نظر سطح تحصیلات، بیشترین تعداد شرکت کنندگان دارای مدرک لیسانس بودند (۵۴/۸۵٪). همچنین، از نظر مدت زمان ازدواج، اکثر شرکت کنندگان با مدت ازدواج کمتر از ۵ سال بودند (۴۰/۸۸٪).

پس از استخراج داده‌ها و حذف پرسشنامه‌های ناقص و داده‌های پرت، تحلیل داده‌های ۱۳۶۰ پرسشنامه با استفاده از روش‌های تحلیل عاملی تأییدی و همبستگی انجام شد. برای این تحلیل‌ها از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ و برای تحلیل عاملی تأییدی از نرم‌افزار لیزرل^۱ استفاده گردید.

جدول ۲. آماره‌های توصیفی پرسشنامه‌ی «ما شدن»

گویه	درصد انتخاب طیف‌های سؤال‌ها					میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
	۱	۲	۳	۴	۵				
۱	۲/۱	۴/۷	۹/۵	۲۷/۹	۵۵/۸	۴/۳۱	۰/۹۶۶	-۰/۵۱۰	۰/۸۵۲
۲	۲/۵	۱۲/۶	۱۴	۴۵/۶	۲۵/۳	۳/۷۹	۱/۰۳۸	-۰/۷۷۸	۰/۰۷۲
۳	۴/۵	۱۵/۶	۱۰/۱	۴۴/۹	۲۴/۹	۳/۷۰	۱/۱۳۵	-۰/۷۷۳	-۰/۳۲۷
۴	۴/۳	۱۵/۲	۱۱	۴۰/۶	۲۸/۹	۳/۷۴	۱/۱۵۵	-۰/۷۶۳	-۰/۳۹۲
۵	۴/۱	۱۳/۸	۱۲	۳۸/۳	۳۱/۸	۳/۸۰	۱/۱۴۹	-۰/۸۰۲	-۰/۳۰۴

^۱ Linear Structural Relations (LISREL)

۰/۶۲۸	۰/۶۷۹	۰/۹۱۸	۴/۳۵	۵۶	۳۲	۵/۳	۵/۱	۱/۷	۶
۰/۹۰۱	۰/۸۲۰	۱/۰۴۱	۴/۰۹	۴۲/۶	۳۷/۷	۸/۹	۷/۹	۲/۹	۷
۰/۳۰۰	۰/۷۹۶	۱/۱۸۵	۳/۷۷	۳۲/۵	۳۵/۱	۱۵/۱	۱۱/۶	۵/۷	۸
۰/۲۴۵	۰/۸۰۷	۱/۱۵۴	۳/۸۰	۳۲/۱	۳۶/۸	۱۴/۲	۱۲/۱	۴/۷	۹
۰/۰۲۲	۰/۹۵۴	۱/۱۶۴	۳/۹۰	۳۸/۲	۳۴/۳	۱۱/۸	۱۰/۸	۴/۸	۱۰
۰/۳۴۸	۰/۷۲۳	۱/۱۴۱	۳/۶۶	۲۳/۹	۴۲/۶	۱۴	۱۴/۳	۵/۲	۱۱
۰/۱۱۵	۰/۹۱۶	۱/۱۰۶	۳/۸۵	۳۱/۸	۴۰/۲	۱۳/۵	۱۰/۱	۴/۳	۱۲
۰/۵۷۰	۰/۷۴۲	۱/۲۶۵	۳/۷۰	۳۲/۶	۳۳/۶	۱۲/۶	۱۳/۵	۷/۸	۱۳
۰/۱۸۲	۰/۸۹۹	۱/۰۷۵	۳/۸۳	۲۸/۹	۴۳	۱۴/۱	۱۰/۱	۳/۹	۱۴
۰/۱۷۹	۰/۹۲۲	۱/۱۵۲	۳/۸۹	۳۵/۲	۳۹/۶	۹/۳	۱۰/۶	۵/۲	۱۵
۰/۴۳۴	۰/۹۸۸	۱/۰۶۲	۳/۸۷	۲۹/۸	۴۴/۳	۱۲/۹	۹	۴	۱۶
۰/۱۳۲	۰/۷۴۴	۱/۰۸۴	۳/۷۱	۲۴	۴۲/۹	۱۶/۹	۱۲	۴/۱	۱۷

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود در هیچ کدام از گویه‌ها طیفی که درصد انتخاب آن صفر باشد وجود ندارد. مقدار کجی و کشیدگی تمام گویه‌ها بین ۱ تا ۱- قرار دارد.



جدول ۳. ضریب همبستگی آیتم - توتال برای گویه‌های پرسشنامه‌ی ما شدن

گویه	آلفای کرونباخ در صورت حذف آیتم	همبستگی اصلاح شده آیتم - توتال	واریانس مقیاس در صورت حذف آیتم	میانگین مقیاس در صورت حذف آیتم
۱	۰/۹۶۱	۰/۶۴۳	۲۰۱/۴۲۸	۶۱/۴۵
۲	۰/۹۶۰	۰/۷۳۰	۱۹۷/۵۹۲	۶۱/۹۷
۳	۰/۹۶۰	۰/۷۲۶	۱۹۵/۶۶۰	۶۲/۰۶
۴	۰/۹۵۹	۰/۷۶۶	۱۹۴/۰۳۰	۶۲/۰۱
۵	۰/۹۵۹	۰/۷۹۱	۱۹۳/۴۰۴	۶۱/۹۶
۶	۰/۹۶۱	۰/۶۳۲	۲۰۲/۶۳۵	۶۱/۴۰
۷	۰/۹۶۰	۰/۷۲۵	۱۹۷/۶۸۸	۶۱/۶۷
۸	۰/۹۵۸	۰/۸۳۱	۱۹۱/۳۳۲	۶۱/۹۹
۹	۰/۹۵۹	۰/۸۰۷	۱۹۲/۸۱۵	۶۱/۹۶
۱۰	۰/۹۵۹	۰/۷۹۴	۱۹۲/۹۴۹	۶۱/۸۵
۱۱	۰/۹۵۹	۰/۷۷۸	۱۹۳/۹۶۲	۶۲/۱۰
۱۲	۰/۹۵۸	۰/۸۴۲	۱۹۲/۹۱۰	۶۱/۹۱
۱۳	۰/۹۵۹	۰/۷۷۵	۱۹۱/۲۸۴	۶۲/۰۶
۱۴	۰/۹۶۱	۰/۶۷۴	۱۹۸/۴۲۲	۶۱/۹۳
۱۵	۰/۹۵۹	۰/۷۶۰	۱۹۴/۲۶۴	۶۱/۸۷
۱۶	۰/۹۵۹	۰/۷۷۳	۱۹۵/۸۸۵	۶۱/۸۹
۱۷	۰/۹۵۹	۰/۸۰۴	۱۹۴/۵۱۹	۶۲/۰۵

طبق نتایج جدول ۳، میانگین مقیاس در صورت حذف هر آیتم و واریانس مقیاس در صورت حذف هر آیتم محاسبه شده‌اند. این مقادیر نزدیک به هم نشان‌دهنده انسجام آیتم‌ها با یکدیگر است. شاخص همبستگی اصلاح شده‌ی آیتم-توتال نیز برای هر آیتم بین ۰/۶۳ تا ۰/۸۴ متغیر است که به همبستگی مطلوب آیتم‌ها با مقیاس کلی اشاره دارد. همچنین، آلفای کرونباخ در صورت حذف هر آیتم برای تمامی آیتم‌ها بالاست و



حذف هیچ آیتمی باعث افزایش قابل توجه این شاخص نمی‌شود. مقدار کلی آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰,۹۵ است که نشان‌دهنده‌ی انسجام بسیار بالای آن است. این یافته‌ها نشان می‌دهند که تمامی آیتم‌های پرسشنامه به خوبی با مقیاس کلی سازگار بوده و به انسجام کلی ابزار کمک می‌کنند.

برای بررسی و تعیین روایی هم‌زمان (همگرا) پرسشنامه‌ی ما شدن، از مقیاس شکوفایی زوجی و برای بررسی و تعیین روایی واگرایی پرسشنامه‌ی ما شدن از پرسشنامه‌ی طلاق عاطفی گاتمن استفاده شده است. نتایج در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴. ضریب همبستگی بین پرسشنامه‌ی ما شدن با مقیاس شکوفایی زوجی و طلاق عاطفی

اندازه‌گیری	ضریب همبستگی	سطح معناداری	تعداد نمونه
«ما شدن» و شکوفایی زوجی	**۰/۸۳۲	۰۰۰,	۱۳۶۰
«ما شدن» و طلاق عاطفی	**۰/۷۵۳	۰۰۰,	۱۳۶۰

**P<0.01

همان‌گونه که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، ارتباط نمره‌ی کل پرسشنامه‌ی ما شدن با نمره‌ی کل مقیاس شکوفایی زوجی در سطح آلفای ۰/۰۱ معنادار است. این همبستگی به این معنی است که روایی هم‌زمان پرسشنامه‌ی ما شدن مطلوب و مناسب است.

ارتباط نمره‌ی کل پرسشنامه‌ی ما شدن با نمره‌ی کل پرسشنامه‌ی طلاق عاطفی گاتمن در سطح آلفای ۰/۰۱ معنادار است. این همبستگی به این معنی است که روایی واگرایی پرسشنامه‌ی ما شدن مطلوب است. با توجه به این که در این پژوهش، پرسشنامه‌ی طلاق عاطفی گاتمن به منظور بررسی روایی واگرایی پرسشنامه‌ی ما شدن در نظر گرفته شده است، لذا ضریب همبستگی به دست آمده نشان‌دهنده‌ی روایی پرسشنامه‌ی ما شدن است.

به منظور بررسی پایایی، پرسشنامه‌ی ما شدن به فاصله ۱۵ روز روی ۱۰۰ نفر از نمونه اجرا شد. نتایج به دست آمده و ضرایب آلفای کرونباخ در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۵. ضرایب آلفای کرونباخ و همبستگی بین نمرات پرسشنامه‌ی ما شدن در دو نوبت اجرا روی نمونه

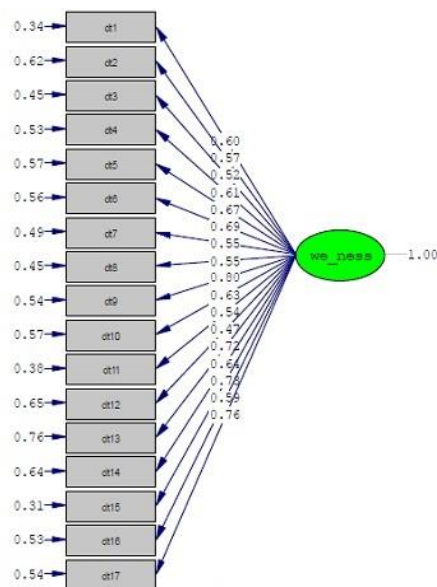
۱۰۰ نفر و کل نمونه (۱۳۶۰ نفر)

نوبت اول		نوبت دوم	
انحراف	ضریب آلفای کرونباخ	انحراف	ضریب آلفای کرونباخ
میانگین	میانگین	میانگین	میانگین
بازآزمایی	کرونباخ کلی	کرونباخ کلی	کرونباخ کلی



استاندارد				استاندارد			
۰/۹۵	۰/۷۸	۰/۹۴	۱۲/۱۲	۷۰/۰۱	۰/۹۳	۱۲/۱۶	۶۸/۳۷

طبق جدول ۵ مشاهده، ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه‌ی ما شدن برای نمونه‌ی ۱۰۰ نفری از آزمودنی‌ها در نوبت اول ۰/۹۳ و در نوبت دوم ۰/۹۴ است. ضریب آلفای کرونباخ برای کل نمونه‌ی ۱۳۶۰ نفری ۰/۹۵ محاسبه شده است. ضریب همبستگی بین نمرات ۱۰۰ نفر از آزمودنی‌ها در دو نوبت اجرا با فاصله‌ی زمانی ۱۵ روز به منظور سنجش پایایی بازآزمایی پرسشنامه‌ی «ما شدن» ۰/۷۸ به دست آمده و در سطح آلفای ۰/۰۱ معنادار است. ضرایب مذکور نشان‌دهنده‌ی پایایی بازآزمایی مطلوب پرسشنامه‌ی ما شدن است. میانگین واریانس استخراج شده^۱ و پایایی ترکیبی^۲ محاسبه شد که به ترتیب ۰/۵۹۸ و ۰/۹۶۲ به دست آمد که نشان‌دهنده‌ی روایی همگرای مناسب و پایایی بالا و قابل قبول برای پرسشنامه «ما شدن» است. مقدار ملاک برای دو شاخص فوق به ترتیب، کسب مقدار بالای ۰/۵ و ۰/۷ است (Sarstedt et al., 2021). به منظور بررسی برازش مدل (روایی سازه) پرسشنامه‌ی «ما شدن» تحلیل عاملی تأییدی با استفاده از نرم‌افزار لیزرل ۸/۸ انجام شد.



Chi-Square=331.22, df=119, P-value=0.00000, RMSEA=0.036

شکل ۱. مدل استاندارد تحلیل عاملی تأییدی پرسشنامه‌ی ما شدن

¹ average variance extracted

² composite reliability



به منظور برآورد مدل روش حداکثر احتمال و برای بررسی برازش مدل از مجذور خی دو (χ^2)، شاخص نسبت مجذور خی دو به درجه آزادی، شاخص نیکویی برازش (GFI)، شاخص نیکویی برازش انطباقی (AGFI)، شاخص برازش مقایسه‌ای (CFI)، خطای ریشه‌ی مجذور میانگین تقریب (RMSEA) و باقیمانده‌ی مجذور میانگین (RMR) مورد استفاده قرار گرفتند. چنانچه مجذور خی دو به لحاظ آماری معنادار نباشد نشان‌دهنده‌ی برازش مطلوب مدل است، لیکن این شاخص در نمونه‌های با حجم بالاتر از ۱۰۰ به شکل کاذب معنادار است، لذا شاخص معتبری برای ارزیابی مدل نیست. چنانچه شاخص‌های AGFI، CFI و GFI بالاتر از ۰/۹۰ باشند نشان‌دهنده‌ی برازش مطلوب مدل است و چنانچه شاخص‌های RMR و RMSEA کمتر از ۰/۰۵ باشد نشان‌دهنده‌ی برازش مطلوب مدل است (Sheykholeslami & Khakdal Gojebagloo, 2018).

جدول ۶. نتایج محاسبه‌ی شاخص‌ها در تحلیل عاملی تأییدی پرسشنامه‌ی ما شدن

RMR	RMSEA	NFI	CFI	AGFI	GFI	χ^2/df	χ^2
۰/۰۴۲	۰/۰۳۶	۰/۹۴	۰/۹۵	۰/۹۲	۰/۹۶	۲/۷۸	۳۳۱/۲۲

همان‌گونه که در جدول ۶ مشاهده می‌شود، شاخص‌های برازندگی نشان‌دهنده‌ی برازش مطلوب مدل اندازه‌گیری پرسشنامه‌ی ما شدن است، لذا روایی سازه‌ی این پرسشنامه مطلوب و قابل قبول است.

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش به منظور بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه‌ی ما شدن در زوجین ایرانی با نمونه‌ی ۱۳۶۰ نفری از کارکنان متأهل غیر هیئت‌علمی دانشگاه‌های تهران انجام شد. با توجه به یافته‌های پژوهش، ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه‌ی ما شدن در نمونه‌ی مورد مطالعه تأیید شد. برای بررسی این سؤال که آیا پرسشنامه‌ی ما شدن از روایی سازه، همگرا و واگرایی قابل‌قبولی برخوردار است از تحلیل عاملی تأییدی و روش همبستگی پیرسون استفاده شد. یافته‌ها نشان دادند که این پرسشنامه ساختار تک عاملی داشته و از روایی و پایایی مناسبی برخوردار است. نتایج همبستگی پرسشنامه با شکوفایی زوجی و طلاق عاطفی تأییدکننده‌ی روایی هم‌زمان و واگرایی آن بود. ضریب آلفای کرونباخ بالای ۰/۹ و پایایی بازآزمایی نشان داد که این ابزار از دقت و انسجام مناسبی برای استفاده در زمینه‌ی پژوهش‌های روان‌شناختی زوجین



برخوردار است. نتایج تحلیل عاملی تأییدی با استفاده از نرم‌افزار لیزرل ۸/۸ نشان داد که ساختار تک عاملی پرسشنامه‌ی ما شدن تأیید شده است. تمام گویه‌های پرسشنامه دارای ضریب استاندارد مناسب و قابل قبول بودند و روی تک عامل موردنظر بار معناداری داشتند. شاخص‌های برازندگی نیز مطلوب و قابل قبول بودند که این امر نشان‌دهنده‌ی دقت و اعتبار بالای این ابزار در اندازه‌گیری مفهوم ما شدن است. همسانی درونی گویه‌های پرسشنامه‌ی ما شدن بر اساس ضرایب آلفای کرونباخ محاسبه و تأیید شد. همچنین، پایایی بازآزمایی پرسشنامه بر اساس ضریب همبستگی بین نمرات ۱۰۰ نفر از آزمودنی‌ها در دو نوبت با فاصله‌ی ۱۵ روز معنادار بود که نشان‌دهنده‌ی پایایی بازآزمایی مطلوب پرسشنامه است.

یافته‌ها نشان دادند که این پرسشنامه ساختار تک‌عاملی دارد و به‌خوبی از عهده‌ی سنجش احساس هویت مشترک در زوجین ایرانی برمی‌آید. یافته‌های این پژوهش با نتایج پژوهش (Topcu-Uzer et al., 2021) و (Afshani & Yoosefi, 2024) در خصوص ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه‌ی ما شدن مطابقت دارد. این تطابق نشان‌دهنده‌ی قابلیت عمومی‌سازی این ابزار در فرهنگ‌های مختلف و اطمینان از عدم تأثیر تفاوت‌های فرهنگی بر نتایج آن است. همچنین، این نتایج با پژوهش (Naderi Nobandegani, 2022) که نقش حمایت زوجی را در افزایش حس اتحاد و کیفیت زندگی زناشویی برجسته کرده، همسو است. هر دو پژوهش بر این نکته تأکید دارند که وجود احساس همبستگی و حمایت در روابط زوجی، نقشی اساسی در مقابله با استرس و پیشگیری از فروپاشی عاطفی دارد. این یافته‌ها گویای آن است که «ما شدن» می‌تواند همچون پشتیبانی روانی، به استحکام و تاب‌آوری روابط زناشویی کمک کند.

همچنین، نتایج این پژوهش با یافته‌های (Gildersleeve, 2015) مطابقت دارد که در بررسی زوجین خوشبخت دریافته‌اند که احساس ما شدن در میان زوج‌ها، سبب ایجاد همدلی، رضایت و حفظ ارزش‌های مشترک می‌شود. از آنجا که پژوهش حاضر نیز همبستگی مثبت و قوی‌ای بین ما شدن و شکوفایی زوجی یافت، این نتیجه تقویت می‌شود که تقویت هویت مشترک در زوجین با افزایش کیفیت و پایداری رابطه‌ی زناشویی مرتبط است.

از سوی دیگر، پژوهش (Wilson & Kiecolt-Glaser, 2022) بیانگر آن است که استفاده از زبان جمعی (واژگان «ما» به جای «من») در میان زوجین، نزدیکی عاطفی و همبستگی آنان را افزایش می‌دهد. همراستایی این یافته



با پژوهش حاضر، گویای آن است که پرسشنامه‌ی ما شدن به درستی توانسته است این جنبه‌های زبانی و عاطفی را در ارتباط با شکوفایی زوجی و طلاق عاطفی منعکس کند.

به‌طور کلی، یافته‌های این پژوهش در کنار نتایج پژوهش‌های پیشین حاکی از آن است که با توجه به نقش تعیین‌کننده‌ی ما شدن در کیفیت رابطه‌ی زوجی، این پرسشنامه از قابلیت سنجش معتبر و دقیق این ویژگی در زوجین ایرانی برخوردار است. با در نظر گرفتن روایی و پایایی تأییدشده‌ی این ابزار، می‌توان از آن در مطالعات آینده‌ی مرتبط با زوجین و سنجش میزان هویت مشترک در روابط زناشویی بهره‌مند شد.

یکی از محدودیت‌های این پژوهش، تمرکز بر جمعیت کارکنان متأهل غیر هیئت‌علمی دانشگاه‌های تهران بود که ممکن است تعمیم‌پذیری یافته‌ها را به سایر جمعیت‌های متأهل محدود سازد. از طرفی، روش گردآوری داده‌ها به‌صورت خودگزارشی بود که می‌تواند باعث بروز تعصبات در پاسخ‌دهی شود. این موضوع می‌تواند از دقت داده‌ها در توصیف واقعی میزان ما شدن در زوجین بکاهد. در مطالعات آتی می‌توان از نمونه‌های گسترده‌تر و روش‌های ارزیابی چندجانبه استفاده کرد تا اعتبار و تعمیم‌پذیری نتایج بهبود یابد. پژوهش‌های آینده می‌توانند به بررسی نقش ما شدن در گروه‌های فرهنگی و قومی مختلف بپردازند تا تفاوت‌ها و شباهت‌های فرهنگی مرتبط با این مفهوم آشکارتر شوند. همچنین، مطالعه‌ی اثرات آموزش و مشاوره‌های مبتنی بر تقویت ما شدن در بهبود کیفیت و پایداری رابطه‌ی زناشویی می‌تواند نتایج کاربردی‌تری برای مشاوران ارائه دهد. پرسشنامه‌ی ما شدن می‌تواند در حوزه‌ی مشاوره‌ی خانواده و ازدواج به‌عنوان ابزاری مفید برای سنجش میزان «ما شدن» در زوجین به کار رود. مشاوران می‌توانند از این ابزار در جلسات مشاوره به‌عنوان یک شاخص برای بررسی عمق ارتباط زوجین استفاده کنند. به‌علاوه، این ابزار می‌تواند در برنامه‌های آموزشی و کارگاه‌های زناشویی برای آموزش اهمیت ما شدن و روش‌های دستیابی به آن مورد استفاده قرار گیرد.

تشکر و قدردانی

نویسندگان مقاله از تمام شرکت‌کنندگانی که در روند این پژوهش همراه بودند صمیمانه سپاسگزارند.

مشارکت نویسندگان

کلیدی نویسندگان در تمام مراحل آماده‌سازی، اجرا، تجزیه و تحلیل و نگارش نهایی مقاله به‌صورت مساوی مشارکت داشته‌اند.



حمایت مالی

این پژوهش از هیچ‌گونه کمک مالی خاصی از سوی نهادهای دولتی، تجاری، یا غیرانتفاعی دریافت نکرده است.

دسترسی به مواد و داده‌ها

داده‌ها محرمانه بوده و در اختیار کسی قرار نخواهد گرفت.

تأیید اخلاقی و رضایت مشارکت‌کنندگان

در این پژوهش ابتدای لینک پرسشنامه، توضیحاتی در مورد هدف، ماهیت و ناشناس باقی ماندن هویت شرکت‌کنندگان ارائه شده بود. همچنین، تمام شرکت‌کنندگان قبل از شروع سؤالات بایستی فرم رضایت آگاهانه را تکمیل می‌کردند.

رضایت برای انتشار

نویسندگان برای انتشار این مقاله رضایت کامل دارند.

تعارض منافع

نویسندگان اعلام می‌کنند که هیچ‌گونه تعارض منافی ندارند.



References

- Acitelli, L. K., Rogers, S., & Knee, C. R. (1999). The role of identity in the link between relationship thinking and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16(5), 591-618 . <https://doi.org/10.1177/0265407599165003>
- Afshani, A., & Yoosefi, N. (2024). Validation of we-ness questionnaire in Iranian married people. *Journal of family research*, 20(1), 24-39 . <https://doi.org/10.48308/jfr.20.1.24> [Persian]
- Agnew, C. R., Van Lange, P. A., Rusbult, C. E., & Langston, C. A. (1998). Cognitive interdependence: Commitment and the mental representation of close relationships. *Journal of personality and social psychology*, 74(4), 939 . <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.74.4.939>
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review* . <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Braaten, E. B., & Rosén, L. A. (1998). Development and validation of the Marital Attitude Scale. *Journal of Divorce & Remarriage*, 29(3-4), 83-91 . https://doi.org/10.1300/J087v29n03_05
- Buehlman, K. T., Gottman, J. M., & Katz, L. F. (1992). How a couple views their past predicts their future: Predicting divorce from an oral history interview. *Journal of family psychology*, 5(3-4), 295 . <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0893-3200.5.3-4.295>
- Cruwys, T., South, E. I., Halford, W. K., Murray, J. A., & Fladerer, M. P. (2023). Measuring “we-ness” in couple relationships: A social identity approach. *Family process*, 62(2), 795-817 . <https://doi.org/10.1111/famp.12811>
- Davis, B. A., & Weigel, D. J. (2020). Cognitive interdependence and the everyday expression of commitment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(3), 1008-1029 . <https://doi.org/10.1177/0265407519884640>
- Emery, L. F., Gardner, W. L., Carswell, K. L., & Finkel, E. J. (2021). Who are “we”? Couple identity clarity and romantic relationship commitment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 47(1), 146-160 . <https://doi.org/10.1177/0146167220921717>
- Galdiolo, S., Mauroy, A., & Verhofstadt, L. L. (2023). Couples’ We-Ness and Separateness During the COVID-19 Pandemic and Lockdown: A Longitudinal Perspective. *Journal of Language and Social Psychology*, 42(3), 342-354 . <https://doi.org/10.1177/0261927X221138116>
- Gildersleeve, S. (2015). Capturing the " We-ness" of happy couples through narrative analysis . <https://digitalcommons.conncoll.edu/psychhp/52/>
- Goldfarb, M. R., & Trudel, G. (2019). Marital quality and depression: A review. *Marriage & Family Review*, 55(8), 737-763 . <https://doi.org/10.1080/01494929.2019.1610136>
- Gottman, J., & Gottman, J. S. (2008). *And baby makes three: The six-step plan for preserving marital intimacy and rekindling romance after baby arrives*. Harmony . <https://www.gottman.com/product/and-baby-makes-three/>
- Gottman, J. M. (1999). *Marriage clinic: A scientifically based marital therapy*. WW Norton & Company . <https://psycnet.apa.org/record/1999-04141-000>
- Hajloo, N., Pourabdol, S., Saravani, S., Sabahi Gharamlaki, N., & Musavi, B. (2021). The Effectiveness of Cognitive-Behavioral Couple Therapy on Components Social Well-being in Couples with Marital Conflict. *Clinical Psychology Studies*, 12(45), 113 - 137. <https://doi.org/10.22054/jcps.2022.60508.2568> [Persian]



- Han, Y. H. (2021). *Strengthening We-ness: The Experiences of Intercultural Couples in Developing and Nurturing Relationships* ResearchSpace@ Auckland. <https://hdl.handle.net/2292/57623>
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2020). Research on marital satisfaction and stability in the 2010s: Challenging conventional wisdom. *Journal of marriage and family*, 82(1), 100-116 . <https://doi.org/10.1111%2Fjomf.12635>
- Kiecolt-Glaser, J. K., & Wilson, S. J. (2017). Lovesick: How couples' relationships influence health. *Annual review of clinical psychology*, 13(1), 421-443 . <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032816-045111>
- Kline, R. B .(2023) .*Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford publications . <https://psycnet.apa.org/record/2015-56948-000>
- McNulty, J. K., Meltzer, A. L., Neff, L. A., & Karney, B. R. (2021). How both partners' individual differences, stress, and behavior predict change in relationship satisfaction: Extending the VSA model. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 118(27), e2101402118 . <https://doi.org/10.1073/pnas.2101402118>
- Meier, T., Huber, Z., Dworakowski, O., Haase, C., Martin, M., & Horn, A. (2021). Shared positivity in daily life of younger and older couples: Links between we-ness and positive emotions. *Innovation in Aging*, 5(Supplement_1), 559-559 . <https://doi.org/10.1093/geroni/igab046.2147>
- Mousavi, S. F., & Rahiminezhad, A. (2015). The comparison of interpersonal identity statuses in married people with regards to emotional divorce. *Applied Psychological Research Quarterly*, 6(1), 11-23 . https://www.researchgate.net/profile/Seyyedeh-Fatemeh-Mousavi/publication/339781551_The_Comparison_of_Interpersonal_Identity_Stat_uses_in_Married_People_with_Regards_to_Emotional_Divorce/links/5e64c7e54585153fb3ca2a89/The-Comparison-of-Interpersonal-Identity-Statuses-in-Married-People-with-Regards-to-Emotional-Divorce.pdf [Persian]
- Naderi Nobandegani, Z. (2022). Modeling the Quality of Marital Relationship Based on Dyadic Coping: The Mediating Role of We-ness Concept in Married People. *Journal of Applied Psychological Research*, 13(2), 351-364 . <https://doi.org/10.22059/japr.2022.323887.643848> [Persian]
- Orth-Gomer, K., Wamala, S. P., Horsten, M., Schenck-Gustafsson, K., Schneiderman, N., & Mittleman, M. A. (2000). Marital stress worsens prognosis in women with coronary heart disease: The Stockholm Female Coronary Risk Study. *Jama*, 284(23), 3008-3014 . <https://doi.org/10.1001/jama.284.23.3008>
- Rezaee, M., Izanloo, B., Abbasi, N., & Habibeh, B. D. (2023). Determining the psychometric properties and measurement invariance of the couple flourishing measure. *Psychological Research*, 24(1), 188-223 . <http://rimag.ir/fa/Article/44338> [Persian]
- Robles, T. F., Slatcher, R. B., Trombello, J. M & ,McGinn, M. M. (2014). Marital quality and health: a meta-analytic review. *Psychological bulletin*, 140(1), 140 . <https://doi.org/10.1037/a0031859.Marital>
- Rohrbaugh, M. J. (2021). Constructing we-ness: A communal coping intervention for couples facing chronic illness. *Family process*, 60(1), 17-31 . <https://doi.org/10.1111/famp.12595>
- Sanri, Ç., Halford, W. K., Rogge, R. D., & von Hippel, W. (2021). The couple flourishing measure. *Family process*, 60(2), 457-476 . <https://doi.org/10.1111/famp.12632>



- Sarstedt, M., Ringle, C. M., & Hair, J. F. (2021). Partial least squares structural equation modeling. In *Handbook of market research* (pp. 587-632). Springer . https://doi.org/10.1007/978-3-319-57413-4_15
- Schumacker, R. E., & Lomax, R. G. (2004). *A beginner's guide to structural equation modeling*. psychology press . <https://doi.org/10.4324/9781315749105>
- Sheldon, K. M., Ryan, R., & Reis, H. T. (1996). What makes for a good day? Competence and autonomy in the day and in the person. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(12), 1270-1279 . <https://doi.org/10.1177/01461672962212007>
- Sheykholeslami, A., & Khakdal Gojebagloo, S. (2018). The study of psychometric properties of the students' basic psychological needs at school scale. *Journal of School Psychology*, 7(1), 168-182 . <https://doi.org/10.22098/jsp.2018.663> [Persian]
- Singer, J. A., Labunko, B., Alea, N., & Baddeley, J. L. (2015). Mutuality and the Marital Engagement – Type of Union Scale [ME (To US)]: Empirical Support for a Clinical Instrument in Couples Therapy. In K. Skerrett & K. Fergus (Eds.), *Couple Resilience: Emerging Perspectives* (pp. 123-137). Springer Netherlands. https://doi.org/10.1007/978-94-017-9909-6_7
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 15-28 . <https://doi.org/10.2307/350547>
- Topcu-Uzer, C., Randall, A. K., Vedes, A. M., Reid, D., & Bodenmann, G. (2021). We-ness questionnaire: Development and validation. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 20(3), 256-278 . <https://doi.org/10.1080/15332691.2020.1805082>
- Vedes, A., Bodenmann, G., Nussbeck, F. W., Randall, A., & Lind, W. (2015). The role of we-ness in mediating the association between dyadic coping and relationship satisfaction. *Manuscript submitted for publication* . <https://www.researchgate.net/publication/236330939> [The role of we-ness in mediating the association between dyadic coping and relationship satisfaction submitted](https://www.researchgate.net/publication/236330939)
- Vowels, L. M., & Mark, K. P. (2020). Partners' daily love and desire as predictors of engagement in and enjoyment of sexual activity. *Journal of sex & marital therapy*, 46(4), 330-342 . <https://doi.org/10.1080/0092623x.2019.1711274>
- Wilson, S. J., & Kiecolt-Glaser, J. K. (2022). The story of us: older and younger couples' language use and emotional responses to jointly told relationship narratives. *The Journals of Gerontology: Series B*, 77(12), 2192-2201 . <https://doi.org/10.1093/geronb/gbac080>



پرسشنامه‌ی ما شدن

ردیف	گویه	هرگز	به ندرت	گاهی اوقات	اغلب	همیشه
۱	اگر به اجبار برای مدت طولانی از همدیگر جدا شویم، عمیقاً دلتنگ می‌شویم.					
۲	ما (من و همسر) ویژگی‌های منحصر به فرد همدیگر را همواره تحمل کرده و از آن‌ها حمایت می‌کنیم.					
۳	ما دیدگاه‌های مشترکی در مورد زندگی داریم.					
۴	رابطه‌ی ما به گونه‌ای است که برای هردوی ما به عنوان یک فرد، به یک اندازه سودمند است.					
۵	ما به دیدگاه‌ها، احساسات، خواسته‌ها و برنامه‌های همدیگر احترام می‌گذاریم و از آن‌ها واقعاً حمایت می‌کنیم.					
۶	زمانی که یکی از ما دچار بیماری یا مشکل می‌شود، از او حمایت و مراقبت می‌کنیم.					
۷	گاهی اوقات فقط با نگاه کردن به همدیگر (مثلاً حالات چهره و بدن)، می‌توانیم احساسات همدیگر را درک کنیم و این باعث می‌شود که احساس کنیم با هم هماهنگ هستیم.					
۸	به طور کلی، ما احساس می‌کنیم که مکمل همدیگر هستیم.					
۹	ما دیدگاه‌های مشترکی در مورد آینده‌ی رابطه‌ی مان داریم.					
۱۰	با وجود اینکه اکثر اوقات مشغول کارهای شخصی مان هستیم (مثل کار، دوستان) همچنان تلاش می‌کنیم که با هم وقت بگذرانیم.					
۱۱	وقتی در مورد موضوع مهمی با هم صحبت می‌کنیم (اطلاعات، افکار یا احساسات) بین ما درک و تأیید متقابل وجود دارد.					
۱۲	رابطه‌ی ما به عنوان یک زوج، برای هردوی ما سودمند است.					
۱۳	ما قادریم در مدیریت هیجان‌هایمان به همدیگر کمک کنیم (مثلاً وقتی من ناراحت هستم شریک عاطفی‌ام سعی می‌کند کنار من باشد و من به خاطر حضور و توجه او معمولاً احساس بهتری پیدا می‌کنم).					
۱۴	به عنوان یک زوج، اختصاص زمان کافی به خودمان، برای هردوی ما بسیار مهم است.					
۱۵	وقتی با هم هستیم، شریک زندگی‌ام از نظر عاطفی در دسترس است (مثلاً به راحتی می‌توانم توجه همسرم را به خودم جلب کنم).					
۱۶	ما قادریم به لحظات سخت در رابطه‌ی خود غلبه کنیم و در عین حال همراه هم بمانیم.					
۱۷	وقتی در مورد چیزی با هم صحبت می‌کنیم (اطلاعات، افکار، احساسات) نسبت به همدیگر پذیرش و مراقبت متقابل داریم.					