

رابطه مهارت‌های ارتباطی و سازگاری زناشویی در دانشجویان

The relationship between communication skills and marital adjustment in students

Seyyed Mohammad Reza Rezazadeh, Ph.D.

دکتر سید محمدرضا رضازاده*

Abstract

The main goal of the present study was to identify the factors influencing couples adjustment, specifically the relationship between communication skills and marital adjustment. Hundred and thirty-two married students were randomly selected and Snyder's Revised Marital Satisfaction Inventory (MSI-R, Snyder, 1997) and Navran's Communication Skills Inventory (CSI, Navran, 1967) were administered to them. Analysis of the results showed high correlation between couples in communication skills. Also, results showed that spousal compatibility of those couples with strong communication skills in various aspects of spousal relationship was significantly higher than those with weaker communication skills. The present result necessitates paying more attention to the role of communication skills towards achieving spousal compatibility and preventing the occurrence of spousal conflicts.

Key words: marriage, communication skills, marital adjustment

چکیده

این پژوهش با هدف شناخت عوامل مؤثر بر سازگاری زناشویی، رابطه بین مهارت‌های ارتباطی و سازگاری زناشویی را بررسی می‌کند. برای این منظور، ۱۳۲ زوج دانشجوی به روش تصادفی ساده انتخاب شدند. زوجین به مقیاس رضایت زناشویی تجدید نظر شده (سنایدر، ۱۹۹۷) (MSI-R) و مقیاس مهارت‌های ارتباطی (نوران، ۱۹۶۷) (CSI) پاسخ دادند. تحلیل نتایج نشان داد که بین مهارت‌های ارتباطی زوجین همبستگی بالا وجود دارد. همچنین میزان سازگاری زناشویی زوج‌های دارای مهارت‌های ارتباطی قوی در ابعاد مختلف روابط زناشویی، به‌طور معنادار بیشتر از زوج‌های دارای مهارت‌های ارتباطی ضعیف بود. این نتایج لزوم توجه به نقش مهارت‌های ارتباطی در نیل به سازگاری زناشویی و پیشگیری از ناسازگاری را خاطر نشان می‌سازد.

واژه‌های کلیدی: ازدواج، مهارت ارتباطی، سازگاری زناشویی

روابط خود بیان می‌کنند (برنشتاین و برنشتاین^{۱۳}، ۱۹۸۶). محققین و زوجین هر دو معتقدند که وجود مشکل در برقراری ارتباط به آشفتگی رابطه منجر می‌شود (ویس و هیمن^{۱۴}، ۱۹۹۷؛ به نقل از هالفورد^{۱۵}، ۲۰۰۳). مشکلات ارتباطی، موضوع محوری در رویکردهای ارتباطی نسبت به خانواده است. این رویکردها، تعارض‌های بین زوجین را نه در قالب مشکلات جداگانه دو نفر، بلکه به عنوان یک رابطه نارسا کنش‌ورانه^{۱۶} تحلیل می‌کنند. این منازعات، اغلب دور باطلی را ایجاد می‌کند که یافتن نقطه آغاز در آن بی معنی است، زیرا هر کدام از زوجین معتقدند آنچه که می‌گویند یا می‌کنند به سبب آن چیزی است که طرف مقابل می‌کند یا می‌گوید (گلدنبرگ و گلدنبرگ، ۱۹۹۶).

به نظر اغلب محققان این حوزه، تمرکز درمانی در رویکردهای ارتباطی، تصحیح ارتباط است که به تصحیح فرد در سیستم تعاملی^{۱۷} می‌انجامد (لابیت و مک‌هنری^{۱۸}، ۱۹۸۳؛ به نقل از کرو و رایدلی، ۲۰۰۰). در زمینه سازگاری و ناسازگاری زوجین، نظریات مختلفی ارائه شده که هر کدام سعی در تبیین ابعدی از این مسأله نموده‌اند. یک تبیین "عشق رمانتیک"^{۱۹} را عامل شکست معرفی می‌کند. از آنجا که دو عامل ایده‌آل‌گرایی (عشاق یکدیگر را ایده‌آل می‌بینند) و بی منطقی (عشاق نمی‌توانند توضیح دهند که چرا عاشق هم شده‌اند) می‌تواند مشکل ساز شود. وقتی دوران ایده‌آل‌گرایی به سر می‌رسد، چالش‌گریزناپذیر با واقعیت آغاز می‌شود؛ تکلیفی که حل آن برای بسیاری از عشاق پیشین آسان نیست و به فروپاشی رابطه آنان منجر می‌شود (بک^{۲۰}، ۱۹۸۸؛ کرو و رایدلی، ۲۰۰۰). نظریه مبادله اجتماعی^{۲۱} (لوینگر^{۲۲}، ۱۹۷۶؛ به نقل از آیزنک^{۲۳}، ۲۰۰۰) به برجسته ساختن سه عامل مهم پرداخته است که عبارتند از: وجود جذابیت یا کشش متقابل بین زن و شوهر، وجود موانعی برای ترک یکدیگر، و نیز عدم وجود جایگزین دلخواه برای هر کدام پس از جدایی. دیدگاه شناختی، رضایت و عدم رضایت زوجها را به شیوه تفکر متفاوت آنان نسبت به اعمال و رفتار همسرانشان نسبت

ارتباط در نگاه اول، مفهومی روشن و بی‌نیاز از توضیح به نظر می‌رسد، زیرا ما در هر لحظه و در همه حال در حال برقراری ارتباط هستیم، چنان‌که به قول واتز لاویک، نداشتن ارتباط امکان‌پذیر نیست (واتز لاویک^۱، بیوین^۲ و جکسون^۳، ۱۹۶۷؛ به نقل از لیتل جان^۴، ۱۹۹۶). با این حال تعاریف متعددی از ارتباط به عمل آمده است. یکی از تعاریف هوشمندانه ارتباط چنین است: "ارتباط، انتخاب خوب پیام‌ها و بیان خردمندانه خویش است" (استوارت^۵، ۱۹۸۰). ارتباط دارای ابعاد و ویژگی‌هایی است. اولین ویژگی ارتباط، فراهم آوردن اطلاعات برای دیگران درباره قصد شخص است. این ویژگی را بعضی مؤلفان هدفمندی^۶ نامیده‌اند (آلدوس^۷، ۱۹۹۶). دومین ویژگی مهم ارتباط تعریف نوع رابطه است، چنان‌که روابط میان همسران به وسیله پیام‌های دستوری تعریف می‌شود. این پیام‌ها سیستمی از قوانین آشکار و نا آشکار را در طول زمان شکل می‌دهند که چگونگی ارتباط میان زن و شوهر را مشخص می‌کند (هی‌لی^۸، ۱۹۷۰؛ به نقل از گلدنبرگ و گلدنبرگ^۹، ۱۹۹۶) ویژگی سوم ارتباط، چند بعدی بودن آن است، به این معنا که ارتباط در دو سطح مجزا اما مرتبط با هم - سطح کلامی و غیر کلامی - روی می‌دهد. سطح اول مربوط به محتوای ارتباط است، در حالی که سطح دوم وظیفه کیفیت بخشی به سطح اول را بر عهده دارد. به نظر محرابیان^{۱۰} (۱۹۷۲؛ به نقل از کرو و رایدلی^{۱۱}، ۲۰۰۰) در یک ارتباط روبروی دو نفر، ۷ درصد مفاهیم و احساسات توسط پیام‌های گفتاری، ۳۸ درصد در قالب حالت‌های آوایی و ۵۵ درصد توسط نگاه، حالت‌های صورت و ژست‌های بدنی منتقل می‌شود. زمانی که محتوا و جنبه کیفی ارتباط ناهماهنگ باشند، همیشه لایه غیرکلامی مؤثرتر است (استوارت، ۱۹۸۰). مشکلات ارتباطی^{۱۲} از رایج‌ترین مشکلاتی است که زوجین بیان می‌کنند. بیش از ۹۰ درصد زوج‌های آشفته، این مشکلات را به عنوان مسأله اصلی در

13. Bornstein, P.H., & Bornstein, M.T.
14. Weiss, R. L., & Heyman, R.E.
15. Halford, W.K.
16. dysfunctional relationship
17. interactive system
18. L' Abatc, L., & Mchenry, S.
19. romantic love
20. Beck, A.T.
21. Social Exchange Theory
22. Lvinger, G.
23. Eysenck, M.W.

1. Watzlawick, P.
2. Beavin, J.
3. Jackson, P.
4. LittleJohn, S.W.
5. Stuart, R.B.
6. purposivism
7. Aldous, J.
8. Haley, J.
9. Goldenberg, I., & Goldenberg, H.
10. Mehrabian, A.
11. Crowe, M., & Ridley, J.
12. communication problems

زوج‌هایی که الگوی اجتنابی^{۱۱} را نشان می‌دهند، ممکن است هنوز سطح قابل قبولی از رضایت زناشویی را گزارش کنند یا ازدواج‌های با ثباتی داشته باشند (روشه^{۱۲} و همکاران، ۱۹۷۴؛ گاتمن، ۱۹۹۳؛ فیتس پاتریک^{۱۳}، ۱۹۸۸؛ همه به نقل از فینی^{۱۴}، ۱۹۹۹). این پژوهش درصدد بررسی رابطه بین مهارت‌های ارتباطی و سازگاری زناشویی است. فرضیه‌های پژوهش به شرح زیر مورد بررسی قرار می‌گیرند: ۱- بین مهارت‌های ارتباطی زوجین، همبستگی وجود دارد؛ ۲- میزان سازگاری زناشویی زوج‌های دارای مهارت‌های ارتباطی قوی، بیشتر از میزان سازگاری زناشویی زوج‌های دارای مهارت‌های ارتباطی ضعیف است.

روش

جامعه آماری، نمونه، و روش اجرای پژوهش: جامعه آماری این پژوهش را دانشجویان متأهل ساکن در خوابگاه‌های متأهلین دانشگاه‌های بزرگ شهر تهران (امیرکبیر، تربیت مدرس، تهران، صنعتی شریف، و علم و صنعت) تشکیل می‌دهند. روش نمونه‌گیری روش تصادفی ساده بوده است. برای این منظور، در هر خوابگاه، ابتدا لیست اتاق‌ها تهیه می‌شد و از آن میان، شماره‌هایی به قید قرعه برای شرکت در پژوهش انتخاب می‌شدند. مواردی که افراد انتخاب شده حضور نداشتند و یا حاضر به همکاری نمی‌شدند، افراد دیگری به قید قرعه جایگزین آنان می‌شدند. برای اطمینان از دستیابی به حداقل ۱۲۰ زوج با شرایط مورد نظر (مدت ازدواج آنها کمتر از یک سال و بیشتر از ۱۰ سال نباشد) ۱۴۴ زوج انتخاب شدند. پس از حذف موارد ناقص، ۱۳۲ زوج باقی ماندند. از آنجا که پرسشنامه‌ها می‌بایست به صورت انفرادی و بدون مشورت زن و شوهر با یکدیگر پاسخ داده شوند، این کار به همین صورت، در حضور یک دستیار زن انجام گرفت. در این گروه ۶۶٪ زوجها کمتر از ۵ سال و بقیه بین ۵ تا ۱۰ سال از ازدواجشان می‌گذشت. در گروه مردان، حدود ۴۰٪ دانشجوی مقطع دکترا، حدود ۴۰٪ دانشجوی کارشناسی ارشد و حدود ۲۰٪ دانشجوی مقطع کارشناسی بودند. در گروه زنان، حدود ۲۵٪ دانشجوی مقطع کارشناسی ارشد یا کارشناسی بودند. حدود ۳۰٪ دارای مدرک کارشناسی، حدود ۳۰٪ دیپلم و بقیه زیر دیپلم یا دانش‌آموز بودند. میانگین سنی شوهران ۲۹/۳۴

می‌دهد (گاتمن^۱، ۱۹۹۸). یافته‌های جدید فیزیولوژی روانی^۲ که برخی محققین آنها را آزمایشی تلقی می‌کنند، تأثیرات برانگیختگی فیزیولوژیک را بر فروپاشی روابط همسران نشان می‌دهد. زوج‌هایی که در اوایل آشنایی، قلبشان تندتر می‌زند، فشار خونشان سریع‌تر بالا می‌رود و بیشتر عرق می‌کنند، رضایت زناشویی‌شان طی یک دوره سه ساله در معرض کاهش و زوال است (گاتمن، ۱۹۹۸). برخی محققین با مطالعه خانواده‌های سالم، سعی در ارائه معیارهایی دارند که بتوانند در عمل خانواده‌های سالم و آشفته را مجزا سازند (بشارت، تاشک، رضازاده، ۱۳۸۵). به نظر بیورز^۳ (۱۹۸۵) رفتارهای خانواده‌های سالم در این شش حیطة قابل شناسایی است: ۱- تفاوت معمول و قابل قبول قدرت بین زن و مرد؛ ۲- وجود مرزهای روشن؛ ۳- تأکید بر عملکردها در زمان حال؛ ۴- احترام به انتخاب یکدیگر؛ ۵- مهارت در گفتگو و ارتباط؛ ۶- بیان احساسات مثبت.

در ۲۰ سال اخیر، رویکرد رفتاری بر وجود رابطه بین مهارت‌های ارتباطی و سازگاری زناشویی تأکید ورزیده و یافته‌های مفیدی را ارائه داده است. درمانگران پیرو این الگو، آموزش ارتباط را به عنوان مداخله اصلی خود به کار می‌برند (مانند جکوبسن و مارگولین^۴، ۱۹۷۹؛ مارکمن^۵، ۱۹۷۹؛ ویس^۶، ۱۹۷۸؛ همه به نقل از گوردن و کوپ^۷، ۱۹۹۹). به رغم نتایجی که آموزش مهارت‌های ارتباطی را مفید ارزیابی می‌کند (کرش، بارتون و بارلو^۸، ۱۹۸۹؛ مورفی - کولن و لارسن^۹، ۱۹۸۴؛ هالفورد و همکاران، ۱۹۹۶؛ به نقل از هالفورد، ۲۰۰۳). شواهد متناقضی نیز مشاهده شده است. نتایج درمانگری‌ها در کل نشان می‌دهد که مداخله‌های رفتاری شامل آموزش مهارت‌های ارتباطی، فقط در ۵۰ درصد از زوج‌های آشفته مفیده بوده و توانسته کیفیت روابط زناشویی آنان را تغییر دهد. تحقیقات موجود درباره ریخت‌شناسی^{۱۰} زوجین از این فرضیه حمایت می‌کند که اهمیت ارتباط ممکن است برای ریخت‌های متفاوت زوجین، متفاوت باشد. چنان‌که برخی تحقیقات مؤید این حقیقت است که بعضی

1. Gottman, J.M.
2. psychophysiology
3. Beavers, W.R.
4. Jacobson, N., & Margolin, G.
5. Markman, H.J.
6. Weiss, R.L.
7. Gorden, D.H., & Coop, K.
8. Crash, M.G., Burton, T., & Barlow, D.H.
9. Murephy-Cullen, C.L., & Larsen, L.C.
10. typology

11. A voidance
12. Ruesch, J.
13. Fitzpatrick, L.A.
14. Feeney, J.A.

(sd = ۴/۳) دامنه = ۲۱-۳۵) و میانگین سنی زنان ۲۵/۳۵ (sd = ۳/۹) دامنه = ۱۹-۳۳) بود. پژوهش حاضر، پژوهشی توصیفی از نوع همبستگی است و برای تحلیل داده‌های آن از شاخص‌ها و روش‌های آماری شامل فراوانی، میانگین، انحراف معیار، ضریب همبستگی و آزمون t، استفاده شده است.

ابزار سنجش

مقیاس رضایت زناشویی - تجدید نظر شده^۱ (اسنایدر^۲، ۱۹۹۷): این پرسشنامه در سال ۱۹۷۹ ساخته شده و در سال ۱۹۹۷ مورد تجدید نظر قرار گرفته است. این پرسشنامه دارای ۱۵۰ سؤال (برای زوج‌های بدون فرزند، ۱۲۹ سؤال) و ۱۲ مقیاس فرعی است. مقیاس‌های فرعی این پرسشنامه عبارتند از ۱- قراردادگرایی^۳ که به معنای گرایش زوجین به انکار مشکلات جزئی و توصیف روابطشان به طرز مثبت و غیر واقع‌بینانه است؛ ۲- ناخشنودی کلی^۴ که عدم رضایت کلی افراد از ازدواجشان را اندازه‌گیری می‌کند؛ ۳- ارتباط عاطفی^۵ که به ارزیابی میزان عواطف و تفاهمی که به وسیله همسر ابراز می‌شود را ارزیابی می‌کند؛ ۴- ارتباط حل مسأله^۶ که به ناکارآمدی زوجین در حل تفاوت‌ها و اختلاف‌های آشکار آنان می‌پردازد؛ ۵- پرخاشگری^۷ که دو نوع پرخاشگری جسمانی و غیر جسمانی یا تهدید را بررسی می‌کند؛ ۶- زمان با هم بودن^۸ که به بررسی اوقات فراغت و فعالیت‌های مشترک می‌پردازد؛ ۷- عدم توافق درباره مسائل مالی^۹؛ ۸- نارضایتی جنسی^{۱۰}؛ ۹- جهت‌گیری نقش^{۱۱} که به بررسی جهت‌گیری سنتی زوجین در برابر جهت‌گیری غیر سنتی یا مساوات طلب می‌پردازد؛ ۱۰- تاریخچه مشکلات خانوادگی^{۱۲} که اختلال روابط در خانواده اولیه و اصلی زن و شوهر را مورد بررسی قرار می‌دهد؛ ۱۱- عدم رضایت از فرزندان^{۱۳} که کیفیت روابط کودک - والدین و تأثیرات منفی ضرورت‌های فرزندپروری

را ارزیابی می‌کند؛ ۱۲- تعارض درباره فرزندان^{۱۴} که میزان تعارض موجود بین والدین در ارتباط با وظایف فرزندپروری را ارزیابی می‌کند.

مؤلف پنج نوع روایی^{۱۵} را درباره این ابزار بررسی و مورد تأیید قرار داده است: روایی تجربی، پیش‌بین، عاملی، تشخیصی (واگرا) و همگرا. در شکل فارسی شده این ابزار، روایی صوری و محتوا مورد بررسی و تأیید قرار گرفت. پایایی^{۱۶} درونی این آزمون بر حسب آلفای کرونباخ ۰/۸۲ و پایایی اجرای مجدد آن ۰/۷۹ گزارش شده است. در نمونه این پژوهش، ضریب پایایی درونی ۰/۷۷ و ضریب پایایی از طریق اجرای مجدد (پس از یک ماه و روی ۲۵ زوج) ۰/۷۵ به دست آمده است.

مقیاس مهارت‌های ارتباطی^{۱۷} (نوران^{۱۸}، ۱۹۶۷): این آزمون شامل دو بخش کلامی (VC) و غیر کلامی (NVC) است. بخش کلامی دارای ۱۸ سؤال و بخش غیر کلامی دارای ۷ سؤال می‌باشد. نمره‌گذاری سؤال‌ها بر اساس انتخاب گزینه‌های هیچ‌وقت، به ندرت، گاه‌گاهی، اغلب، و همیشه و اختصاص نمرات ۱ تا ۵ به آنها صورت می‌گیرد. در نمره‌گذاری این آزمون، در ۹ سؤالی که از هر یک از زن و شوهر از کیفیت رابطه بین او و همسرش پرسیده می‌شود، نمره زن و شوهر به پرسشنامه یکدیگر منتقل می‌شود. روایی همزمان این پرسشنامه، بر اساس مقایسه آن با دو "ابزار مقیاس روابط زناشویی"^{۱۹} و "مقیاس ارتباط بنیادی"^{۲۰} مطلوب ارزیابی شده است. روایی تشخیصی این پرسشنامه بر اساس اجرای آن در گروهی از زوج‌های خشنود و گروهی از زوج‌های آشفته و مشاهده قدرت تشخیص اغلب سؤال‌های این مقیاس بر اساس آزمون مجذور کای تأیید شده است. برای استفاده از این آزمون در پژوهش حاضر و به منظور مقایسه میانگین‌های ارائه شده توسط مؤلف (نوران، ۱۹۶۷)، با میانگین‌های جامعه‌ای که این آزمون در صدد بررسی آنها است (دانشجویان متأهل ساکن در خوابگاه‌های متأهلین)، این پرسشنامه به صورت مقدماتی روی ۳۰ زوج دانشجویان از دانشگاه‌های مختلف شهر تهران اجرا شد. میانگین و انحراف معیار حاصل از این بررسی مقدماتی برای مردان ۸۹/۷ = SD، X و برای زنان ۹۰/۷ = X، SD = ۱۰/۸ به دست آمد.

14. conflict over child rearing
15. validity
16. reliability
17. Communication Skill inventory (CSI)
18. Navran, T.
19. Marital Relationship Inventory (Locke, H.J.)
20. Primary Communication Inventory

1. Marital satisfaction inventory-revised (MSI-R)
2. Snyder, D.K.
3. conventionalization
4. global distress
5. affective communication
6. problem-solving communication
7. aggression
8. time together
9. disagreement about finances
10. sexual dissatisfaction
11. role orientation
12. family history of distress
13. dissatisfaction with children

که اگر یک انحراف معیار بالاتر و پائین‌تر از میانگین را گروه قوی و ضعیف فرض کنیم، میانگین‌های ارائه شده توسط "نوران" کمتر از ۵ نمره بالاتر از میانگین‌های به دست آمده در این مطالعه است. میانگین و انحراف معیار اجرای نهایی این آزمون در نمونه اصلی نیز بسیار نزدیک به نتیجه بررسی مقدماتی است

که اگر یک انحراف معیار بالاتر و پائین‌تر از میانگین را گروه قوی و ضعیف فرض کنیم، میانگین‌های ارائه شده توسط "نوران" کمتر از ۵ نمره بالاتر از میانگین‌های به دست آمده در این مطالعه است. میانگین و انحراف معیار اجرای نهایی این آزمون در نمونه اصلی نیز بسیار نزدیک به نتیجه بررسی مقدماتی است

جدول ۱- میانگین و انحراف معیار نمره‌های مهارت‌های ارتباطی مردان، زنان و زوجین در عوامل کلامی، غیرکلامی، و کل آزمون (n=131)

متغیر	مردان میانگین (انحراف معیار)	زنان میانگین (انحراف معیار)
مهارت‌های کلامی	۶۶/۸۲ (۸/۰۰)	۶۶/۶۹ (۹/۱۳)
مهارت‌های غیر کلامی	۲۴/۷۸ (۳/۸۲)	۲۴/۸۱ (۳/۵۱)
مهارت‌های ارتباطی کل	۹۱/۶۰ (۱۰/۶۱)	۹۱/۵۵ (۱۰/۲۴)

زوجین محاسبه گردید (جدول ۲) به همبستگی‌های پیرسون نتایج نشان داد که بین عوامل کلامی، غیر کلامی و کل آزمون مهارت‌های ارتباطی در دو گروه مردان، زنان و زوجین همبستگی‌های معنادار $P < 0.01$ (۹۷٪ تا ۵۲٪) وجود دارد.

یافته‌ها
جدول ۱ شاخص‌های آماری آزمودنی‌ها را در مورد نمره‌های مهارت‌های ارتباطی نشان می‌دهد. برای بررسی فرضیه اول پژوهش ضرایب همبستگی (پیرسون) بین مهارت‌های ارتباطی

جدول ۲- ضرایب همبستگی پیرسون بین مهارت‌های ارتباطی مردان، زنان، و زوجین (n=132)

مقیاس	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱- مهارت‌های ارتباط کلامی مردان	-					
۲- مهارت‌های ارتباط غیر کلامی مردان	**۰/۵۵	-				
۳- مهارت‌های ارتباطی مردان کل	**۰/۹۹	**۰/۷۸	-			
۴- مهارت‌های ارتباط کلامی زنان	**۰/۵۹	**۰/۵۵	**۰/۶۴	-		
۵- مهارت‌های ارتباط غیرکلامی زنان	**۰/۵۲	**۰/۶۹	**۰/۶۴	**۰/۶۰	-	
۶- مهارت‌های ارتباطی زنان کل	**۰/۶۲	**۰/۶۴	**۰/۷۰	**۰/۹۷	**۰/۷۸	-
۷- مهارت‌های ارتباطی بین زوجین	**۰/۸۴	**۰/۷۶	**۰/۹۱	**۰/۸۸	**۰/۷۷	**۰/۹۳

**P<0.001

جدول ۳- آزمون t مستقل بین دو گروه زوجین دارای مهارت‌های ارتباطی قوی (۲۲زوج) و مهارت‌های ارتباطی ضعیف (۲۱زوج)

شاخص‌ها	میانگین گروه ضعیف	میانگین گروه قوی	انحراف معیار گروه ضعیف	انحراف معیار گروه قوی	تفاوت دو میانگین	خطای معیار تفاوت بین میانگین	t	P≤
قراردادگرایی	۲/۸۱	۱۵/۰۰	۴/۰۲	۳/۲۹	-۱۱/۱۹	۱/۱۴	۹/۸۴	۰/۰۰۰۱
ناخشنودی کلی	۲۳/۸۵	۲/۷۷	۹/۰۴	۲/۱۶	۲۱/۰۸	۱/۹۸	۱۰/۶۳	۰/۰۰۰۱
تبادل عاطفی	۱۵/۲۸	۳/۰۹	۵/۷۲	۱/۵۷	۱۲/۱۹	۱/۲۷	۹/۶۲	۰/۰۰۰۱
تبادل حل مسأله	۲۵/۳۳	۹/۱۳	۶/۱۷	۴/۲۲	۱۶/۲۰	۱/۶۲	۹/۹۹	۰/۰۰۰۱
پرخاشگری	۸/۰۰	۳/۰۰	۳/۸۴	۳/۴۲	۵/۰۰	۱/۱۱	۴/۵	۰/۰۰۰۱
زمان با هم بودن	۱۱/۸۱	۳/۵۴	۳/۲۵	۲/۴۴	۸/۲۷	۰/۸۸	۹/۳۹	۰/۰۰۰۱
مسائل مالی	۷/۹۵	۳/۰۹	۴/۴۴	۲/۷۴	۴/۸۶	۱/۱۲	۴/۳۴	۰/۰۰۰۱
مسائل جنسی	۱۱/۴۱	۴/۰۴	۴/۳۷	۲/۲۵	۷/۳۷	۱/۰۱	۷/۲۷	۰/۰۰۰۱
جهت‌گیری نقش	۹/۹۵	۱۲/۱۸	۴/۵۱	۳/۴۴	-۲/۲۳	۱/۲۳	۱/۸۲	۰/۰۵
تاریخچه مشکلات خانوادگی	۸/۵۲	۶/۷۷	۲/۴۰	۲/۶۰	۱/۷۵	۰/۷۶	۲/۳۰	۰/۰۲
عدم رضایت از فرزندان	۳/۴۲	۰/۵۹	۴/۲۵	۱/۴۳	۲/۸۳	۰/۹۶	۲/۹۶	۰/۰۰۰۱
تعارض درباره فرزندان	۴/۴۲	۰/۴۵	۴/۸۵	۱/۱۸	۳/۹۷	۱/۰۶	۳/۷۳	۰/۰۰۰۱

دومین فرضیه بیانگر بیشتر بودن رضایت زناشویی زوج‌های دارای مهارت‌های ارتباطی قوی نسبت به زوج‌های دارای مهارت‌های ارتباطی ضعیف است. برای واری این فرضیه از بین زوج‌ها، مواردی را که نمره آزمون مهارت‌های ارتباطی آنان یک انحراف استاندارد بالاتر و پایین‌تر از میانگین ($10/24 \pm 91/55$) بود به عنوان گروه‌های قوی و ضعیف انتخاب شدند. سپس تفاوت میانگین‌های آنان در مقیاس‌های مختلف آزمون رضایت زناشویی با آزمون t مستقل مورد بررسی قرار گرفت. نتیجه واری در جدول ۳ ارائه شده است.

چنان‌که ملاحظه می‌شود دو گروه زوجین دارای مهارت‌های ارتباطی قوی و ضعیف در مقیاس‌های پرسشنامه رضایت زناشویی تفاوت معناداری دارند. بنابراین، می‌توان ادعا کرد که سازگاری زناشویی زوج‌های دارای مهارت‌های ارتباطی قوی در تمامی مقیاس‌های آزمون رضایت زناشویی بیشتر از زوج‌های دارای مهارت‌های ارتباطی ضعیف است.

بحث

نتایج نشان داد که بین مهارت‌های ارتباطی در زوجین همبستگی معناداری وجود دارد یعنی می‌توان گفت که زوجین در زمینه مهارت‌های ارتباطی شبیه یکدیگرند. این یافته با نتایج سایر پژوهش‌ها که نشان می‌دهند زن و شوهرها در بسیاری از زمینه‌ها شبیه هم‌اند، مطابقت دارد. این شباهت‌ها نه تنها در ویژگی‌های جامعه شناختی - از قبیل سن، نژاد، مذهب، تحصیلات و طبقه اجتماعی - اقتصادی، بلکه در بسیاری از ویژگی‌های جسمانی از قبیل بلندی قد و رنگ چشم و ویژگی‌های روان‌شناختی نظیر هوش (روبین^۱، ۱۹۷۳) و نیز نگرش درباره رفتار جنسی و نقش‌های جنسیتی (باگاروزی^۲، ۲۰۰۱) و حتی برخی ویژگی‌های منفی، مانند دفاعی بودن و ارائه یک خود کاذب به دیگران (ستیر^۳، ۱۹۷۲) به چشم می‌خورد. همین آزمون فرضیه دوم پژوهش، نشان داد که میزان سازگاری زناشویی زوج‌های دارای مهارت‌های ارتباطی قوی، بیشتر از زوج‌های دارای مهارت‌های ارتباطی ضعیف است. و این تفاوت در اکثر زیر مقیاس‌های آزمون رضایت زناشویی مشاهده می‌شود. بیشترین تفاوت در زیر مقیاس "ناخشنودی کلی" مشاهده می‌شود که بیش از ۲۱ نمره است. این زیر مقیاس، بیانگر عدم رضایت کلی یا ناخشنودی و بدبینی

درباره آینده رابطه است. با توجه به نظر اسنایدر (۱۹۹۷) که معتقد است این زیر مقیاس بهترین شاخص برای بررسی ماهیت روابط زوجین به صورت کلی است، بنابراین می‌توان گفت که زوج‌های دارای مهارت‌های ارتباطی ضعیف اولاً به‌طور کلی از زندگی مشترکشان ناراضی‌اند و ثانیاً درباره دورنمای آینده روابطشان نیز بدبین‌اند. افزون بر این، در زیر مقیاس‌های تبادل عاطفی، تبادل حل مسأله، پرخاشگری، زمان با هم بودن، مسائل مالی، مسائل جنسی، تاریخچه مشکلات خانوادگی، نارضایتی از فرزندان و تعارض درباره فرزندان، اختلاف بین این دو گروه معنادار است. شاید بتوان از این یافته‌ها چنین نتیجه‌گیری کرد که مهارت‌های ارتباطی عامل بسیار مهمی است که تقریباً بر تمامی ابعاد زندگی زناشویی تأثیر می‌گذارد (بشارت، ۱۳۸۰) و وقتی زوجین در این مهارت‌ها ضعیف‌اند، باید انتظار بروز مشکلات در ابعاد گوناگون زندگی آنان را داشت. یک نکته قابل توجه در این یافته‌ها، بالاتر بودن میزان پرخاشگری در زوج‌های دارای مهارت‌های ارتباطی ضعیف است. این نتیجه با یافته برخی تحقیقات که نشان می‌دهند بین مهارت‌های ارتباطی ضعیف و اختلافات زناشویی با خشونت خانوادگی همبستگی وجود دارد، همخوان است. همچنین بر اساس این یافته‌ها، پرخاشگری کلامی در بسیاری موارد منجر به پرخاشگری جسمانی می‌شود (الری و همکاران، ۱۹۸۹). نکته دیگر در ارتباط با مقیاس تاریخچه مشکلات در خانواده اصلی است. اگر چه انتظار می‌رود در این مقیاس نباید رابطه‌ای بین خانواده زن و شوهر وجود داشته باشد، ولی حتی در همین خرده مقیاس نیز این دو گروه با یکدیگر متفاوت‌اند. یعنی گروه دارای مهارت‌های ارتباطی ضعیف نسبت به گروه دارای مهارت‌های ارتباطی قوی، موارد بیشتری را از اختلال و مشکل در روابط والدین و سایر اعضای خانواده اصلی شان ذکر کرده‌اند. این یافته با نتایج پژوهش‌هایی که نشان می‌دهند، فرزندان طلاق بیش از سایر افراد طلاق می‌گیرند (گلن و کرامر^۴، ۱۹۸۷)؛ و وجود پرخاشگری بین والدین منجر به افزایش روابط پرخاشگرانه در فرزندان آنان در دوران بزرگسالی می‌شود (ویدام^۵، ۱۹۸۹)؛ و نیز مشکلات تعاملی بین والدین منجر به ناتوانی فرزندان در برقراری ارتباط با فرزندانشان به عنوان افراد بزرگسال می‌شود (مارکمن و همکاران، ۱۹۸۸)؛ به نقل از هالفورد، ۲۰۰۳) هم سو است. به عنوان نتیجه‌گیری از این بخش می‌توان گفت، وجود مشکلات در خانواده اصلی افراد دارای مهارت‌های

1. Rubin, Z.
2. Bagarozzi, D.A.
3. Satir, V.M.

4. Glenn, N.D., & Kramer, K.B.
5. Widom, C.S.

صادق است که قاطعانه تصمیم گرفته‌اند به ازدواجشان خاتمه دهند (ایورسن و باکوم^۵، ۱۹۹۰).

می‌توان گفت که مهارت‌های ارتباطی به تنهایی نمی‌توانند باعث احساس خشنودی و رضایت از زندگی زناشویی شوند و زوجین و رابطه آنها باید واجد خصوصیات دیگری نیز باشند. این نکته را فاوورز^۶ (۱۹۹۸) معتقد است که این توافق در بین متخصصین و توده مردم وجود دارد که مفهوم کلیدی دوام ازدواج در گرو وجود و حفظ رضایت زناشویی است که آن نیز از یک ارتباط خوب نشأت می‌گیرد به همین خاطر خانواده درمانگران مهارت‌های ارتباطی را به منظور تقویت ازدواج به همسران می‌آموزند. اما مهارت‌های ارتباطی به تنهایی نمی‌توانند مؤثر باشند، مگر آنکه خوبی‌ها و فضایل سرنوشت‌ساز، مانند کنترل رفتار خود، جرأت و شهامت، دوست داشتن و بسیاری عوامل دیگر در زوجین وجود داشته باشد. این اظهارات، به درستی به تأثیر پای‌بندی به اخلاق و ارزش‌های معنوی در رضایت زناشویی اشاره می‌کند، مسأله‌ای که خود موضوعی بسیار مهم است و باید در پژوهش‌های دیگر به آن پرداخته شود.

در ارتباط با محدودیت‌ها، چون نمونه این پژوهش، دانشجویان متأهل شهرستانی ساکن در خوابگاه‌های متأهلین بوده‌اند، برای تعمیم نتایج آن به دانشجویان تهرانی و به‌خصوص مردم عادی باید جانب احتیاط رعایت شود. پیشنهاد می‌شود به‌خاطر اهمیت موضوع سازگاری زناشویی، این پژوهش در گروه زوج‌های عادی و مشکل‌دار به صورت یک طرح آزمایشی اجرا شود، به این صورت که ابتدا زوجین به دو گروه آزمایش و گواه تقسیم شوند، آنگاه به گروه آزمایش، این مهارت‌ها آموزش داده شود، سپس نتایج در هر دو گروه در زمینه افزایش سازگاری زناشویی مورد بررسی و مقایسه قرار گیرد.

مراجع

بشارت، محمد علی (۱۳۸۰). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و مشکلات زناشویی در زوجین نابارور. فصلنامه تازه‌های روان‌درمانی، ۱۹ و ۲۰، ۶۶-۵۵.

بشارت، محمدعلی؛ تاشک، آناهیتا؛ رضازاده، سید محمدرضا (۱۳۸۵). تبیین رضایت زناشویی و سلامت روانی بر حسب سبک‌های مقابله. روانشناسی معاصر، شماره ۱، ۵۶-۴۸.

ارتباطی ضعیف، گواه نقص این مهارت‌ها در بین والدین آنها است. در واقع چون این افراد الگوهای مناسبی نداشته‌اند این مهارت‌ها را به خوبی نیاموخته‌اند. در زیر مقیاس جهت‌گیری نقش، بر خلاف سایر خرده مقیاس‌ها، میانگین گروه دارای مهارت‌های ارتباطی قوی بیشتر است. در این باره دو نکته قابل ذکر است. اول این که این زیر مقیاس به خودی خود بیانگر مشکلات بین زوجین نیست، مگر آنکه نگرش زوجین درباره نقش‌های جنسیتی با یکدیگر ناهماهنگ باشد. این ناهماهنگی اغلب زمانی به وجود می‌آید که شوهر بیشتر به نقش‌های سنتی وفادار مانده اما زن به دنبال نقش‌های غیر سنتی است (کیم هالفورد، ۲۰۰۳). دوم، از آنجا که نمره‌گذاری در این خرده مقیاس، در جهت نقش‌های غیر سنتی است، بنابراین زوج‌های دارای مهارت‌های ارتباطی قوی در زمینه نقش‌های زناشویی و والدینی بیشتر مساوات طلب‌اند، و بالعکس زوج‌های دارای مهارت‌های ارتباطی ضعیف، بیشتر دارای نگرش سنتی‌اند. در این پژوهش فرضیه وجود همبستگی مثبت بین مهارت‌های ارتباطی و رضایت زناشویی مورد تأیید قرار گرفت. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که آموزش مهارت‌های ارتباطی رضایت زناشویی را افزایش می‌دهد. اما چنان که در مقدمه آمده بود پژوهش‌های مختلف نشان داده‌اند که آموزش مهارت‌های ارتباطی، فقط در نیمی از زوجها موجب افزایش رضایت زناشویی آنان می‌شود و در بقیه تأثیر چندانی نمی‌گذارد (فینی، ۱۹۹۹). در رابطه با این مسأله چند تبیین ارائه شده است، نخست: رابطه بین مهارت‌های ارتباطی و رضایت زناشویی، رابطه‌ای ساده و یک سویه نیست، بلکه کاملاً پیچیده است و به چندین عامل به عنوان متغیرهای "واسطه‌ای یا میانجی"^۱ مرتبط است که مهم‌ترین آنها آشفتگی^۲ زناشویی است. بر این اساس، در زوج‌های عادی با افزایش مهارت‌های ارتباطی، رضایت زناشویی افزایش می‌یابد، ولی در زوج‌های آشفته افزایش مهارت‌های ارتباطی با افزایش رضایت زناشویی همراه نیست (بورلسون و دنون^۳، ۱۹۹۷). یک تبیین دیگر که مشابه تبیین قبلی است بر این باور است که تأثیر مهارت‌های ارتباطی بر رضایت زناشویی، مشروط بر وجود پیوند عاطفی و عشق و علاقه است. در غیر این صورت مهارت‌های ارتباطی می‌تواند رابطه چندانی با رضایت زناشویی نداشته باشد (بارنس^۴ و همکاران، ۱۹۸۴؛ به نقل از آلدوس، ۱۹۹۶). این مسأله به‌خصوص در ارتباط با زوج‌هایی

1. mediator
2. distress
3. Burleson, B.R., & Denton, W.H.
4. Barnes, A

- Aldous, J. (1996). *Family Careers: rethinking the developmental perspective*. Sage Publication, Inc.
- Bagarozzi, D. A. (2001). *Enhancing intimacy in Marriage. A clinician's guide*. Brunner-Routledge.
- Beavers, W. R. (1985). *Successful marriage. A family systems approach to Couple therapy*. W.W.W. Norton, New York.
- Beck, A. T. (1988). *Love is never enough*. New York. Harper & Row.
- Bornstein, P. H; Bornstein, M. T. (1989). *Marital therapy: a behavioral communication approach*. New York: Pergamon Press.
- Burleson, B. R. & Denton, W. H. (1997). The relationship between communication skill and marital satisfaction: some moderating effects. *Journal of Marriage and the family*, 59, 884-902.
- Crash, M. G. Burton, T. Barlow, D. H. (1989). Relationships among measures of communication marital satisfaction and exposure during couples treatment of agoraphobia. *Journal of Behavior Research and Therapy*. Vol 27 (2): 131-140
- Crowe, M. & Ridley, J. (2000). *Therapy With couples: A behavioral-systems approach to couple relationship and sexual Problem*. Second Edition. Blackwell Science.
- Eysenck, M. W. (2000). *Psychology: A student's Handbook*. Psychology Press. A member of the Taylor & Francis group.
- Feeney, J. A. (1999). Adult romantic attachment and couple relationships In J. Cassidy; P. R. shaver (Eds.) *Handbook of attachment theory, research, and clinical application*. London. The Guilford press.
- Fowers, B. J. (1998). Psychology and the good marriage: Social theory as practice. *American Behavioral scientist*. Vol 41 (4): 516-541.
- Glenn, N. D., & Kramer, K. B. (1987). The marriages and divorces of the children of divorce. *Journal of Marriage and the family*, 49, 811-825.
- Goldenberg, I; Goldenberg, H. (1996). *Family Therapy: An overview*. Brooks/ Cole Publishing Company.
- Gordon, D. H; Coop, K. (1999). The interaction between marital standards and communication Pattern: How does it contributes to marital adjustment. *Journal of Marital and Family therapy*. Vol 25 (2). 211-233.
- Gottman, J. M. (1998). Psychology and the study of marital Processes. *Annual rev. Psychology*, 49: 169-197.
- Halford, W. K. (2003). *Brief therapy for couples: helping partners help themselves*. Chi Chester, UK: Wiley.
- Iverson, A. & Baucom, D. H. (1990). Behavioral marital therapy outcomes: alternate interpretation of the data. *Journal of Behavior therapy*. Vol 21 (1): 129-138.
- LittleJohn, S. W. (1996). *Theories of human communication*. Wadsworth Publishing Company.
- Murphy-Cullen, C. L; Larsen, L. C. (1984). Interaction between the socio-demographic variable of physicians and their patients: its impact upon patient satisfaction. *Journal of social & Medicine*. Vol 19 (2): 163-180.
- Navran, L. (1967). *Communication Skills Inventory (CSI)*. *Journal of Family Process*, 6, 173-184.
- O'Leary, K., Barling, J., Arias, I., Rosenbaum, A., Malone, J., & Tyree, A. (1989). Prevalence and stability of physical aggression between spouses: A longitudinal analysis. *Journal of consulting and clinical psychology*, 57, 263-268.
- Rubin, Z. (1973) *Linking and loving*. New York: Hot, Rinehart and Winston.
- Satir, V. M. (1972). *People making*. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
- Snyder, D. K. (1997). *Marital Satisfaction Inventory, Revised (MSI-R)*. Manual. Western Psychological services (WPS).
- Stuart, R. B. (1980). *Helping couples change*. Guilford Press, New York.
- Widom, C. S. (1989). Does violence be get violence? A Critical examination of the literature. *Psychological Bulletin*, 106, 3-28.