

Biannual Journal of Applied Counseling
2017, 7(1), 81-100
Received: 25 Oct 2016
Accepted: 18 Jul 2017
DOI:10.22055/jac.2017.19783.1342

دوفصلنامه مشاوره کاربردی
۱۰۰-۸۱، ۷(۱)، ۱۳۹۶
دریافت: ۹۵/۰۸/۰۴
پذیرش: ۹۶/۰۴/۲۷

ابعاد کیفیت زناشویی: بررسی پیش‌بینی‌کننده‌های مؤلفه‌های تعامل و شیوه‌های حل تعارض زناشویی

Dimensions of marital quality: Investigating the Predictors of marital interaction components and conflict resolution Styles

سیده فاطمه موسوی^۱ Seyyedeh Fatemeh Mosavi

Abstract

The current research administrated with the goal of studying the dimensions of marital interactions, conflict resolution styles in prediction marital quality in men and women of Qazvin City. The research is descriptive-correlation. 149 married women and 150 married men from five regions of Qazvin City were selected in two-stage sampling, and responded to the Revised Dyadic Adjustment Scale, Texas Tech Relationship Interaction Scale and Conflict Resolution Styles Questionnaire. The results showed that there was significant correlation between all the studied variables. The stepwise regression analysis also showed that exciting activities, salutary recognition, small-talks, and feedback of the components of marital interaction and conflicts involvement, adjustment and compatibility, avoidance and withdrawal of conflict resolution styles can be predict marital quality. Maintenance behaviors in interaction with spouse and take an appropriate style in conflict resolution can be considered as a guarantee of marital quality, and stability of couples.

Key words: Marital interaction, marital conflict, marital quality

چکیده

مطالعه‌ی حاضر با هدف بررسی ابعاد تعامل زناشویی و شیوه‌های حل تعارض‌های زناشویی در پیش‌بینی کیفیت زناشویی زنان و مردان متأهل انجام گرفت. پژوهش توصیفی-همبستگی است. ۱۴۹ زن و ۱۵۰ مرد متأهل از پنج منطقه شهر قزوین در دو مرحله نمونه‌گیری انتخاب شدند، و به مقیاس کیفیت زناشویی فرم تجدید نظر شده، مقیاس تعامل رابطه انجمن تگزاس و پرسشنامه شیوه‌های حل تعارض کردک پاسخ دادند. نتایج نشان داد که بین متغیرهای مورد مطالعه همبستگی معناداری وجود دارد. همچنین تحلیل رگرسیون گام به گام نشان داد که مؤلفه‌های تعامل فعالیت‌های هیجان‌انگیز، بازشناسی سودمند، مکالمات کوچک و بازخورد و از شیوه‌های حل تعارض درگیری در مسئله، سازگاری و انطباق، اجتناب و کناره‌گیری می‌توانند کیفیت زناشویی را پیش‌بینی کنند. رفتارهای نگهدارنده در تعامل با همسر و اتخاذ شیوه مناسب در حل تعارض‌های زناشویی ضامن کیفیت و ثبات زناشویی زوجین تلقی می‌شود.

واژه‌های کلیدی: تعامل زناشویی، تعارض زناشویی، کیفیت زناشویی

* استادیار گروه روانشناسی و علوم تربیتی پژوهشکده زنان دانشگاه الزهراء (ع)، تهران (نویسنده مسئول)

مقدمه

ما در مجموعه‌ای از روابط بسر می‌بریم، در این میان، تعامل با شرکای عاطفی چون همسر از اهمیت و محوریت خاصی برخوردار است، به گونه‌ای که کیفیت رابطه با زوج، تأثیرات زیادی بر سلامت جسمانی و روان‌شناختی فرد بجا می‌گذارد (روزبولت، هانون، استروکر و فینکل، ۲۰۰۵). کیفیت زناشویی^۱ مفهومی چندبعدی و شامل ابعاد گوناگون ارتباط زوجین مانند سازگاری، رضایت، شادمانی، انسجام و تعهد است (تروکسل^۲، ۲۰۰۶، به نقل از یوسفی، ۱۳۹۰) و لزوماً مفهومی مخالف اختلاف زناشویی نیست، بلکه مشکل از ابعاد مثبت (شامل شادکامی و تعاملات زناشویی مثبت) و ابعاد منفی (شامل تعارض‌ها و نگرش‌های منفی) است که در روابط بین زوجین وجود دارند (فینچام و بیچ، ۲۰۰۷). اهمیت اجتماعی مطالعات در خصوص چرایی و چگونگی تغییرات کیفیت زناشویی امری است که مجموعه‌ای از عوامل در آن دخالت دارند (برادبوری، فینچام و بیچ، ۲۰۰۰). برخی پژوهش‌ها بر نقض در مهارت‌های ارتباطی و نحوه‌ی تعاملات زوجین (هاید و دلماتور، ۲۰۰۸؛ مک‌دانیل، لویز و هولمز، ۲۰۱۰)، تعهد زناشویی (نولر و فیتزپاتریک، ۱۹۹۰)، سبک‌های تعاملات آموخته‌شده و ادراک از تعاملات همسر (گلدنبرگ و گلدنبرگ^۳، ۲۰۰۰؛ ترجمه: شاهی براوانی و نقشبندی، ۱۳۹۵)، سطح تعارض‌های موجود در روابط و چگونگی مدیریت آن (فروساکیس، ۲۰۱۰) متمرکز شده‌اند. اهمیت کیفیت زناشویی زمانی مشاهده می‌شود از بین تمام موقعیت‌های پرتنشی که مردم در زندگی خود با آن‌ها مواجه می‌شوند، طلاق و مشکلات زناشویی به ترتیب رتبه‌ی دوم و سوم را داراست (الیری، هیمن و جانگسما^۴، ۲۰۱۰؛ ترجمه: کیمیایی و باقریان‌نژاد، ۱۳۹۴). با این حال، پژوهش‌ها نشان می‌دهد از بین عوامل متعدد مرتبط با کیفیت زناشویی، دشواری‌های ارتباطی اگرچه تنها علت اختلاف‌های زناشویی نیست، اما نشان‌دهنده‌ی پربشانی در روابط همسران است و مشکلات موجود را تشدید می‌کند (برنشتاین و برنشتاین^۵، ۱۹۸۶؛ ترجمه: پورنایینی و منشی، ۱۳۸۹؛ نظری، ۱۳۸۶؛ گارمن، ۲۰۰۸؛ کاراهان، ۲۰۰۷)، طبق نظر فینچام و برادبوری (۱۹۸۷) کیفیت روابط زناشویی تابع نحوه تعامل زن و شوهر و شیوه‌های مقابله‌ی آن‌ها در موقعیت‌های تنش‌زای زندگی است، چرا که الگوهای ارتباطی ناکارآمد، موجب می‌شود مسائل مهم زندگی مشترک حل نشده باقی مانده و منبع تعارض تکراری در بین زوج‌ها شده (هالفورد^۶، ۲۰۰۱؛ ترجمه: تبریزی، اردکان و جعفری، ۱۳۸۷؛ اسدی شیشه‌گران، قمری و شیخ‌الاسلامی، ۱۳۹۵)، و موجب شروع تخریب تدریجی در سازگاری زوجین می‌شود (داگلاس، فریژر و داگلاس، ۱۹۹۵). صلاحیت‌ها و مهارت‌های همسران در برقراری تعاملات مثبت و مدیریت سازنده تعارض‌ها ارتباط معناداری با کیفیت زناشویی چون رضایت از رابطه، ایجاد حس اعتماد و کنترل دوجانبه، عشق و دوست‌داشتن دارد (کوپاچ و متر، ۱۹۹۴؛ بابایی گرمخانی، مدنی و

1. marital quality
2. Troxel
3. Goldenberg & Goldenberg
4. Oleary Heyman & Jongsma.
5. Bornstein & Bornstein.
6. Halford.

لواسانی، ۱۳۹۳). مطالعات بسیاری با هدف تعیین پیش‌بینی‌کننده‌های کیفیت زناشویی به این نتیجه رسیدند که زوجین با رضایت زناشویی بالا، از سازگاری بیش‌تری در زندگی برخوردارند. زوجین برخوردار از شیوه‌های کارکردی مناسب در خانواده چون مهارت‌های ارتباطی، ایفای نقش و حل تعارض دارای سازگاری زناشویی بالایی هستند (سامانی و بهبهانی، ۱۳۹۰؛ موسوی، ۱۳۹۲؛ ابراهیمی و جان بزرگی، ۱۳۸۷؛ امانی و لطافتی بريس، ۱۳۹۲). برادبوری، فینچام و بیچ (۲۰۰۰) و ماتلین^۱ (۲۰۱۱)؛ ترجمه: گنجی، ۱۳۹۰) در مطالعات خود به نقش تعیین‌کننده الگوهای رفتار تعارضی، مهارت‌های ارتباطی و درک متقابل، مهارت در حل بحران و توانایی زوجین برای حل مسئله در رضایت زناشویی پی بردند. پرون-مک‌گاورن و همکاران (۲۰۱۴) دریافتند میزان همدلی و رضایت از رابطه در زوجین بستگی به سبک حل تعارض در روابط زناشویی دارد. لاونر، کارنی و برادبری (۲۰۱۶) در مطالعه طولی با درگیر نمودن زوجین تازه ازدواج کرده در تعاملات مثبت و مؤثر به نقش دوسویه رضایت از رابطه و ارتباطات منجر به رضایت زناشویی آن‌ها پی بردند. از این‌رو، ارتباطات و تعاملات زناشویی پیش‌بینی‌کننده ی قوی کیفیت زناشویی محسوب می‌شود (گاتمن، ۱۹۹۴). یکی از رویکردهای مؤثر در مطالعه ارتباطات زناشویی، مطالعه «نگهداری و حفظ رابطه»^۲ است. نگهداری و حفظ رابطه به عنوان تلاشی توصیف می‌شود که توسط شرکای رابطه برای حفظ تعادلی پویا در رابطه فیما بین و پرهیز از مشکلات، بازسازی و اصلاح و ازسرگیری رابطه تخریب شده صورت می‌پذیرد تا رابطه را به سطح قابل قبول و رضایت‌بخشی برسانند، این رفتارهای نگهدارنده^۳، شامل برابری در رابطه، کنترل، دوست‌داشتن، گسترش رابطه، جستجوی نزدیکی و پیوستگی^۴ و حل تنش‌ها و مجادلات فیما بین است (کنری و استافورد، ۱۹۹۴)، دیتون و استافورد (۱۹۹۳) این دسته رفتارها را شامل رفتارهای راهبردی چون اطمینان^۵، مثبت‌گرایی^۶، گشودگی^۷ و رفتارهای معمول چون وظایف به اشتراک‌گذارده‌شده^۸، فعالیت‌های مشترک^۹ و استفاده از شبکه‌های اجتماعی می‌دانند. السون، دی‌فرین و اسکورگاند (۲۰۱۰) سه مفهوم کلیدی تعاملات زناشویی را در سه سازه‌ی انسجام^{۱۰}، انعطاف‌پذیری^{۱۱} و ارتباطات^{۱۲} معرفی نمودند. لوئیس و اسپانیر (۱۹۷۹) بر سه فرایند تعامل زناشویی، یعنی، توافق^{۱۳}، همبستگی و ابراز عاطفی تمرکز کرده، و بین ارتباط، مدیریت تعارض و

-
1. Matlin
 2. relationship maintenance
 3. maintenance behaviors
 - 4 .affinity seeking
 5. assurances
 6. positivity
 - 7 .openness
 - 8 .sharing tasks
 9. joint activities
 - 10 .cohesion
 - 11 .flexibility
 - 12 .communication
 - 13 .consensus

صمیمیت جنسی با رضایت زناشویی ارتباط قوی‌تری مشاهده نمودند. طبق نظر رایینسون (۱۹۹۱)، به نقل از شاموی، (۱۹۹۸) انواع توالی تعاملی در روابط زناشویی شامل مؤلفه‌های بازشناسی سودمند^۱ (ستایش و قدردانی همسران از هم به روش‌های کلامی و غیرکلامی)؛ نظرات سازنده ایگو^۲ (تمجید و ستودن همسر برای کارهایی که انجام می‌دهد و برای چیزی که هست)؛ توسعه ی خاطرات مشترک^۳ (به اشتراک‌گذارن منظم خاطرات گذشته)؛ فعالیت‌های هیجان‌انگیز^۴ (درگیری مشترک در فعالیت‌های لذت‌بخش)؛ بازخورد^۵ (نظارت و ایجاد تغییر در الگوهای تعامل و ارتباط در ازدواج) و مکالمات کوچک^۶ (صرف زمان برای گفتگو با همسر در مورد موضوعات کوچک) است. دی‌فرین و آسای (۲۰۰۷) شاخص‌های تعاملات سازنده را شامل قدردانی و مهربانی، تعهد^۷، ارتباطات مثبت، بهزیستی معنوی^۸، گذران اوقات مفرح با یکدیگر، توانایی مدیریت بحران و استرس ذکر می‌کنند. پژوهش‌های مختلف بر ارتباط این رفتارهای نگهدارنده با رضایت زناشویی، کیفیت زناشویی، توافق بین زوجین و ثبات در روابط زناشویی تأکید نمودند (فئل^۹، ۱۹۷۸، به نقل از شاموی، ۱۹۹۸؛ فایوکوت، تامیلسون، آرون و کاپراریلو، ۲۰۱۵؛ کولتر و ماولوف، ۲۰۱۳؛ آرون، لواندوسکی، ماشک و آرون، ۲۰۱۳). ویسر و ویگل (۲۰۱۶) نشان دادند که تعاملات زوجین مصالحه‌گر شامل پنج مولفه مثبت‌بودن، گشودگی، اعتماد و اطمینان، رابطه شبکه‌ای و فعالیت‌های زوجی است و پیش‌بینی‌کننده های رضایت زناشویی بیش‌تر است. وایل (۲۰۰۰) الگوهای تعاملاتی همسران را شبکه‌ای از تعاملات می‌داند که زوجین میان خود برقرار کرده و رفتارهای مشکل‌آفرین، صرفاً اجرای همان الگوها هستند. خانواده‌درمان‌گران بر این باورند که بیش‌تر این رفتارهای مسأله‌ساز علامتی برای نیاز به حل تعارض است. در چارچوب تعامل جاری، تعارض می‌تواند به عنوان تلاشی برای تغییر نظام زناشویی در نظر گرفته شود. بالارد-رسچ و ویگل (۱۹۹۹) دریافتند که در ازدواج‌های کارآمد نیز همچون ازدواج‌های بدکارکرد تعارض روی می‌دهد، بنابراین، راهبردهای حل تعارض می‌تواند به عنوان تلاشی سازنده یا غیرسازنده در جهت تغییر نظام زناشویی دیده می‌شود. محققان مختلف از راهبردهای اتخاذ شده توسط زوجین با عناوین متعددی چون الگوهای انزواگزینی متقابل^{۱۰}، سرزنش متقابل^{۱۱}، توقع/ انزواگزینی^{۱۲} (وایل، ۲۰۰۰)؛

1. salutary recognition
2. ego-building comments
3. expanding shared memories
4. exciting activities
5. feedback
6. small-talk
7. commitment
8. spiritual well-being
9. Fennel
10. mutual with drawal
11. mutual accusdtion
12. demandind-whit drawal

الگوهای سازنده متقابل^۱، توقع/کناره‌گیری^۲، الگوی اجتناب متقابل^۳ (کریستنسن و شنک، ۱۹۹۱)، سبک موثّق^۴، سبک متخاصم^۵، سبک اجتنابی^۶ (گاتمن، ۱۹۹۴) و سبک منفعل^۷، سبک تهاجمی^۸ و سبک جرأت‌مندانه^۹ (اولسون، اولسون-سیگ و لارسون، ۲۰۰۸) یاد کرده‌اند. اشروودت، ویت و شیمکواسکی (۲۰۱۴) در فرا-تحلیل خود دریافتند الگوی توقع/کناره‌گیری در روابط زناشویی زوجین دارای تعارض اندازه اثر متوسط است. الگوی اجتناب از تعارض نیز اگرچه به عنوان یک راهبرد مدیریتی غالب در بسیاری از روابط توسط طرفین رابطه اتخاذ می‌شود و در برخی روابط به عنوان الگوی مؤثر در روابط تعارض‌آمیز عمل می‌کند (رولوف و رایت، ۲۰۱۵)، با این حال، اورال، فلچر، سیمپسون و فیلو (۲۰۱۵) دریافتند زوجین در الگوی اجتنابی تعارض رفتارهای خصمانه و دفاعی بیشتری در زندگی روزانه و در حین مشاجرات خود نسبت به شریک زندگی‌شان نشان می‌دهند. تحقیقات مختلف نشان داده است زوجین با سبک موثّق یا قانون‌مند که از راهبردهای سازنده‌ی حل تعارض و الگوهای تعاملی مثبتی در روابط خود بهره می‌گیرند از کیفیت بالاتری در روابط زناشویی برخوردارند، ارتباطات مثبتی با یکدیگر برقرار می‌کنند، رضایت زناشویی بالایی دارند و از ثبات بیشتری در زندگی بهره می‌برند (هلمن و جارویس، ۲۰۰۳؛ عسکری، نوا، حسن و بابا، ۲۰۱۲؛ برتونی و بودنمن، ۲۰۱۰؛ مظاهری، کیقبادی، فقیه‌ایمانی، قشنگ و پاتو، ۱۳۸۰؛ فاتحی‌زاده و احمدی، ۱۳۸۴؛ شامحمدی قهساره، درویره و پورشهریاری، ۱۳۸۷؛ اسدی، نظری و ثنایی، ۱۳۸۸؛ دیباجی‌فروشان، امامی‌پور و محمودی، ۱۳۸۸؛ کشاورزافشار، اسدی، جهان‌بخشی و خاص‌محمدی، ۱۳۹۰؛ هنرپروران، قادری و قبادی، ۱۳۹۰؛ فتحی‌اقدم، احدی، جمهری و فرخی، ۱۳۹۰؛ گاتمن و کروکاف، ۱۹۸۹؛ اعتمادی، امین‌جعفری و شاه‌سیاه، ۱۳۹۳؛ جاویدی، سلیمانی، احمدی و صمدزاده، ۱۳۹۲؛ ویلر، آپدگراف و ثایر، ۲۰۱۰؛ اشمیت، کلیگل و شاپیرو، ۲۰۰۷؛ ریدلی، ویلهلم و سورا، ۲۰۰۱).

مطابق آخرین آمار گزارش‌شده استناداری قزوین (۱۳۹۵) بیش‌ترین آمار طلاق مربوط به زنان و مردانی است که بین ۴ تا ۱۰ سال از ازدواج مشترک آن‌ها گذشته است. چندین برابر این ارقام را می‌بایست شامل اختلاف‌های حاد و مزمن زناشویی و انواع ناسازگاری‌هایی دانست که خانواده‌های بسیاری را وادار می‌سازد تا عمری را با نفرت، کراهت، اضطراب و دغدغه خاطر بسر ببرند. موسوی (۱۳۹۳) نشان داد که احتمال وقوع طلاق در سه سال آینده در شهر قزوین ۲۲ درصد است. با این حال،

1. mutual productive pattern
2. demand-withdraw pattern
3. demandind-whit drawal
4. validating style
5. volatile style
6. avoidant style
7. passive style
8. aggressive style
9. assertive style

مطابق با تحقیقات یادشده، وجود یا فقدان تعارض‌ها نیست که تعیین‌کننده کیفیت ازدواج است، بلکه نوع تعاملات زوجین و کیفیت مدیریت موقعیت‌های تعارض‌آمیز تعیین‌کننده کیفیت رابطه زناشویی است. این تعارض‌های زناشویی مستمر از یک سو و شیوه ناکارآمد تعاملات زناشویی در حل آن‌ها از سوی دیگر با گذشت زمان منجر به فروپاشی روابط زوجین می‌گردد. بنابراین، این پژوهش با هدف پاسخگویی به دو سوال زیر انجام گردید: ۱- آیا بین مؤلفه‌های تعامل زناشویی، شیوه‌های حل تعارض و کیفیت زناشویی رابطه وجود دارد؟ و ۲- مؤلفه‌های تعامل زناشویی و شیوه‌های حل تعارض چه سهمی در پیش‌بینی کیفیت زناشویی زنان و مردان متأهل دارند؟

روش

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی است. جامعه‌ی این پژوهش شامل کلیه زنان و مردان متأهل ساکن شهر قزوین بودند که ۲۹۹ شرکت‌کننده (۱۴۹ زن و ۱۵۰ مرد) بر اساس ملاک‌های ورود طول مدت ازدواج بیش از یک‌سال، داشتن سواد کافی و شرکت داوطلبانه و نداشتن این ملاک‌ها به عنوان ملاک‌های خروج انتخاب شدند. بدین ترتیب برای انتخاب نمونه‌ای از همه مناطق شهر قزوین (جنوب، غرب، شرق، شمال و مرکز شهر) با تنوع طبقه اقتصادی-اجتماعی، بر اساس نقشه آماری شهر قزوین، از میان ۲۶۰ محله موجود، ۱۰ محله (از هر منطقه ۲ محله) به روش خوشه‌ای تصادفی انتخاب گردید، سپس از هر محله زنان و مردان متأهلی که حائز ملاک‌های فوق بودند، برگزیده شدند.

ابزار اندازه‌گیری

مقیاس کیفیت زناشویی فرم تجدیدنظر شده^۱ (RDAS). این مقیاس توسط باسی، کریستنسن، کرین و لارسن (۱۹۹۵) تدوین شده و دارای ۱۴ ماده در سه خرده‌مقیاس توافق، رضایت و انسجام زناشویی است، که ماده‌ها در یک طیف لیکرت ۶ تبه‌ای (۰= همیشه اختلاف تا ۵= توافق دائم) مرتب شده‌اند. نمره‌های بالاتر در این مقیاس نشان‌دهنده کیفیت زناشویی بالاست. یوسفی (۱۳۹۰) ضرایب آلفای کرونباخ و روش تنصیف این مقیاس ۰/۹۲ و ۰/۸۹ و روایی همگرای آن با پرسشنامه رضایت زناشویی لاک و والاس^۲، ارزیابی همبستگی زوجی^۳ و مقیاس سازگاری دونفره^۴ به ترتیب ۰/۳۶، ۰/۳۳ و ۰/۳۶ گزارش کرده است. در پژوهش حاضر، ضرایب پایایی آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌های توافق ۰/۷۴، رضایت ۰/۸۲ و انسجام ۰/۷۵ محاسبه گردید.

1. Revised Dyadic Adjustment Scale
2. Locke-Wallace Marital Adjustment Test
3. Dyadic Cohesion Evaluation
4. Dyadic Adjustment Scales

مقیاس تعامل در رابطه دانشگاه فن‌آوری تگزاس^۱ (TTRIS).

ماده و ۶ خرده‌مقیاس بازشناسی سودمند، نظرات سازنده‌ی ایگو، توسعه‌ی خاطرات مشترک، فعالیت‌های هیجان‌انگیز، بازخورد و مکالمات کوچک است، که ماده‌های آن در یک طیف لیکرت ۶ رتبه‌ای از ۱ (کاملاً مخالف) تا ۶ (کاملاً موافق) مرتب شده‌اند. شاموی (۱۹۹۸) ضرایب آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌های نظرات سازنده ایگو ۰/۸۵، بازشناسی سودمند ۰/۹۰، توسعه‌ی خاطرات مشترک ۰/۸۳، فعالیت‌های هیجان‌انگیز ۰/۸۷، بازخورد ۰/۸۰ و مکالمات کوچک ۰/۸۶ گزارش داده‌است. این مقیاس قادر است بین نمونه‌های بالینی و غیربالینی و بین دو گروه از زوجین دارای تعارض‌های زناشویی و بدون تعارض تمایز ایجاد کند (شاموی، ۱۹۹۸). در پژوهش حاضر، ضرایب آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌های بازشناسی سودمند ۰/۹۱، نظرات سازنده‌ی ایگو ۰/۵۳، توسعه‌ی خاطرات مشترک ۰/۷۸، فعالیت‌های هیجان‌انگیز ۰/۷۲، بازخورد ۰/۷۲ و مکالمات کوچک ۰/۷۲ محاسبه گردید.

پرسشنامه سبک‌های حل تعارض^۲ (CRSI).

این پرسشنامه توسط کردک^۳ (۱۹۹۴) در دو نسخه‌ی گزارش فردی (گزارش پاسخ‌گو مورد شیوه‌های حل تعارض خود هنگام بروز تعارض‌های زناشویی) و گزارش شریک زندگی (نظر پاسخ‌گو در مورد شیوه‌ی حل تعارض همسر) تدوین شده و هر یک از دو نسخه شامل ۱۶ ماده هستند و چهار شیوه حل تعارض حل مسئله به شیوه مثبت، درگیری در تعارض، کناره‌گیری و انطباق (سازگاری) را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. ماده‌های این پرسشنامه در یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (۱=هرگز تا ۵=همیشه) مرتب شده‌اند و حداقل و حداکثر نمره هر سبک حل تعارض به ترتیب ۴ و ۲۰ می‌باشد. خدایی، زارع، علیپور و شکری (۱۳۹۴) ضرایب آلفای خرده‌مقیاس‌های سبک حل تعارض حل مسئله به شیوه مثبت ۰/۷۹، کناره‌گیری ۰/۸۰، انطباق ۰/۷۳ و درگیری در تعارض ۰/۷۰ بدست آورده‌اند. در پژوهش حاضر، ضرایب آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌های سبک حل تعارض حل مسئله به شیوه مثبت ۰/۶۴، کناره‌گیری ۰/۴۶، انطباق ۰/۵۳ و درگیری در تعارض ۰/۷۳ بدست آمد.

روند اجرای پژوهش

با رعایت متغیرهای جنسیت، طول‌مدت ازدواج افراد شرکت‌کننده و طبقه اقتصادی-اجتماعی، شهر قزوین به ۵ بخش شرق، غرب، مرکز، شمال و جنوب و ۲۶۰ منطقه تقسیم گردید، پس از مشخص کردن محله‌های مورد نظر طبق نقشه جمعیتی شهر قزوین (مرکز آمار ایران-شهر قزوین) و توزیع پرسشنامه‌ها بین پرسشگران آموزش‌دیده صدا و سیمای مرکز قزوین و توجیه آن‌ها در خصوص نحوه تکمیل پرسشنامه‌ها، با مراجعه به منازل، پیدا کردن نمونه موردنظر، جلب موافقت آن‌ها برای شرکت در تحقیق و دادن اطمینان برای محرمانه‌بودن پاسخ‌های زنان و مردان متأهل ساکن شهر انتخاب گردیدند.

1. Texas Tech Relationship Interaction Scale (TTRIS)
2. Conflict Resolution Styles Inventory
3. Kurdek

تجزیه و تحلیل داده ها

در این پژوهش از روش های آماری توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون مرحله‌ای) برای پاسخگویی به سوال های پژوهش با توجه به نرم افزار آماری SPSS-۲۰ استفاده گردید.

یافته‌ها

دامنه سن شرکت کننده ها ۱۸ تا ۵۶ سال، دامنه سن ازدواج ۱۶ تا ۳۷ و با طول مدت ازدواج ۲ تا ۲۰ سال بود.

جدول ۱

ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	توافق زناشویی	رضایت زناشویی	انسجام زناشویی
حل مسئله به شیوه سازنده (گ.ف) ^۱	** / ۰.۲۴	** / ۰.۲۱	** / ۰.۴۱
حل مسئله به شیوه سازنده (گ.ه) ^۲	** / ۰.۴۰	** / ۰.۲۰	** / ۰.۴۰
اجتناب و کناره گیری (گ.ف)	** / ۰.۱۷-	** / ۰.۲۰-	۰ / ۰.۸-
اجتناب و کناره گیری (گ.ه)	** / ۰.۲۱-	** / ۰.۲۳-	۰ / ۰.۳-
سازگاری و انطباق (گ.ف)	۰ / ۰.۴-	۰ / ۰.۶-	۰ / ۰.۸
سازگاری و انطباق (گ.ه)	* / ۰.۱۳	۰ / ۰.۱-	** / ۰.۱۷
درگیری در مسئله (گ.ف)	** / ۰.۳۰-	** / ۰.۴۲-	۰ / ۱-
درگیری در مسئله (گ.ه)	** / ۰.۴۶-	** / ۰.۴۳-	** / ۰.۲۱-
بازشناسی سودمند	** / ۰.۵۵	** / ۰.۶۰	** / ۰.۵۰
نظرات سازنده ایگو	** / ۰.۵۰	** / ۰.۵۴	** / ۰.۴۴
توسعه خاطرات مشترک	** / ۰.۵۶	** / ۰.۵۷	** / ۰.۴۵
فعالیت های هیجان انگیز	** / ۰.۵۸	** / ۰.۵۹	** / ۰.۵۶
بازخورد	** / ۰.۴۸	** / ۰.۴۳	** / ۰.۳۸
مکالمات کوچک	** / ۰.۵۶	** / ۰.۵۰	** / ۰.۵۱
	**P / ۰.۰۱		*P / ۰.۰۵

جدول ۱ نشان می‌دهد، که بین مؤلفه‌های کیفیت زناشویی (توافق، رضایت و انسجام زناشویی) با سبک حل مسئله به شیوه سازنده در دو گزارش فردی و همسر همبستگی مثبت و معنادار، با سبک اجتناب-کناره‌گیری، سازگاری و درگیری در مسئله همبستگی منفی و معنادار و بین توافق، رضایت و انسجام زناشویی و مؤلفه‌های تعامل زناشویی (بازشناسی سودمند، نظرات سازنده ایگو، توسعه خاطرات مشترک، فعالیت‌های هیجان‌انگیز، بازخورد و مکالمات کوچک) همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد.

دامنه مقادیر ضریب تحمل^۱ متغیرهای پیش‌بین از ۰/۲۷ تا ۰/۷۳ و دامنه مقادیر عامل تورم واریانس^۲ (VIF) آنها از ۱/۴۰ تا ۳/۷۲ بیانگر تایید مفروضه عدم هم‌خطی و هم‌خطی چندگانه^۳ است (میرز، گامست و گارینو، ۲۰۰۶). نتایج تحلیل رگرسیون مرحله‌ای در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲

نتایج رگرسیون مرحله‌ای برای پیش‌بینی کیفیت زناشویی

گام‌ها	پیش‌بینی‌کننده‌ها	R	R ²	B	t	p
۱	فعالیت‌های هیجان‌انگیز	۰/۷۱	۰/۵۰	۱/۲۰	۰/۷۱	۰/۰۰۱
۲	فعالیت‌های هیجان‌انگیز	۰/۷۵	۰/۵۶	۰/۴۷	۸/۸۳	۰/۰۰۱
	بازشناسی سودمند			۰/۶۴	۶/۸۹	۰/۰۰۱
۳	فعالیت‌های هیجان‌انگیز	۰/۷۷	۰/۵۹	۰/۴۴	۸/۵۴	۰/۰۰۱
	بازشناسی سودمند			۰/۵۲	۵/۳۷	۰/۰۰۱
۴	درگیری در مسئله (ه.گ)	۰/۷۸	۰/۶۰	-۰/۵۲	-۴/۲۵	۰/۰۰۱
	فعالیت‌های هیجان‌انگیز			۰/۶۴	۶/۵۳	۰/۰۰۱
	بازشناسی سودمند			۰/۴۵	۴/۳۵	۰/۰۰۱
	درگیری در مسئله (ه.گ)			-۰/۴۷	-۳/۸۱	۰/۰۰۱
۵	مکالمات کوچک	۰/۷۸	۰/۶۰	۰/۲۴	۲/۴۸	۰/۰۰۱
	فعالیت‌های هیجان‌انگیز			۰/۶۱	۶/۳۳	۰/۰۰۱
	بازشناسی سودمند			۰/۴۵	۴/۴۸	۰/۰۰۱
	درگیری در مسئله (ه.گ)			-۰/۴۷	-۳/۸۹	۰/۰۰۱
	مکالمات کوچک			۰/۲۴	۲/۵۶	۰/۰۰۱
۶	سازگاری و انطباق (ه.گ)	۰/۷۹	۰/۶۱	۰/۲۸	۲/۴۵	۰/۰۰۱
	فعالیت‌های هیجان‌انگیز			۰/۶۰	۶/۱۸	۰/۰۰۱
	بازشناسی سودمند			۰/۴۹	۴/۷۷	۰/۰۰۱
	درگیری در مسئله (ه.گ)			-۰/۴۰	-۳/۲۰	۰/۰۰۱
	مکالمات کوچک			۰/۲۳	۲/۳۶	۰/۰۰۱
	سازگاری و انطباق (ه.گ)			۰/۳۷	۳/۰۹	۰/۰۰۱
۷	اجتناب و کناره‌گیری (ه.گ)	۰/۷۹	۰/۶۲	-۰/۳۱	-۲/۳۰	۰/۰۰۱
	فعالیت‌های هیجان‌انگیز			۰/۶۳	۶/۴۲	۰/۰۰۱
	بازشناسی سودمند			۰/۵۱	۴/۹۹	۰/۰۰۱
	درگیری در مسئله (ه.گ)			-۰/۴۵	-۳/۵۳	۰/۰۰۱
	مکالمات کوچک			۰/۳۴	۳/۰۴	۰/۰۰۱
	سازگاری و انطباق (ه.گ)			۰/۳۷	۳/۰۹	۰/۰۰۱
	اجتناب و کناره‌گیری (ه.گ)			-۰/۳۰	-۲/۲۷	۰/۰۰۱
بازخورد	-۰/۲۰	-۱/۹۹	۰/۰۰۱			

1. tolerance
2. variance inflation factor
3. multicollinearity

همان‌گونه که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، تحلیل رگرسیون (روش گام به گام) در گام اول نشان داد که متغیر فعالیت‌های هیجان‌انگیز به تنهایی ۵۰٪ از واریانس را پیش‌بینی می‌کند $[R^2 = ۰/۰۰۱, p = ۳۰۷/۱۹, F(۱, ۲۹۹) = ۰/۵۰]$ ، در گام دوم، متغیر بازشناسی سودمند که وارد معادله گردید فقط ۶ درصد به واریانس اضافه نموده است $[R^2 = ۰/۵۶, F(۲, ۲۹۸) = ۱۹۵/۸۱, p = ۰/۰۰۱]$ ، در گام سوم، متغیر درگیری در مسئله (گ.ه) به صورت منفی به همراه دو متغیر قبلی به تنهایی فقط ۳ درصد به واریانس کیفیت زناشویی اضافه نموده است $[R^2 = ۰/۵۹, F(۳, ۲۹۷) = ۱۴۴/۰۶, p = ۰/۰۰۱]$ ، در گام چهارم، متغیر مکالمات کوچک به همراه سه متغیر دیگر فقط ۱ درصد به واریانس متغیر کیفیت زناشویی اضافه نموده است $[R^2 = ۰/۶۰۹, F(۴, ۲۹۶) = ۱۱۱/۴۶, p = ۰/۰۰۱]$ ، در گام پنجم، متغیر سازگاری و انطباق (گ.ه) به همراه چهار متغیر دیگر سهمی در تبیین واریانس کیفیت زناشویی ندارد $[R^2 = ۰/۶۱۶, F(۵, ۲۹۵) = ۹۱/۸۷, p = ۰/۰۰۱]$ ، در گام ششم، متغیر اجتناب و کناره‌گیری (گ.ه) به صورت منفی به همراه پنج متغیر قبلی فقط ۱ درصد به واریانس متغیر کیفیت زناشویی اضافه نموده است $[R^2 = ۰/۶۲, F(۶, ۲۹۴) = ۷۸/۶۱, p = ۰/۰۰۱]$ ، در گام هفتم و نهایی، متغیر بازخورد به همراه شش متغیر قبلی فقط ۱ درصد تغییرات کیفیت زناشویی را تبیین می‌کند $[R^2 = ۰/۶۲, F(۷, ۲۹۳) = ۶۱/۶۳, p = ۰/۰۰۱]$ ، در کل، نتایج رگرسیون نشان می‌دهد که دو متغیر پیش‌بین فعالیت‌های هیجان‌انگیز $(t = ۰/۳۷, P < ۰/۰۰۱)$ و بازشناسی سودمند $(t = ۴/۹۹, P < ۰/۰۰۱)$ ، بیشترین سهم را در پیش‌بینی کیفیت زناشویی دارند.

بحث

مشکلات ارتباطی بین زوجین از رایج‌ترین مشکلات بین زوجین معرفی شده است، بنابراین، روابط خانوادگی فشرده‌ترین موقعیت را برای تعارض‌های بین فردی به‌ویژه تعارض‌های زناشویی فراهم می‌سازد، از آنجایی که تعارض در روابط صمیمی امری طبیعی بوده، تعاملات زوجین زمینه‌های بی‌شماری را برای تعارض فراهم می‌کند. تعارض‌های زناشویی شدید از یک سو و شیوه‌ی ناکارآمد تعاملات زناشویی پیامدهای ناگواری در پی دارد که شایع‌ترین جلوه آن، نارضایتی، عدم توافق، ناپایداری و سرانجام فروپاشی روابط زوجین است. تحقیقات نشان می‌دهد که وجود یا عدم تعارض به تنهایی عاملی نیست که کیفیت ازدواج را تعیین می‌کند، بلکه نوع تعاملات زوجین و کیفیت مدیریت موقعیت‌های تعارض‌آمیز است که تعیین‌کننده‌ی کیفیت رابطه زناشویی است. نتایج این پژوهش با هدف بررسی رابطه‌ی مؤلفه‌های تعامل زناشویی و شیوه‌های حل تعارض با کیفیت زناشویی نشان داد از میان متغیرهای مورد بررسی، یعنی، مؤلفه‌های تعامل زناشویی (بازشناسی سودمند، نظرات سازنده‌ی ایگو، توسعه‌ی خاطرات مشترک، مکالمات کوچک، بازخورد و فعالیت‌های هیجان‌انگیز) با ابعاد کیفیت زناشویی (شامل توافق، انسجام و رضایت زناشویی) رابطه‌ی معناداری وجود دارد، که این یافته‌ها با نتایج مطالعات کویاچ و متز (۱۹۹۴)، بابایی گرمخانی و همکاران (۱۳۹۳)، سامانی و بهبهانی (۱۳۹۰)، ابراهیمی و جان

بزرگی (۱۳۸۷)، امانی و لطافتی بریس (۱۳۹۲)، پرون-مک‌گاورن و همکاران (۲۰۱۴) و لاونر و همکاران (۲۰۱۶) همسوست. اولسون و همکاران (۲۰۰۸) بر این باورند که مهارت‌های ارتباطی مثبت چون همدلی، دقیق گوش کردن و ارائه نظرات حمایت‌کننده، خانواده و زوج را در بیان نیازهای در حال تغییر و نیز اولویت‌های آنان در ارتباط با همبستگی و انطباق‌پذیری توانا می‌سازد. این مهارت‌های مثبت چون فرستادن پیام‌های روشن، همدلی، جملات حمایت‌کننده و مهارت‌های حل مسئله بر رضایت و انسجام رابطه زوجین مؤثر بوده، مهارت‌های ارتباطی منفی شامل مواردی چون فرستادن پیام‌های ناهماهنگ و فاقد صلاحیت اعلام کردن طرف دیگر، فقدان همدلی، بیان جملات غیرحمایتی و انتقادات، مهارت‌های ضعیف حل مسئله و پیام‌های متناقض چون بن‌بست دوسویه، توانایی زوجین و اعضای خانواده را برای بیان احساسات به حداقل می‌رساند. نتایج همچنین نشان داد که بین شیوه‌های حل تعارض (شامل حل مسئله به شیوه‌ی سازنده، سازگاری و انطباق، اجتناب و کناره‌گیری، درگیری در مسئله) با ابعاد کیفیت زناشویی (شامل توافق، انسجام و رضایت زناشویی) همبستگی معناداری وجود دارد، که با نتایج مطالعات داگلاس و همکاران (۱۹۹۵)، اسدی شیشه‌گران و همکاران (۱۳۹۵)، برادبری و همکاران (۲۰۰۰) و اشروود و همکاران (۲۰۱۴) هم راستا است. پژوهش‌ها تأیید می‌کنند که ناخشنودی زناشویی، به‌ویژه، هنگامی که زوجین درباره‌ی اختلاف‌هایشان به رفتار متقابل با یکدیگر می‌پردازند، با کاستی‌های ارتباطی آشکاری همراه است (برنشتاین و برنشتاین، ۱۹۸۶؛ ترجمه: پورنایینی و منشی، ۱۳۸۹). طبق رویکرد نگهداری و حفظ رابطه که با برابری در رابطه، توسعه‌ی رابطه، جستجوی نزدیکی و پیوستگی و حل تنش‌ها و مجادلات فی‌مابین مشخص می‌شود، زوجین در رابطه‌ی فی‌مابین تعادلی پویا برقرار نموده، پس از بروز مشکلات و تعارض‌ها، اقدام به بازسازی، اصلاح و از سرگیری رابطه‌ی تخریب شده می‌کنند تا رابطه را به سطح قابل قبول و رضایت‌بخشی برسانند. طبق یافته‌های مطالعات گاتمن و کروکاف (۱۹۸۹)، ریدلی و همکاران (۲۰۰۱) و اشمیت و همکاران (۲۰۰۷) نیز برخی ویژگی‌های روابط بین زوجین چون منفی‌گرایی و مبادله‌ی خشم، کارکرد زناشویی و کیفیت زناشویی را به‌طور منفی پیش‌بینی می‌کند. در همین راستا کردک (۱۹۹۵) دریافت که رضایت زناشویی همسران با فراوانی استفاده از راهبردهای سازنده‌ی حل تعارض چون توافق، مصالحه و شوخ‌طبعی و به شکل منفی با راهبردهای مخرب حل تعارض چون درگیری در تعارض، کناره‌گیری و حالت تدافعی خصوصاً زمانی که زن خود را غالباً در تعارض درگیر و مرد کناره‌گیری می‌کند، ارتباط نیرومندی دارد. اورال و همکاران (۲۰۱۵) دریافتند که در الگوی حل تعارض از نوع اجتنابی رفتارهای خصمانه و دفاعی بیش‌تری در زندگی روزانه از سوی زوجین مشاهده می‌شود. در حل تعارض به شیوه حل مسئله، همسران هدفمندانه به یکدیگر گوش فراداده، از یکدیگر حمایت می‌کنند. هنگام بحث بر سر موضوع‌های دشوار، آرام و خونسردند، به یکدیگر اجازه می‌دهند که از هیجان‌ها و عقاید هم‌باخبر شوند و عدم موافقت خود را با تشریح دیدگاه‌های خود در مورد موضوع نشان می‌دهند. این همسران قادرند از احساس خودخواهی به نفع حفظ رابطه‌ی پایدار گذشت و فداکاری از خود نشان دهند. طبق نظر گاتمن (۱۹۹۴) این شیوه‌ی حل تعارض، فضایی را به وجود

می‌آورد که طی آن زوجین یک رابطه‌ی رضایت‌آمیز و باثبات را تداوم می‌بخشند، این امر از طریق به‌کارگیری راهبردهایی برای دوری گزیدن از تعارض مخرب و پرداختن به تعاملات مثبت روی می‌دهد. تحقیقات اخیر نشان داده است که فعالیت بحث و مذاکره، گستره‌ای از هیجانات را فعال می‌کند که موجب برانگیختگی سطوح بالای گرمی و حمایت در همسر می‌گردد (فاتحی‌زاده و احمدی، ۱۳۸۴؛ اسدی و همکاران، ۱۳۸۸؛ فتحی‌ا قدم، و همکاران، ۱۳۹۰، ریدلی و همکاران، ۲۰۰۱؛ ویلر و همکاران، ۲۰۱۰). همچنین رفتارهای گرم و حمایت‌آمیز رابطه‌ی بین رفتار تعارضی و فروپاشی بعدی را تعدیل می‌کند. طبق دیدگاه کان (۱۹۹۰) برای تأثیرات مثبت شیوه‌های مؤثر حل تعارضات زناشویی سه دلیل عمده قابل ذکر است، اول این که الگوهای مؤثر مثبت‌تر از الگوهای مخرب بوده، دوم این که این الگوها موجب افزایش و تقویت صمیمیت زناشویی گردیده، سوم این که این الگوها با احتمال بیش‌تری منجر به حل مسئله گردیده، بنابراین، تنش‌های موجود در روابط زناشویی را کاهش می‌دهند. از این روی، در تعاملات زناشویی، تعارض زناشویی به عنوان مکانیسم بازخورد اضافی عمل می‌کند که بر تعاملات آینده روابط زناشویی تأثیر گذارده، منجر به رضایت زناشویی بیش‌تر در زوجین می‌گردد. از آنچه گفته شد نتیجه می‌شود زوجین با سبک حل مسئله به شیوه‌ی سازنده، از کیفیت بالاتری در روابط زناشویی برخوردار بوده، ارتباطات مثبتی با یکدیگر برقرار نموده، رضایت زناشویی بالایی دارند و زندگی خود را دارای ثبات بیش‌تری قلمداد می‌کنند (فینچام و بیچ، ۲۰۰۷؛ هلمن و جارویس، ۲۰۰۳). این در حالی است که در سبک درگیری در مسئله که به عنوان یک سبک رقابتی و تحمیل‌کننده شناخته شده است، فرد تلاش می‌کند به اهدافش دست یابد، بدون این که برای دیگران اهمیتی قائل شود، در این سبک به باور برتونی و بودنمن (۲۰۱۰) که با ویژگی‌هایی چون توهین، خشونت، تهدید و اجبار مشخص می‌شود، زوجین دغدغه‌های شخصی خود را پی می‌گیرند، بدون تنظیم اهداف خود با اهداف دیگران به دنبال برنده‌شدن هستند. چنین شیوه‌ای برای حل تعارض به صمیمیت نمی‌انجامد. مطالعات مظاهری و همکاران (۱۳۸۰)، فاتحی‌زاده و احمدی (۱۳۸۴)، شامحمدی قهساره و همکاران (۱۳۸۷)، دیباجی‌فروشانی و همکاران (۱۳۸۸)، بهاری و همکاران (۱۳۸۸)، اسدی و همکاران (۱۳۸۸)، هنرپروران و همکاران (۱۳۹۰)، کشاورز افشار و همکاران (۱۳۹۰)، ابوالمعالی و همکاران (۱۳۹۲)، رسولی و فلاح (۱۳۹۲)، اعتمادی و همکاران (۱۳۹۳)، گاتمن و کروکاف (۱۹۸۹)، عسکری و همکاران (۲۰۱۲) و ها، اوربیک، لیچ‌وارک-اشاف و انگلز، (۲۰۱۳) بیانگر این هستند که بین شیوه‌های حل تعارض، کیفیت زناشویی، ثبات زناشویی و رضایت زناشویی همبستگی وجود دارد، که با نتایج حاضر همخوانی دارند.

همچنین نتایج نشان داد که از بین مؤلفه‌های تعامل زناشویی و شیوه‌های حل تعارض به عنوان متغیرهای پیش‌بین، فعالیت‌های هیجان‌انگیز و بازشناسی سودمند سهم بالایی در پیش‌بینی کیفیت زناشویی دارند. این یافته با پژوهش‌های فنل (۱۹۷۸، به نقل از شاموی، ۱۹۹۸)، کولتر و ماوولوف (۲۰۱۳)، آرون و همکاران (۲۰۱۳) و فایوکوت و همکاران (۲۰۱۵) همخوان است. این پژوهشگران در میان ویژگی‌های مهم ازدواج‌های طولانی‌مدت و نیز در روابط زوجین تازه ازدواج کرده، خودابرازگری دوجانبه و

گذران زمان قابل توجهی از باهم بودن و سهیم‌شدن در فعالیت‌های هیجان‌انگیز از اهمیت بالایی برخوردار است. مطالعات نشان داده است که خودابرازگری، رابطه‌ی مثبت با رضایت از زندگی زناشویی همسران داشته، و نقص در مهارت‌های ارتباطی از عوامل موجد مشکلات زناشویی است. این ویژگی شامل اختصاص زمان با کیفیت و کمیت لازم، صرف زمان برای امور ارزشمند، لذت‌بردن از باهم بودن، لحظات خوب، به اشتراک‌گذاری اوقات شاد مشخص می‌شود. مطالعات درمانی زوجها با رویکرد منوچین^۱، نشان داده است که رفتارهای کلامی و غیرکلامی نشان‌دهنده محبت و صمیمیت، باهم بودن و هم‌صحبیت بودن می‌تواند میزان موفقیت درمان را پیش‌بینی کند (ریدلی، ۲۰۰۰، ترجمه: موسوی، ۱۳۸۴). مطابق با رویکرد رابرت و کروکاف (۱۹۹۰) در روابطی که خودافشاگری هیجانی، صمیمیت و ابراز عواطف در آن در سطح حداقلی خود قرار دارد، زوجین سرمایه‌گذاری عاطفی چندانی بر رابطه خود نکرده و رضایت زیادی از رابطه ندارند. مطالعات شاموی (۱۹۹۸) و کاسلو و هم‌رشمیت (۱۹۹۲) نشان دادند که قدردانی و ستایش از همسر تحت عنوان بازشناسی سودمند عوامل اساسی در ازدواج‌های رضایت‌بخش طولانی‌مدت محسوب می‌شوند. دی‌فرین و آسای (۲۰۰۷) نیز دریافتند که گذران اوقات مفرح با یکدیگر و قدردانی و ستایش از همسر از مشخصه‌های پیش‌بینی‌کننده در تعاملات سازنده زوجین است. قدردانی و مهربانی با که علائمی چون مراقبت از یکدیگر، دوستی، احترام به فردیت، شوخ‌طبعی و بازیگوشی شناخته می‌شوند (مثل به استقبال هم رفتن پس از یک روز طولانی، ابراز شادی کلامی و غیرکلامی از دیدن یکدیگر، بوسیدن و در آغوش گرفتن یکدیگر و غیره) و به عنوان شاخصه‌های تعاملات زناشویی سازنده مورد ارزیابی قرار می‌گیرد.

مؤلفه‌ی مهم صمیمیت شامل بیان احساس‌ها، نگرش‌ها و تجارب صمیمانه‌ی خود به شریک زندگی بوده و منجر به اعتماد دوجانبه و ایمنی در رابطه‌ی زناشویی می‌گردد، موضوعی که در مطالعات آرون و همکاران (۲۰۱۳) ویسر و ویگل (۲۰۰۶)؛ عسکری و همکاران (۲۰۱۲)، برتونی و بودمن (۲۰۱۰)، جاویدی و همکاران (۱۳۹۲)، اشمیت و همکاران (۲۰۰۷)، ویلر و همکاران (۲۰۱۰)، دیباجی فروشانی و همکاران (۱۳۸۸) و هنرپروران و همکاران (۱۳۹۰) نیز مورد تأیید قرار گرفته است.

نتیجه‌گیری

شیوه‌های حل تعارض زوجین از جمله متغیرهایی است که هم از پیشینه تعاملاتی زوجین نشأت می‌گیرد و هم پیش‌بینی‌کننده تداوم و ثبات زندگی مشترک همسران محسوب می‌شود. برقراری تعاملات مثبت با همسر در قالب رفتارهای نگهدارنده چون دوست داشتن، تلاش برای توسعه رابطه، جستجوی نزدیکی، قدردانی کلامی و غیرکلامی از همسر، ارزش قائل‌شدن برای واقعیت وجودی وی، به اشتراک‌گذاردن تجربیات و خاطرات، درگیری شدن در فعالیت‌های لذت‌بخش و پرهیز از رفتارهای مخرب رابطه هنگام بروز تعارض‌های در قالب شیوه‌های حل تعارض سازنده و موثق ضامن ارتقاء کیفیت

روابط زناشویی در اشکال سازگاری، توافق و رضایت‌مندی زوجین است. تلاش برای آموزش مهارت‌های زندگی زوجی پیش از ازدواج و پس از آن به زنان و مردان می‌تواند نقش مهمی در پیش‌بینی تعاملات سازنده و بروز شیوه‌های حل تعارض مؤثر بین زوجین داشته باشد.

با توجه به اجرای پژوهش حاضر در شهر سنتی قزوین و محافظه‌کاری شرکت‌کنندگان در پاسخگویی به پرسش‌هایی که به جنبه‌های خصوصی‌تر زندگی زناشویی آن‌ها ارتباط داشت، پیشنهاد می‌شود تعمیم نتایج آن به سایر نمونه‌ها در فرهنگ‌های دیگر با ملاحظه و احتیاط لازم صورت گیرد، لذا سازه‌های زندگی زناشویی در فرهنگ‌ها و خرده‌فرهنگ‌های دیگر به شیوه‌های مختلف مورد توجه قرار گیرد. همچنین پیشنهاد می‌شود نوع تعاملات در روابط همسران، شیوه‌های سازنده حل تعارض‌های زناشویی و آموزش آن به مثابه مهارت‌های لازمه زندگی زناشویی در پژوهش‌های از نوع مداخله‌ای مورد بازآموزی و تمرین قرار گیرد.

از پرسشگران صدا و سیمای مرکز قزوین که در اجرای پژوهش همکاری نموده و از شرکت‌کنندگان در پژوهش که با بردباری به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند، قدردانی می‌شود.

منابع

- دفتر فناوری اطلاعات، ارتباطات و امنیت استانداری قزوین (۱۳۹۵). *آمار طلاق در استان قزوین*.
- ابراهیمی، ابوالفضل و جان بزرگی، مسعود. (۱۳۸۷). رابطه مهارت‌های ارتباطی و رضایت زناشویی. *دین و روان‌شناسی*، ۲، ۱۱۹-۱۰۷.
- ابوالمعالی، خدیجه؛ مجتبابی، مینا و رحیمی، ندا. (۱۳۹۲). پیش‌بینی رضایت از زندگی زناشویی بر اساس مهارت‌های حل مسئله اجتماعی و هوش معنوی در افراد متأهل. *مجله علوم رفتاری*، ۷(۲)، ۹۹۱-۹۲۲.
- اسدی شیشه‌گران، سارا؛ قمری، حسین و شیخ‌الاسلامی، علی. (۱۳۹۵). تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر سبک‌های حل تعارض سازنده و غیر سازنده در نامزدها. *دوفصلنامه مشاوره کاربردی*، ۶(۱)، ۷۷-۸۸.
- اسدی، مسعود؛ نظری، علی‌محمد و ثنائی، باقر. (۱۳۸۸). بررسی تأثیر خانواده‌درمانی کوتاه‌مدت ستیر بر الگوی ارتباطی زوج‌ها. *پژوهش در سلامت روان‌شناختی*، ۳(۱)، ۷۶-۶۵.
- اعتدادی، عذرا و امین‌جعفری، بتول و شاه‌سیاه، مرضیه. (۱۳۹۳). تأثیر آموزش مهارت‌های شناختی، ارتباطی، رفتاری و حل تعارض بر صمیمیت زوجین شاهد و ایثارگر شهر اصفهان. *پژوهش‌نامه اسلامی زنان و خانواده*، ۲(۲)، ۱۳-۳۸.

امانی، احمد و لطافتی بريس، رامین. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش گروهی مهارت‌های ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی زوجین. *دو فصلنامه مشاوره کاربردی*، ۳(۲)، ۳۶-۱۷.

بابایی گرمخانی، محسن؛ مدنی، یاسر و لواسانی، مسعود. (۱۳۹۳). بررسی رابطه معیارهای ارتباطی غیرواقعی با الگوهای ارتباطی و نقش آنها در پیش‌بینی دلزدگی زناشویی زنان متقاضی طلاق. *دو فصلنامه مشاوره کاربردی*، ۴(۱)، ۶۷-۸۴.

برنشتاین، فلیپ. اچ. و برنشتاین، ماری. تی. (۱۹۸۶). *زناشویی درمانی از دیدگاه رفتاری-ارتباطی*. ترجمه: حسن پورنایینی و غلامرضا منشی (۱۳۸۹) تهران: انتشارات رشد.

بهاری، فرشاد؛ فاتحی‌زاده، مریم؛ احمدی، سید احمد؛ مولوی، حسین و بهرامی، فاطمه. (۱۳۸۸). تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباط همسران بر کاهش تعارض‌های زناشویی زوج‌های متعارض متقاضی طلاق. *پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره*، ۱(۱)، ۵۹-۷۰.

جاویدی، نصیرالدین؛ سلیمانی، علی‌اکبر، احمدی، خدابخش و صمدزاده، منا. (۱۳۹۲). اثربخشی زوج‌درمانی هیجان‌مدار بر بهبود الگوهای ارتباطی زوجین. *مجله تحقیقات علوم رفتاری*، ۱(۵)، ۴۱۰-۴۰۲.

خدایی، علی؛ زارع، حسین؛ علیپور، احمد و شکری، امید. (۱۳۹۴). اثربخشی برنامه بازآموزی اسنادی مبتنی بر مدل پردازش اطلاعات اجتماعی کرک و داج بر سبک حل تعارض، خوشبینی و کاهش تعارض‌های والد-نوجوان در مادران. *روانشناسی خانواده*، ۲(۲)، ۳۸-۲۷.

دیباچی‌فروشانی، فاطمه‌سادات، امامی‌پور، سوزان و محمودی، غلامرضا. (۱۳۸۸). رابطه رضایتمندی زناشویی و راهبردهای حل تعارض والدین با پیشرفت تحصیلی فرزندان. *تحقیقات روان‌شناختی*، ۱(۱)، ۵۷-۶۸.

رسولی، یوسف و فلاح، عنایت‌اله. (۱۳۹۲). تأثیر روش فعال حل مسئله بر تعارضات زناشویی در شهر یاسوج. *ارمغان دانش*، ۱۸(۱۰)، ۸۵۹-۸۶۸.

ریدلی، مایکل کروچین. (۲۰۰۰). *زوج درمانی کاربردی*. ترجمه: اشرف‌السادات موسوی (۱۳۸۴) تهران: نشر مهرکاوین.

سامانی، سیامک و بهبهانی، مینا. (۱۳۹۰). الگوهای ارتباطی در گونه‌های مختلف خانواده در مدل بافت‌نگر فرایند و محتوای خانواده. *دو فصلنامه مشاوره کاربردی*، ۱(۲)، ۱۳۴-۱۱۹.

شامحمدی قهساره، اعظم؛ درویزه، زهرا و پورشهریاری، مه‌سیمما. (۱۳۸۷). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر افزایش سازگاری زناشویی همسران معتادان و پیشگیری از بازگشت معتادان مرد در شهر اصفهان. *اعتیادپژوهی*، ۲(۷)، ۲۸-۳.

فاتحی‌زاده، مریم‌السادات؛ احمدی، سیداحمد. (۱۳۸۴). بررسی رابطه‌ی الگوهای ارتباطی ازدواج و میزان رضایتمندی زناشویی زوجین شاغل در دانشگاه اصفهان. *فصلنامه خانواده‌پژوهی*، (۲)، ۱۱۹-۱۰۹.

فتحی‌اقدم، قربان؛ احدی، حسن؛ جمهری، فرهاد و فرخی، نورعلی. (۱۳۹۰). مقایسه اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی در تعارضات زناشویی و کیفیت زندگی دانشجویان زن. *فصلنامه علوم رفتاری*، (۹)، ۱۱۹-۱۰۱.

کشاوری‌افشار، حسین؛ اسدی، مسعود؛ جهان‌بخشی، زهرا و خاص‌محمدی، مهدی. (۱۳۹۰). تأثیر آموزش حل مسئله مبتنی بر نظریه انتخاب بر الگوهای ارتباطی زوج‌ها. *دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، (۴۴)، ۳۷-۲۹.

گلدنبرگ، ایرنه و گلدنبرگ، هربرت. (۲۰۰۰). *خانواده درمانی*. ترجمه: حمیدرضا حسین شاهی براوتی و سیامک نقشبندی (۱۳۹۵) تهران: نشر روان.

ماتلین، مارگارت. (۲۰۱۱). *روان‌شناسی زنان*. ترجمه مهدی گنجی. (۱۳۹۰) تهران: نشر ساوالان.

مظاهری، علی‌محمد؛ کیقبادی، فرناز؛ فقیه‌ایمانی، زهره؛ قشنگ، نیره و پاتو، مژگان. (۱۳۸۰). شیوه‌های حل مسئله و سازگاری زناشویی در زوج‌های نابارور و بارور. *باروری و ناباروری*، (۸)، ۳۲-۲۲.

موسوی، سیده فاطمه. (۱۳۹۲). نقش عملکرد خانواده (مبتنی بر الگوی مک مستر) در پیش‌بینی نگرش‌های صمیمانه و توافق زوجین در خانواده‌های شهر قزوین. *مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، (۱۰)، ۴۱۸-۴۰۱.

موسوی، سیده‌فاطمه. (۱۳۹۳). نقش متغیرهای زمینه‌ای در تهدید ثبات ازدواج زنان و مردان متأهل شهر قزوین. *فصلنامه فرهنگی-تربیتی زن و خانواده دانشگاه امام حسین (ع)*، (۲۹)، ۱۲۹-۱۱۳.

نظری، علی‌محمد. (۱۳۸۶). *مبانی زوج‌درمانی و خانواده‌درمانی*. چاپ اول. تهران: نشر علم.

هالفورد، کیم. (۲۰۰۱). *زوج‌درمانی کوتاه‌مدت*. ترجمه: مصطفی تبریزی، مژده اردکان و فاطمه جعفری (۱۳۸۷) چاپ دوم. تهران: انتشارات فراروان.

هنرپروران، نازنین؛ قادری، زهرا و قبادی، کبری. (۱۳۹۰). مقایسه الگوهای ارتباط و تعارض‌های زناشویی در زنان متأهل شاغل در بانک‌های دولتی و زنان خانه‌دار شهر شیراز. *جامعه‌شناسی زنان (زن و جامعه)*، (۳)، ۱۲۲-۱۰۳.

دلیری، ک. دانیل؛ همین، ریچارد. ای. و جانگسما، آرتور. ای. (۲۰۱۰). *راهنمای گام‌به‌گام درمان مشکلات زناشویی*. ترجمه: سیدعلی کیمیایی و زهرا باقریان‌نژاد (۱۳۹۴) چاپ اول. تهران: نشر رشد.

- یوسفی، ناصر. (۱۳۹۰). بررسی شاخص‌های روان‌سنجی مقیاس کیفیت زناشویی فرم تجدیدنظر شده. *پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره*، ۱(۲)، ۱۸۳-۲۰۰.
- Aron, A., Lewandowski Jr, G. W., Mashek, D., & Aron, E. N. (2013). *The self-expansion model of motivation and cognition in close relationships*. *The Oxford Handbook of Close Relationships*, 90-115.
- Askari, M., Noah, S. B. M., Hassan, S. A. B., & Baba, M. B. (2012). Comparison the effects of communication and conflict resolution skills training on marital satisfaction. *International Journal of Psychological Studies*, 4 (1), 182.
- Ballard-Reisch, D. S., & Weigel, D. J. (1999). Communication processes in marital commitment. In *Handbook of interpersonal commitment and relationship stability* (pp. 407-424). Springer US.
- Bertoni, A., & Bodenmann, G. (2010). Satisfied and dissatisfied couples: Positive and negative dimensions, conflict styles & relationships with family of origin. *European Psychologist*, 15(3), 175-184.
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Beach, S. R. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 964-980.
- Busby, D. M., Christensen, C., Crane, D. R., & Larson, J. H. (1995). A revision of the Dyadic Adjustment Scale for use with distressed and nondistressed couples: Construct hierarchy and multidimensional scales. *Journal of Marital and Family Therapy*, 21(3), 289.
- Cahn, D. (1990). *Confrontation behaviors, perceived understanding & relationship growth*. In D. Cahn (Ed.), *Intimates in conflict* (pp. 153-165). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Canary, D. J., & Stafford, L. (1994). Relational maintenance strategies and equity in marriage. *Communication Monographs*, 59, 243-267.
- Christensen, A., & Shenk, J. L. (1991). Communication, conflict, and psychological distance in nondistressed, clinic, and divorcing couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59(3), 458-463.
- Coulter, K., & Malouff, J. M. (2013). Effects of an intervention designed to enhance romantic relationship excitement: A randomized-control trial. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 2(1), 34.
- Cupach, W. R., & Metts, S. (1994). *Face work*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

- Dainton, M., & Stafford, L. (1993). Routine maintenance behaviors: A comparison of relationship type, partner similarity and sex differences. *Journal of Social and Personal Relationships, 10*, 255-271.
- DeFrain, J., & Asay, S. M. (2007). Strong families around the world: An introduction to the family strengths perspective. *Marriage & Family Review, 41*(1-2), 1-10.
- Douglass, I. V., Frazier, M., & Douglass, R. (1991). The Marital Problems Questionnaire (MPQ): A short screening instrument for marital therapy. *Journal of Family Issues, 59*, 513-409.
- Fincham, F. D., & Bradbury, T. N. (1987). The assessment of marital quality: A reevaluation. *Journal of Marriage and the Family, 797-809*.
- Fincham, F., & Beach, S.R. (2007). Forgiveness in marital quality: Precursor of consequence in well-established relationships? *The Journal of Positive Psychology, 2*, 260-268.
- Fivecoat, H. C., Tomlinson, J. M., Aron, A., & Caprariello, P. A. (2015). Partner support for individual self-expansion opportunities: Effects on relationship satisfaction in long-term couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 32*(3), 368-385.
- Frousakis, N. N. (2010). *Communication in married couples: Exploring the roles of betrayal and forgiveness*. PhD dissertation. University of Tennessee.
- Gottman, J. M. (1994). *Why marriage succeed or fail: What you can learn from the break through research to make your marriage last*. New York: Simon & Schuster.
- Gottman, J. M., & Krokoff, L. J. (1989). Marital interaction and satisfaction: A longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 57*(1), 47-52.
- Gurman, A. S. (2008). *Clinical handbook of couple therapy*. New York: The Guilford Press.
- Ha, T., Overbeek, G., Lichtwarck-Aschoff, A., & Engels, R. C. (2013). Do conflict resolution and recovery predict the survival of adolescents' romantic relationships? *PloS one, 8*(4), e61871.
- Holman, T. B., & Jarvis, M. O. (2003). Hostile, volatile, avoiding, and validating couple-conflict types: An investigation of Gottman's couple-conflict types. *Personal Relationships, 10*(2), 267-282.

- Hyde, J. S., & DeLamater, J. D. (2008). *Understanding Human Sexuality*. McGraw-Hill Higher Education.
- Karahan, F. (2007). *The effect of couple communication program on passive conflict tendency among married couples*. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 7(2), 845-858.
- Kaslow, F., & Hammerschmidt, H. (1992). Long-term "good" marriages: The seemingly essential ingredients. *Journal of Couples Therapy*, 3, 15-38.
- Kurdeck, L. A. (1995). Predicting change in marital satisfaction from husbands' and wives' conflict resolution styles. *Journal of Marriage and Family*, 57(1), 153-164.
- Lavner, J. A., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2016). Does couples' communication predict marital satisfaction, or does marital satisfaction predict communication? *Journal of Marriage and Family*, 78(3), 680-694.
- Lewis, R. A., & Spanier, G. B. (1979). Theorizing about the quality and stability of marriage. In Wesley R. Burr. (Ed.), *Contemporary theories about the family: Research-based theories..* 268-294. New York: Free Press; London: Collier Macmillan.
- McDaniel, B., Lopez, S., & Holmes, E. (2010). Factors that affect marital satisfaction across the transition to fatherhood. *Intuition*, 6, 9-18.
- Meyers, L. S., Gamst, G., & Guarino, A. J. (2006). *Applied multivariate research: Design and interpretation*. Sage.
- Noller, P., & Fitzpatrick, M. A. (1990). Marital communication in the eighties. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 832-843.
- Olson, D., DeFrain, J., & Skogrand, L. (2010). *Marriages and families: Intimacy, diversity, and strengths*. McGraw Hill.
- Olson, D., Olson-Sigg., & Larson, P. (2008). *The couple checkup*. Nashville, TN: Thomas Nelson.
- Overall, N. C., Fletcher, G. J., Simpson, J. A., & Fillo, J. (2015). Attachment insecurity, biased perceptions of romantic partners' negative emotions, and hostile relationship behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 108(5), 730.
- Perrone-McGovern, K. M., Oliveira-Silva, P., Simon-Dack, S., Lefdahl-Davis, E., Adams, D., McConnell, J., ... & Gonçalves, Ó. F. (2014). Effects of empathy and conflict resolution strategies on psychophysiological arousal and satisfaction in romantic relationships. *Applied Psychophysiology and Biofeedback*, 39(1), 19-25.

- Ridley, C. A., Wilhelm, M. S., & Surra, C. A. (2001). Married couples' conflict responses and marital quality. *Journal of Social and Personal Relationships, 18*(4), 517-534.
- Roloff, M. E., & Wright, C. N. (2015). 16 Conflict avoidance a functional analysis. *uncertainty, information management, and disclosure decisions: Theories and applications, 320*.
- Rusbult, C. E., Hannon, P. A., Stocker, S. L., & Finkel, E. J. (2005). Forgiveness and relational repair. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Handbook of forgiveness, 185-205*.
- Schmitt, M., Kliegel, M., & Shapiro, A. (2007). Marital interaction in middle and old age: A predictor of marital satisfaction? *The International Journal of Aging and Human Development, 65*(4), 283-300.
- Schrodt, P., Witt, P. L., & Shimkowski, J. R. (2014). A meta-analytical review of the demand/withdraw pattern of interaction and its associations with individual, relational, and communicative outcomes. *Communication Monographs, 81*(1), 28-58.
- Shumway, S. T. (1998). *The Texas Tech Relationship Interaction Scale (TTRIS): development of a relationship interaction measure for couples* (Doctoral dissertation, Texas Tech University).
- Weiser, D. A., & Weigel, D. J. (2016). Self-efficacy in romantic relationships: direct and indirect effects on relationship maintenance and satisfaction. *Personality and Individual Differences, 89*, 152-156.
- Wheeler, L. A., Updegraff, K. A., & Thayer, S. M. (2010). Conflict resolution in Mexican-origin couples: Culture, gender, and marital quality. *Journal of Marriage and Family, 72*(4), 991-1005.
- Wille, S. T. (2000). Marital interaction and satisfaction: A longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 57* (1), 47.