

## بررسی پیوند الگوهای ارتباطی با خوش‌نودی زناشویی

دکتر مهرانگیز شعاع‌کاظمی\*

استادیار گروه مشاوره، دانشگاه الزهرا

### چکیده

پژوهش پیش رو، با هدف بررسی پیوند میان الگوهای ارتباطی و خوش‌نودی زناشویی، به منظور سلامت خانواده صورت گرفته است.

نمونه‌ی پژوهش ۲۰۰ نفر (۱۵۰ زن و ۵۰ مرد) از افراد همسر دار و شاغل شهر تهران اند، که به شیوه‌ی تصادفی ساده گزیده شدند. روش پژوهش از نوع توصیفی (هم‌بستگی)، و ابزار آن پرسش‌نامه است: «پرسش‌نامه‌ی الگوهای ارتباطی (CPQ)» که دارای سه خرده‌مقیاس ارتباط (سازنده‌ی متقابل، اجتناب متقابل، و توقع/کناره‌گیری) و پایایی میان ۸۰ درصد تا ۸۲ درصد است، و «پرسش‌نامه‌ی زناشویی مازولی (MMQ)» که ۲۰ پرسش در جنبه‌های گوناگون (جنسی، غیرجنسی، و زندگی کلی) دارد. اعتبار پرسش‌نامه، به وسیله‌ی آلفای کرون‌باخ، برای زنان و مردان، به ترتیب، ۰/۸۷ و ۰/۸۶ به دست آمده است و آزمون‌های آماری هم‌بستگی پیرسون، آزمون t گروه‌های مستقل، و رگرسیون چندمتغیره بود.

نتایج به دست آمده، با توجه به حجم نمونه، نشان‌دهنده‌ی هم‌بستگی مثبت و معنادار میان الگوهای ارتباطی سازنده و خوش‌نودی از پیوند زناشویی در زنان بود؛ یعنی هرچه پیوند سازنده و بدون سرزنش/اجتناب باشد، همسران، به‌ویژه زنان، از خوش‌نودی بالاتری برخوردار خواهند بود.

### واژگان کلیدی

الگوهای ارتباطی؛ خوش‌نودی از پیوند زناشویی؛ افراد همسر دار؛

زندگی با ارتباط آغاز می‌شود و با نبود آن پایان می‌یابد. انسان به کمک ارتباط زنده می‌ماند، رشد می‌کند، تکامل می‌یابد، و سعادت و خوشبختی او به چه‌گونگی پیوند با دیگران بستگی دارد.

یکی از طولانی‌ترین و عمیق‌ترین ارتباطها، پیوند زناشویی است و گوردون و هم‌کاران<sup>۱</sup> (۱۹۹۹)، در گونه‌شناسی خود، همسران را به چهار دسته‌ی سرزنده، سازگار، سنتی، و متعارض تقسیم کرده‌اند. همسران سرزنده از خوش‌نودی زناشویی بالایی برخوردار اند؛ توانایی نشان دادن احساسات و توان حل مشکل، با هم‌کاری یک‌دیگر، را دارند؛ از پیوند و گذراندن زمان آزاد، با هم، خوش‌اند؛ به مسائل اخلاقی، مذهبی، و مالی اهمیت می‌دهند؛ و در نقش‌های مردانه/زنانه برابری خواه‌اند. همسران سازگار خوش‌نودی زناشویی میانه‌یی دارند؛ از شخصیت و عادت‌های یک‌دیگر، نسبتاً، خوش‌نود‌اند؛ احساس می‌کنند همسرشان آن‌ها را درک می‌کند؛ توانایی حل مشکل را، با یک‌دیگر، دارند؛ ممکن است در مورد پرورش فرزند با یک‌دیگر هم‌خوان نباشند؛ و مذهب از بخش‌های مهم پیوندشان نیست. همسران سنتی از پیوندشان، نسبتاً، ناخوش‌نود‌اند؛ برای نشان دادن احساسات خود راحت نیستند؛ و از عادت‌های یک‌دیگر رنج می‌برند. همسران متعارض از عادت‌های همسر خود ناخوش‌نود‌اند و در زمینه‌ی شیوه‌ی گذراندن زمان آزاد، روابط جنسی، و پیوند با دوستان، همسر، و خانواده مشکل دارند (فاتحی‌زاده و احمدی ۱۳۸۴، برگرفته از ریماز ۱۳۸۷).

هدف اصلی ارتباط برقراری پیوند و رسیدن به مفهومی مشترک است. گاه دست‌آورد این پیوند منفی است و مردم توان درک یک‌دیگر را ندارند، اما حتا در صورت منفی بودن نتیجه‌ی کار، باز هم به برقراری پیوند می‌پردازند (واتزلویک<sup>۲</sup> ۱۹۸۷، برگرفته از سیف ۱۳۷۶). واتزلویک بر این باور است که پیوندها، به وسیله‌ی الگوهای ارتباطی پویا، به گونه‌یی پیوسته، و حتا با دگرگون شدن عنوان، پای‌دار باقی می‌مانند و هر پیوند پاسخ به یک محرک تازه است، که با هدف از میان برداشتن یک پرسش پدید می‌آید. او پنج واقعیت اصیل را در نگرهی خود مورد توجه قرار می‌دهد:

- ۱ نداشتن پیوند امکان‌پذیر نیست.
- ۲ پیوند دربرگیرنده‌ی جنبه‌های ارتباطی و محتوایی است.
- ۳ استفاده از علائم نگارش یک ویژگی مهم پیوند است.
- ۴ پیوند می‌تواند عددی و قیاسی باشد.
- ۵ هر گونه پیوند می‌تواند، به اندازه‌های گوناگون، قرینه‌یی و مکمل باشد.

<sup>1</sup> Gordon, Kristina Coop, Donald H. Baucom, Norman Epstein, Charles K. Burnett, and Lynn A. Rankin

<sup>2</sup> Watzlawick, Paul



پژوهش‌گران شناختی-رفتاری بر این باور اند که الگوهای ارتباطی رفتاری آموختنی است و رفتارهای بد را می‌توان با رفتار سازگار از میان برد. به نظر آن‌ها، در کار با خانواده‌ها، خانواده‌ی درمان‌گر می‌تواند با طراحی هدف‌های رفتاری ویژه، الگوهای زمان حال را ارزیابی کند و الگوهای تازه را آموزش دهد. این پژوهش‌گران، افزون بر افکار، رفتار را نیز می‌نگرند. آن‌ها به نوع واژه‌ها توجه دارند و روش‌ها و فونمی را برای رویارویی با افکار و واژه‌ها طراحی می‌کنند (ریماز ۱۳۸۷).

جیکوبسون<sup>۱</sup> (۱۹۹۱، برگرفته از سیف ۱۳۷۶)، با تشویق رفتارهای خوش‌آیند، تلاش می‌کند، به وسیله‌ی آموزش توانایی حل مشکل به همسران، از شدت مشکلات ارتباطی آنان بکاهد. او حل مشکل را در دو گام جای می‌دهد:

۱ شناسایی مشکل: آموزش نشان دادن مشکلات، به شیوه‌ی روشن، ویژه، و بدون سرزنش؛ پذیرش نقش شخصی در پیدایش یا ماندگاری مشکل؛ و بازتاب دیدگاه سوبیه‌ی دیگر، حتا اگر دیگرگون از دیدگاه وی باشد.

۲ از میان بردن مشکل: روان‌سازی ذهن در باره‌ی راه‌حل‌ها، به کمک یک‌دیگر، و نیز گفت‌وگو بر سر موارد هم‌خوان، که موجب آسان‌سازی و حل مشکل می‌شود. ستیر<sup>۲</sup> (۱۹۹۱، برگرفته از شعاع‌کاظمی و سیف ۱۳۸۸) بیش‌ترین پافشاری را روی احساسات و پیوند در خانواده دارد و همراه با علاقه‌مندی به شخصیت و رشد افراد خانواده و فرآیندهای روان‌بویایی پنهان در رفتار آن‌ها، بر این باور است که همه‌ی همسران نیازهایی عاطفی و گوناگون دارند، که امیدوار اند ازدواج آن‌ها را برآورده کند؛ هرچند خودشان آگاهی کاملی از این نیازها ندارند. به نظر او، در برآوردن نیازهای عاطفی هر فرد، احساسات، که می‌تواند خوش‌نودکننده باشد یا نباشد، اهمیتی ویژه دارد.

کافلین و ونجلیستی<sup>۳</sup> (۲۰۰۰) الگوهای ارتباطی میان همسران را سه دسته می‌دانند؛ الگوی سازنده‌ی متقابل، که مهم‌ترین نوع آن برنده-برنده است و در آن، همسران با طرح مسائل خود، از واکنش‌های غیرمنطقی و پرخاش‌گری خودداری می‌کنند؛ الگوی اجتناب متقابل، که در آن کش‌مکش میان همسران بسیار است، به گونه‌یی که بحث و جدل تبدیل به یک الگوی همیشگی و ویران‌گر شده‌است؛ و الگوی توقع/کناره‌گیری، که به دو شکل توقع مرد/کناره‌گیری زن و توقع زن/کناره‌گیری مرد است و افزایش یکی، افزایش دیگری و تشدید کش‌مکش‌های زناشویی را به دنبال دارد. در این الگو، همسر متوقع فردی وابسته است و همسر کناره‌گیر ترس از وابسته شدن دارد.

<sup>1</sup> Jacobson, Neil S.

<sup>2</sup> Satir, Virginia

<sup>3</sup> Caughlin, John P., and Anita L. Vangelisti

به نظر بورپی و لنگر<sup>۱</sup> (۲۰۰۵)، یک رویه‌ی مهم سازگاری در موضوع ازدواج، احساس خوش‌نودی از زندگی زناشویی است. ازدواج نقشی مهم در کارکردهای به‌هنجار خانواده بازی می‌کند و احساس خوش‌نودی در آن نیازمند پای‌داری سازگاری همسران است. خوش‌نودی زناشویی فرآیندی است که در طول زندگی همسران پدید می‌آید و نیازمند هم‌آهنگی پسندها، شناخت ویژگی‌های شخصیتی، پدید آوردن قواعد رفتاری، و شکل‌گیری الگوهای ارتباطی است؛ پس خوش‌نودی زناشویی فرآیندی تکاملی میان زن و شوهر است (احمدی ۱۳۸۲).

سینها و موکرچی<sup>۲</sup> (۱۹۹۰) بر این باور اند که خوش‌نودی زناشویی مفهومی ایستا و یک‌نواخت نیست و همسران، در زندگی مشترک خود، دگرگونی‌هایی اندک را در اندازه‌ی خوش‌نودی زناشویی تجربه می‌کنند. خوش‌نودی از زندگی زناشویی یعنی هنگامی که فرد احساس می‌کند همسرش نیازها و خواسته‌های او را برآورده می‌کند.

به باور والدینگر و هم‌کاران<sup>۳</sup> (۲۰۰۴)، خوش‌نودی زناشویی حالتی است که در آن، زن و شوهر از ازدواج با یک‌دیگر و با هم بودن احساس شادمانی و خوش‌بختی دارند. خوش‌نودی از زناشویی چند رویه دارد، ولی مهم‌ترین رویه‌های آن احساسات مثبت، دوست داشتن، خوش‌نودی جنسی، همراهی در درآمد و خرج، خانه‌داری، و پرورش کودکان است. گریف و مالهرب<sup>۴</sup> (۲۰۰۵)، برگرفته از رسی طوسی (۱۳۸۷) در پژوهشی به بررسی نزدیکی و خوش‌نودی از پیوند زناشویی ۵۷ زن و شوهر ساکن آمریکا پرداختند. نتایج پژوهش نشان‌گر پیوند مثبت میان خوش‌نودی زناشویی و نزدیکی تجربه‌شده، در ابعاد نزدیکی عاطفی، نزدیکی اجتماعی، نزدیکی جنسی، و نزدیکی ذهنی بود.

گریف و مالهرب (۲۰۰۱) به بررسی پیوند میان توانایی‌های عاطفی، نزدیکی، و خوش‌نودی زناشویی، در میان ۷۶ زن و شوهر ساکن آمریکا پرداختند و برای سنجش خوش‌نودی زناشویی، از پرسش‌نامه‌ی بازبینی‌شده‌ی خوش‌نودی همسران اسنایدر استفاده کردند. نتیجه‌ی پژوهش نشان‌دهنده‌ی پیوند مثبت و معنادار میان نزدیکی و پیوند زناشویی، در بعد جنسی و برای زنان و مردان بود.

یانگ و لانگ<sup>۵</sup> (۱۹۹۸) ویژگی‌های پیوند زناشویی سالم را این گونه برمی‌شمارند:

۱ باور به یک حقیقت نسبی: در یک پیوند زناشویی سالم، همسران دیگرگونی پسند و نظر یک‌دیگر را می‌پذیرند.

<sup>1</sup> Burpee, Leslie, and Ellen Langer

<sup>2</sup> Sinha, S. P., and Neelima Mukerjee

<sup>3</sup> Waldinger, Robert J., Marc S. Schulz, Stuart T. Hauser, Joseph P. Allen, and Judith A. Crowell

<sup>4</sup> Greeff, Abraham P., and Hildegarde L. Malherbe

<sup>5</sup> Young, Mark E., and Lynn L. Long



۲ باور به این که سویه‌ی دیگر حسن نیت دارد: همسران یک‌دیگر را دشمن نمی‌دانند و هنگام رویارویی با عادت‌های آزاردهنده‌ی یک‌دیگر، آن را به خود نمی‌گیرند.

۳ باور به این که دیگرگونی‌ها قابل‌حل است: همسران این نکته را درک می‌کنند که پیوندشان بالا و پایین دارد و هنگام رویارویی با خشم و نظر دیگرگون دچار ترس نمی‌شوند. آن‌ها برای حل مشکل‌های کوچک و برون‌داد عاطفی به شخص سوم روی نمی‌آورند.

۴ داشتن رفتارهای سالم: استفاده از الگوهای سالم رفتاری، هم‌چون:

۱ مسئولیت‌پذیری: پذیرش نقش خود در پیوند و پرهیز از گناه‌کار دانستن دیگری برای کاستی‌ها. مسئولیت‌پذیری به معنای پای‌داری در عشق و احترام در هنگام نیاز است.

۲ هم‌آهنگی اهداف: داشتن اهداف روشن، و هم‌کاری با یک‌دیگر برای به‌دست‌آوردن خوش‌نودی سویه‌ی دیگر.

۳ تشویق برای توجه به نکته‌های مثبت، پشتی‌بانی، پذیرش، و اعتماد.

۴ گفت‌وگوی باز و نشان دادن احساسات، به شکلی صادقانه و آشکار. نشان دادن احساسات به پرورش توانایی‌های حل مسئله، نزدیکی، و درک دیگران کمک می‌کند.

۵ گوش دادن هم‌دلانه: با این توانایی، هر یک از همسران احترام، علاقه، و پذیرش خود را نسبت به احساسات دیگری نشان می‌دهد.

۶ نشان دادن پذیرش: هر یک از همسران نشان دهند که یک‌دیگر را دارای ارزش می‌دانند.

۷ پشتی‌بانی از اهداف مثبت زندگی زناشویی و روشن کردن مرزهای مناسب برای زندگی.

۸ پذیرش برابری در پیوند، و تقسیم بار خویش‌کاری‌ها، برای پی‌گیری اهداف و علاقه‌های تازه.

میلر<sup>۱</sup> (۲۰۰۸) رفتار تقاضا/کناره‌گیری (هنگامی که زن تقاضا کند و مرد کناره‌گیری کند) را پیش‌بینی‌کننده‌ی کاهش خوش‌نودی زناشویی و، در نتیجه، جدایی می‌داند. رابرتز<sup>۲</sup> (۲۰۰۰) بر این باور است که الگوی تقاضا/کناره‌گیری در پیوند زناشویی با ناخوش‌نودی

<sup>1</sup> Mills, Linda G

<sup>2</sup> Roberts, Linda J.

زناشویی، افسردگی، اضطراب، و جدایی همراه است. شیلینگ و هم‌کاران<sup>۱</sup> (۲۰۰۳) الگوی ارتباط اجتناب متقابل همسران را سبب دوری همسران از گفت‌وگو در باره‌ی مشکل می‌دانند. شارف و شارف<sup>۲</sup> (۱۹۹۱) در یک بررسی به مقایسه‌ی افزایش میل جنسی و برنامه‌ی آموزش ارتباط در خوش‌نودی جنسی و زناشویی پرداختند. تحلیل نتایج نشان داد که آموزش ارتباط سبب پربار شدن روابط جنسی و خوش‌نودی از زندگی، در بعد جنسی، می‌شود. با توجه به آن‌چه در پژوهش آمده‌است، آگاهی همسران، به‌ویژه همسران جوان، با انواع الگوهای ارتباطی ویران‌گر و سازنده می‌تواند به خوش‌نودی از زندگی زناشویی کمک کند، زیرا همسران، به این وسیله، می‌توانند به بهبود الگوهای ارتباطی ناسالم بپردازند. در این پژوهش، به بررسی این مسئله می‌پردازیم که آیا پیوندی میان الگوهای ارتباطی و خوش‌نودی زناشویی وجود دارد یا خیر.

### روش‌شناسی پژوهش

طرح پژوهش از نوع توصیفی (هم‌بستگی) است و جامعه‌ی آماری آن را همه‌ی زنان و مردان همسردار شاغل در وزارت‌خانه‌های دولتی شهر تهران، در سال تحصیلی ۱۳۸۷-۱۳۸۸، تشکیل می‌دهند، که از میان آن‌ها ۲۰۰ نفر (۵۰ مرد و ۱۵۰ زن)، به گونه‌ی تصادفی ساده، به عنوان نمونه‌ی آماری، گزیده‌شدند.

### ابزار پژوهش

در پژوهش پیش رو از دو پرسش‌نامه استفاده شد:

**پرسش‌نامه‌ی الگوهای ارتباطی (CPQ)**<sup>۳</sup> - این پرسش‌نامه، با ۳۵ پرسش و تنظیم به صورت لیکرت، دارای سه خرده‌مقیاس ارتباط (سازنده‌ی متقابل، توقع/کناره‌گیری، و اجتناب متقابل) است، که به وسیله‌ی کریستن‌سن و سالوی<sup>۴</sup> (۱۹۸۴)، در دانشگاه کالیفورنیای آمریکا، طراحی شده‌است. پایایی پرسش‌نامه با آلفای کرون‌باخ، برای خرده‌مقیاس‌های گوناگون ۵۰ درصد تا ۷۸ درصد گزارش شده‌است. هیوی و هم‌کاران<sup>۵</sup> (۱۹۹۶) ثبات درونی را برای خرده‌مقیاس‌های ارتباط سازنده‌ی متقابل، به وسیله‌ی آلفای کرون‌باخ، برای مردان ۸۴ درصد، و برای زنان ۸۱ درصد به‌دست‌آوردند. بودن‌من و هم‌کاران<sup>۶</sup> (۱۹۹۸) پایایی خرده‌مقیاس‌های سه‌گانه را، برای نمونه‌ی آلمانی و آمریکایی، میان ۴۴ درصد و ۸۵ درصد به‌دست‌آوردند. (رسولی ۱۳۸۰،

<sup>۱</sup> Schilling, Elizabeth A., Donald H. Baucom, Charles K. Burnett, Elizabeth Sandin Allen, and Lynelle Ragland

<sup>۲</sup> Scharff, David E., and Jill Savage Scharff

<sup>۳</sup> The Communication Patterns Questionnaire (CPQ)

<sup>۴</sup> Christensen, Andrew, and Megan Sullaway

<sup>۵</sup> Heavey, Christopher L., Brandon M. Larson, Daniel C. Zumbel, and Andrew Christensen

<sup>۶</sup> Bodenmann, Guy, Andrea Kaiser, Kurt Hahlweg, and Gabriele Fehm-Wolfsdorf



برگرفته از ریماز (۱۳۸۷). عبادت‌پور (۱۳۷۹) هم‌بستگی میان مقیاس‌های پرسش‌نامه‌ی الگوهای ارتباطی و ENRICH<sup>۱</sup> را برآورد و ضرایب هم‌بستگی را ۰/۵۸ و ۰/۳۵ گزارش کرد. ریماز (۱۳۸۷) هم‌سانی درونی پرسش‌نامه را، با آلفای کرون‌باخ، در خرده‌مقیاس‌های گوناگون ۰/۷۴ درصد، ۰/۷۸ درصد، ۰/۷۰ درصد، و ۰/۷۹ درصد گزارش کرد. نولر و وایت<sup>۲</sup> (۱۹۹۰)، به منظور برآورد روایی پرسش‌نامه، آزمودنی‌ها را، از نظر خوش‌نودی زناشویی، به سه لایه‌ی بالا، میانه، و پایین تقسیم کردند و به این نتیجه رسیدند که پرسش‌نامه می‌تواند آن‌ها را شناسایی کند. کریستن‌سن (۱۹۹۱)، برگرفته از احمدی (۱۳۸۲)، در بررسی و مقایسه‌ی سه گروه همسران غیردرمانده، درمانده، و در حال جدایی، دریافت که خرده‌مقیاس ارتباط سازنده‌ی متقابل می‌تواند این سه گروه را شناسایی کند؛ در حالی که در مقیاس‌های دیگر، تنها همسران درمانده/غیردرمانده از یک‌دیگر جدا شدند. عبادت‌پور (۱۳۷۹) پایایی مقیاس‌های پرسش‌نامه‌ی الگوهای ارتباطی را، در مقیاس‌های ارتباط سازنده‌ی متقابل ( $n = 5$ )، ارتباط اجتناب متقابل، ارتباط توقع/کناره‌گیری مرد، ارتباط توقع مرد/کناره‌گیری زن، و ارتباط توقع/کناره‌گیری، با استفاده از آلفای کرون‌باخ، به‌ترتیب، ۰/۷۰ درصد، ۰/۷۱ درصد، ۰/۵۱ درصد، ۰/۵۲ درصد، و ۰/۶۶ درصد برآورد کرده‌است.

**پرسش‌نامه‌ی زن و شوهری مادزلی (MMQ)<sup>۳</sup>** - این پرسش‌نامه دارای سه خرده‌مقیاس زندگی زن و شوهری، رابطه‌ی جنسی، و زندگی کلی است، که، به‌ترتیب، ۱۰، پنج، و پنج پرسش دارد. آزمون به شکل لیکرت و دربرگیرنده‌ی ۹ درجه است. هرچه نمره‌ی فرد در آزمون بیشتر باشد، ناخوش‌نودی بیشتر است و برعکس. این پرسش‌نامه، نخست، به وسیله‌ی گارلند و هم‌کاران<sup>۴</sup> (۱۹۷۲)، با عنوان «مصاحبه‌ی با ساختاریافته و درجه‌بندی‌شده برای برآورد ناسازگاری (SSIAM)<sup>۵</sup>» ساخته‌شد. کرو<sup>۶</sup> (۱۹۷۸)، بر پایه‌ی این مصاحبه، پرسش‌نامه‌ی با ۵۰ پرسش برای سنجش سازگاری همسران ساخت، که دارای خرده‌مقیاس‌های زندگی زناشویی، رابطه‌ی جنسی، و زندگی کلی بود. بعدها شمار پرسش‌های این پرسش‌نامه به ۲۰ پرسش کاهش یافت و پرسش‌نامه‌ی زن و شوهری مادزلی نام گرفت. روایی آزمون، به وسیله‌ی اریندل، بولنز، و لمبرت<sup>۷</sup> (۱۹۸۳)، و با پژوهشی که روی ۱۲۸ نفر انجام داده‌بودند، برای هم‌بستگی میان مقیاس زندگی زن و شوهری و رابطه‌ی جنسی ۰/۲۸، میان زندگی زن و شوهری و زندگی کلی ۰/۳۲، و میان رابطه‌ی جنسی و

<sup>۱</sup> Evaluating and Nurturing Relationship Issues, Communication, and Happiness

<sup>۲</sup> Noller, Patricia, and Angela White

<sup>۳</sup> Maudsley Marital Questionnaire (MMQ)

<sup>۴</sup> Garland, Barry J., Neil J. Yorkston, Anthony R. Stone, Jerome D. Frank, Joseph L. Fleiss

<sup>۵</sup> The Structured and Scaled Interview to Assess Maladjustment (SSIAM)

<sup>۶</sup> Crowe, Michael J.

<sup>۷</sup> Arrindell, Willem A., Willem Boelens, and Hein Lambert

زندگی کلی ۰/۲۹ به دست آمد. جوزف، آلفونس، و راب<sup>۱</sup> (۲۰۰۷) به بررسی پایایی مقیاس‌ها روی ۷۸۷ نفر پرداخت و روایی زندگی زن و شوهری و رابطه‌ی جنسی را ۰/۶۰، زندگی زن و شوهری و زندگی کلی را ۰/۴۶، و رابطه‌ی جنسی و زندگی کلی را ۰/۳۳ گزارش کرد. وان ویدنفلت و هم‌کاران<sup>۲</sup> (۱۹۹۶) آلفای کرون‌باخ را برای مقیاس زندگی زن و شوهری زنان و مردان ۰/۹۳، برای مقیاس رابطه‌ی جنسی زنان و مردان ۰/۸۶ و ۰/۷۹، و برای مقیاس زندگی کلی مردان و زنان ۰/۵۷ و ۰/۶۶ گزارش کردند. رئیسی طوسی (۱۳۸۷) آلفای کرون‌باخ را برای مقیاس زندگی زن و شوهری زنان و مردان ۰/۸۷، برای مقیاس رابطه‌ی جنسی زنان و مردان ۰/۸۵ و ۰/۸۰، و برای مقیاس زندگی کلی مردان و زنان ۰/۶۵ و ۰/۷۲ برآورد کرده‌است.

### یافته‌های پژوهش

جدول ۱ هم‌بستگی بی‌پرسون الگوهای ارتباطی سازنده‌ی متقابل با خوش‌نودی از زندگی زناشویی

متغیر	شمار	میانگین	انحراف استاندارد	r	p
الگوهای ارتباطی سازنده‌ی متقابل	۱۵۰	۹۶/۲	۴۶/۷	۰/۴۵	۰/۰۰۱
خوش‌نودی از زندگی زناشویی	۵۰	۹۵/۷	۲۷/۲		

با توجه به نتایج جدول ۱، این گونه برداشت می‌شود که میان زنان و مردان، از نظر نوع الگوی ارتباطی سازنده و خوش‌نودی از زندگی زناشویی، پیوندی معنادار و مثبت وجود دارد، پس انگاره‌ی صفر رد، و انگاره‌ی پژوهش پذیرفته می‌شود.

جدول ۲ هم‌بستگی بی‌پرسون الگوی ارتباطی اجتناب متقابل و خوش‌نودی از زندگی زناشویی

متغیر	شمار	میانگین	انحراف استاندارد	r	p
الگوی ارتباطی اجتناب متقابل	۱۰۰	۹۹/۲	۳۷/۲۱	۰/۶۸	۰/۰۰۵
خوش‌نودی از زندگی زناشویی	۱۰۰	۸۷/۵	۲۹/۸		

با توجه به نتایج جدول ۲، این گونه برداشت می‌شود که میان الگوی ارتباط اجتناب متقابل و خوش‌نودی از پیوند زناشویی پیوندی منفی وجود دارد؛ یعنی هر اندازه الگوی ارتباطی اجتناب متقابل بیشتر باشد، خوش‌نودی از زناشویی کمتر است و برعکس؛ پس انگاره‌ی صفر رد، و انگاره‌ی پژوهش پذیرفته می‌شود.

<sup>1</sup> Joseph, Orathinkal, Vansteenwegen Alfons, and Stroobants Rob

<sup>2</sup> Van Widenfelt, Brigit, Clemens Hosman, Cas Schaap, and Cees van der Staak





جدول ۳ هم‌بستگی پی‌یرسون الگوی ارتباطی توقع/کناره‌گیری با خوش‌نودی از زندگی زناشویی

متغیر	شمار	میانگین	انحراف استاندارد	r	p
الگوی ارتباطی توقع/کناره‌گیری	۱۰۰	۸۹٫۷	۴۷٫۳	-۰٫۵۲	۰٫۰۰۱
خوش‌نودی از زندگی زناشویی	۱۰۰	۹۲٫۹	۵۲٫۸		

با توجه به نتایج جدول ۳، این گونه برداشت می‌شود که میان الگوی ارتباط توقع/کناره‌گیری و خوش‌نودی از پیوند زناشویی پیوندی منفی و معکوس وجود دارد؛ یعنی هر اندازه الگوی ارتباط توقع/کناره‌گیری بیشتر باشد، خوش‌نودی از پیوند زناشویی کمتر است و برعکس؛ پس انگاره‌ی صفر رد، و انگاره‌ی پژوهش پذیرفته می‌شود.

جدول ۴ آزمون t دو گروه مستقل برای بررسی دیگرگونی؛ بر پایه‌ی جنسیت

متغیر	شمار	میانگین	df	t	p
مرد	۵۰	۶۸٫۲	۱۹۸	۴٫۷۷	۰٫۰۰۵
زن	۱۵۰	۷۴٫۳			

با توجه به نتایج جدول ۴، این گونه برداشت می‌شود که میان زنان و مردان همسردار، در خوش‌نودی از پیوند زناشویی، دیگرگونی معنادار وجود دارد.

جدول ۵ آزمون t دو گروه مستقل برای بررسی دیگرگونی، بر پایه‌ی مدت زمان ازدواج

متغیر	شمار	میانگین	df	t	p
کم‌تر از ۵ سال	۲۰	۴۳٫۲	۷۸	۱٫۲۷	۰٫۰۰۵
۱۵ تا ۲۰ سال	۶۰	۳۹٫۷			

با توجه به نتایج جدول ۵، این گونه برداشت می‌شود که میان نمونه‌ی زن و مرد، که در دامنه‌ی زیر ۵ سال و میان ۱۵ تا ۲۰ سال از ازدواج آن‌ها گذشته، دیگرگونی معنادار دیده نشده است و سال‌های ازدواج نتوانسته تأثیری بر خوش‌نودی از پیوند زناشویی بگذارد.

جدول ۶ رگرسیون چندمتغیره‌ی گام‌به‌گام رابطه‌ی ابعاد پیوند زناشویی با سلامت خانواده

متغیرها	B	t	p	r <sup>۲</sup>
زندگی کلی	۴٫۱۲	۴٫۱۲	۰٫۰۰۱	۰٫۸۲
رابطه‌ی جنسی	۳٫۱۷	۳٫۷۸	۰٫۰۰۱	
رابطه‌ی غیرجنسی	۲٫۰۵	۲٫۹۴	۰٫۰۰۱	

با توجه به نتایج جدول ۶، متغیرهای خوش‌نودی از پیوند زناشویی (زندگی کلی، رابطه‌ی جنسی، رابطه‌ی غیرجنسی)، به صورت گام‌به‌گام، وارد معادله‌ی رگرسیون شد و، به ترتیب ورود، هر یک سهمی معنادار را در خوش‌نودی از زندگی زناشویی نشان داد؛ یعنی برای یک واحد دگرگونی در بتا،  $4/12$  واحد دگرگونی در خوش‌نودی زناشویی به‌دست‌می‌آید. برای دگرگونی‌های خوش‌نودی از پیوند زناشویی ناشی از زندگی کلی  $r^2 = 0/82$  است و پس از آن رابطه‌ی جنسی و رابطه‌ی غیرجنسی قرار دارد.

### بحث و نتیجه‌گیری

ارتباط سازنده نقشی کلیدی در کارکرد خانواده‌ی سالم دارد. پژوهش‌گران بر این باور اند که ارتباط پی‌درپی، باز، و روشن، یک ویژگی اساسی خانواده‌ی سالم است. آن‌ها می‌گویند خانواده‌هایی که راه‌کارهای درست برقراری ارتباط را به‌کارمی‌گیرند، برای حل مشکل‌های فردی/اجتماعی توان‌تر اند و خوش‌نودی بیش‌تری از خود و زندگی دارند. پیوند زناشویی مهم‌ترین پیوند بین‌فردی در خانواده است. همسران، به دلیل پیوند تنگاتنگ و گام‌های رشد پیوند زن و شوهری خود، ناگزیر از تجربه‌ی تنش گاه‌به‌گاه اند و هر اندازه توانایی آن‌ها برای برقراری ارتباط و حل مسائل زندگی مشترک بیش‌تر باشد، خوش‌نودی آن‌ها از زندگی زناشویی نیز بیش‌تر خواهد بود. یافته‌های به‌دست‌آمده از پژوهش نشان می‌دهد که میان الگوی ارتباطی سازنده و خوش‌نودی از زندگی زناشویی و، در نتیجه، سلامت خانواده، پیوندی مثبت و معنادار وجود دارد ( $r = 0/45$  و  $p < 0/001$ )، که این نتیجه با یافته‌های پژوهش یانگ و لانگ (۱۹۹۸)، کافلین و ونجلیستی (۲۰۰۰)، بوربی و لنگر (۲۰۰۵)، گوردون و هم‌کاران (۱۹۹۹) هم‌خوانی دارد و همه‌ی آن‌ها بر این باور اند که همسران سرزنده توانایی بروز احساسات و حل مسئله را دارند و می‌توانند در باره‌ی مسائل مذهبی، مالی، و اخلاقی با یک‌دیگر سخن بگویند. همسرانی که توانایی برقراری ارتباط سازنده را دارند از شیوه‌ی برنده-برنده استفاده می‌کنند و به عنوان رقیب به یک‌دیگر نمی‌نگرند. برقراری ارتباط درست سبب سازگاری با ناهم‌گونی‌ها می‌شود و خوش‌نودی زناشویی، که فرآیندی تکاملی است، کم‌کم، گسترده‌تر می‌شود.

یافته‌ی دیگر پژوهش پیوند معنادار میان استفاده از الگوهای ارتباط اجتناب متقابل و توقع/کناره‌گیری است ( $r = 0/68$  و  $p < 0/05$ )؛ بدین صورت که هرچه الگوی ارتباطی اجتنابی بیش‌تر باشد، خوش‌نودی زناشویی کم‌تر است و برعکس؛ یعنی هرچه یکی از دو سو متقاضی و سوی دیگر کناره‌گیر و اجتنابی باشد، خوش‌نودی از پیوند زناشویی کاهش



می‌یابد، زیرا همسران توانایی برقراری ارتباط را ندارند و، به شیوه‌ی گریز و دوری، از رویارویی با مسئله پرهیز می‌کنند. در باره‌ی توقع/کناره‌گیری میان زن متوقع و مرد کناره‌گیر و برعکس، دیگرگونی دیده‌نشده، چون پیوند زناشویی پیوندی ضرب‌دردی است و هر کدام متقاضی یا کناره‌گیر باشند، در هر صورت، خانواده دچار مشکل می‌شود. این یافته با یافته‌های پژوهش رابرتز (۲۰۰۰)، شیلینگ و هم‌کاران (۲۰۰۳)، ویلیامز و فراینز<sup>۱</sup> (۲۰۰۵)، و میلز (۲۰۰۸) هم‌خوانی دارد؛ پس برای درست کردن این نوع رفتارها می‌توان از آموزش‌های پیش‌گیرانه استفاده کرد، تا همسران نه‌تنها شیوه‌های برقراری پیوند با یک‌دیگر را یاد بگیرند، بلکه راه‌های کنترل هیجان‌ها و رویارویی با هیجان‌های منفی، به‌ویژه درگیری کلامی/غیرکلامی، را نیز بیاموزند؛ چنان‌چه شارف و شارف (۱۹۹۱) و ویلیامز و فراینز (۲۰۰۵) به آموزش همسران در زمینه‌ی پربرسازی روابط جنسی و بازسازی ارتباط پرداختند و نتایج نشان داد که همسران آموزش‌دیده دارای ارتباط‌های منفی و پرخاش‌گری کم‌تر اند. در باره‌ی جنسیت و خوش‌نودی از پیوند زناشویی دیگرگونی معنادار میان دو گروه زن و مرد دیده‌شد ( $t = ۴/۷۷$  و  $p < ۰/۰۵$ )، ولی میان مدت زمان ازدواج و خوش‌نودی از زندگی دیگرگونی معنادار وجود نداشت؛ پس اگر همسران، هنگام ازدواج، از آمادگی و بینشی خوب برخوردار باشند، طی سال‌های ازدواج نیز سازگاری خود را نگاه می‌دارند یا با شرایط دیگرگون، به‌خوبی، کنار می‌آیند.

آخرین یافته‌ی پژوهش رگرسیون چندمتغیره در باره‌ی ابعاد خوش‌نودی زناشویی (کلی، جنسی، و غیرجنسی) بود، که، به‌ترتیب، خوش‌نودی کلی از زندگی، رابطه‌ی جنسی درست تقویت‌شده، و رابطه‌ی غیرجنسی (اخلاقی، مذهبی، و مانند آن) سبب بالا رفتن خوش‌نودی زناشویی، میان دو جنس و به‌ویژه زنان، شد.

در یک جمع‌بندی کلی می‌توان گفت که الگوی ارتباط، الگویی پویا است، که فرآیند و محتوای موجود در آن، هر دو، در ادامه‌ی زندگی نقشی مؤثر دارند. این نقش در زنان، به دلیل توانایی بالا در سخن گفتن و نقش مؤثری که در زندگی فردی و اجتماعی آنان بازی می‌کند، بیش‌تر است، زیرا باور بر این است که الگوهای ارتباط آموختنی اند و همسران، در هر گام از زندگی، فرصت دگرگون شدن و جای‌گزینی یا دگرگون کردن رفتار را دارند؛ پس نکته‌ی شایان‌توجه، در زمان حال زیستن همسران و برقراری پیوند در این زمان است.

برای درست کردن الگوهای ارتباط، دگرگونی افکار و رفتار مهم است و به نظر می‌رسد سازه‌ی حل مسئله، به عنوان یکی از توانایی‌های زندگی، از تأثیری شگرف برخوردار

<sup>1</sup> Williams, Stacey L., and Irene Hanson Frieze

است؛ پس با شناسایی دقیق مشکل و حل آن، و نیز درست کردن الگوی ویران‌گر، می‌توان به توانایی برقراری پیوند و رشد آن دست‌یافت.

## منابع

- احمدی، کرم‌الله. ۱۳۸۲. «بررسی نقش ارتباط زن و شوهر و تأثیر آن بر تنظیم خانواده». پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد جامعه‌شناسی، دانشگاه شیراز، شیراز.
- رئیس‌ی طوسی، سارا. ۱۳۸۷. «بررسی رابطه‌ی بین احساس شرم و رضایت از زناشویی در مردان و زنان شهر تهران». پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه الزهراء، تهران.
- ریماز، سمیه. ۱۳۸۷. «بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر تغییر الگوهای ارتباطی زوجین شهر نقده». پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهراء، تهران.
- سیف، سوسن. ۱۳۷۶. *خانواده‌درمانی*. تهران: انتشارات دانشگاه الزهراء.
- شعاع‌کاظمی، مهرانگیز، و سوسن سیف. ۱۳۸۸. *خانواده‌درمانی*. تهران: پایزنه.
- عبادت‌پور، بهناز. ۱۳۷۹. «هنجاریابی پرسش‌نامه‌ی الگوهای ارتباطی زناشویی در شهر تهران در سال ۱۳۷۸-۱۳۷۹». پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد مشاوره، دانشکده‌ی علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه تربیت معلم، تهران.
- Arrindell, Willem A., Willem Boelens, and Hein Lambert. 1983. "On the Psychometric Properties of the Maudsley Marital Questionnaire (MMQ): Evaluation of Self-Ratings in Distressed and 'Normal' Volunteer Couples Based on the Dutch Version." *Personality and Individual Differences* 4(3):293-306.
- Bodenmann, Guy, Andrea Kaiser, Kurt Hahlweg, and Gabriele Fehm-Wolfsdorf. 1998. "Communication Patterns during Marital Conflict: A Cross-Cultural Replication." *Personal Relationships* 5(3):343-356.
- Burpee, Leslie, and Ellen Langer. 2005. "Mindfulness and Marital Satisfaction." *Journal of Adult Development* 12(1):43-51.
- Caughlin, John P., and Anita L. Vangelisti. 2000. "An Individual Difference Explanation of Why Married Couples Engage in the Demand/Withdraw Pattern of Conflict." *Journal of Social and Personal Relationship* 17(4-5):523-551.
- Christensen, Andrew, and Megan Sullaway. 1984. "Communication Patterns Questionnaire." Unpublished questionnaire, University of California, Los Angeles, CA, USA.
- Crowe, Michael J. 1978. "Conjoint Marital Therapy: A Controlled Outcome Study." *Psychological Medicine* 8(4):623-636.
- Gordon, Kristina Coop, Donald H. Baucom, Norman Epstein, Charles K. Burnett, and Lynn A. Rankin. 1999. "The Interaction between Marital Standards and Communication Patterns: How Does It Contribute to Marital Adjustment." *Journal of Marital and Family Therapy* 25(2):211-223.



- Greeff, Abraham P., and Hildegard L. Malherbe. 2001. "Intimacy and Marital Satisfaction in Spouses." *Journal of Sex and Marital Therapy* 27(3):247-257.
- Gurland, Barry J., Neil J. Yorkston, Anthony R. Stone, Jerome D. Frank, Joseph L. Fleiss. 1972. "The Structured and Scaled Interview to Assess Maladjustment (SSIAM): I. Description, Rationale, and Development." *Archives of General Psychiatry* 27(2):259-264.
- Heavey, Christopher L., Brandon M. Larson, Daniel C. Zumtobel, and Andrew Christensen. 1996. "The Communication Patterns Questionnaire: The Reliability and Validity of a Constructive Communication Subscale." *Journal of Marriage and the Family* 58(3):796-800.
- Joseph, Orathinkal, Vansteenwegen Alfons, and Stroobants Rob. 2007. "Further validation of the Maudsley Marital Questionnaire (MMQ)." *Psychology, Health, and Medicine* 12(3):346-352.
- Mills, Linda G. 2008. "Shame and Intimate Abuse: The Critical Missing Link between Cause and Cure." *Children and Youth Services Review* 30(6):631-638.
- Noller, Patricia, and Angela White. 1990. "The Validity of the Communication Patterns Questionnaire." *Psychological Assessment* 2(4):478-482.
- Roberts, Linda J. 2000. "Fire and Ice in Marital Communication: Hostile and Distancing Behaviors as Predictors of Marital Distress." *Journal of Marriage and Family* 62(3):693-707.
- Scharff, David E., and Jill Savage Scharff. 1991. *Object Relations Couple Therapy*. North Vale, NJ, USA: Jason Aronson.
- Schilling, Elizabeth A., Donald H. Baucom, Charles K. Burnett, Elizabeth Sandin Allen, and Lynelle Ragland. 2003. "Altering the Course of Marriage: The Effect of PREP Communication Skills Acquisition on Couples' Risk of Becoming Maritally Distressed." *Journal of Family Psychology* 17(1):41-53.
- Sinha, S. P., and Neelima Mukerjee. 1990. "Marital Adjustment and Personal Space Orientation." *The Journal of Social Psychology* 130(5):633-639.
- Van Widenfelt, Brigit, Clemens Hosman, Cas Schaap, and Cees van der Staak. 1996. "The Prevention of Relationship Distress for Couples at Risk: A Controlled Evaluation with Nine-Month and Two-Year Follow-Ups." *Family Relations* 45(2):156-165.
- Waldinger, Robert J., Marc S. Schulz, Stuart T. Hauser, Joseph P. Allen, and Judith A. Crowell. 2004. "Reading Others' Emotions: The Role of Intuitive Judgments in Predicting Marital Satisfaction, Quality, and Stability." *Journal of Family Psychology* 18(1):58-71.
- Williams, Stacey L., and Irene Hanson Frieze. 2005. "Patterns of Violent Relationships, Psychological Distress, and Marital Satisfaction in a National Sample of Men and Women." *Sex Roles* 52(11-12):771-784.
- Young, Mark E., and Lynn L. Long. 1998. *Counseling and Therapy for Couples*. Pacific Grove, CA, USA: Brooks/Cole.

نویسنده

دکتر مهرانگیز شعاع کاظمی

استادیار گروه مشاوره، دانشگاه الزهرا

m\_shkazemi@yahoo.com

دانش‌آموخته‌ی دکتری روان‌شناسی، دانشگاه الزهرا.

از وی کتاب‌های *راهنمای مشاغل برای دانش‌آموزان، والدین، و مشاوران، خانواده درمانی، و اعتمادسازی برای مدارس بهتر* و چندین مقاله در فصل‌نامه‌های علمی-پژوهشی چاپ شده‌است. وی پنج مقاله در هم‌آی‌ش‌های جهانی و بیش از ۲۰ مقاله در هم‌آی‌ش‌های ایرانی ارائه کرده‌است.