

**The Effect of Teaching
Communication Skills on Marital
Conflict by Transactional Analysis**

**تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی با استفاده از
روش تحلیل رفتار متقابل (TA) بر کاهش
تعارض زناشویی**

Salamat, Mayedeh, Zamani, Amad Reza
& Alahyari, Talat

مایده سلامت^۱، احمدرضا زمانی^۲، طلعت
الهیاری^۳

In this study, in order to investigate the effects of teaching communication skills on marital satisfaction, twenty four (24) couples were randomly selected. They were divided into experimental and control groups and went under treatment. A comparison of the results of pretest and post tests indicates that this type of training is effective for marital satisfaction of the couples.

در این پژوهش، به منظور بررسی تاثیر آموزش روش تحلیل رفتار متقابل در رضایت زناشویی ۲۴ زوج به شیوه‌ی تصادفی انتخاب و در دو گروه آزمایشی و کنترل، مورد کاربندی قرار گرفتند. مقایسه‌ی پیش تست و پس تست، نشان می‌دهد که این آموزش در رضایت زناشویی همسران، موثر است.

مقدمه

از نظر لید^۴ (۱۹۹۶) همسرانی که دچار تعارض می‌شوند، در واقع زوجینی هستند که چیزی که یکی می‌خواهد، دیگری نمی‌خواهد. هرگاه این تعارض به صورت تعارض مخرب درآید رنجش و خصومت موجود، نسبت به شخص مخاطب، باعث کاهش اعتماد، اطمینان دوستی، همکاری و صمیمیت آنها می‌شود (رایس و فیلیپ^۵، ۱۹۹۶). چنین وضعیتی می‌تواند، همسرانی را به نمودار

۱- کارشناس ارشد مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن

۲- Ph.D, هیات علمی دانشگاه

۳- Ph.D, هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن

4-Liyd
5-Rice & Phillip

ساختن الگویی بکشاند که نوعی بازی روان شناختی مخرب است که باید آن را شناخت و رفتارهای مناسبی را جایگزین آن کرد و به اصطلاح آن را تحلیل و بازسازی نمود.

پژوهش‌ها نشان می‌دهند که تعارض‌های زناشویی در ارتباط با هفت عامل، رخ می‌دهند که این عامل‌ها عبارتند از: کاهش همکاری، کاهش رابطه‌ی جنسی، افزایش واکنش‌های هیجانی، روی آوردن به فرزند برای کسب حمایت او در مقابل همسر، کاهش رابطه‌ی خانوادگی با خانواده‌ی همسر و دوستان، افزایش رابطه‌ی فردی با خویشاوندان خود و جدا کردن امور مالی از یکدیگر (براتی، ۱۳۷۵). حاجی ابول زاده (۱۳۸۱) نشان داده است که آموزش مهارت‌های ارتباطی موجب افزایش رضایت، سازگاری، همبستگی و توافق زناشویی شده و ابراز محبت بین آنها را افزایش می‌دهد. فقیر پور (۱۳۸۱) نیز نشان داده است که بین مهارت‌های رفتاری و ارتباطی و مهارت حل مساله و سازگاری زناشویی، ارتباطی عمیق وجود دارد. پژوهش‌های صفرزاده (۱۳۸۳) شفیع‌نیا (۱۳۸۱) طهرانی (۱۳۸۴) پروینیان (۱۳۸۳) جعفری هرندی (۱۳۸۱)، خالد اصفهانی (۱۳۸۲) عرفانی (۱۳۷۸) همگی بیانگر نقش اشکال‌های ارتباطی در مشکل‌ها و تعارض‌های زناشویی و همچنین، نقش اصلاح این مشکل‌ها در سازگاری زناشویی آنها است.

پژوهش‌هایی که در خارج انجام گرفته است نیز، نشان می‌دهد که تعارض‌های خانوادگی (گری^۱، ۱۹۹۹، فلیکر^۲، ۱۹۹۷) و مشکل در برقراری ارتباط سازنده‌ی متقابل (کریستینسن و شنگ^۳، ۱۹۹۱) از دلایل عمده‌ی اختلاف‌های بین همسران است. در حالی که افزایش کیفیت ارتباط (مارکمن^۴، ۱۹۹۳) آموزش مهارت‌های ارتباطی (وود و دیویدسن^۵، ۱۹۹۳، مارکمن، ۱۹۹۳) باعث رضایتمندی زناشویی است.

نظریه‌ی تحلیل رفتار متقابل^۶ (TA) نظریه‌ای در مورد شخصیت و روش منظمی برای روان درمانی به منظور رشد و تغییر شخصی است که توسط اریک برن^۷ ارایه شده است. شیوه‌ی تحلیل ارتباط محاوره‌ای، روشی عقلانی است که فرد را در تجزیه و تحلیل و درک رفتار خویش و همین طور

1-Gary

2-Flicker

3-Christensen & Shenk

4-Markman

5-Wood & Davidson

6-Transactional Analysis

7-Eric Berne

در کسب آگاهی و قبول مسوولیت، با توجه به آنچه که در زمان حال اتفاق می افتد یاری می دهد (شفیع آبادی و ناصری، ۱۳۷۵). چنین تحلیلی در چهار زمینه اتفاق می افتد، تحلیل سازه ای^۱ یا تحلیل شخصیت فرد، تحلیل رفتار متقابل یا تحلیل رابطه ی فرد با دیگری و روابط بین افراد، تحلیل بازی ها^۲ یا تحلیل رفتار متقابل پنهانی که برای فرد دارای بازدهی و نتیجه است و تحلیل نمایشنامه^۳ و پیش نویس زندگی یا تحلیل داستان خاص زندگی فرد که او بازیگر اصلی آن است (احمدی ۱۳۷۴). در واقع وظیفه ی اصلی مشاور معتقد به تی ای، آن است که مهارت هایی را برای علاقمندان ایجاد کند که آنها را به سوی شرایطی هدایت نماید که در آن بتوانند روابط خود را تحلیل و نتایج آن را مشاهده نمایند.

با توجه به آنچه گفته شد و در نظر گرفتن نظریه ی تحلیل رفتار متقابل به عنوان نظریه ای که به طور اخص بر روابط بین افراد تاکید می کند، در این پژوهش به دنبال تعیین تاثیر آموزش مهارت های ارتباطی (TA) بر کاهش تعارض های زناشویی همسران بوده ایم.

روش

جامعه و نمونه ی پژوهش: جامعه ی آماری در این پژوهش، جامعه ی زوجین شهر اصفهان است که حداقل یک فرزند آنها در مهد کودک، مشغول یادگیری باشد. از این جامعه به شیوه ی خوشه ای تصادفی چند مرحله ای ۲۴ همسر انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی و کنترل، مورد کاربردی قرار گرفتند.

ابزار

پرسش نامه ی تعارض های زوجین: این پرسش نامه توسط محقق، ساخته شده و دارای ۶۵ سوال و ۱۵ خرده مقیاس، تحت عنوان اوقات فراغت، مذهب، امور مالی، خشونت کلامی و غیر کلامی، همدلی، رضایت، ارتباط با دوستان، صمیمیت، مسایل جنسی، توجه به منافع همسر، مفاهمه، انتقاد حساسیت، پذیرش و نتیجه گیری از گفتگو است. پایایی این آزمون به شیوه ی کرونباخ ۰/۹۳ و از

1-Structural analysis
2-Game analysis
3-Script analysis

طریق دو نیمه کردن، ۰/۸۶۳ به دست آمده است و اعتبار صوری آن توسط متخصصین و کارشناسان موضوع، تایید شده است.

شیوه ی اجرا: بعد از گزینش زوجین و تقسیم تصادفی آنها به دو گروه آزمایشی و کنترل ابتدا آزمودنی ها به وسیله ی پرسش نامه ی تعارض های زناشویی، مورد ارزیابی قرار گرفتند و سپس گروه آزمایشی به مدت ۶ جلسه ی یک و نیم ساعتی به وسیله ی روش T.A به صورت فعال مورد آموزش و تحلیل قرار گرفتند و سرانجام در آخرین جلسه، هر دو گروه به وسیله ی تست تعارض های زناشویی، مورد ارزیابی قرار گرفتند.

یافته ها

یافته های دموگرافیک مربوط به آزمودنی ها در جدول شماره ۱ و ۲ ارایه شده است. همانگونه که در این جدول مشاهده می شود، میانگین مدت ازدواج در گروه کنترل $۷/۳۳ \pm ۲/۹۰$ و میانگین مدت ازدواج در گروه آزمایش $۸/۳۲ \pm ۳/۳۳$ است که باتوجه به آزمون کولموگورف-اسمیرنوف^۱ و غیرنرمال بودن توزیع مدت ازدواج، آزمون معادل ناپارامتری U مان-ویت نی^۲ ($P=۰/۲۷۵$) تفاوت معناداری در دو گروه نشان نمی دهد. این موضوع، در مورد میزان تحصیلات نیز صادق است چون آزمون χ^2 ($P=۰/۷$) تفاوت معناداری در دو گروه نشان نمی دهد (جدول ۲).

جدول ۱: سن و طول مدت ازدواج گروه آزمایش و گروه کنترل

گروه	متغیر	سن	مدت ازدواج
آزمایش	میانگین	۳۲/۵۴	۸/۳۲
	انحراف معیار	۳/۹۸	۳/۳۳
کنترل	میانگین	۳۳/۵۲	۷/۳۳
	انحراف معیار	۶/۸۳	۲/۹۰
جمع	میانگین	۳۳/۰۳	۷/۸۲
	انحراف معیار	۵/۴۰	۳/۱۱

1-Kolomogorov-Smirnov

2-Mann Whitney

جدول ۲: اطلاعات مربوط به فراوانی میزان تحصیلات در دو گروه

دیپلم و پایین تر (%)	فوق دیپلم (%)	لیسانس (%)	فوق لیسانس (%)	دکتر و بالاتر (%)	
۱۰(۳۷/۵)	۳(۱۲/۵)	۴(۱۶/۷)	۶(۲۵)	۲(۸/۳)	گروه کنترل
۷(۳۰/۴)	۲(۸/۷)	۸(۳۴/۸)	۵(۲۱/۷)	۱(۴/۳)	گروه آزمایش

اطلاعات مربوط به میانگین و انحراف معیار پیش آزمون و پس آزمون در گروه کنترل و گروه گواه در جدول شماره ۳ و ۴ ارائه شده است.

جدول ۳: اطلاعات مربوط به میانگین و انحراف معیار پیش آزمون و پس آزمون در گروه آزمایش

مقیاس	پیش آزمون		پس آزمون	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
اوقات فراغت	۱/۷۴	۰/۷۷	۲/۳۵	۰/۳۹
حیطه ی مذهبی	۱/۸۳	۰/۸۳	۱/۷۷	۰/۶۹
حیطه ی مالی	۱/۶۳	۰/۶۷	۲/۱۶	۰/۴۳
خشونت های کلامی و غیر کلامی	۲/۴۳	۰/۳۴	۲/۲۶	۰/۲۴
همدلی	۲/۷۲	۰/۶۳	۲/۵۷	۰/۶۱
رضایت	۲/۳۹	۱/۴۳	۳/۵۴	۰/۷۵
ارتباط با دوستان و خویشاوندان	۲/۱۱	۰/۷۵	۳/۲۵	۰/۸۶
صمیمیت	۲/۷۲	۰/۴۱	۳/۰۵	۰/۴۲
گفتگو در رابطه با مسایل جنسی	۱/۹۱	۱/۲۹	۱/۸۷	۱/۲۶
توجه به منافع همسر	۱/۷۱	۱/۳۱	۱/۴۶	۰/۷۸
روش گفتگو	۲/۳۹	۰/۳۸	۲/۵۸	۰/۳۴
روش انتقاد	۲/۵۴	۰/۷۱	۳/۱۰	۰/۵۸
حساسیت بیش از اندازه نسبت به قضاوت دیگران	۳/۱۷	۱/۱۲	۳/۴۴	۰/۹۷
پذیرش	۲/۳۶	۰/۴۴	۲/۳۰	۰/۵۱
نتیجه گیری و گفتگو	۱/۹۳	۰/۹۳	۳/۴۲	۰/۶۰
تعارض ها	۲/۲۴	۰/۴۸	۲/۵۴	۰/۲۲

جدول ۴: اطلاعات مربوط به میانگین و انحراف معیار پیش آزمون و پس آزمون در گروه کنترل

مقیاس	پیش آزمون		پس آزمون	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
اوقات فراغت	۲/۰۸	۰/۶۷	۲/۱۲	۰/۶۸
حیطه ی مذهبی	۲/۰	۰/۷۲	۲/۰۲	۰/۶۳
حیطه ی مالی	۲/۲۴	۰/۸۴	۲/۳۶	۰/۶۷
خشونت های کلامی و غیر کلامی	۲/۴۹	۰/۷۶	۲/۳۸	۰/۶۲
همدلی	۲/۳۵	۰/۵۷	۲/۱۵	۰/۶۱
رضایت	۲/۴۶	۰/۸۷	۲/۲۱	۰/۸۸
ارتباط با دوستان و خویشاوندان	۲/۳۲	۰/۷۲	۲/۵۱	۰/۷۴
صمیمیت	۲/۶۵	۰/۶۳	۲/۳۳	۰/۷
گفتگو در رابطه با مسائل جنسی	۲/۱۲	۱/۴۲	۱/۶۷	۰/۹۲
توجه به منافع همسر	۲/۵۰	۱/۳۲	۱/۹۶	۰/۹۱
روش گفتگو	۲/۹۱	۰/۷۱	۲/۶۰	۰/۸۱
روش انتقاد	۲/۸۶	۰/۷۸	۲/۶۰	۰/۸۰
حساسیت بیش از اندازه نسبت به قضاوت دیگران	۳/۴۶	۰/۹۵	۳/۲۳	۰/۹۳
پذیرش	۲/۲۶	۰/۶۵	۲/۰۲	۰/۶۲
نتیجه گیری و گفتگو	۲/۷۱	۰/۹۷	۲/۲۸	۰/۷۹
تعارض ها	۲/۴۹	۰/۴۸	۲/۲۹	۰/۴۸

بحث و نتیجه گیری

همانگونه که در جدول شماره ۵ مشاهده می شود، آموزش مهارت های ارتباطی (TA) بر افزایش توافق زوجین در مورد نحوه ی گذراندن اوقات فراغت تاثیر داشته است ($P=0/004$). در پژوهشی که نصیب البکا (۱۳۷۳) در تهران بر روی ۴۰ زوج ناسازگار و ۴۰ زوج سازگار انجام داد به این نتیجه رسید که تفاوت معناداری در نحوه ی گذراندن اوقات فراغت زوج های سازگار با ناسازگار وجود دارد. باقریان نژاد اصفهانی (۱۳۸۰) به این نتیجه رسید که بین زنان و مردان متقاضی طلاق شهر اصفهان، در مورد فعالیت های اوقات فراغت تفاوت معناداری وجود ندارد. احتمالاً، چنین آموزش هایی سبب می شود تا گروه آزمایش آگاهی و شناخت روی اجزا شخصیتی خود و همسرشان پیدا کنند و متوجه شوند که اختلاف پیش آمده در مورد موضوع گذراندن اوقات فراغت مربوط به برخورد کدام «من های» دو طرف می باشد و در نتیجه راه حل های ارایه شده را به کار بندند.

جدول ۵: اطلاعات مربوط به میانگین نمرات آزمودنی‌ها در مولفه‌های رضایت زناشویی

P	پس آزمون	پیش آزمون	موضوع	گروهها
۰/۰۰۴	۲/۱۲ ± ۰/۶۸	۲/۰۸ ± ۰/۶۷	اوقات فراغت	کنترل
	۲/۳۵ ± ۰/۳۹	۱/۷۴ ± ۰/۷۷		آزمایش
۰/۶۷۴	۲/۰۲ ± ۰/۶۳	۲ ± ۰/۷۲	حیطه‌ی مذهبی	کنترل
	۱/۷۷ ± ۰/۶۹	۱/۸۳ ± ۰/۸۳		آزمایش
۰/۰۷۸	۲/۳۶ ± ۰/۶۷	۲/۲۴ ± ۰/۸۴	حیطه‌ی مالی	کنترل
	۲/۱۶ ± ۰/۴۳	۱/۶۳ ± ۰/۶۷		آزمایش
۰/۶۶۷	۲/۳۸ ± ۰/۶۲	۲/۴۹ ± ۰/۷۶	خشونت	کنترل
	۲/۲۶ ± ۰/۲۴	۲/۴۳ ± ۰/۳۴		آزمایش
۰/۸۲۵	۲/۱۵ ± ۰/۶۱	۲/۳۵ ± ۰/۵۷	همدلی	کنترل
	۲/۵۷ ± ۰/۶۱	۲/۷۲ ± ۰/۶۳		آزمایش
۰/۰۰۰	۲/۲۱ ± ۰/۸۸	۲/۴۶ ± ۰/۸۷	رضایت	کنترل
	۳/۵۴ ± ۰/۷۵	۲/۳۹ ± ۱/۴۳		آزمایش
۰/۸۰۳	۲/۵۱ ± ۰/۷۴	۲/۳۲ ± ۰/۷۲	رفت و آمد با خویشان	کنترل
	۳/۲۵ ± ۰/۸۶	۲/۱۱ ± ۰/۷۵		آزمایش
۰/۰۰۰	۲/۳۳ ± ۰/۷	۲/۶۵ ± ۰/۶۳	صمیمیت	کنترل
	۳/۰۵ ± ۰/۴۲	۲/۷۲ ± ۰/۴۱		آزمایش
۰/۶۶۳	۱/۶۷ ± ۰/۹۲	۲/۱۲ ± ۱/۴۲	مسائل جنسی	کنترل
	۱/۸۷ ± ۱/۲۶	۱/۹۱ ± ۱/۲۱		آزمایش
۰/۲۳۶	۱/۹۶ ± ۰/۹۱	۲/۵ ± ۱/۳۲	توجه به منافع همسر	کنترل
	۱/۴۶ ± ۰/۷۸	۱/۷۱ ± ۱/۳۱		آزمایش
۰/۰۰۱	۲/۶۰ ± ۰/۸۱	۲/۹۱ ± ۰/۷۱	مفاهمه	کنترل
	۲/۵۸ ± ۰/۳۴	۲/۳۹ ± ۰/۳۸		آزمایش
۰/۰۰۰	۲/۶۰ ± ۰/۸۰	۲/۸۶ ± ۰/۷۸	روش انتقاد	کنترل
	۳/۱۰ ± ۰/۵۸	۲/۵۴ ± ۰/۷۱		آزمایش
۰/۱۳۰	۳/۲۳ ± ۰/۹۳	۳/۴۶ ± ۰/۹۵	حساسیت	کنترل
	۳/۴۴ ± ۰/۹۷	۳/۱۷ ± ۱/۱۲		آزمایش
۰/۲۴۷	۲/۰۲ ± ۰/۶۲	۲/۲۶ ± ۰/۶۵	پذیرش	کنترل
	۲/۳۰ ± ۰/۵۱	۲/۳۶ ± ۰/۴۴		آزمایش
۰/۰۰۰	۲/۲۸ ± ۰/۷۹	۲/۷۱ ± ۰/۹۷	نتیجه‌گیری از گفتگو	کنترل
	۳/۴۲ ± ۰/۶۰	۱/۹۳ ± ۰/۹۳		آزمایش
۰/۰۰۰	۲/۲۹ ± ۰/۴۸	۲/۴۹ ± ۰/۴۸	تعارض‌های زناشویی	کنترل
	۲/۵۴ ± ۰/۲۲	۲/۲۴ ± ۰/۴۸		آزمایش

از طرفی می‌بینیم که آموزش مهارت‌های ارتباطی (TA) بر افزایش توافق زوجین در امور مذهبی تأثیری نداشته است. از آنجا که مسایل مذهبی، نقش مهمی در روابط زن و شوهر و میزان سازگاری آنها دارد و بنی اسدی شهر بابک (۱۳۸۱) هم در تحقیق‌اش به این نتیجه رسیده که همسران سازگار با همسران ناسازگار در انگیزه‌ی حفظ دین و انجام وظیفه الهی با یکدیگر تفاوت دارند، در توضیح تفاوت بین یافته‌های پژوهش حاضر و سایر یافته‌ها می‌توان گفت که در بعد مذهبی، ارزش‌های افراد با یکدیگر برخورد پیدا می‌کند («من والد» دو طرف با هم تلاقی پیدا می‌کند) و همانطور که می‌دانیم ارزش‌ها، یک سری از باورها، آداب و رسوم و تعصبانی هستند که هر فرد با توجه به تربیت دوران کودکی تا بزرگسالی و فرهنگ خانوادگی و محیطی خود پیدا می‌کند و معمولاً، افراد فکر می‌کنند آنچه را که به عنوان ارزش به دست آورده‌اند، منطبق بر واقعیت (حقیقت محض) است، در صورتی که ممکن است چنین نباشد، بنابراین دو طرف، معمولاً مقاومت از خود نشان می‌دهند. به نظر محقق چنین می‌رسد که ۴۰ روز، زمان بسیار کمی است برای اینکه زوجین بتوانند دست از مقاومت خود بردارند و به توافق بر سر ارزش‌های یکدیگر برسند. البته پژوهش‌هایی هم وجود دارد که نشان می‌دهد بین زنان و مردان متقاضی طلاق در بعد جهت‌گیری مذهبی، تفاوت معناداری وجود ندارد (باقریان نژاد اصفهانی ۱۳۸۰).

عدم تفاوت دو گروه، در مورد امور مالی نیز صادق است. این یافته، با نتایج پژوهش براتی (۱۳۷۵) همخوانی ندارد. او در پژوهشی، به بررسی تأثیر تعارض‌های زناشویی بر روابط متقابل زن و شوهر پرداخت. او رابطه‌ی تعارض‌های زناشویی را در قالب هفت مولفه از جمله، جدا کردن امور مالی از یکدیگر، مورد بررسی قرار داد. نتیجه‌ی پژوهش او نشان داد که تعارض‌های زناشویی با جدا کردن امور مالی زوجین از یکدیگر، رابطه‌ی مثبت دارد. جعفری هرنندی (۱۳۸۱) نیز در پژوهشی ثابت کرد که تعارض‌های زناشویی، سبب کاهش رضایت زناشویی و در نتیجه، بی‌ثباتی ازدواج می‌گردد که ابعاد گسترده‌ای از جمله جدا کردن امور مالی از یکدیگر را دربر دارد. همچنین، یافته‌ها از آن حکایت دارند که آموزش مهارت‌های ارتباطی (TA) بر کاهش خشونت‌های کلامی و غیرکلامی زوجین تأثیری نداشته است. در حالی که مارکمن (۱۹۹۳) پژوهشی تحت عنوان راههای پیشگیری از تنش‌های زناشویی از طریق آموزش نحوه‌ی ارتباط و کنترل تعارض انجام

دادند. نتیجه این بود که همسران با سطوح بالاتری از ارتباط مثبت و سطوح پایین‌تری از مهارت‌های ارتباط منفی، سطوح پایین‌تری از خشونت‌های زناشویی را نشان دادند. یافته‌ی این پژوهش، با نتیجه‌ی تحقیق ذکر شده هماهنگ نیست. به نظر می‌رسد آموزش مهارت‌های ارتباطی به گروه آزمایش سبب شده تا تعارض‌های همسران کاهش یابد ولی این آموزش‌ها بر میزان خشونت‌های کلامی و غیرکلامی زوجین تاثیری نداشته، نتیجه را می‌توان چنین توجیه کرد که افراد در این کلاس‌ها یاد می‌گیرند وقتی من «والد» دو طرف یا من «والد» یکی، با من «بالغ» دیگری برخورد پیدا کند، مشاجره و گستاخی به وجود می‌آید. بنابراین به هنگام بروز مشکل سعی می‌کنند وارد این قسمت‌های شخصیتی خود و همسرشان نشوند. در نتیجه تعداد دفعات تعارض‌های کم شده ولی، در زمان‌هایی که کنترل از دستشان خارج شده و وارد این قسمت‌های شخصیتی خود و همسرشان شده‌اند و نتوانسته‌اند راه‌های گفته شده را برای پس راندن «والد» خود و یا همسر خود، به کار برند. یافته‌ها نشان می‌دهند که آموزش مهارت‌های ارتباطی (TA) بر افزایش همدلی همسران تاثیری نداشته است. در حالی که گارلند (۱۹۸۱) در پژوهشی، اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی، از جمله گوش دادن فعال، بیان نیازها و احساسات، درک طرف مقابل را مورد ارزیابی قرار داد. زوج‌هایی که در این مورد آموزش دیده بودند در ادراک از نگرش‌ها و احساسات همسر، به طور معناداری دقیق‌تر بودند. نتیجه‌ی این تحقیق آن بود که دقت زیاد، اثر معناداری بر سازگاری نداشت. یافته‌ی این پژوهش با نتیجه‌ی تحقیق ذکر شده، هماهنگ نیست. این تفاوت را چنین می‌توان توجیه کرد که احتمالاً مقدار آموزش، کافی نبوده است. (باتوجه به اینکه اکثر افراد در این زمینه بسیار ضعیف هستند) و افراد کلاس نتوانستند با همسر خود یک رابطه‌ی «بالغ» ← «کودک» قوی به وجود آورند.

همانگونه که در جدول شماره ی ۵ مشاهده می‌شود، آموزش مهارت‌های ارتباطی بر افزایش رضایت همسران تاثیر داشته است. نتیجه‌ی این یافته‌ی پژوهش با نتایج پژوهش‌های صفرزاده (۱۳۸۳) ویت کین و همکاران (۱۹۸۳) حاجی ابول زاده (۱۳۸۱) جعفری هرندی (۱۳۸۱) و مارکمن (۱۹۹۳) هماهنگ است. باتوجه به نتایج به دست آمده از این یافته‌ی پژوهش و تحقیقات دیگران، می‌توان چنین نتیجه گرفت که احتمالاً آموزش مهارت‌های ارتباطی باعث بهبود کیفیت

ارتباطی همسران شده و در نتیجه، رضایت آنان را در زندگی افزایش داده است همچنین، با توجه به تحقیق جعفری هرنندی که در بالا ذکر شد، از آنجا که آموزش مهارت‌های ارتباطی سبب کاهش تعارض‌های زناشویی شده بنابراین، احتمالاً این کاهش تعارض سبب افزایش رضایت زناشویی شده است.

یافته‌ها نشان می‌دهند که آموزش مهارت‌های ارتباطی (TA) بر افزایش توافق همسران نسبت به رفت و آمد با دوستان و خویشاوندان تأثیری نداشته است. این یافته، با پژوهش طهرانی (۱۳۸۴) مبنی بر اینکه آموزش مهارت‌های ارتباطی، سبب افزایش رابطه با خانواده و دوستان می‌گردد همسو می‌باشد. او در تحقیقش به این نتیجه رسید که آموزش مهارت‌های ارتباطی، بر افزایش رابطه با خانواده و دوستان تأثیر نداشته است. نتایج تحلیل داده‌ها نشان می‌دهند، آموزش مهارت‌های ارتباطی (TA) بر افزایش صمیمیت همسران تأثیر داشته است. نتیجه‌ی این یافته‌ی پژوهش با نتایج پژوهش‌های عرفانی اکبر (۱۳۷۸) و خالد اصفهانی (۱۳۸۲) همسو است. احتمالاً آموزش مهارت‌های ارتباطی باعث شده تا همسران بتوانند من‌های «کودک» یکدیگر را پیدا کرده (زیر نظر من بالغ) و دست نوازشی بر روی آن بکشند و در نتیجه نسبت به یکدیگر صمیمی‌تر شوند.

این پژوهش، نشان داد که آموزش مهارت‌های ارتباطی (TA) بر بهبود روش گفتگوی همسران تأثیر داشته است. این یافته با نتایج حاصل از پژوهش‌های آذرین و همکاران (۱۹۹۴) طهرانی (۱۳۸۴) که نشان می‌داد آموزش مهارت‌های ارتباطی سبب افزایش ارتباط و گفت و شنود همسران می‌گردد، هماهنگ است. به نظر می‌رسد با توجه به اینکه در این کلاس، افراد یاد گرفتند که چگونه از رابطه‌های مکمل استفاده کنند تا ارتباط بهتری داشته باشند کاربرد این روش‌ها باعث بهبود روش گفتگوی همسران شده است. از طرف دیگر می‌بینیم که آموزش مهارت‌های ارتباطی (TA) بر بهبود روش انتقاد همسران، تأثیر داشته است چون آزمودنی‌ها آگاهی پیدا کردند که به هنگام انتقاد از همسرشان، هیچ‌گاه نباید با حالت من «والد» عیب‌جو صحبت کنند؛ بلکه باید در ابتدا، من «کودک» همسرشان را نوازش کنند؛ مثلاً از خوبی‌های همسرشان صحبت کنند و سپس با حالت من «بالغ» از همسرشان انتقاد کنند (به هنگام انتقاد همسرشان را متهم نکنند بلکه از احساس‌های من «کودک» خودشان، صحبت به میان آورند). این موضوع در تأثیر آموزش مهارت-

های ارتباطی (TA) بر بهبود نتیجه‌گیری از گفتگوی زوجین نیز قابل مشاهده است. در واقع آزمودنی‌ها طی TA یاد می‌گیرند وقتی مشکلی بین آن‌ها پیش آمد من‌های «بالغ» خود را درگیر مساله کنند و من «بالغ» بر من «والد» و من «کودک» هر دو طرف نظارت داشته باشد و بررسی کند که علت اصلی مشکل به وجود آمده چیست و درصدد رفع آن مشکل برآید. همچنین یاد گرفتند که حتی اگر در حین بررسی مشکل هم نتوانستند من‌های «بالغ» خود را به کار برند بعد از اتمام آن به طور منطقی قضیه را بررسی کنند و مشخص سازند که علت اصلی مشکل به وجود آمده، چه بوده و با همدیگر به یک نتیجه منطقی برسند. موضوعی که در کنار کاهش تعارض‌های زناشویی می‌تواند قابل توجه باشد. نقش آموزش مهارت‌های ارتباطی در کاهش تعارض‌های زناشویی تاییدکننده‌ی پژوهش‌هایی نظیر کریستن سن و شنگ (۱۹۹۱) جعفری هرندی (۱۳۸۱) شفیع‌نیا (۱۳۸۱) و هالچ و مارکمن (به نقل از بشارت، ۱۳۷۹) است. در کنار یافته‌های فوق، نتایج پژوهش نشان می‌دهند که ما در اجرای TA نتوانستیم راحت‌تر شدن زوجین برای گفتگو در مسایل جنسی فی‌مابین، افزایش توجه به منافع یکدیگر، کاهش حساسیت بیش از اندازه‌ی همسران نسبت به قضاوت دیگران و افزایش پذیرش زوجین را تغییر دهیم.

منابع

- احمدی، ا. (۱۳۷۴). *مقدمه‌ای بر مشاوره و روان‌درمانی*، اصفهان: انتشارات دانشگاه اصفهان.
- باقریان نژاد اصفهانی، ز. (۱۳۸۰). *مقایسه ابعاد ناراضحیتی زناشویی زنان و مردان متقاضی طلاق شهر اصفهان*، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم: دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی.
- براتی، ط. (۱۳۷۵). *تاثیر تعارض‌های زناشویی بر روابط متقابل زن و شوهر*، پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی: واحد رودهن.
- برن، ا. (بی تا). *بعد از سلام چه می‌گویید؟* ترجمه: مهدی. قراچه داغی (۱۳۷۰)، تهران: نشر البرز.
- برن، ا. (بی تا). *بازی‌ها: روان‌شناسی روابط انسانی*، ترجمه: اسماعیل فصیح (۱۳۶۹)، تهران: نشر البرز.
- برن، ا. (بی تا). *تحلیل رفتار متقابل*، ترجمه: اسماعیل فصیح (۱۳۷۳)، تهران: نشر فاخته.

- برنشتاین، ف. اچ. و برنشتاین، م. تی. (بی تا). شناخت و درمان اختلاف های زناشویی، ترجمه: حمیدرضا سهرابی (۱۳۷۷)، تهران: موسسه خدمات فرهنگی رسا.
- بشارت، م. (۱۳۷۹). مدل های زوج درمان گری، تازه های روان درمانی، ۵، (۱۷).
- بنی اسدی، شهرابک، ح. (۱۳۸۱). بررسی و مقایسه عوامل اجتماعی، شخصیتی، فردی در زوج-های سازگار و ناسازگار شهر کرمان، پایان نامه کارشناسی ارشد رشته روان شناسی عمومی، دانشگاه تربیت مدرس: دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی.
- پروینیان، پ. (۱۳۸۳). بررسی رابطه ی بین ارضای جنسی با رضایت زناشویی، پایان نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد رودهن.
- جعفری هرندی، س. (۱۳۸۱). بررسی رابطه ی تعارض های زناشویی و بی ثباتی ازدواج (مستعد طلاق بودن) در زنان جوان اصفهان، پایان نامه کارشناسی ارشد رشته روان شناسی، دانشگاه اصفهان: دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی.
- حاجی ابول زاده، ن. (۱۳۸۱). بررسی اثربخشی درمان شناختی- رفتاری به شیوه گروهی بر افزایش رضایت مندی زناشویی زنان، پایان نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره، دانشگاه علامه طباطبایی: دانشکده علوم تربیتی و روان شناختی.
- خالد اصفهانی، ف. (۱۳۸۲). بررسی نقش مهارت های ارتباطی بر کارآیی خانوادگی دانشجویان متاهل، پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه الزهراء.
- شفیع آبادی، ع. و ناصری، غ. (۱۳۷۵). نظریه های مشاوره و روان درمانی، تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
- شفیعی نیا، غ. (۱۳۸۱). بررسی اثر آموزش مهارت های حل تعارض های زناشویی بر بهبود روابط متقابل زن و شوهر، پایان نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی: واحد رودهن.
- صفرزاده، م. (۱۳۸۳). بررسی اثربخشی آموزش مهارت های زندگی و برقراری ارتباط زناشویی کارآمد، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی: دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی.

طهرانی، ف. (۱۳۸۴). بررسی تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر افزایش رضایت زناشویی زنان ساکن شهر اصفهان، پایان نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی: واحد رودهن.

عرفانی اکبری، م. (۱۳۷۸). بررسی مشکل‌ها مربوط به صمیمیت زوجین و تاثیر ارتباط درمانی زوجین بر آن، پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه الزهراء: دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی.

عطایی، ب. (۱۳۸۱). بررسی میزان و ابعاد تعارض‌های زناشویی در زوج‌های مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره شهر اصفهان و مقایسه آن با زوج‌های سالم، پایان نامه کارشناسی رشته مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خمینی شهر.

فقیرپور، م. (۱۳۸۱). نقش مهارت‌های ارتباطی در سازگاری زناشویی و طراحی یک مدل آموزشی و ارزشیابی آن، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهراء: دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی.

میلبرن، ج. (۱۳۷۲). آموزش مهارت‌های ارتباطی به کودکان، ترجمه: م. نظری‌نژاد، مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی.

نصیب البکاء، ا. (۱۳۷۳). مقایسه عوامل فردی و شخصیتی در زوج‌های سازگار و ناسازگار شهر تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی: واحد خوراسگان.

Azarin, N.H., Nastier, B.J. & Hanes, R. (1994). Reciprocity counseling: A rapid based procedures for marital counseling, *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 69, (1): 256-264.

Christensen, A. & SH. I. (1991). Communication conflict and psychological distance. *Journal of Clinical Psychology*, 17(1): 342-354.

Copeland, P. & C.A. (1975). *Affective education*. Paper presented at the Annual of the American personnel and Guidance Association conventiono Chicago: 1-12.

Corey, G. (1994). *Theory and parctice of counseling*. 4TH Edition, California: Books Cole.

Flicker, S. (1997). Pathways between martial adjustment and adolescent adjustment. www.findarticles.com.

Garland, Dlana, R. (1981). Training married couples in listening skills, *Family relation*, 130(7): 158-171.

- Gary, L.N. (1999). The intergenerational transmission of marital conflict: Testing a processes model. www.Stanford.edu/group/apq/.
- Heavey, C. Layne, C. & Christensen, A. (1993). Gender & conflict structure in marital interaction: A relocation & extension. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 61,(6): 16-27.
- Holland, G. A. (1973). *Transactional Analysis* In: R. Corsini (ed), current psychotherapy, Itasca, Illinois: F. E peacock publishers.
- Liyd, L. (1996). *Individual Marriage and Family*, wads worth. Publication. Co.
- Markman, H. (1993). Preventing marital distress through communication & conflict-management training: A4 year & 5 year follow-up. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*,1(5): 70-77.
- Rice, F. & Phillip, G. (1996). *Intimate Relationships, Marriages and Family*. California: Cole.
- Witkin, S. et all. (1983). Group training in marital communication. *Journal of marriage and family*,45,(3): 284-295.
- Wood, C. & Davidson, J. (1993). Conflict-Resolution in the family: A pet evaluation study. *Australian Psychologist*. 28,(4): 100-104.

