

The Effects of Training Communication Skills on Marital Adjustment of the Parents of the Intellectual Disabled Students

Zahra Barahimi¹, M.A, Mokhtar Malekpour²,
Ph.D Ahmad Abedi³, Ph.D, Seyed Reza poor
Seyed⁴, M.A., Elham Brahimi⁵, M.A

Received: 7. 4. 14 Revised: 14.9.14 Accepted: 8.12.14

Abstract

Objective: The purpose of the present paper is to investigate the effects of training communication skills on parents marital adjustment dimensions of the intellectual disabled students in Isfahan. **Method:** The research design is quasi-experimental. The population in the present paper was all parents of intellectual disabled students in Isfahan; 30 couples among the parents of the mentally disabled children were selected randomly in multiple stages for the sample; they were placed into two groups: (15 pairs) in experimental group and (15 pairs) in control group. To collect data, expressing marital adjustment (SPANIER) was used. Teaching communication skills was instructed to the experimental group in nine sessions; first, after conducting the pilot test for both groups, experimental intervention program was presented; then, a post-test was taken from both groups; after running a follow-up test for four weeks, sustainability of training the communication skills was tested again. Finally, the statistical model of multivariate analysis of covariance was used for data analysis. **Results:** Findings of the present study showed that training of the communication skills is effective for marital adjustment in its all dimensions in two stages of post-test and follow-up stage ($P \leq 0.001$). **Conclusion:** So it has been suggested that the responsible organizations should provide communication skill training for those parents.

Keywords: communication skills, marital adjustment, intellectual disabled students.

بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر ابعاد سازگاری زناشویی والدین دانش‌آموزان کم توان ذهنی

زهرا براهیمی^۱، دکتر مختار ملک پور،^۲ دکتر احمد عابدی^۳، سید رضا پورسید^۴، الهام براهیمی^۵

تاریخ دریافت: ۹۳/۱/۱۸ تجدیدنظر: ۹۳/۶/۲۳ پذیرش نهایی: ۹۳/۹/۱۷

چکیده

هدف: هدف این پژوهش، بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر ابعاد سازگاری زناشویی والدین دانش‌آموزان کم توان ذهنی شهر اصفهان است. **روش:** طرح پژوهش از نوع نیمه‌تجربی است. جامعه آماری کلیه والدین دانش‌آموزان کم توان ذهنی شهر اصفهان بود. نمونه این پژوهش، ۳۰ زوج از والدین دانش‌آموزان کم توان ذهنی که به صورت تصادفی چند مرحله‌ای انتخاب و سپس در دو گروه آزمایش (۱۵ زوج) و کنترل (۱۵ زوج) جایگزین شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه سازگاری زناشویی اسپانیر استفاده گردید. آموزش مهارت‌های ارتباطی در ۹ جلسه به گروه آزمایش، آموزش داده شد. بدین ترتیب که ابتدا بعد از انجام پیش‌آزمون از هر دو گروه، برنامه مداخله ارائه گردید. در ادامه، پس‌آزمون روی دو گروه صورت گرفت. سپس بعد از چهار هفته با اجرای آزمون پیگیری پایداری، اثر آموزش مهارت‌های ارتباطی بررسی شد. برای تحلیل داده‌ها از مدل آماری تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شد. **یافته‌ها:** نتایج پژوهش نشان داد که آموزش مهارت‌های ارتباطی، باعث افزایش سازگاری زناشویی در تمامی ابعاد آن در دو مرحله پس‌آزمون و پیگیری می‌شود ($P \leq 0.001$). **نتیجه‌گیری:** از این رو پیشنهاد می‌گردد که سازمان‌های مسئول آموزش مهارت‌های ارتباطی را برای والدین دانش‌آموزان کم توان ذهنی فراهم نماید.

واژه‌های کلیدی: مهارت‌های ارتباطی، سازگاری زناشویی، کم توانی هوشی.

1. Corresponding Author: M.A in psychology
(E-mail: barahimi.raha@gmail.com)
2. Professor in Isfahan university
3. Assistant Professor in Isfahan university
4. Ph.D candidate for psychology
5. M.A in Genetics

۱. نویسنده مسئول: کارشناسی ارشد روان‌شناسی
۲. استاد دانشگاه اصفهان
۳. استادیار دانشگاه اصفهان
۴. دانشجوی دکتری روانشناسی
۵. کارشناس ارشد ژنتیک

مقدمه

خانوادگی تغییراتی ایجاد می‌کند. اگر معلولیت شدید باشد یا کودک دارای کم توانی چندگانه باشد، این تغییرات شدیدتر خواهد بود. به تدریج که کودک بزرگتر می‌شود، والدین دل‌نگران استقلال کودک می‌شوند که ممکن است برای مدت طولانی ادامه پیدا کند و متأسفانه نمی‌توان به راحتی بر آن غلبه کرد (احمدپناه، ۱۳۸۰). ویژگی‌های کودکان کم‌توان ذهنی مانند سن، جنسیت، ویژگی‌های رفتاری و ویژگی‌های والدین مانند شرایط شغلی، اقتصادی و اجتماعی پیش‌بینی‌کننده استرس و روابط زناشویی والدین است (ویوان، ۲۰۰۷). به اعتقاد ایساک و همکاران (۲۰۰۳) و بلاچر و کامرون (۲۰۰۵) بیماری‌های مزمن و کم‌توانی‌های کودکان گاهی اوقات منجر به خستگی والدین و بروز مشکلات روانی مانند اضطراب و افسردگی، تنش در خانواده، مشکلات اجتماعی - اقتصادی و نارضایتی زناشویی در خانواده می‌شود. بنابراین می‌توان گفت که مداخله‌های زودهنگام برای والدین، توجه خود را بر نیازمندی‌های ویژه خانواده‌های این کودکان متمرکز می‌کند تا بدین وسیله بتواند تأثیر تنیدگی‌های ناشی از شرایط ویژه این کودکان بر خانواده‌ها را به حداقل برساند. مداخله‌های زودهنگام از رشد بهزیستی روانشناختی والد و کودک به صورت کلی حمایت می‌کنند (کین و کوزنس، موسپرات و راجر، ۲۰۱۰).

به طور کلی ناسازگاری در زندگی زناشویی از مهمترین عواملی است که رابطه زوجین را سرد و فاقد صمیمیت ساخته و کانون گرم خانواده را با تنش و آشفتگی همراه می‌سازد (یالسن و کارامان، ۲۰۰۷). سازگاری زناشویی فرایندی است که طی آن هر دوزوج به صورت انفرادی و یا با همکاری یکدیگر الگوهای رفتاری‌شان را برای نیل به حداکثر رضایت در روابطشان اصلاح و بهبود می‌نمایند (بالی، دینگرا و بورا، ۲۰۱۰). جوشی و تینگیوجم (۲۰۰۹) معتقدند که سازگاری زناشویی در واقع فرایند و نتیجه موارد روبرو است: ۱- تفاوت‌های در دسرساز دو نفری ۲- تنش‌های

نهاد خانواده وظیفه خطیری بر عهده دارد. وظیفه خانواده مراقبت از فرزندان و تربیت آنها، برقراری ارتباط سالم اعضاء با یکدیگر و کمک و استقلال کودکان است، حتی اگر کودک ناتوان هوشی^۱ باشد (علیزاده، ۱۳۸۱). کودکان کم‌توان ذهنی نه تنها بر والدین تأثیر دارند، بلکه سایر اعضاء خانواده یعنی دیگر فرزندان را هم تحت تأثیر قرار می‌دهند. این امر موجب می‌شود که آرامش خانواده به هم خورده و تمام نگاه‌ها به سوی کودک کم‌توان معطوف گردد (احمدپناه، ۱۳۸۰). نیازهای کودکان ناتوان هوشی به مراقبت و رسیدگی زیاد و حمایت والدین از این کودکان، مستلزم صبر و شکیبایی و فدا نمودن بسیاری از اهداف شخصی از جانب والدین است که منجر به غفلت از پرداختن به زندگی شخصی و عدم رسیدگی به سایر فرزندان می‌شود، به این ترتیب، سازگاری و بهداشت روانی خانواده‌های دارای کودکان کم‌توان ذهنی به شدت در معرض خطر قرار می‌گیرد (بلاچر و کامرون، ۲۰۰۵). داشتن کودکی متفاوت از بقیه کودکان با مشکلات فراوانی در زمینه نگهداری، آموزش و تربیت آنها روبه‌رو است و این مسائل همگی بر والدین فشارهای زیادی وارد می‌کند که سبب به هم خوردن آرامش و یکپارچگی خانواده می‌شود، در نتیجه انطباق و سازگاری آنان را تحت تأثیر قرار می‌دهد (علیزاده، ۱۳۸۱). در این میان مادران به دلیل داشتن نقش سنتی مراقبت، مسئولیت‌های بیشتری را در قبال فرزند کم‌توان خود احساس کرده و برعهده می‌گیرند که در نتیجه آن با فشارها و مشکلات روانی بیشتری مواجه می‌شوند (مک کانی و همکاران، ۲۰۰۸). معمولاً اولین واکنش قابل پیش‌بینی والدین در مقابل معلولیت کودک کم‌توان ذهنی ضربه روانی است (احمدپناه، ۱۳۸۰). این والدین دارای حالات هیجانی ناپایدار، بیماری‌های روانشناختی، سوگ پایدار، ناسازگاری و انزوای اجتماعی هستند (بلاچر و کامرون، ۲۰۰۵). وجود کودک ناتوان هوشی در روابط

همبستگی منفی و بسیار پایینی مشاهده شد. جوانینگ (۲۰۰۹) تأثیر بلندمدت آموزش مهارت‌های ارتباطی را بر زوجین دارای تعارض مورد بررسی قرار داده است. نتایج پژوهش بیانگر افزایش رضایت زناشویی زوجین پس از ۵ ماه در مرحله پیگیری بوده است. ولستنتروف و میشل (۲۰۰۸) به بررسی تفاوت ارتباطی همسران و اثر آن بر سازگاری زناشویی آنها در بین خانواده‌های مناطق شهری و روستایی پرداخته است. نتایج پژوهش نشان داد که ارتباط همسران یکی از ملاک‌های پیش‌بینی کننده سازگاری زناشویی زوجین است. شولنبرگر (۲۰۰۱) اثر بخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی را در بهبود سازگاری زناشویی زوجین بررسی نمود و نشان داد که این شیوه سبب افزایش سازگاری زناشویی، توافق و هم‌فکری آنان شده است. پژوهش فاستر (۲۰۰۹) با عنوان ارتباط، مهارت‌های حل تعارض، سبک دلبستگی و مذهب به عنوان عوامل تعیین کننده کیفیت زندگی که بر روی زوجین در کالیفرنیا اجرا شد، نشان داد که داشتن مهارت‌های ارتباطی حل تعارض در زوجین به بهبود کیفیت زندگی زناشویی آنها می‌انجامد. مارکمن، رنیک، فلوید، استنلی و کلمنتس (۲۰۰۲) در یک پژوهش با ۵ سال پیگیری، اثر بخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی و مدیریت تعارض بر ممانعت از آشفتگی زوجین را بررسی کردند. نتایج این پژوهش نشان داد که گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل سطح بالاتری از مهارت‌های ارتباطی مثبت و سطح پایین‌تری از مهارت‌های ارتباطی منفی و ناسازگاری زناشویی را از خود نشان دادند. هدف از آموزش ارتباط، آموزش مهارت‌ها و اصول به زوجین است که با روابط رضایتمند و حمایتگر و پایدار همبستگی دارد. در کل، آموزش ارتباط درصدد کاهش عواملی است که زندگی زناشویی در آینده را در معرض خطر قرار می‌دهد و پیشگیری از رشد مشکلات است (مارکمن و هالفورد، ۲۰۰۵). اغلب مطالعات در مورد تأثیر فرزند بر رضایت از زندگی زناشویی نشان داده که در اکثر

بین‌فردی و اضطراب شخصی ۳-رضایت دو نفری ۴- همبستگی دو نفره ۵-توافق نظر در مورد اهمیت موضوع کار کردن دو نفره. از مهم‌ترین عوامل ایجاد کننده ناسازگاری در زندگی زوجین، مشکلات ارتباطی و ارتباط نامناسب و فاقد صمیمیت زوجین است که نتیجه فقدان مهارت‌های مناسب و لازم جهت برقراری ارتباط سالم، صحیح و دوستانه آنهاست (بالسین و کارامان، ۲۰۰۷). مشکلات و نارضایتی‌های زناشویی در حقیقت حاصل وجود مشکل در روابط زوجین است. تحقیقات زیادی نشان می‌دهد که کیفیت ارتباط به طور معنی‌داری با استحکام زندگی زناشویی پیوند دارد (السون و میلر، ۲۰۰۷).

ارتباط بعد مهمی در زندگی زناشویی است، چنانچه روابط زناشویی سست شود، پایه لازم برای موفقیت و عملکرد مطلوب زناشویی لرزان و سست خواهد شد. بنابراین برای زوجینی که با هم سازگار نیستند، مشکل است که بتوانند والدین خوبی باشند، بنابراین می‌توان از طریق بهبود و اصلاح سبک‌های ارتباطی ناسالم زوجین، گام موثری در جهت برقراری رابطه سالم و سازنده و ارتقای کیفیت زندگی زناشویی برداشت (گلادینگ، ترجمه بهاری و همکاران، ۱۳۸۲).

یکی از مسائل عمده در برنامه‌های توانمندی زندگی زناشویی آموزش مهارت‌های ارتباطی^۲ است. برنامه غنی‌سازی روابط یک در مان با رویکرد آموزشی روانی و مبتنی بر آموزش مهارت به جای کاهش علائم است و به افراد کمک می‌کند تا روابطشان را اصلاح کرده و در ضمن کیفیت این روابط را در طول زمان حفظ نمایند (سوکا، ۲۰۱۱). همام چی (۲۰۰۵) در پژوهشی به بررسی نقش باورهای ارتباطی ناکارآمد بر رضایتمندی و سازگاری زناشویی^۳ پرداخت. نتایج نشان داد که زوجینی که سازگاری متقابل کمتری داشتند، نسبت به زوجین سازگارتر، باورهای ارتباطی ناکارآمد بیشتری داشتند، باورهای ارتباطی ناکارآمد همبستگی منفی و متوسطی با سازگاری زناشویی مردان داشت و بین سازگاری زناشویی و باورهای ارتباطی ناکارآمد نیز

تمام شرکت - کنندگان گروه‌های دوگانه اجرا شد. در حین اجرا، از گروه آزمایش دو زوج افت کردند که به منظور معادل‌سازی دو گروه به صورت تصادفی دو زوج از گروه کنترل حذف شدند. در نتیجه در هر گروه، ۱۳ زوج (n=۲۶) در نهایت به عنوان نمونه نهایی مورد ارزیابی قرار گرفتند.

پس از آن، برای آزمودنی‌های گروه آزمایش جلسات آموزشی مهارت‌های ارتباطی به عنوان متغیر آزمایشی؛ در نه جلسه (هر هفته دو بار و به مدت ۱ ساعت) به صورت گروهی برگزار شد. پس از اتمام جلسات از دو گروه آزمایش و کنترل، پس‌آزمون و چهار هفته بعد، مرحله پیگیری انجام شد. در این پژوهش، از شاخص‌های آمار توصیفی و تحلیل آماری کوواریانس چندمتغیره^۴ استفاده گردید. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار تجزیه و تحلیل آماری نسخه^۵ پانزدهم تجزیه و تحلیل شدند.

ابزار

پرسشنامه سازگاری زناشویی اسپانیر^۶: مقیاس سازگاری زناشویی دو عضوی هم مانند آزمون سازگاری زناشویی لاک-والاس ریشه در جامعه‌شناسی خانواده دارد. این مقیاس، یک پرسشنامه ۳۲ سوالی است که در قالب لیکرتی ۵ درجه‌ای، توسط گراهام اسپانیر (۱۹۷۶) تدوین شده است. به دلیل اینکه ۱۱ سوال از آزمون لاک-والاس گرفته شده، همبستگی این دو آزمون، ۰/۸۶ است. عوامل چهارگانه تشکیل دهنده این ابزار عبارتند از: رضایت دونفری، توافق دونفری، ابراز محبت و همبستگی دو نفری (ثنایی، ۱۳۸۷). این آزمون ۳۲ سوالی را می‌توان در ۵ تا ۱۰ دقیقه اجرا و به صورت دستی نمره‌گذاری کرد. شیوه نمره‌گذاری به شیوه لیکرتی ۰ تا ۵ است (صفر برای همیشه/ اختلاف داریم تا ۵ برای همیشه توافق داریم). نمره کلی، حاصل مجموعه سوالات، بین ۰ تا ۱۵۱ است. آلفای کرانباخ کل مقیاس در پژوهش حاضر ۰/۹۶ به دست آمد و برای مقیاس‌های توافق زناشویی (۰/۹۰)، رضایت زناشویی (۰/۹۴)، همبستگی زناشویی

موارد، داشتن فرزند رضایت و سازگاری از زندگی را افزایش می‌دهد، اما باید توجه داشت که فرزندپروری دارای مشکلات خاص خود می‌باشد، به ویژه اگر این فرزند دارای یک ناتوانی یا بیشتر باشد. از آنجا که تمامی زوجین در انتظار به دنیا آمدن یک فرزند سالم می‌باشند، هنگامی که متوجه می‌شوند فرزند آنان دارای ناتوانی است، بسیاری از امیدها و آرزوهای آنان دستخوش تغییر و دگرگونی می‌شود. این امر به نوبه خود می‌تواند کیفیت زندگی زناشویی را کاهش داده و موجب تنزل آن گردد (ملک پور، ۱۳۷۵).

بنابراین، از آنجا که کم توانی هوشی کودک می‌تواند جنبه‌های مختلف زندگی از جمله رضایت و سازگاری زناشویی را به گونه‌ای منفی تحت تأثیر قرار دهد، لذا ضرورت ایجاب می‌کند که با این اثرات منفی مقابله نمود. احتمالاً یکی از راهکارهای صحیح در این مورد آموزش مهارت‌های ارتباطی می‌باشد. بنابراین تحقیق حاضر در نظر دارد تا مشخص کند که آموزش مهارت‌های ارتباطی تا چه میزان می‌تواند ابعاد سازگاری زناشویی والدین دارای دانش‌آموز کم‌توانی هوشی را تحت تأثیر قرار دهد.

روش

روش این پژوهش نیمه تجربی با گروه کنترل از نوع پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری یک ماهه بود.

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری در این پژوهش، ۱۹۴۰ نفر از والدین دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی در مقطع ابتدایی شهر اصفهان در سال ۸۹-۸۸ بودند. نمونه پژوهش به صورت چندمرحله‌ای انتخاب شدند. ابتدا از بین مناطق شش‌گانه آموزش و پرورش شهر اصفهان، ناحیه سه به صورت تصادفی انتخاب شد و سپس از بین مدارس کودکان استثنایی این ناحیه، یک م در سه جهت اجرای برنامه آموزشی انتخاب و از بین والدین دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی، ۳۰ زوج به صورت تصادفی انتخاب و در دو گروه گروه آزمایش و کنترل بصورت تصادفی گمارده شدند و پیش‌آزمون در بین

دستور جلسه: مروری بر مطالب جلسه قبل، آموزش مهارت گوش دادن، تأثیر توجه به همسر در زندگی زناشویی، پیامدهای توجه مثبت به یکدیگر، خلاصه بحث، ارائه بازخورد و تعیین تکلیف.

جلسه پنجم

موضوع جلسه: برنامه‌ریزی برای حل مشکلات دستور جلسه: مروری بر مطالب جلسه قبل، آموزش مهارت برنامه‌ریزی، تأثیر برنامه‌ریزی دقیق بر زندگی زناشویی، خلاصه بحث، ارائه بازخورد و تعیین تکلیف

جلسه ششم

موضوع جلسه: انتخاب سبک‌های ارتباطی دستور جلسه: مروری بر مطالب جلسه قبل، آموزش مهارت ارتباطی مؤثر معرفی موانع برقراری ارتباط درست، آشنایی با اثرات مثبت این مهارت در زندگی، خلاصه بحث، ارائه بازخورد و تعیین تکلیف

جلسه هفتم

موضوع جلسه: آموزش مهارت همدلی دستور جلسه: مروری بر مطالب جلسه قبل، آموزش مهارت همدلی مؤثر، معرفی موانع در برقراری همدلی دو جانبه، آشنایی با اثرات مثبت این مهارت در زندگی، خلاصه بحث، ارائه بازخورد، تعیین تکلیف

جلسه هشتم

موضوع جلسه: جمع‌بندی مطالب آموخته شده دستور جلسه: بیان خلاصه جلسات قبلی، برگزاری پس‌آزمون جلسه نهم

موضوع جلسه: انجام مرحله پیگیری

دستور جلسه: اجرای مرحله پیگیری، تقدیر و تشکر از شرکت‌کنندگان و دریافت بازخورد برای کارهای آتی.

روش آماری

اطلاعات بدست آمده از پرسشنامه سازگاری زناشویی در جلسه اول و آخر و چهار هفته بعد در جلسه پیگیری با استفاده از نرم افزار آماری spss

(۰/۸۶) و ابراز محبت (۰/۷۳) است. روایی محتوایی، از طریق مقایسه پاسخ‌های افراد در ازدواج و طلاق گرفته، محاسبه شده است. پاسخ افراد طلاق گرفته در مقایسه با افراد در ازدواج، تفاوت معناداری ($P \leq 0/001$) نشان داد. میانگین کلی افراد در ازدواج ۱۱۴/۸ بود و میانگین کلی افراد ۷۰/۷ بود (ملازاده، منصور، اژه‌ای و کیامنش، ۱۳۸۱). روایی همزمان براساس محاسبه همبستگی این آزمون با مقیاس زناشویی لاک - والاس (۰/۸۶) محاسبه شده است (ثنایی، ۱۳۸۷).

برنامه آموزشی مهارت‌های ارتباطی:

جلسه اول

موضوع: معارفه و بیان و ضرورت آموختن آموزش مهارت‌های ارتباطی و اثر آن بر زندگی زناشویی دستور جلسه: معارفه و ایجاد رابطه حسنه، معرفی خود به عنوان مدرس، معرفی اعضا، بیان قواعد گروه، اهداف و معرفی کارگاه آموزشی، گرفتن تعهد از شرکت‌کنندگان جهت حضور در جلسات و انجام پیش‌آزمون پرسشنامه سازگاری زناشویی

جلسه دوم

موضوع جلسه: آموزش چرخه آگاهی به زوجین و بیان اهمیت آن در مسایل ارتباطی، (توجه کردن به خود)

دستور جلسه: مروری بر مطالب جلسه قبل، آموزش مهارت خودآگاهی، بیان ویژگی افراد خودآگاه، خلاصه بحث، ارائه بازخورد و تعیین تکلیف جلسه سوم

موضوع جلسه: آموزش مهارت‌های گفتگو به زوجین (ادامه بحث توجه کردن به خود)

دستور جلسه: مروری بر مطالب جلسه قبل، آموزش مهارت گفتگو، تأثیر گفتگوی سالم بر زندگی زناشویی، خلاصه بحث، ارائه بازخورد و تعیین تکلیف.

جلسه چهارم

موضوع جلسه: توجه کردن به همسر با استفاده از آموزش مهارت‌های گوش دادن

میانگین و انحراف معیار نمرات سازگاری زناشویی زوجین در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون و پیگیری در دو گروه کنترل و آزمایش در جدول ۱ آمده است.

نسخه پانزدهم و با استفاده از روش آماری تحلیل کوواریانس چند متغیره تجزیه و تحلیل آماری شدند.

یافته‌ها

یافته‌های توصیفی پژوهش حاضر در جدول ۱ نمایش داده شده است.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار نمرات سازگاری زناشویی در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در دو گروه کنترل و آزمایش

ابعاد	پیش‌آزمون		گروه آزمایش		گروه کنترل		پیگیری
	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	
توافق دونفری	۱۳/۲	۱۱۳/۴۲	۱۲/۰۹	۴۶/۵۳	۸/۸۰	۳۹/۳۳	۶/۰۹
ابراز محبت	۲/۷۷	۹/۶۳	۱/۹۱	۱۱	۲/۷۶	۹/۵۶	۲/۳۴
رضایت زناشویی	۲/۹۳	۱۵۶/۳۷	۲/۴۱	۳۹/۹۲	۲/۷۴	۳۷/۴۰	۲/۷۸
همبستگی نفری	۵/۲۱	۱۰۰/۱۷	۵/۲۹	۱۷/۸۰	۴/۹۳	۱۵/۹۳	۴/۸۴

جدول ۲ و ۳ ارائه شده است. قبل از آزمون تحلیل کوواریانس، جهت رعایت پیش‌فرض‌ها از آزمون باکس و لون استفاده شد. بر اساس نتایج آزمون باکس که برای هیچ متغیری معنی‌دار نبوده است، شرط همگنی ماتریس واریانس-کوواریانس رعایت شده است و بر اساس آزمون لون و عدم معنی‌داری آن برای متغیرها، شرط برابری واریانس‌های بین‌گروهی رعایت شده است.

همانطور که مشاهده می‌شود، جدول شماره ۱ میانگین و انحراف معیار کسب شده در ابعاد سازگاری زناشویی در دو گروه کنترل و آزمایش در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری را نشان می‌دهد. به‌طور کلی میانگین نمرات در مقیاس سازگاری زناشویی در گروه آزمایش در مراحل پس‌آزمون و پیگیری افزایش داشته است و در گروه کنترل در پس‌آزمون افزایش و در پیگیری کاهش داشته است.

جهت آزمون فرضیه این پژوهش از روش تحلیل کوواریانس استفاده شد که نتایج مربوط به آن در

جدول ۲. نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیره نمرات ابعاد سازگاری زناشویی دو گروه در مرحله پس‌آزمون

ابعاد	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری P	اندازه اثر	توان آماری
توافق دو نفری	پیش‌آزمون	۳۲۵۹/۳۶	۱	۳۲۵۹/۳۶	۵۶۶/۵۴	۰/۰۰۱	۰/۹۱	۱
نفری	عضویت گروهی	۱۹۹/۶۴	۱	۱۹۹/۶۴	۳۴/۷۰	۰/۰۰۱	۰/۴۱	۱
ابراز محبت	پیش‌آزمون	۱۶۴/۱۳	۱	۱۶۴/۱۳	۲۵۳/۶۱	۰/۰۰۱	۰/۸۳	۱
محبت	عضویت گروهی	۱۶/۵۰	۱	۱۶/۵۰	۲۵/۵۰	۰/۰۰۱	۰/۳۳	۰/۹۹
رضایت زناشویی	پیش‌آزمون	۱۷۳/۹۴	۱	۱۷۳/۹۴	۵۷/۱۹	۰/۰۰۱	۰/۵۳	۱
زناشویی	عضویت گروهی	۶۲/۸۸	۱	۶۲/۸۸	۲۰/۶۷	۰/۰۰۱	۰/۲۹	۰/۹۹
همبستگی	پیش‌آزمون	۸۵۸/۲۹	۱	۸۵۸/۲۹	۱۱۲۱/۴۰	۰/۰۰۱	۰/۹۵	۱
دو نفری	عضویت گروهی	۱۴/۷۶	۱	۱۴/۷۶	۲۴/۲۲	۰/۰۰۱	۰/۳۱	۰/۹۰

سازگاری زناشویی شامل توافق دونفری، ابراز محبت و رضایت زناشویی و همبستگی دونفری در مرحله پس‌آزمون تأثیر داشته است. بیشترین میزان تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی در این مرحله مربوط به توافق دونفری و کمترین تأثیر مربوط به رضایت زناشویی است.

همانطور که در جدول ۲ مشاهده می‌گردد، با کنترل پیش‌آزمون بین نمرات ابعاد سازگاری زناشویی والدین بر حسب عضویت گروهی دو گروه کنترل و آزمایش در مرحله پس‌آزمون، تفاوت معنی‌داری در حیطه ابعاد سازگاری زناشویی ($P \leq 0/001$) مشاهده می‌شود، لذا فرضیه پژوهش تأیید می‌گردد، به عبارت دیگر می‌توان گفت که آموزش مهارت‌های ارتباطی بر ابعاد

جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیره نمرات ابعاد سازگاری زناشویی دو گروه در مرحله پیگیری

ابعاد	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری P	اندازه اثر آماری	توان
توافق دو نفری	پیش‌آزمون	۲۰۸۳/۴۵	۱	۲۰۸۳/۴۵	۶۰/۸۵	۰/۰۰۱	۰/۵۴	۱
نفری	عضویت گروهی	۴۶۶۴/۳	۱	۴۶۶۴/۳	۱۳۶/۲۳	۰/۰۰۱	۰/۷۳	۱
ابراز محبت	پیش‌آزمون	۹۵/۱۳	۱	۹۵/۱۳	۳/۸۲	۰/۰۳۶	۰/۰۷	۰/۴۸
عضویت گروهی	پیش‌آزمون	۱۱۸۱۵/۷۵	۱	۱۱۸۱۵/۷۵	۴۷۵/۰۷	۰/۰۰۱	۰/۹۰	۱
رضایت زناشویی	پیش‌آزمون	۲۰/۱۵	۱	۲۰/۱۵	۴/۷۰	۰/۰۳۵	۰/۰۸	۰/۵۶
عضویت گروهی	پیش‌آزمون	۱۲۰۳۴/۶	۱	۱۲۰۳۴/۶	۲۸۱۰/۹۰	۰/۰۰۱	۰/۹۸	۱
همبستگی دو نفری	پیش‌آزمون	۱۹۹/۱۲	۱	۱۹۹/۱۲	۱۸/۹۸	۰/۰۰۱	۰/۲۷	۰/۹۹
عضویت گروهی	پیش‌آزمون	۵۵۴۱/۲۴	۱	۵۵۴۱/۲۴	۵۲۱/۲۶	۰/۰۰۱	۰/۹۱	۱

در مراحل پس‌آزمون و پیگیری به وجود آمده است که تأییدی بر تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر سازگاری زناشویی والدین دانش‌آموزان کم توان ذهنی می‌باشد. نتیجه این تحقیق با یافته‌های پژوهش‌های مارکمن و همکاران (۲۰۰۲)، همام چی (۲۰۰۵)، مارکمن و هالفورد (۲۰۰۵)، یالسن و کارامان (۲۰۰۷)، السون و میلر (۲۰۰۷)، ولستنتروفت و میشل (۲۰۰۸) و فاستر (۲۰۰۹) همسان می‌باشد.

در زمینه دلایل احتمالی تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر ابعاد سازگاری زناشویی زوجین می‌توان گفت که در این برنامه به زوجین مهارت‌های رفتاری، ارتباطی، حل مسئله و شناختی آموزش داده شده است. آموزش مهارت‌های رفتاری- ارتباطی موثر بر سازگاری زوجین، آگاهی فرد را از جنبه‌های مختلف زندگی بالا می‌برد. بدین ترتیب که آموزش مولفه‌های مهارت‌های ارتباطی مانند خودآگاهی، مهارت گفتگو، گوش‌دادن فعال، برنامه‌ریزی و حل مشکلات و انتخاب سبک‌های ارتباطی می‌تواند مقاومت افراد را

همانطور که در جدول ۳ مشاهده می‌گردد، با کنترل پیش‌آزمون بین نمرات ابعاد سازگاری زناشویی شرکت‌کنندگان بر حسب عضویت گروهی دو گروه کنترل و آزمایش در مرحله پیگیری تفاوت معناداری در ابعاد سازگاری زناشویی ($P \leq 0/001$) مشاهده می‌شود، لذا فرضیه پژوهش تأیید می‌گردد، به عبارت دیگر می‌توان گفت که آموزش مهارت‌های ارتباطی بر ابعاد سازگاری زناشویی شامل توافق دونفری، ابراز محبت، رضایت زناشویی و همبستگی دونفری در مرحله پیگیری تأثیر داشته است. بیشترین میزان تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی مربوط به رضایت زناشویی و کمترین تأثیر مربوط به توافق دونفری است.

بحث و نتیجه گیری

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که پس از اجرای جلسات آموزش مهارت‌های ارتباطی، بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و کنترل، از نظر میزان سازگاری زناشویی در همه حیطه‌ها تفاوت معنی‌داری

همدلی و ارتقای سطح سازگاری زناشویی بردارند. آموزش مهارت‌های ارتباطی باعث همبستگی و انسجام در روابط زناشویی شده است. این نتیجه با نتایج شولنبرگر (۲۰۰۱) همسو است. وقتی ارتباط به شیوه‌ای اصولی برقرار شود زوجین به هم نزدیک‌تر می‌شوند و می‌توانند افکار و احساسات خود را بی‌پرده با هم در میان گذاشته و از بروز سوء تفاهمات احتمالی که باعث اختلاف، تعارض و ناسازگاری می‌شود جلوگیری نمایند و در نتیجه زوجین روز به روز احساس همبستگی و همراهی بیشتری نمایند.

آموزش مهارت‌های ارتباطی باعث افزایش قدرت ابراز محبت زوجین نسبت به یکدیگر شده است. این نتیجه با یافته‌های یالسین و کارامان (۲۰۰۷) همسو است. از دلایل احتمالی این افزایش می‌توان گفت آموزش مهارت‌های ارتباطی به مقدار زیادی به زوجین کمک می‌کند تا افکار، احساسات، علائق، نیازها و آرزوهای‌شان را به صورت صریح و روشن با یکدیگر در میان گذاشته و در نتیجه احساس شادمانی و صمیمیت بیشتری نمایند. اگر اصلی‌ترین اهداف این رویکرد را کمک به ارضای نیازهای اصلی خانواده مانند عشق، تعلق، مهربانی، امنیت و لذت بدانیم، در نتیجه می‌توان انتظار داشت که این رویکرد سازگاری زناشویی را افزایش دهد. (عصاری، ۱۳۸۸). از طرفی شرکت در گروه‌های آموزشی و تبادل نظر در زمینه مسائل و مشکلاتشان با دیگران آنها را نسبت به یافتن راه حلی مناسب برای مشکلات امیدوارتر می‌کند. به طور کلی مرور تحقیقات حاکی از این امر است که آموزش ارتباطات بر شیوه‌های رفتاری در موقعیت‌های مختلف زندگی تأثیر بسزایی دارد. مهارت‌های ارتباطی کارآمد برای دستیابی به روابط فرحبخش و ماندگار زناشویی از اصولی اساسی برخوردار است. از این رو ارتباط‌آموزی بخشی از برنامه‌های معمولی در پیشگیری شمرده شده است. بر این اساس ارتباط-آموزی از اجزای تفکیک‌ناپذیر زوج درمانی رفتاری-شناختی به حساب می‌آید. زوج درمانی رفتاری-شناختی منجر به افزایش رضایت

افزایش داده و سازگاری آنها را با مشکلات زندگی از جمله داشتن کودک کم توان ذهنی افزایش دهد. این امر به نوبه خود علی‌رغم داشتن کودک کم‌توان ذهنی موجب افزایش سازگاری زندگی زناشویی می‌شود.

تحقیقات فراوانی پیرامون حیثه‌های سازگاری زناشویی صورت گرفته است. برای مثال، در بُعد رضایت زناشویی پژوهش پتی (۲۰۰۸) نشان داد که آموزش مهارت‌های ارتباطی به زوجین در بهبود روابط زناشویی و افزایش رضایتمندی زوجین تأثیرگذار است. زوجین با فراگیری مهارت حل مشکل در مواقعی که در زندگی خود با مشکلی روبرو می‌شوند و یا نیازمند به تصمیم‌گیری‌های بسیار مهمی هستند، باعث می‌شود راهکارهای مناسب‌تری ایجاد کنند و رضایت از زندگی زناشویی بالاتری را احساس کنند. این افراد به جای کناره‌گیری و فرار از مشکلات، با مشکلات مواجهه می‌شوند و همین امر سبب می‌شود با مسائل فرزند کم‌توان خود با شیوه‌ای مدبرانه برخورد نمایند.

آموزش مهارت‌های ارتباطی باعث افزایش توافق زوجین شده است. این نتیجه با یافته‌های ولستنتروفت و میشل (۲۰۰۸) و جوانینگ (۲۰۰۹) همسو است. فاورز (۲۰۰۱) نیز بیان کرد که زوج‌هایی که دارای عقاید و نگرش‌ها و ارزش‌های یکسان و هماهنگی هستند در زندگی زناشویی سازگارترند. در این پژوهش‌ها، آموزش مهارت‌های ارتباطی سازگاری و کیفیت زناشویی زوجین را بهبود بخشیده است. از دلایل احتمالی تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر توافق همسران، می‌توان گفت که آموزش مهارت‌های ارتباطی به زوجین کمک کرد تا با موفقیت بیشتری با تعارضات برخورد کنند و مذاکره را یک فرایند مناسب برای حل مشکلات ارتباطی خود بدانند و احساسات و عقاید خود را به شیوه‌ای باز و صمیمانه و بدون ترس از سرزنش ابراز کنند و از یکدیگر برای حمایت و نظرخواهی در باره مسائل شخصی و کاری استفاده کنند. همچنین با اصلاح سبک‌های ارتباطی ناکارآمد خود بتوانند گامی مؤثر در جهت برقراری توافق و

عصاری، بهاره. (۱۳۸۸). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر افزایش صمیمیت دانشجویان متأهل. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی رودهن.

علیزاده، حمید. (۱۳۸۱). تأثیر فرزند معلول یا کم توان بر خانواده. مجله تعلیم و تربیت استثنایی، ۱۴، ۶۹-۷۷.

گل، م در یت؛ بورگ، والتر؛ گال، جویس. (۱۳۸۶). روش‌های تحقیق کمی و کیفی در علوم تربیتی و روانشناسی. مترجمان نصر، احمد رضا؛ عریضی، حمید؛ باقری، خسرو؛ علامت ساز، محمدحسین؛ پاک سرشت، محمود جعفر؛ دلاور، علی؛ کیامنش، علی رضا؛ خوی نژاد، غلام رضا. جلد دوم. تهران: انتشارات دانشگاه شهید بهشتی.

گلادینگ، ساموئل. (۱۳۸۲). خانواده در مانی، «تاریخچه، نظریه و کاربرد». ترجمه بهاری، فرشاد؛ بهرامی، ب در السادات؛ سیف، سوسن؛ تبریزی، مصطفی. تهران: انتشارات تزکیه.

ملازاده، جعفر؛ منصور، محمود؛ اژه‌ای، جواد؛ کیامنش، علی رضا. (۱۳۸۱). سبک‌های رویارویی و سازگاری زناشویی در فرزندان شاهد. مجله روانشناسی، ۳، ۲۵۵-۲۷۵.

ملک‌پور، مختار. (۱۳۷۵). بهداشت خانواده کودک عقب مانده ذهنی. تهران: انتشارات تبیان.

Bali, A., Dhingra, R. & Bura, A. (2010). Marital adjustment of childless couples. *Journal of social science*, 24 (1), 63-76.

Blacher, J. & Cameron, L. (2005). Families and Intellectual Disability current Option in Psychiatry. *Journal of Family psychology*, 18 (5) : 50-67.

Capenter, M.A. (1989). The effect of a self-help instructional package on communication skills and marital satisfaction. *Journal of marital family*: 27,(3)41-53.

Fowers, B. J. (2001). The limits of a technical concept of a good marriage: Exploring the role of virtue in communication skills. *Journal of Marital and Family Therapy*, 27, 3. 327-341.

Foster, B. A. (2009). communication, conflict resolution skills, attachment style and religiosity as agents of marital quality. Alliant International University Fresno. *Journal of Marital and Family Therapy*. 25.4.186-199.

Filder, K.V & Robinson kurpius, S.E. (2005). Marriage, stress, and menopause midlife challenges, *psychologia*. 19, 87-106.

Graham, M., Liu, Y.J. & Jeziorski, J.K. (2006). The Dyadic Adjustment Scale :A Reliability Generalization Meta-Analysis. *Journal of Marriage and Family*, 68, 701-717.

Hamamci, Z. (2005). Dysfunctional relationship beliefs in marital satisfaction and adjustment social. *Journal of Behavior and Personality*, 33 (4) 313-328.

Hanzal, A. (2009). *The role of enduring vulnerabilities and coping increase to marital stress*. The University of Arizona.

سازگاری زناشویی، میزان صمیمیت، افزایش توافق و همبستگی زوجین با یکدیگر می‌شود.

از محدودیت‌های اصلی این پژوهش، اجرای این پژوهش روی والدین دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی بوده که عدم حضور سایر والدین دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی اعم از تربیت‌پذیر و پناهگاهی می‌باشد. لذا پیشنهاد می‌گردد این آموزش‌ها برای سایر والدین دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی اجرا گردد. از دیگر محدودیت‌های این تحقیق، فاصله نسبتاً کوتاه بین پس‌آزمون و مرحله پیگیری می‌باشد. بنابر این توصیه می‌گردد که با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر، اجرای کلاس‌های آموزش خانواده برای والدین دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی و احتمالاً سایر ناتوانایی‌ها در زمینه افزایش مهارت‌های ارتباطی جهت سالم سازی روابط والدین و ایجاد فضای تفاهم و همدلی در خانواده برای کمک به کودک کم‌توان ذهنی از طرف نهادها و سازمان‌های مختلف از جمله آموزش و پرورش و بهزیستی و همچنین برنامه‌هایی برای کمک به والدین این کودکان در خصوص کنار آمدن با کودک کم‌توان در خانواده و نحوه تربیت چنین فرزندان تهیه و تنظیم گردد.

تشکر و قدردانی

بدین وسیله از مسئولین محترم آموزش و پرورش کودکان دارای نیازهای خاص شهر اصفهان که در تهیه و تدوین این مطالعه، محقق را یاری نمودند، تشکر و قدردانی می‌شود.

یادداشت‌ها

1. intellectual disabled
2. Yalcin & Karaban
3. marital adjustment
4. communication skills
5. Mancova
6. SPSS15
7. Spanier

منابع

- احمدپناه، محمد. (۱۳۸۰). تأثیر کم‌توانی ذهنی فرزند بر بهداشت روانی خانواده. فصلنامه پژوهش در حیطه کودکان استثنایی، ۱، ص ۶۸-۵۲.
- ثنایی، باقر؛ علاقمند، ستیلا؛ هومن، عباس. (۱۳۸۷). مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج تهران: انتشارات بعث .

- Isac, s., David, S. & Jillian, R. (2003). Children with chronic Conditions MJA ,*Journal of American Association of mental retardation*, 17,9: 235.
- Joaning, H.(2009).The long term effects of the couple communication program, *journal of marital & Family Therapy* ,8(4),463-468.
- Joshi,S.&Tingujum,N.S.(2009).Percieved emotional intelligence and marital adjustment:examining the mediating role personality and social desirability.*journal of indian academy applied psychology*,35(1),79-86.
- Keen,D., Couzens,,Muspratt,S. &Rodger,S. (2010). The effects of a paeent-focused intervention for children with a recent diagnosis of autism spectrum disorder on parenting strees and competence. *Research in Autism Spectrum Disorder*,4,229-241.
- Markman, H.J., Renick, M.J., Floyd, F.H., Stanley, S.M. & Clements, M.(2002). Prevention marital distress through communication and conflict management training: A4-and 5 years follow up. *Journal of Counsulting and clinical psychology*, 61 (1) 70-77.
- Markman, H.J. & Halford, W.K.(2005). International perspective on couple relationship education.*Journal of Family Process*, 44,139-146.
- McConkey,R. ,Truesdale– Kennedy,M., Chang, M., Jarrah, S. & Shukri, R. (2008). The impact on mothers of bringing up a child with intellectual disabilities: A cross – cultural study International. *Journal of Nursing Studies (in press) Published On-line*. 27,149-160
- Olson, H. & Miler, S.(2007). *Intergrating prepare/ enrich and Couple communication programs:A longitudinal follow-up study*.
- Petty, B. D .(2008). *A groundea theory study of the positive influence of the educational experience on the marriage relationship* . A thesis submitted hn partial fulfillment of the requirements for the Degree of Master of Special Education at The University of Idaho.
- Scuka, R, F.(2011).the radical nature of the relationship enhancement expressive skill and its implication for therapy and psycho education. *journal of the family*, 19(1),30-38.
- Sholenberger, A.(2001).*Increasing marital adjustment in graduate students and their spouse through relationship*. dissertation state university, 36-68.
- Vivan, K.(2007).Psychological Distress Among Parents of Children with Mental Retardation in United Arab Emirates.*Socialscience and medicine*, 64, 4,104-115.
- Wolstensroft,t.& Micheel,J.(2008).Burnout and marital adjustment in urban and rural clergy families. *Journal of florida state university*, 15, 136-144.
- Yalcin, B.M. & Karaban, T.F.(2007). Effect of a couple communication program on marital adjustment of the American. *Boordoffamily medicine*,20, 36-44.