

# اثر آموزش دیدگاه‌گیری اجتماعی بر سبک‌های حل تعارض زوجین

ابوالقاسم یعقوبی<sup>۱</sup>، سروه محمدزاده<sup>۲</sup>

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۵/۱۰/۱۵

تاریخ دریافت: ۱۳۹۵/۰۴/۱۶

## چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی اثر آموزش دیدگاه‌گیری اجتماعی بر سبک‌های حل تعارض زوجین بود. جامعه پژوهش را زوجین دچار تعارض زناشویی خودمراجعه به مراکز مشاوره شهر سندج تشکیل می‌دادند. ۷۳ زوج شرایط اولیه مطالعه را احراز کردند که از بین آنها ۶۰ زوج به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه ۳۰ زوجی جایابی شدند. ابتدا آزمون‌های دیدگاه‌گیری اجتماعی و سبک‌های حل تعارض، اجرا و سپس، زوجین گروه آزمایش، در جلسات برنامه آموزش دیدگاه‌گیری اجتماعی مبتنی بر روش دانش-مهارت-توانایی گلباخ شرکت کردند و گروه کنترل آموزشی دریافت نکرد. در انتهای برنامه ده جلسه‌ای، دوباره ارزشیابی به عمل آمد. یک ماه پس از آموزش، جهت تعیین ماندگاری اثر آموزش، برای مرحله سوم آزمون‌ها برای هر دو گروه اجرا شد. نتایج تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر نشان داد که آموزش دیدگاه‌گیری باعث تغییر در نمره سبک‌های حل تعارض زوجین می‌شود و این تغییر در طی زمان ماندگار است. نمرات سبک‌های حل تعارض یکپارچگی و مصالحه در اثر آموزش افزایش یافت، اما نمرات سبک‌های اجتنابی و رقابتی کاهش معنادار پیدا کرد. نتایج این پژوهش نشان داد که برنامه آموزش دیدگاه‌گیری اجتماعی، باعث تغییر در سبک‌های حل تعارض می‌شود.

واژگان کلیدی: آموزش دیدگاه‌گیری اجتماعی، سبک‌های حل تعارض

۱. دانشیار گروه روانشناسی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران (نویسنده مسئول)

ایمیل: yaghoobiabolghasem@gmail.com

۲. دکتری روانشناسی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران. ایمیل: srwa.mohamadzade@gmail.com

## مقدمه

روابط نزدیک همواره علاوه بر صمیمیت با کشمکش تعارض همراه است. رابطه زوجین نیز از این قاعده مستثنی نیست (فرجبخش، ۱۳۹۰). زوجین بر اساس آموخته‌ها، تجارب و شناخت‌های زیربنایی خود، دارای سبک‌های خاصی از حل تعارض هستند که هیچکدام درست یا نادرست نیستند. امروزه رضایت زناشویی در زندگی مشترک، به یکی از اصلی‌ترین دغدغه‌های زوجین تبدیل شده است و به دلیل حضور تعارض و چالش در زندگی مشترک، گاه در نتیجه بالاگرفتن تعارض، عرصه زندگی مشترک بر هریک از زوجین تنگ می‌شود. اگرچه همه‌ی همسران اختلاف و تعارض را در زندگی زناشویی خود تجربه می‌کنند، ولی همه به یک شکل به آن پاسخ نمی‌دهند. دو بعد اصلی واکنش به تعارض‌های زناشویی رقابت و مشارکت است. رحیم<sup>۱</sup> (۱۹۸۳) روابط بین فردی را مورد بررسی قرار داد و مدل دو بعدی برای توصیف سبک‌های مختلف حل تعارض در موقعیت‌های بین فردی ارائه داد. او بیان کرد که افراد هنگام تعارض، مقدار مشخصی از هر دو بعد اهمیت دادن به خود و اهمیت دادن به دیگران را نشان می‌دهند. او اهمیت دادن به خود را، به صورت مقدار حمایت شخصی و مقدار استقامتی که فرد در جهت رسیدن به علایقش از خود بروز می‌دهد، تعریف کرد و همچنین اهمیت دادن به دیگران را توانایی فرد در رسیدگی به دیگران و نیازهای آنها و منطبق شدن با آنها می‌داند (بن-اری و هیرشبرگ<sup>۲</sup>، ۲۰۰۹). بعضی از نظریه پردازان معتقدند که اهمیت دادن به خود و دیگران دو بعد مجزایی هستند که می‌توان آنها را با هم ترکیب نمود و سبک‌های پنجگانه، مسلط، الزام شده، اجتنابی، مصالحه‌گر و یکپارچه‌سازی را برای حل تعارض خلق کرد (رحیم، ۱۹۸۳؛ رحیم و بونا، ۱۹۷۹).

همه‌ی همسران ممکن است گاهی از این سبک‌ها استفاده کنند، اما اگر یکی از این موارد تبدیل به شیوه‌ای معمول برای واکنش به اختلاف‌هایشان شود، احتمال حل سازنده‌ی تعارض‌ها را کاهش می‌دهد و به زندگی زناشویی آسیب زده و اثرات زیانباری بر زندگی فیزیکی و هیجانی بر جای می‌گذارد (شیوندی، سلم آبادی و فرشاد، ۱۳۹۵).

1. Rahim

2. Ben-Ari, Hirschberg

یادگیری طرز مقابله موثر با تعارض و ایجاد تعادل در میزان اهمیتی که برای خود و دیگران یکی از مهم‌ترین گام‌های ایجاد روابط توانمند است. به دلیل اینکه حل تعارض بسیار حیاتی است، بسیاری از درمانگران تلاش‌شان را بر درک و شرح رویکردهای سودمند و تشخیص موارد دارای پیامد آن متمرکز کرده‌اند (محقق، ۱۳۸۹).

هیچ یک از سبک‌های حل تعارض به طور طبیعی بر دیگری برتری ندارد و هر یک در موقعیت‌های معین و نزد افراد مختلف دارای فواید و مضراتی است. زندگی مشترک آرام مستلزم آن است که زوجین یاد بگیرند از دریچه دید طرف مقابل به زندگی و مسائل آن نگاه کنند. با هر موقعیت باید با رویکردهای محتاط و مآل‌اندیشانه برخورد کرد. یکی از عواملی که بر کیفیت و بقای رابطه زناشویی تاثیر دارد توانایی دیدگاه‌گیری اجتماعی است. دیدگاه‌گیری یکی از پیش‌بین‌های مهم رضایت زناشویی است (لانگ، ۱۹۹۰). زندگی مشترک آرام مستلزم آن است که زوجین یاد بگیرند از دریچه دید طرف مقابل به زندگی و مسائل آن نگاه کنند. دیدگاه‌گیری اجتماعی جزئی ضروری در حل تعارض می‌باشد (کورکوران و ملینکراد، ۲۰۰۰). این مهارت به عنوان یک میانجی جهت جلوگیری از خشونت زناشویی در سالهای اخیر مورد توجه بوده است (کورکوران و ملینکراد، ۲۰۰۰).

بدون فهم نقطه نظرات دیگران، فرد ممکن است تعاملاتی داشته باشد که توسط شریکش به صورت نامناسبی ادراک شود؛ افرادی که توانایی دیدگاه‌گیری اجتماعی دارند، ممکن است دیدگاه مثبت‌تری داشته باشند و می‌توانند نیازها، علایق و آرزوهای دیگری را بهتر برآورده سازند (لانگ، ۱۹۹۰). توانایی درک دیدگاه همسر بخصوص در زمان تعارض سازگاری بالاتر و سبک‌های حل تعارض سازنده‌تری را پیش‌بینی می‌کند (دیویس و اوتهاوت، ۱۹۸۷). آنان همچنین معتقدند توانایی دیدگاه‌گیری در یکی زوجین باعث افزایش خشنودی از رابطه در طرف مقابل می‌شود.

خودمحوری و تمایل به دیدن مسائل فقط از جانب خود و غفلت از دیدگاه طرف مقابل یکی از منابع ایجاد تعارض و ادراک نادرست از مسئله مورد تعارض است (چامبر و

---

1. long

2. Corcoran & Mallinckrodt

ددرو، ۲۰۱۴). دیدگاه‌گیری اجتماعی توانایی در نظر گرفتن نقطه نظر شناختی فرد دیگر و استنباط افکار و احساسات فرد دیگر به صورت صحیح است (گلباخ<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴).

دیدگاه‌گیری اجتماعی با هر دو نام "دیدگاه‌گیری"<sup>۲</sup> و "نقش‌گیری"<sup>۳</sup> منعکس‌کننده ابعاد شناختی و عاطفی مهارتی است که به فرد اجازه می‌دهد درحالی که یگانگی خود را حفظ می‌کند با فرد دیگر همدلی کند و از جایگاه او به مسائل بنگرد (گالینسکی، کو و ونگ<sup>۴</sup>؛ ۲۰۰۵). آدمی باید قادر باشد با کشف‌های فرد دیگر راه برود و دنیا را از چشمان او و از پشت عینک او ببیند، با آنچه او احساس می‌کند همدلی کند و تلاش کند به دنیا آنگونه ببیند و پاسخ دهد که او این کار را می‌کند. دیدگاه‌گیری به عنوان گام مهمی در رشد شناختی انسان مد نظر است (فلاول<sup>۵</sup>، ۲۰۰۴). دیدگاه‌گیری اجتماعی به لحاظ نظری با رشد معرفت شناختی مرتبط است و به عنوان یک مهارت شناختی سطح بالا در ردیف قضاوت پیچیده تفکر انتقادی حل مسئله، به ویژه در موقعیت‌های کاملاً تازه در نظر گرفته می‌شود (گلباخ، ۲۰۰۴). همگام با رشد ساختارهای شناختی تغییر جهتی از خود مرکزبینی به سوی در نظر گرفتن جنبه‌های گوناگون اشیا یا موقعیت‌های اجتماعی به طور همزمان اتفاق می‌افتد - تغییر از خود مرکز بینی به میان‌گرایی<sup>۶</sup> - (هال و دلیا<sup>۷</sup>، ۱۹۷۶). دیدگاه‌گیری از این لحاظ که پاسخ هیجانی یا احساس‌نگرانی نسبت به دیگری را شامل نمی‌شود از همدلی متفاوت است (دیوین و هیوج<sup>۸</sup>، ۲۰۱۲؛ وندر گراف، برانج، وید، هاوک، ون لای و میوز<sup>۹</sup>؛ ۲۰۱۴).

دیدگاه‌گیری دارای نقش کلیدی در توانایی ما برای مرتبط شدن با دیگران نه تنها برای اجتماعی شدن بلکه برای تفسیر معنای زندگی به عنوان یک بزرگسال مستقل است. ارزش

1. Gelbach
2. Perspective taking
3. Role taking
4. Galinsky, Ku & Wang
5. Flavell
6. Decentration
7. Hale & Delia
8. Devine & Hughes
9. Van der Graaff, Branje, Wied, Hawk, Van Lier & Meeus

های بین فردی فراوانی با توانایی دیدگاه‌گیری مرتبط هستند که عبارتند از: احترام به واقعیت‌های مختلف، ارزشمند دانستن تفاوت‌های فردی، انعطاف‌پذیری، تحمل ابهام، نگرش‌های غیر پیشداورانه، صبر، عقلانیت و حساسیت که همگی منجر به نگرش‌های غیر داورانه می‌شوند (ایپلی، قیصر، ون باوون و گیلویچ<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴). ازدواج از مهارت دیدگاه‌گیری بین زوجین سود می‌برد. توانایی دیدگاه‌گیری رشد یافته فرد را قادر می‌کند تا بر خودمیان‌بینی‌های معمول فایده‌آید رفتارهای مناسبی در مقابل انتظارات دیگران داشته و در نتیجه روابط بین فردی سود بخشی نیز به وجود آید (دیویس، کانکلین، اسمیت و لوکه، ۱۹۹۶).

محققان و روانشناسان به طور فزاینده‌ای به نقشی که شناخت‌ها در رابطه زوجین ایفا می‌کنند توجه نشان داده‌اند، به ویژه این که شناخت‌های زوجین درباره روابط‌شان به طور علی با درماندگی زناشویی رابطه دارد. وقتی که افراد رفتارهایشان را در موقعیت اجتماعی به علت فهمیدن دیدگاه دیگران اصلاح می‌کنند، باعث اثربخشی تعاملات اجتماعی‌شان می‌شود (لانگ، ۱۹۹۰). پژوهش‌ها نشان داده‌اند بین ادراکات زوجین و کیفیت زندگی زناشویی رابطه وجود دارد، روش‌هایی که زوجین یکدیگر را درک، تفسیر و ارزیابی می‌کنند و حوادثی که در رابطه‌شان رخ می‌دهد تاثیر معناداری بر کیفیت زندگی زناشویی‌شان دارد (اپشتاین و باکوم<sup>۲</sup>، ۲۰۰۲).

توانایی درک دیدگاه همسر با سازگاری و شیوه‌های حل تعارض در زمان بروز تعارض ارتباط دارد (لانگ و اندروز، ۱۹۹۰). دیویس و اوتهاوت (۱۹۸۷) به بررسی مدلی پرداختند که عوامل موثر بر رضایت و خشنودی شریک را بررسی می‌کرد. این مدل رویکردی پدیدار شناختی را ارائه می‌دهد که فرض می‌کند رضایت از رابطه تنها متأثر از رفتار یکی از زوجین نیست، بلکه ادراک‌های افراد از رفتار یکدیگر نیز بر خشنودی اثر می‌گذارد. دیدگاه‌گیری یکی از زوجین باعث می‌شود طرف مقابل از رابطه خشنود شود و همین‌طور نیز خشنودی

1. Epley., Keysar, Van Boven & Gilovich  
2. Epstein & Baucom

از رابطه بر ادراک فرد از طرف مقابل اثر مثبت دارد. بنابراین دیدگاه گیری و درک دیدگاه گیری فرد دیگر به طور مثبت بر رضایت اثر می گذارد.

دیدگاه گیری از طریق فعال کردن مکانیزم های شناختی و انگیزشی منجر به خویشتن داری در مواقع بروز تعارض می شود. از طریق ایجاد شفقت و دلسوزی منجر به افزایش رفتارهای یاری رسان، پیشی دادن نیاز دیگری بر نیاز خود و ارج نهادن به آسایش و رفاه دیگران می شود (ویلیامز، ۲۰۱۵).

مهارت شناختی اجتماعی دیدگاه گیری در صورتی می تواند مزایای ذکر شده را داشته باشد که درست آموخته شده باشد و پیش نیاز های آن وجود داشته باشند. عوامل زیادی می توانند در فرایند دیدگاه گیری اجتماعی خلل ایجاد کنند. سه خطای اساسی اسناد (راس<sup>۱</sup>، ۱۹۷۷)، واقع گرایی خام (راس و وارد<sup>۲</sup>، ۱۹۹۵)، خطای تایید (ویسون<sup>۳</sup>) همیشه در کمین هستند تا دیدگاه گیری اجتماعی به درستی انجام نشود. در خطای اساسی اسناد فرد تمایل دارد مشکلات و مسایل خود را موقعیتی و مسایل دیگران را حاصل از ویژگی های پایدار شخصیتی آنان بداند. واقع گرایی خام<sup>۴</sup> عبارتست از باور فرد به این که هر چه او می بیند واقعیت است در حالی که برای طرف مقابل این اعتقاد را ندارد (راس و وارد، ۱۹۹۵). این تعصب نادرست اغلب زمانی که فرد تمایل دارد احساس شخصیش را از خود حفظ کند و اعتقاد خود را درست و دیدگاهش را منطقی جلوه دهد، اتفاق می افتد. در خطای تایید<sup>۵</sup> افراد تمایل دارند اطلاعاتی را جستجو و جمع آوری کنند که نظریات خود را تایید و اثبات کند. بنابراین از اطلاعاتی که ممکن است با دانش آنان مغایر باشد، چشم پوشی و غفلت می کنند (ویسون، ۱۹۶۰).

هر سه خطای مذکور می توانند در ایجاد و تشدید تعارض و همچنین به کارگیری سبک های غیرسازنده حل تعارض دخیل باشند. پژوهش ها نشان داده اند که این خطاها ریشه در

- 
1. Ross
  2. Ward
  3. Wason
  4. Naïve realism
  5. Confirmation bias

جایگاهی دارند که توجه شخص بر آن متمرکز شده است (ویلیامز، ۲۰۱۵). این خطاها باعث ایجاد تصویر تحریف شده و غیر واقعی از موقعیت و مساله می‌شوند. تصاویر تحریف شده و غیر دقیق منجر به فرضیه سازی‌های نادرست می‌شوند همین خطاهای شناختی مانع از دست یافتن به اطلاعات صحیح و اصلاح‌گرفته و منجر به تایید فرضیات نادرستی می‌شوند که راجع به مساله یا موقعیت داریم. درنهایت برای حل تعارض سبکی در پیش می‌گیریم که با اطلاعات موجود همخوانی و تطابق دارد اما منجر به حل سازنده تعارض در موقعیت اصلی نمی‌شود. خطاهای سه‌گانه موجب جهت‌دهی و هدایت انتظارات، عقاید و نگرش‌های فرد به سمتی می‌شود که موقعیت تعارضی را ناشی از خودخواهی طرف مقابل، عمدی و آگاهانه بداند (خجسته مهر، کوچکی و رحیمی، ۱۳۹۱).

دیدگاه‌گیری معیوب نظر فرد درباره منشا مشکلات و مسولیتش را برای حل مساله تحت تاثیر قرار می‌دهد (والاخ، سلا، ۲۰۰۸). سال‌ها قبل استورمز روانشناس اجتماعی به روشی برای خفه کردن تعارض بالقوه در نطفه یعنی پیش از اینکه اتفاق بیفتد اشاره می‌کند و آن اینکه زاویه دید خود را تغییر دهیم و خود را جای فرد دیگر بگذاریم (استورمز، ۱۹۷۳). مینگ<sup>۲</sup> (۲۰۰۲) در پژوهشی که برای بررسی عوامل پیش‌بین کننده رضایت زناشویی در بیماران مبتلا به سرطان سینه انجام داد به این نتیجه رسید که در بیمار و همسرش میزان دیدگاه‌گیری اجتماعی با رضایت زناشویی رابطه‌ی مستقیم دارد. نتایج پژوهش سِسا<sup>۳</sup> (۲۰۱۳) حاکی از اثر آموزش دیدگاه‌گیری اجتماعی در مدیریت تعارض در بین گروه‌ها بود. لانگ<sup>۴</sup> (۱۹۹۰) در پژوهش خود به این نتیجه رسید توانایی دیدگاه‌گیری اجتماعی در زوجین متعارض نسبت به زوجین خرسند پایین‌تر است.

- 
1. Storms
  2. Ming
  3. Sessa
  4. Long

افلک ۱ (۱۹۷۵) و لبلانک، گلین، کالنان و سولارز ۲ (۲۰۱۲) به این نتیجه رسیدند بین توانایی دیدگاه‌گیری اجتماعی و مهارت حل تعارض رابطه مثبت معناداری وجود دارد و دیدگاه‌گیری منجر به انعطاف‌پذیری شناختی و کاهش تعارض‌های بین‌فردی می‌شود. بیسونت، روزبالت و کیلیپاتریک ۳ (۱۹۹۷) در پژوهشی روی زوجین تازه ازدواج کرده به این نتیجه رسیدند که هرچه توانایی دیدگاه‌گیری اجتماعی بیشتر باشد احتمال مهارت‌های فراخوان تعارض و سبک‌های حل تعارض سازنده افزایش می‌یابد. بعلاوه باگذر زمان که زوجین ثبات بیشتری می‌یابند تمایل برای دیدگاه‌گیری کاهش می‌یابد. اگر این مسئله پذیرفته شود که نقص در دیدگاه‌گیری اجتماعی ممکن است در ایجاد یا تشدید تعارض در روابط زوجین نقش داشته باشد، می‌توان با تقویت دیدگاه‌گیری اجتماعی افراد، تعارض را کاهش داد. باتوجه به پیشینه پژوهش درباره ارتباط بین مهارت دیدگاه‌گیری اجتماعی و توانایی حل تعارض و سبک‌های حل تعارض و فقدان پژوهشی در این ارتباط پژوهش حاضر به دنبال پاسخ این سوال است که آیا آموزش مهارت دیدگاه‌گیری اجتماعی باعث تغییر در سبک‌های حل تعارض زوجین می‌شود یا خیر

### روش پژوهش

پژوهش حاضر، در دسته پژوهش‌های نیمه‌آزمایشی قرار می‌گیرد. جامعه پژوهش را کلیه زوجین خودمراجع به مرکز مشاوره شهر سنندج تشکیل می‌دادند. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بودند از: داشتن حداقل سواد دیپلم؛ گذشتن حداقل ۶ ماه از زندگی مشترک. این ازدواج متعارض ازدواج دومشان نباشد؛ عدم دریافت خدمات روانشناختی مرتبط با مساله دریافت تا زمان شرکت در پژوهش. نداشتن بیماری‌های جسمانی و روانی مزمن. داشتن معیار تعارض زناشویی بر مبنای مقیاس تعارض زناشویی اولیه که کسب حداقل نمره ۷۰ بود. داشتن انگیزه برای بهبود روابط و نداشتن تصمیم برای جدایی در زمان شرکت در پژوهش. نمونه‌گیری به صورت در دسترس بود. محقق با مراجعه به مراکز مشاوره و

1. Affleck
2. Leblank, Glin, Calnan & Solarz
3. Bissonnette, Rusbult & Kilpatrick

توضیح هدف پژوهش به درمانگر، از درمانگران درخواست نمود تا در صورت وجود موارد متناسب با هدف پژوهش و راغب به شرکت در آن محقق را مطلع نماید. کل فرایند جمع اوری نمونه و اجرا ۱۵ ماه طول کشید. ۷۳ زوج در بازه زمانی نمونه گیری معیارهای ورود به پژوهش را داشتند. ۶۰ زوج از ۷۳ زوج به صورت تصادفی در یکی از دو گروه آزمایش و گواه قرار گرفتند و سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری راتکمیل کردند. از آنجایی که امکان نگهداشت نمونه تا جمع اوری کل نمونه مورد نیاز نبود و از سوی دیگر فضای آموزشی مناسب در دسترس محقق نبود، هر زمان که افراد نمونه به حداقل ۸ نفر (۴ زوج) می رسید، جلسات آموزش برای گروه آزمایش برگزار می شد. افراد گروه گواه هیچ آموزشی دریافت نکردند و فقط در ۳ موقعیت پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری به تکمیل مقیاس ها پرداختند. لازم به ذکر است که از آنجا که گروه گواه نیز جزء مراجعان مراکز مشاوره بودند نمی توان گفت هیچ آموزش یا مداخله ای دریافت نکردند اما با اطمینان می توان گفت آموزش دیدگاه گیری دریافت نکردند. پس آزمون یک هفته پس از آخرین جلسه آموزش و آزمون پیگیری یک ماه بعد در هر دو گروه آزمایش و گواه اجرا شد و داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS تحلیل شدند.

ابزارهای پژوهش عبارت اند از:

**مقیاس دیدگاه گیری اجتماعی:** به زبان فارسی مقیاسی که به صورت ویژه دیدگاه گیری اجتماعی را بسنجد در دسترس نیست. در پژوهش های پیشین غیر ایرانی نیز برای سنجش دیدگاه گیری یا از مقیاس های همدلی استفاده شده یا از بیان سناریو و کد بندی پاسخ شرکت کنندگان. محقق با ترکیب ۶ گویه زیرمقیاس دیدگاه گیری از شاخص واکنش پذیری بین فردی دیویس (۱۹۸۰) و ۱۳ گویه از مقیاس بهره همدلی بارون کوهن که زیر نام همدلی شناختی یا دیدگاه گیری اجتماعی وجود دارند مقیاس جدیدی طراحی نمود معیار انتخاب ۱۳ گویه از مقیاس بهره همدلی نیز بار عاملی گویه ها بوده که در تحلیل عاملی انجام شده اولیه این ۱۳ گویه بیشترین سهم را در عامل همدلی شناختی داشته اند و یک گویه توسط محقق به مقیاس اضافه شد. جهت سنجش روایی و پایایی مقیاس روی یک نمونه اجرا شد. از میان ۲۰ گویه، مقیاس ۵ گویه که همبستگی کمتری با کل مقیاس داشتند حذف شده و

مقیاس به یک مقیاس ۱۵ گویه ای تبدیل شد. پایایی مقیاس دیدگاه گیری اجتماعی با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۸۴ به دست آمد. برای سنجش روایی همگرا و واگرا از دو مقیاس شادکامی آکسفورد و اضطراب بک استفاده شد. تحلیل داده ها نشان داد میان دیدگاه گیری اجتماعی و شادکامی همبستگی مثبت و معنادار ( $p < ۰/۰۱$ ) و میان دیدگاه گیری اجتماعی با اضطراب، همبستگی منفی معناداری وجود دارد ( $p < ۰/۰۱$ ) که حاکی از روایی همگرا و واگرایی این مقیاس می باشد. با استفاده از روش تحلیل عامل برای مقیاس دیدگاه گیری اجتماعی ۲ عامل پیش بینی شناختی دیگران و خود را جای فرد دیگر گذاشتن استخراج شد (محقق، ذوقی، یعقوبی، یارمحمدی و محمدزاده، ۱۳۹۵).

**مقیاس تعارض زناشویی:** یک ابزار ۴۲ گویه ای است و گویه های این مقیاس و خرده مقیاس های آن به همت ثنایی و بر اساس تجارب بالینی در ایران به منظور سنجیدن تعارضات همسران در سال ۱۳۷۵ ساخته شده است. حداکثر نمره کل مقیاس ۲۱۰ و حداقل آن ۴۲ می باشد. گزینه ها به صورت لیکرت «همیشه، اکثراً، گاهی، به ندرت، هرگز» بیان می شوند. تریایی و ثنایی (۱۳۷۵) به منظور اندازه گیری پایایی و روایی، مقیاس مذکور را روی یک گروه ۱۱۱ نفری متشکل از ۵۳ مرد و ۵۸ زن که برای رفع تعارضات زناشویی خود به مراجع قضایی یا مرکز مشاوره مراجعه کرده بودند و نیز یک گروه گواه ۱۰۸ نفری زوجهای عادی متشکل از ۵۳ مرد و ۵۵ زن اجرا گردید. مقایسه میانگین دو گروه سازگار و ناسازگار در مردان و زنان بیانگر وجود تفاوت معنا داری بین آنها می باشد که میتواند دال بر قدرت تمیز آزمون در تشخیص زوج های متعارض از خرسند باشد (ثنایی، ۱۳۷۹) همچنین در هنجاریابی مجدد مقیاس که توسط بشکار (۱۳۸۲) انجام شد، آلفای کرونباخ برای کل مقیاس برابر ۰/۹۵ برآورد شده است. و برای هفت مؤلفه آن به ترتیب ذیل به دست آمد: کاهش همکاری ۰/۹۰، کاهش رابطه جنسی ۰/۸۲، افزایش واکنش هیجانی ۰/۹۵، افزایش حمایت فرزندان ۰/۹۰، افزایش رابطه با خانواده خود ۰/۹۵، کاهش رابطه با خانواده همسر ۰/۸۵، جداکردن امور مالی از یکدیگر ۰/۹۲

## 1. Marital Conflict Questionnaire

مقیاس شیوه مقابله با تعارض: نسخه دوم مقیاس شیوه مقابله با تعارض که توسط رحیم (۱۹۸۳) برای اندازه گیری میزان تضاد ارتباطی به کار می رود و شامل ۲۸ ماده و متشکل از ۵ زیرمقیاس است که سه زیر مقیاس کلی را تشکیل می دهند. این مقیاس در ایران توسط باباپور ترجمه شده و ماده های آن به صورت لیکرت و در یک طیف ۵ درجه ای قرار دارد. ۵ زیر مقیاس این آزمون عبارتند از: شیوه های حل تعارض اجتنابی، خدمتکارانه، سلطه گرانه، مصالحه گرانه و موفلفانه. سه زیر مقیاس کلی این مقیاس عبارتند از: ۱- روش های حل تعارض سازنده: این سبک کلی از مجموع دو سبک همراهانه (موفلفانه) و حاضر خدمتی (خدمتکارانه) به دست می آید. ۲- روش های حل تعارض غیرسازنده: این سبک کلی از مجموع دو سبک سلطه گرانه و سبک اجتنابی به دست می آید. ۳- شیوه مصالحه گرانه: این شیوه در نقطه میانی توجه به انتظارات دیگران و نیازهای خود قرار دارد و به تقسیم امتیازات بین طرفین اشاره می کند. پایایی آزمون بازآزمون این مقیاس در تحقیقات مختلف از ۰/۷۲ تا ۰/۸۳ گزارش شده است فرم فارسی آن دارای همسانی درونی ۰/۸۱ و روایی ۰/۷۹ است (باباپور، ۱۳۸۵). برنامه آموزشی مبتنی بر روش دانش-مهارت- توانایی گلباخ، برینکورس و ونگ (۲۰۱۲) تدوین شد که عناوین آموزشی مورد نیاز در جدول زیر آورده شده است.

جدول ۱. مفاهیم آموزشی اصلی دیدگاه گیری اجتماعی مبتنی بر روش دانش-مهارتها و توانایی های

گلباخ و همکاران (۲۰۱۲)

عنوان اصلی	موضوع اصلی
شناخت دیدگاه گیری -	مفهوم دیدگاه گیری
ضرورت وجود آن در روابط	مراحل تحولی دیدگاه گیری اجتماعی
بین فردی و انواع آن	ارتباط دیدگاه گیری بارشد شناختی- اخلاقی
موانع دیدگاه گیری اجتماعی	خطای اساسی اسناد، واقع گرایی خام، خطای تایید
فواید دیدگاه گیری اجتماعی	افزایش فهم اجتماعی کاهش پیشداوری کاهش خشم افزایش همکاری و رفتارهای نوع دوستانه

## 1. Reliability

---

 ترویج خودآگاهی

باز بودن، کنجکاوی و تمایل به خطر کردن

قدرت مقابله و روبه رویی با ابهام

مشاهده کردن و گوش دادن دقیق و فعالانه به دیگران

ترویج همدلی کردن با افکار و احساسات دیگران، به عنوان ابزاری برای افزایش

دیدگاه‌گیری

مهارت‌های پیش‌نیاز دیدگاه

گیری

پرهیز از قضاوت تکانشی و تاخیر پاسخ

شکل دادن به یک ادراک سپس بررسی درستی و دقت آن

دعوت به بازخورد دادن و ارتباط روشن و شفاف

اقدام بر مبنای فرایند دیدگاه‌گیری و تکمیل حلقه آن

---

مهارت ارتباط بین فردی: پیش‌بینی این که مردم قصد دارند چه بگویند یا چکار کنند

حدس زدن واژه‌ها و عبارات نامفهوم

استفاده از دانش شخصی برای افزایش ادراک

شناسایی اطلاعات مرتبط و نادیده گرفتن اطلاعات نامربوط

به دست آوردن اطلاعات مربوطه (یادداشت و خلاصه برداری

بازشناسی نشانگرهای گفتمان و ابزارهای منسجم

درک زیر و بمی صدا، استرس، حرکات، حالات صورت، و غیره استنباط و تفسیر

گرایش و نیت گوینده

همدلی و احترام به تفاوت‌ها توانایی تنظیم هیجانات

مهارت‌های یاری رسان

برای دیدگاه‌گیری

اجتماعی

---

استنباطی: قیاس، مقایسه و تضاد، در نظر گرفتن شرایط و بافت کنونی، جلب اطلاعات

زمینه‌ای، فرافکنی، انعکاس، استفاده از کلیشه‌ها

جمع‌آوری اطلاعات: تنظیم توجه، تنظیم هیجانات، افزایش راهکارها، استخراج

اطلاعات، بازبودن ذهن

راهبرد‌های دیدگاه‌گیری

---

در ادامه خلاصه جلسه‌های آموزشی مبتنی بر روش دانش-مهارت-توانایی

گلباخ (۲۰۱۲) ارائه شده است

جلسه اول: تعیین اهداف و انتظارات کارگاه آموزشی، تکمیل مقیاس جمعیت‌شناختی و

اجرای پیش‌آزمون، آشنایی با مقررات جلسه، توافق بر زمان تشکیل، تعداد و مدت جلسات

آموزشی

جلسه دوم: آشنایی شرکت‌کنندگان با مفهوم دیدگاه‌گیری اجتماعی، ضرورت دیدگاه‌گیری اجتماعی و مشکلات فقدان آن

جلسه سوم: شناسایی موانع دیدگاه‌گیری اجتماعی (فقدان اطلاعات کافی، قضاوت زود هنگام، شناسایی خطاهای اساسی نگرش، تشخیص واقع‌گرایی خام، شناسایی خطای تمایل به تایید)، شناسایی دیدگاه‌گیری اجتماعی بر رضایت زناشویی، معرفی و آموزش قدم اول در دیدگاه‌گیری اجتماعی (تکنیک راه رفتن با کفش‌های فرد دیگر)

جلسه چهارم: بررسی پیامدهای دیدگاه‌گیری اجتماعی نادرست، شناسایی خطای تاثیر درون‌گروهی برون‌گروهی، فعالیت کلاسی، تشویق به استفاده از دیدگاه‌گیری اجتماعی در آخرین تکلیف مورد مناقشه دوطرف.

جلسه پنجم: آموزش مهارت‌های مشاهده مردم به صورت اثربخش، آموزش مهارت‌های غیر کلامی اثربخش، بررسی میزان دقت و صحت درک مسئله از دیدگاه طرف مقابل (توجه به مسایل درون برون‌گروهی) - زنانه/ مردانه کردن مسائل، شناخت نقش هیجانات در دیدگاه‌گیری اجتماعی، آموزش تنظیم شناختی هیجانی قبل، حین شرایط تعارض زا.

جلسه ششم: تاکید دوباره بر جمع‌آوری اطلاعات دقیق مرتبط با موضوع از طریق مشاهده، گوش دادن، پرسیدن و تفسیر رفتارهای غیر کلامی. تکلیف خانگی.

جلسه هفتم: بررسی تکلیف خانگی جلسه قبل، تاکید بر بالابردن تحمل ابهام و افزایش توانایی تاخیر در قضاوت، افزایش توانایی ساخت فرضیات مختلف، داشتن انگیزه و استقامت و پایداری برای نشان دادن دیدگاه‌گیری، افزایش تمایل به ادامه دیدگاه‌گیری و ادامه آن حتی در شرایط سخت و تعارض زا و چالش برانگیز.

جلسه هشتم: یادآوری این که یک رفتار واحد ممکن است در شرایط مختلف و افراد مختلف، متفاوت تفسیر شود، احترام به تفاوت‌ها، پیش‌بینی مسائل تعارض‌زای احتمالی به دلیل تفاوت در دیدگاه. ادراک مفهوم دیدگاه‌گیری اجتماعی و ارتباط آن با روابط بین فردی موفق، تکلیف خانگی

جلسه نهم: بررسی عوامل فردی و محیطی تاثیرگذار بر دیدگاه‌گیری، جمع‌بندی مطالب گفته شده و آماده‌سازی مخاطبان جهت اتمام دوره آموزشی.

جلسه دهم: جمع بندی مطالب طرح شده در جلسات گذشته، ارزیابی تکالیف انجام شده و دادن امتیاز مشارکت به زوجین، تاکید بر لزوم حفظ مهارت های آموخته شده از طریق انجام آنها در خارج جلسات و در طول زندگی و پاسخ دادن به سوالات احتمالی، اجرای پس آزمون و تعیین زمان اجرای آزمون پیگیری و تقدیر از زوجین

**اعتباریابی برنامه آموزشی دیدگاه گیری اجتماعی.** جهت بررسی اعتبار برنامه آموزشی پرسشنامه ای ۵ سوالی در مورد دقت برنامه آموزشی به صورت بلی خیر، تهیه گردید و دو نفر ارزیاب به سوال های پرسشنامه پاسخ دادند، سپس ضریب توافق بین پاسخ های دو ارزیاب محاسبه شد که مقدار آن ۰/۸۳۸ بود.

**روش تجزیه و تحلیل داده ها.** برای توصیف داده ها، از میانگین و انحراف معیار استفاده شد. جهت تجزیه و تحلیل اطلاعات و بررسی فرضیات پژوهش از بررسی مفروضات لازم، تحلیل واریانس اندازه گیری مکرر استفاده شد.

### یافته ها

حداقل سن پاسخگویان ۲۰ و حداکثر سن آنان ۵۵ سال و میانگین سنی ۳۰/۴۸ سال بود. حداقل مدت ازدواج ۶ ماه و حداکثر ۳۱ سال با میانگین ۱۵/۶ بود. همگنی گروه آزمایش و کنترل براساس سن زوجین بررسی شده است که، نتایج آن در جدول ۴-۱۰ ارائه شده است.

جدول ۱. بررسی همگنی گروه آزمایش و کنترل براساس سن زوجین

شاخص گروه	تعداد افراد	میانگین	انحراف معیار	تفاوت میانگین	t مقدار	درجه آزادی	سطح معنی داری
آزمایش	۳۰	۳۱/۵۰	۷/۶۳	۲/۰۳	۱/۱۴۵	۵۸	۰/۵۹۵
کنترل	۳۰	۲۹/۴۶	۶/۲۷				

یکی از مفروضه های اساسی در جایابی زوجین در گروه های آزمایش و کنترل، همگنی آنها از نظر متغیرهای کنترل بود که با توجه به جدول ۴-۸ میانگین سن گروه آزمایش ۳۱/۵۰ و گروه کنترل ۲۹/۴۶ بود که اندک تفاوت بین دو گروه از نظر آماری معنی دار نبود و نشان از همگنی دو گروه آزمایش و کنترل از نظر سنی داشت ( $P=0/595$ ). میانگین و انحراف معیار

متغیرهای پژوهش، به تفکیک گروه‌ها در پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری ارائه شده است.

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش به تفکیک گروه‌ها در پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

متغیر	زمان	گروه آزمایش		گروه گواه
		میانگین	انحراف معیار	
دیدگاه‌گیری اجتماعی	پیش‌آزمون	۲۶/۰۳	۱۱/۷۱	۱۰/۴۰
	پس‌آزمون	۲۹/۸۳	۱۱/۸۲	۱۰/۰۸
	پیگیری	۲۹/۸۳	۱۱/۵۷	۱۰/۱۷
سبک یکپارچگی (مشارکتی)	پیش‌آزمون	۱۹/۹۰	۴/۹۹	۵/۹۶
	پس‌آزمون	۲۳/۳۳	۴/۸۹	۶/۱۶
	پیگیری	۲۳/۴۰	۴/۸۱	۶/۱۴
سبک اجتنابی	پیش‌آزمون	۱۳/۴۳	۳/۲۷	۴/۰۷
	پس‌آزمون	۱۰/۸۰	۲/۷۳	۳/۶۱
	پیگیری	۱۰/۷۳	۲/۵۳	۳/۶۱
سبک ملزم شده (رقابتی)	پیش‌آزمون	۱۴/۹۰	۳/۹۱	۳/۷۲
	پس‌آزمون	۱۱/۶۶	۳/۰۵	۳/۵۱
	پیگیری	۱۱/۴۶	۳/۲۲	۳/۴۱
سبک مصالحه (انعطاف‌پذیر)	پیش‌آزمون	۱۲/۵۶	۲/۵۲	۲/۲۰
	پس‌آزمون	۱۳/۱۵	۲/۴۸	۲/۲۳
	پیگیری	۱۵/۳	۲/۳۹	۲/۳۱
سبک توافقی	پیش‌آزمون	۱۲/۳۸	۲/۳۸	۳/۶۲
	پس‌آزمون	۱۵/۵۰	۳/۰۲	۳/۶۴
	پیگیری	۱۵/۵۶	۳/۰۳	۳/۰۱

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که نمرات سبک‌های حل تعارض زوجین در گروه آزمایش در در مراحل پس‌آزمون و پیگیری نسبت به نمرات پیش‌آزمون، تغییر کرده‌اند؛ به این ترتیب که در هر دو مرحله پس‌آزمون و پیگیری، نمرات سبک یکپارچگی (مشارکتی)، توافقی و مصالحه افزایش یافته‌اند اما نمرات سبک‌های اجتنابی و ملزم شده

(رقابتی) کاهش یافته اند. در گروه کنترل نمرات پس آزمون و پیگیری نسبت به پیش آزمون تغییر چشمگیری نداشته است.

مفروضه های پیوسته بودن متغیرهای وابسته، استقلال مشاهدات حاصل از آزمودنی های مختلف از هم، یکسان بودن آزمودنی ها در شرایط مختلف آزمایش، نبود موارد پرت معنادار، نرمال بودن توزیع متغیر وابسته در گروه ها، یکسان بودن واریانس تفاوت بین همه ترکیب های مربوط به گروه ها (کرویت)- و در صورت عدم برقراری فرض کرویت، استفاده از تصحیح آزمون گرین هاوس-گیشر، همگنی ماتریس واریانس-کوواریانس و همگنی واریانس خطا میان گروه ها با استفاده از آزمون لون بررسی و برقراری آن ها تایید شد نتایج آزمون لون جهت بررسی همگنی واریانس خطا در متغیرهای دیدگاه گیری اجتماعی و سبک های حل تعارض در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۴. آزمون لون جهت بررسی همگنی واریانس خطا در متغیرهای دیدگاه گیری اجتماعی و سبک های حل تعارض

متغیر	مقدار F	df1	Df2	سطح معناداری	مقدار F
پیش آزمون	۰/۶۹۶	۱	۵۸	۰/۴۰۸	
پس آزمون	۱/۵۴۳	۱	۵۸	۰/۲۱۹	دیدگاه گیری اجتماعی
پیگیری	۱/۱۳۶	۱	۵۸	۰/۲۹۱	
پیش آزمون	۲/۳۲۴	۱	۵۸	۰/۱۳۳	سبک
پس آزمون	۳/۹۴۲	۱	۵۸	۰/۰۵۲	یکپارچگی (مشارکتی)
پیگیری	۴/۲۷۱	۱	۵۸	۰/۰۴۳	
پیش آزمون	۰/۶۸۵	۱	۵۸	۰/۴۱۱	
پس آزمون	۴/۷۵۶	۱	۵۸	۰/۰۳۳	سبک اجتنابی
پیگیری	۶/۰۱۸	۱	۵۸	۰/۰۱۷	
پیش آزمون	۰/۰۳۰	۱	۵۸	۰/۸۶۲	سبک ملزم شده
پس آزمون	۱/۳۲۹	۱	۵۸	۰/۲۵۴	(رقابتی)
پیگیری	۰/۳۱۱	۱	۵۸	۰/۵۷۹	
پیش آزمون	۱/۶۲۸	۱	۵۷	۰/۲۰۷	سبک مصالحه (انعطاف پذیر)
پس آزمون	۰/۴۳۲	۱	۵۷	۰/۵۱۴	
پیگیری	۰/۱۱۵	۱	۵۷	۰/۷۳۶	

۰/۷۹۵	۵۷	۱	۰/۰۶۸	پیش آزمون	
۰/۷۰۵	۵۷	۱	۰/۱۴۴	پس آزمون	سبک توافقی
۰/۷۸۴	۵۷	۱	۰/۰۷۶	پیگیری	

نتایج آزمون لون نشان می دهد که واریانس خطا در بعضی متغیرها در هر دو گروه همگن می باشد. زیرا مقدار آزمون  $f$  در سطح  $p < ۰/۰۵$  معنادار نمی باشد بنابراین پیش فرض همگنی واریانس خطا در این متغیر وابسته رعایت شده است. در سایر متغیرها از آنجایی که تعداد گروه ها با هم برابر است، تخطی از این مفروضه مشکلی ایجاد نمی کند.

نتایج آزمون چند متغیره با اندازه گیری مکرر جهت بررسی تاثیر آموزش دیدگاه گیری اجتماعی برنمره سبک های حل تعارض

سبک حل تعارض	نقطه اسیلون	درجه آزادی	F	سطح معنی داری	مجذور اتا
یکپارچگی (مشارکتی)	گرین- هاوس گیسر	۷۱/۱۳۹	۱/۶۳۵	۰/۰۰۰	۰/۵۲۷
اجتنابی	کرویت	۵۴/۹۵۵	۱/۳۱۰	۰/۰۰۰	۰/۳۰۷
ملزم شده (رقابتی)	گرین- هاوس گیسر	۳۷/۴۰۸	۱/۴۱۲	۰/۰۰۰	۰/۳۹۲
مصالحه (انعطاف پذیری)	گرین- هاوس گیسر	۶۷/۶۶۸	۱/۷۳۳	۰/۰۰۰	۰/۵۴۳
توافقی	کرویت	۵۶	۶۶/۹۶	۰/۰۰۰	۰/۷۱

نتایج آزمون تعقیبی بنفرونی جهت مقایسه های جفتی تاثیر آموزش دیدگاه گیری اجتماعی برنمره سبک های حل تعارض

سبک حل تعارض	زمان	تفاوت میانگین ها	انحراف استاندارد	سطح معناداری
یکپارچگی (مشارکتی)	پیش آزمون- پس آزمون	-۱/۷۶۷	۰/۱۷۹	۰/۰۰۰
	پیش آزمون- پیگیری	-۱/۷۸۳	۰/۲۰۰	۰/۰۰۰
	پس آزمون- پیگیری	-۰/۰۱۷	۰/۱۲۸	۱/۰۰۰
اجتنابی	پیش آزمون- پس آزمون	*۱/۲۸۳	۰/۲۵۳	۰/۰۰۰
	پیش آزمون- پیگیری	*۱/۳۶۷	۰/۲۵۱	۰/۰۰۰
	پس آزمون- پیگیری	۰/۰۸۳	۰/۱۱۳	۱/۰۰۰
ملزم شده (رقابتی)	پیش آزمون- پس آزمون	*۱/۸۱۷	۰/۲۱۱	۰/۰۰۰
	پیش آزمون- پیگیری	*۲/۰۳۳	۰/۲۲۱	۰/۰۰۰
	پس آزمون- پیگیری	۰/۲۱۷	۰/۱۱۳	۰/۱۷۸
پیش آزمون- پس آزمون		-۱/۵۴۱	۰/۱۷۷	۰/۰۰۰

۰/۰۰۰	۰/۱۷۸	-۱/۴۸۸	پیش‌آزمون-پیگیری	مصالحه (انعطاف پذیر)
۱/۰۰۰	۰/۱۲۷	۰/۰۵۳	پس‌آزمون-پیگیری	
۰/۰۰۰	۰/۱۳۱	-۱/۱۹۷	پیش‌آزمون-پس‌آزمون	
۰/۰۰۰	۰/۱۳۰	-۱/۳۴۹	پیش‌آزمون-پیگیری	توافقی
۰/۵۲۹	۰/۱۱۱	-۰/۱۵۲	پس‌آزمون-پیگیری	

چنانکه نتایج جدول نشان می‌دهند، بین نمرات سبک یکپارچگی (مشارکتی) زوجین از پیش‌آزمون به پس‌آزمون و از پیش‌آزمون به پیگیری تفاوت معناداری وجود دارد ( $P < ۰/۰۵$ ). اما بین نمرات پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معناداری مشاهده نشد ( $P > ۰/۰۵$ ). بین نمرات سبک اجتنابی زوجین از پیش‌آزمون به پس‌آزمون و از پیش‌آزمون به پیگیری تفاوت معناداری وجود دارد ( $P < ۰/۰۵$ ). اما بین نمرات پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معناداری مشاهده نشد ( $P > ۰/۰۵$ ). بین نمرات سبک ملزم شده (رقابتی) زوجین از پیش‌آزمون به پس‌آزمون و از پیش‌آزمون به پیگیری تفاوت معناداری وجود دارد ( $P < ۰/۰۵$ ). اما بین نمرات پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معناداری مشاهده نشد ( $P > ۰/۰۵$ ). بین نمرات سبک مصالحه (انعطاف‌پذیر) زوجین از پیش‌آزمون به پس‌آزمون و از پیش‌آزمون به پیگیری تفاوت معناداری وجود دارد ( $P < ۰/۰۵$ ). اما بین نمرات پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معناداری مشاهده نشد ( $P > ۰/۰۵$ ). بین نمرات دیدگاه‌گیری اجتماعی زوجین از پیش‌آزمون به پس‌آزمون و از پیش‌آزمون به پیگیری تفاوت معناداری وجود دارد ( $P < ۰/۰۵$ ). اما بین نمرات پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معناداری مشاهده نشد ( $P > ۰/۰۵$ ).

### بحث و نتیجه‌گیری

باتوجه به یافته پژوهش، نمره سبک حل تعارض یکپارچگی (مشارکتی) زوجین قبل و بعد از آموزش در گروه آزمایش، نسبت به گروه گواه تفاوت معناداری داشت و نمره زوجین آموزش دیده در سبک حل تعارض یکپارچگی (مشارکتی) بیشتر از گروه گواه بود. این یافته با یافته‌های ریزکالا و همکاران<sup>۱</sup> (۲۰۰۸)، گلباخ (۲۰۰۴)، لانگ (۱۹۹۰: ص: ۴۴) و سیلور (۲۰۰۸) همخوانی دارد. یکی از عوامل تاثیر گذار بر نحوه انتخاب راهبردهای حل تعارض مهارت دیدگاه‌گیری اجتماعی است. ریزکالا و همکاران (۲۰۰۸) به این نتیجه رسیدند که توانایی دیدگاه‌گیری بیشتر با حل مسئله شناختی، سبک‌های حل تعارض سازنده و توانایی ترمیم هیجان‌ها در دوره تعارض ارتباط دارد. در نظر نگرفتن دیدگاه همسر در زندگی و دیدن مسائل تنها از دیدگاه خود و خودمحوری و نقص در دیدگاه‌گیری می‌تواند در ایجاد تعارض‌های زناشویی دخیل باشد (خمسه، ۱۳۸۸؛ لانگ، ۱۹۹۰).

بخشی از آموزش دیدگاه‌گیری اجتماعی مستلزم شناسایی خطاهای اسناد، واقعیت‌گرایی خام و تایید است که برنگرش‌ها و انتظارات تاثیر منفی دارند و منجر به جهت‌دهی منفی فرضیات ذهنی درباره موقعیت تعارضی می‌شوند. آموزش دیدگاه‌گیری اجتماعی به فرد کمک می‌کند بیش از آن که در موقعیت‌های ناخوشایند و تعارضی منبع مشکل را طرف مقابل، خودخواهی او و عدم تمایلش به حل مسأله بدانیم، بتوانیم مشلات را موقعیتی بینیم و کمتر به دنبال داده‌هایی جهت تایید فرضیات‌ها نادرست خود باشیم.

آموزش دیدگاه‌گیری اجتماعی موجب تمرکز زدایی و کاهش خودمحوری و تمرکز بر بیش از یک جنبه از تعارض، یافتن راه‌های مناسب‌تر حل تعارض و کمتر هیجانی و بیشتر منطقی می‌شود. دیدگاه‌گیری با دیدن مسائل از دیدگاهی متفاوت موجب دسترسی به اطلاعاتی می‌شود که قبلاً به آن دسترسی نداشته است. فرد با اطلاعات بیشتر و متفاوت قطعاً به گونه‌ای متفاوت به حل مسائل خواهد پرداخت. نحوه انتخاب سبک‌های حل تعارض از میزان اهمیتی که فرد به خود و دیگران می‌دهد، حاصل می‌شود. سبک‌های سازنده هم

1. Rizkalla et al.

به خود و هم به دیگران نیز اهمیت می‌دهند که سبک یکپارچگی یکی از سبک‌های حل تعارض سازنده است، اما در سبک‌های غیر سازنده از خود یا دیگری غفلت کامل می‌شود. دیدگاه‌گیری از طریق کاهش اهمیت غیر ضروری به خود (کاهش خود محوری و تمرکز) و افزایش اهمیت دادن به فرد دیگر (تمرکز زدایی) و افزایش اهمیت به خود و نشان دادن قاطعیت در مواقع ضروری باعث تغییر در سبک‌های حل تعارض می‌شود. سبک یکپارچگی (مشارکتی) دارای ویژگی‌هایی چون اهمیت دادن زیاد به خود و دیگران است (قاطعیت بالا و مشارکت بالا). این سبک مستلزم تشریک مساعی بین دو طرف، گشودگی، مبادله اطلاعات، بررسی تفاوت‌ها و یافتن راه حل قابل قبول، برای هر دو طرف می‌باشد. همه مولفه‌های آموزش دیدگاه‌گیری با سبک یکپارچگی، در یک راستا قرار دارند.

با دیدگاه‌گیری کردن، هر یک از همسران تعهدات‌شان را با توجه به دیدگاه همدیگر، افشای احساسات و موقعیت، مصالحه و گفتگو در جهت کسب توافق مشترک، یکپارچه سازی عقاید و ابراز همدلی به هنگام حل تعارض به انجام می‌رسانند. این قبیل کارها باعث بهتر شدن درک زوجین از یکدیگر می‌شود و زوجین را در جهت بهبودی و عمیق تر شدن روابط و ابراز احساسات توانمند می‌سازند (شی و همکاران، ۲۰۰۹).

بخش دیگری از یافته‌ها نشان داد، نمره سبک حل تعارض اجتنابی زوجین قبل و بعد از آموزش در گروه آزمایش نسبت به گروه گواه تفاوت معناداری دارد و نمره زوجین آموزش دیده در سبک حل تعارض اجتنابی کمتر از گروه گواه است. این یافته با یافته‌های اپشتاین و باوکوم (۲۰۰۷)، لانگ (۱۹۹۰)، لانگ و اندروز (۱۹۹۰)، گلباخ (۲۰۰۴) و چامبر و درو (۲۰۱۴) که نشان دادند توانایی دیدگاه‌گیری بیشتر با استفاده کمتر از سبک حل تعارض اجتنابی مرتبط است، همخوانی دارد. زوجین مبتنی بر سبک اجتنابی، اصولاً با اختلاف‌ها و تفاوت‌های خود به طرز غیر مستقیم برخورد می‌کنند و شیوه‌هایی را برای به حداقل رساندن تعارض‌های خود بکار می‌گیرند که عواطف و هیجان منفی و شکننده خود را بطرز نامناسبی سرکوب می‌کنند. اجتناب از تعارض برای زوجین پیامد مثبتی ندارد، چرا که در آن هیچ گونه تعامل و مذاکره‌ای بین زوجین صورت نمی‌گیرد و هیچ نوع تجربه‌ای باعث یادگیری نمی‌شود. به عبارت دیگر این دسته از زوجین، هیجان‌ات و عواطف منفی خود را سرکوب و

ترس شدیدی از تعارضات و مشاجرات غیرقابل کنترل دارند. تجارب، دانش، باورها و ارزش‌های افراد شیوه‌های مختلفی را برای حل تعارضات پیش روی آنها می‌گذارد (استیوبر، ۲۰۰۵).

سبک اجتنابی با اهمیت دادن پایین به خود و دیگران مشخص می‌شود. معمولاً با کناره‌گیری توأم است، در این سبک، مسئولیت به شخص دیگر واگذار می‌شود، این افراد امیدی ندارند که از حل تعارض، سودی کسب کنند؛ بنابراین کناره‌گیری از تعارض را ترجیح می‌دهند. منفعل بودن، دوری کردن، ترس از رویارویی با تعارض، کم‌اهمیت جلوه دادن تعارض و به تأخیر انداختن حل تعارض، در این افراد مشاهده می‌شود. به نظر می‌رسد این افراد زحمت تغییر شناخت یا حتی کسب شناخت دیدگاه فرد دیگر را به خود نمی‌دهند که ممکن است موقتاً مفری برای حل مسئله ایجاد شود اما، به حل صحیح مسئله منجر نمی‌شود. در این سبک فرد، نه به دنبال دستیابی به اهداف خویش است و نه با دیگران مشارکت می‌کند (قاطعیت و مشارکت پایین). آموزش دیدگاه‌گیری با یادآوری لزوم شناخت دیدگاه طرف مقابل منجر به کاهش استفاده از سبک اجتنابی در گروه آزمایش شده است. زمانی که فرد از موقعیت‌های تعارضی اجتناب می‌کند، در شریک زندگی او فرضیاتی مبنی بر بی‌مسئولیتی، بی‌تفاوتی، اهمیت ندادن، خودخواه و خاطی بودن فرد اجتناب‌کننده به ذهن متبادر می‌شود. آموزش دیدگاه‌گیری با تأکید بر خودآگاهی، باز بودن، کنجکاوی و تمایل به خطر کردن، قدرت مقابله و روبه‌رویی با ابهام، مشاهده کردن و گوش دادن دقیق و فعالانه به دیگران، ترویج همدلی کردن با افکار و احساسات دیگران، به افراد یاد آوری می‌شود که علیرغم آن که تاکنون فعالانه کاری نکرده‌اند در موقعیت‌های تعارضی مقصر بوده‌اند و نتیجه‌ای جز مجموعه‌ای از تعارض‌های حل نشده که فقط زندگی مشترک را تلخ می‌کند برایشان نداشته است. از آنجایی که در سبک اجتنابی هیجانات و عواطف سرکوب می‌شوند و اطلاعاتی درباره موقعیت تعارضی مبادله نمی‌شود

دیگر یافته پژوهش نشان داد، نمره سبک حل تعارض ملزم شده (رقابتی) زوجین قبل و بعد از آموزش، در گروه آزمایش نسبت به گروه گواه، تفاوت معناداری دارد و نمره زوجین آموزش دیده در سبک حل تعارض ملزم شده (رقابتی) کم‌تر از گروه گواه بود. این یافته با

یافته‌های چامبر و ددرو (۲۰۱۴)، لبلانک و همکاران (۲۰۱۲)، لانگ و اندروز (۱۹۹۰) که نشان دادند مهارت دیدگاه‌گیری اجتماعی همبستگی منفی معناداری با استفاده از سبک‌های حل تعارض غیر سازنده از جمله سبک رقابتی دارد، همخوان است. دیدگاه‌گیری اجتماعی با آگاه کردن فرد از دیدگاه طرف مقابل و فراهم آوردن فرصتی برای گفتگو و تبادل، افزایش و اصلاح اطلاعات در صورت لزوم و کمک به کاهش تفکرات قالبی و کلیشه‌ای و پذیرش راه‌ها و اطلاعات جدید، موجب نزدیک شدن دیدگاه‌ها به یکدیگر و رسیدن به نقطه توافقی برای حل تعارض می‌شود که می‌توان مصداق آن را در این پژوهش دید. در دیدگاه‌گیری صحیح، فرد می‌تواند بر موانعی نظیر خطای اساسی اسناد، واقع‌گرایی خام و خطای تایید فایق آید. بجای آن که رفتار منفی همسر خود را به ویژگی شخصیتی او نسبت دهد، دنبال عوامل موقعیتی و دلایل دیگری برای بروز رفتار او بگردد و از راهبردهای مختلف استنباط و جمع‌آوری اطلاعات استفاده کند. به جای آن که به دنبال تایید اطلاعات و فرضیه‌های خود باشد که اغلب منجر به استفاده از سبک ملزم شده (رقابتی) منجر می‌شود، از زاویه‌ای دیگر و باشواهد بیشتری به قضاوت و تصمیم‌گیری بپردازد. در پژوهشی که با هدف بررسی رابطه بین سبک‌های حل تعارض و خرده‌مقیاس‌های همدلی انجام شد، نتایج نشان داد بین سبک‌های سازنده و دیدگاه‌گیری اجتماعی همبستگی مثبت متوسط و بین سبک‌های حل تعارض غیر سازنده و دیدگاه‌گیری اجتماعی همبستگی منفی متوسط وجود دارد (الکساندر، ۲۰۰۰). هر چند تا حد زیادی زمینه تکلیف (رقابتی یا مشارکتی بودن تکلیف) در سبک‌های حل تعارض نقش دارد، اما از سوی دیگر شناخت و ادراک فرد از موقعیت نیز در این زمینه دخیل است (هریسون-واکر، ۲۰۰۸).

دیدگاه‌گیری از طریق توانایی تنظیم هیجان که جزء مهارت‌های پیشنهادی آموزش دیدگاه‌گیری بود، باعث تعدیل هیجانات، کاهش هیجانات منفی نظیر خشم، و اضطراب و در نتیجه دسترسی به شناخت‌های مناسبتری برای حل تعارض و راه‌های مناسبتر خواهد شد. در رابطه بین فردی باید به ارزش‌های متفاوت و تفاوت‌های فردی احترام گذاشت آموزش دیدگاه‌گیری از طریق یادآوری این نکته باعث می‌شود افراد کمتر به دنبال تسلط در رابطه و رقابت برای برنده شدن باشند.

سبک حل تعارض مصالحه (انعطاف پذیر) نیز از آموزش دیدگاه‌گیری تاثیر پذیرفت. نمره زوجین قبل و بعد از آموزش در گروه آزمایش نسبت به گروه گواه تفاوت معناداری داشت و نمره زوجین آموزش دیده در سبک حل تعارض مصالحه (انعطاف پذیر) بالا تر از گروه گواه بود. این یافته با نتایج پژوهش ریز کالالا (۲۰۰۸)، چامبر و ددرو (۲۰۱۴)، لبلانک و همکاران (۲۰۱۲)، دیویس و همکاران (۱۹۹۶)، لانگ و اندروز (۱۹۹۰) همخوانی دارد. بخشی از یافته‌های آنان نشان داد هرچه زوجین تلاش بیشتری در شناخت دیدگاه‌های یکدیگر می‌کنند احتمال مصالحه کردن در موقعیت‌های تعارضی افزایش می‌یابد. پژوهش‌های سبک حل تعارض مصالحه (انعطاف پذیر) با مشارکت بالا و قاطعیت پایین مشخص می‌شود (رحیم، ۱۹۸۳). سالم یا ناسالم بودن یک رابطه به مقدار تعارض بین افراد درگیر، زیاد وابسته نیست بلکه به چگونگی توزیع و نحوه حل تعارض بستگی دارد بنابراین این نکته را باید در حل تعارض‌های زناشویی مدنظر قرار داد (کاریرماک و دوران، ۲۰۰۸).

تعارض سازنده بر مصالحه و راه‌حل‌های مناسب و مثبت و تعارض غیرسازنده بر تهدید و راه‌حل‌های استبدادی و نامناسب استوار است. اگر شیوه‌های مناسبی برای حل تعارض به کار رود، پیامدهای کارآمد و سودمندی به وجود خواهد آمد. برای فهم جامع و کامل پدیده‌ی تعارض و غلبه بر آن آگاهی از مقدار تعارض در سطوح مختلف و شیوه‌های حل تعارض ارتباطی امری مهم و ضروری است. از سوی دیگر برخی عقیده دارند چه بخواهیم و چه نخواهیم، تنها راه حل برای مشکلات زناشویی یافتن راه مصالحه است. پایه و اساس هر مصالحه نفوذ پذیری است به این معنا که برای آن که مصالحه موثر واقع شود زوجین مجبور نیستند با هر چه که به یکدیگر می‌گویند موافقت کنند اما باید صادقانه پذیرای موقعیت یکدیگر باشند. این تقریباً همان نفوذپذیری است. مانع اصلی بر سر راه حل تعارض، ناتوانی در گشاده نظر بودن است. غالباً مصالحه مستلزم صحبت درباره اختلاف نظرها و تجربیات به شیوه‌ای نظام منداست. (گاتمن، ۱۹۹۴). یکی از راهبردهای دیدگاه‌گیری نیز توصیه و دعوت به گشاده نظر بودن و در نظر گرفتن احتمالات و شق‌های متفاوت برای حل مسئله

است. به نظر می‌رسد آموزش دیدگاه‌گیری در این زمینه موفق بوده است. دیدگاه‌گیری اجتماعی چون باعث نشستن در جایگاه شناختی فرد دیگر و دسترسی به اطلاعات رد دیگر می‌شود و خطاهای اسناد و واقع‌گرایی و تایید را تا حد زیادی کاهش می‌دهد، پذیرش افراد برای اطلاعات تازه یا متناقض با آنچه تاکنون باور داشته‌اند را افزایش می‌دهد، احتمال نزدیک شدن دیدگاه‌ها به یکدیگر یا حداقل قابل درک بودن اختلاف نظرها را بالایی برد. آخرین یافته‌ها نشان داد، نمره سبک حل تعارض توافقی زوجین قبل و بعد از آموزش در گروه آزمایش نسبت به گروه گواه تفاوت معناداری دارد و نمره زوجین آموزش دیده در سبک حل تعارض توافقی بالا تر از گروه گواه بود. این نتیجه با یافته‌های ریزکالا و همکاران (۲۰۰۸)، خمسه (۱۳۸۸)، لانگ (۱۹۹۰) همخوانی دارد. این سبک با مشارکت و قاطعیت متوسط مشخص می‌شود. آموزش دیدگاه‌گیری باعث ایجاد تعادل در بین توجه به نیازهای خود و دیگری می‌شود و همین امر باعث کاستن از تنش و رسیدن به راه حل‌های سازنده تری برای مسایل خواهد شد. دیدگاه‌گیری اجتماعی تا حدی منجر به نزدیک شدن جایگاه‌ها و دیدگاه‌های زوجین به یکدیگر می‌شود. تعادل ایجاد شده در میزان اهمیت خود و دیگری و قاطعیت منجر به افزایش رضایت طرفین و انگیزه بیشتر برای حل موقعیت تعارضی یا کنار آمدن با آن می‌شود. در این سبک دیگر هیچکدام از طرفین حس بازنده بودن ندارند و از جایگاهی نسبتاً هم‌سنگ و برابر به موقعیت تعارضی می‌اندیشند.

پژوهش‌های دیگری در ارتباط بین خودمحوری و تعارض‌های بین فردی انجام شده‌اند اگر سوگیری‌های خودمحورانه منجر به افزایش تعارض بین فردی و نارضایتی شود، طبیعی‌ترین راه حل کاهش خودمحوری و افزایش دیدگاه‌گیری اجتماعی است (گلباخ و همکاران، ۲۰۱۲). دیدگاه‌گیری باعث کاهش سوگیری‌ها و بهبود تعاملات بین فردی و نتایج مثبت مذاکرات خواهد شد.

در کل می‌توان نتیجه گرفت که متغیر سبک حل تعارض یک متغیر تاثیرپذیر است که تحت کنترل عوامل فراوانی قرار می‌گیرد که یکی از آنها مهارت شناختی اجتماعی دیدگاه

گیری اجتماعی است. همانگونه که مشاهده می‌شود همه سبک‌های حل تعارض از آموزش دیدگاه‌گیری اجتماعی تاثیر پذیرفته‌اند. دوباره تاکید می‌شود که هیچ کدام از سبک‌ها بر دیگری برتری ندارند. آموزش دیدگاه‌گیری اجتماعی می‌تواند از طریق ترویج بازبودن نسبت به تجربه و کسب اطلاعات تازه و گاه متناقض و کاهش خطاهای اسناد، واقعیت‌گرایی خام و تایید در روابط بین فردی کمک کند که انعطاف بیشتری داشته باشند و بسته به موقعیت تعارضی سبک‌های مختلف حل تعارض استفاده کنند، کمتر حق به جانب باشند و بتوانند از جایگاه شناختی فرد دیگر درگیر در تعارض به مسئله نگاه کنند. همین گام‌های به ظاهر ساده می‌تواند منجر به سبک حل تعارضی شود که برای هر دو طرف سازنده باشد و به جای آنکه افراد خود را بازنده یا برنده بدانند هر دو طرف حس پیروزی و در عین حال مشارکت کنند.

یافته جانبی پژوهش این بود که آموزش دیدگاه‌گیری اجتماعی باعث تغییر نمرات دیدگاه‌گیری اجتماعی در گروه آزمایش شد. از آن جایی که مواد برنامه آموزشی منطبق با مواد آموزشی بکار گرفته با روش دانش-مهارت<sup>۵</sup> توانایی گلباخ و همکاران (۲۰۱۲) بود، طبیعی است که نمره دیدگاه‌گیری اجتماعی افزایش یابد. اما باید یک نکته مهم را یاد آور شد. افزایش نمره دیدگاه‌گیری به معنای گرایش به درگیر شدن در آن در مسائل واقعی نیست و پژوهش حاضر میزان گرایش افراد را به نشان دادن دیدگاه‌گیری در موقعیت‌های واقعی نسنجید که می‌تواند در پژوهش‌های آتی لحاظ گردد.

#### منابع

- باباپور، خیرالدین جمیل. (۱۳۸۵). بررسی رابطه شیوه‌های حل تعارض ارتباطی و سلامت روانشناختی دانشجویان. *فصلنامه روانشناسی دانشگاه تبریز*، ۴، ۴۶-۲۷.
- برک، لورا. ای. (۲۰۰۱). *روانشناسی رشد (ج دوم)*. ترجمه ی سید محمدی، یحیی. (۱۳۸۵). تهران. ارسباران.

- بشکار، سلطانه‌لی (۱۳۸۲). بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های مدیریت خشم در کاهش تعارضات زناشویی زوجین ارجاع داده شده به شوراهای حل اختلاف شهرستان باغملک. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاور خانواده، دانشگاه شهید چمران اهواز.
- ثنایی، باقر (۱۳۷۹). مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج. تهران انتشارات بعثت.
- خجسته مهر، رضا؛ کوچکی، رحیم؛ رجبی، غلامرضا (۱۳۹۱). نقش واسطه‌ای اسنادهای ارتباطی و راهبردهای حل تعارض غیر سازنده در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و کیفیت زناشویی. *روانشناسی معاصر*. ۱۴(۲)۷. صص ۱۴-۳.
- شیوندی، کامران. سلم آبادی، مجتبی. فرشاد، محمد رضا (۱۳۹۵). پیش‌بینی فرسودگی شغلی بر مبنای تعارض زناشویی و خود متمایز سازی. *فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*. دوره ۷، شماره ۲۷. صص ۵۱-۶۶.
- فرحبخش، کیومرث (۱۳۹۰). همبستگی بین ویژگی‌های ادراک شده خانواده اصلی و فعلی و رابطه آن با تعارض زناشویی. *فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، شماره ۶، صص ۳۵ تا ۶۰.
- محقق، حسین؛ اسکندری، حسین؛ دلاور، علی؛ برجعلی، احمدعلی (۱۳۸۹). اثر برنامه آموزشی توانمندسازی زوجین بر اساس نظریه عشق بر تعارض زناشویی والدین و ادراک شایستگی دانش‌آموزان پایه چهارم و پنجم ابتدایی شهر همدان. *فصلنامه خانواده و پژوهش*. ۳۳-۵۳.
- محقق، حسین؛ ذوقی پایدار، محمد رضا؛ یعقوبی، ابوالقاسم؛ یارمحمدی واصل، مسیب؛ محمدزاده، سروه (۱۳۹۵). تدوین و اعتباریابی مقیاس دیدگاه‌گیری اجتماعی در دانشجویان، دو فصلنامه علمی پژوهشی شناخت اجتماعی دانشگاه پیام نور. در حال چاپ.

Affleck, GG. (1975). Role-taking ability and interpersonal conflict resolution among retarded young adults. *American Journal of Mental Deficiencies*. 1975 Sep; 80 (2):233-6

Alexander, K. (2000). Prosocial behaviors of adolescents in work and family life: empathy and conflict resolution strategies with parents and peers.

- a Thesis submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of the master of art in psychology.
- Ben-Ari, Hirschberg, I. (2009). Attachment styles, conflict perception, and adolescents, strategies of coping with inter personal conflict, *Negotiation Journal*, ABI. IN Form global, 59-82.
- Bissonnette, V. L., Rusbult, C. E., & Kilpatrick, S. D. (1997). *Empathic accuracy and marital conflict resolution*. In W. J. Ickes (Ed.), *Empathic accuracy* (pp. 251-281). New York, NY, US: Guilford Press.
- Chambers, J. R. and De Dreu, Carsten K. W. (2014). Egocentrism Drives Conflict Misperceptions. *Journal of Experimental Social Psychology*, 51, 15-26. Academic Press
- Corcoran, K. O., & Mallinckrodt, B. (2000). Adult attachment, self-efficacy, perspective taking, and conflict resolution. *Journal of Counseling & Development*, 78(4), 473-483
- Oathout., A. (1987). Maintenance of Satisfaction in Romantic Relationships: Empathy and Relational Competence. *Personality and Social Psychology*, 2, 53., 13
- Davis, M. H., Conklin, L., Smith, A., & Luce, C. (1996). Effect of perspective taking on the cognitive representation of persons: A merging of self and other. *Journal of Personality & Social Psychology*, 4, 70., 13
- Davis, Mark H. (1980). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 44(1), Jan 1983, 113-126. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.44.1.113>
- Devine, R. T. & Hughes, C. (2012). Silent films and strange stories: Theory of mind, gender, and social experiences in middle childhood. *Child Development*, 3, 84., 4.
- Epley, N., Keysar, B., Van Boven, L., & Gilovich, T. (2004). Perspective taking as egocentric anchoring and adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87, 12
- Epstein, N., & Baucom, D. H. 2002. *Enhanced Cognitive behavioral Therapy for Couples: A Contextual Approach*, Washington, DC: *American Psychological Association*.
- Flavell H. J. (2004). Theory-of-Mind Development: Retrospect and Prospect, *Merrill-Palmer Quarterly* 3, 50.
- Galinsky, A. D., Ku, G., & Wang, C. S. (2005). Perspective-taking and self-other overlap: Fostering social bonds and facilitating social coordination. *Group Processes & Intergroup Relations*, 2, 8., 15.
- Gehlbach, H., Brinkworth, M. E., & Wang, M.-T. (2012). The social perspective taking process: What motivates individuals to take another's perspective? *Teachers College Record*.

- Gehlbach.H.(2004). new perspective on perspective taking: A multidimensional approach to conceptualizing an aptitude. *Educational Psychology Review*, 3.16., 24
- Gottman, J. M. (1994). What predicts divorce: The relationship between marital process and marital outcomes. Hills Dale, NJ : Lawrence Erlbaum
- Hale, C. L., & Delia, J. G.(1976). Cognitive complexity and social perspective taking. *Communication Monographs*, 3.43., 8
- Harrison-Walker, L. J. (2008). How Emotional Intelligence and Spirituality Impact Job Survivors in a Post-M&A Work Environment. *Journal of Organizational Culture, Communications and Conflict*, 12(1), 121-14.
- Karairmak, O & Duran, N. O.(2008). Gender differences in attachment styles regarding conflict handling behaviors among Turkish late adolescents, original article, 30:220-234.
- LeBlanc, E. , Gilin, A. , Calnan, K. and Solarz, B.(2012). Perspective Taking, Empathy, and Relational Conflict at Work: An Investigation Among Participants in a Workplace Conflict Resolution Program. Intl. Association for Conflict Management, IACM 25th Annual Conference
- Long, E.(1990). Perspective-taking differences between high- and low-adjustment marriages: Implications for those in intervention. *The American Journal of Family Therapy*. , 11.
- Long, E., & Andrews, D. (1990). Perspective-taking as a predictor of marital adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 126-131.
- Ming.L.(2002). psychological predictors of marital adjustment in breast cancer patients. *Journal of psychology, health and medicine*, 2.7
- Rahim, M. A. (1983). A measure of styles of handling interpersonal conflict. *Academy of management Journal* 26(2):368- 376
- Rahim, M. A., & Bonoma, T. V. (1979). Managing organizational conflict: A model for diagnosis and intervention. *Psychological Reports*, 44, 1323° 1344.
- Rizkalla L, Wertheim E.H., Hodgson L.K. (2008) The roles of emotion management and perspective taking in individuals conflict management styles and disposition to forgive. *Journal of Research in Personality*. Volume 42, Issue 6, December 2008, Pages 1594° 1601
- Ross, L., & Ward, A. (1995). Naïve realism: Implications for social conflict and misunderstanding. Working Paper No. 48. Stanford Center on Conflict and Negotiation. Stanford, CA.
- Ross, L. (1977). The intuitive psychologist and his shortcomings: Distortions in the attribution process. In L. Berkowitz Ed. , *Advances in Experimental Social Psychology* Vol. 10. New York: Academic Press.

- Sessa, V. (2013). Using Perspective Taking to Manage Conflict and Affect in Teams. *The journal of applied behavior science. Journal of Applied Behavioral Science*, 1.32., 14.
- Shih, M., Wang, E., Bucher, A. T., & Stotzer, R. (2009). Perspective taking: Reducing prejudice towards general outgroups and specific individuals. *Group Processes & Intergroup Relations*, 12, 565- 577.
- Silver, A.(2008). *The secret of staying in love*. Used wuth permission from communications, Ni les, Illinois.
- Steuber, K. R. (2005). *Adult attachment, conflict style and relationship satisfaction, a comprehensive model*. Unpublished doctoral dissertation.
- Storms M.D. (1973). Videotape and the attribution process: Reversing actors' and observers' points of view. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 27(2), 165-175.
- Van der Graaff, J., Branje, S., De Wied, M., Hawk, S., Van Lier, P., & Meeus, W. (2014). Perspective taking and empathic concern in adolescence: Gender differences in developmental changes. *Developmental Psychology*, 3.50., 7.
- Wallach, H. Sela, T. (2008). The importance of male batterers attributions in understanding and preventing domestic violence. *Journal of Family Violence*, 23, 655-660.
- Wason, P. C. (1960). On the failure to eliminate hypotheses in a conceptual task. *The Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 12, 129-140..
- Williams, M. (2015). Thinking about you : Perspective taking, perceived restraint, and performance [Electronic version]. Retrieved [insert date] from Cornell University, site: <http://digitalcommons.ilr.cornell.edu/articles.956>.