

مقایسه میزان مهارت های ارتباطی زوجین در شبکه های اجتماعی و تاثیر آن بر رضایت در زندگی زناشویی (مطالعه موردی: شهروندان منطقه ۵ تهران)

محبوبه کوچکی^{۷۷}

طهمورث شیری^{۷۸}

افسانه مظفری^{۷۹}

چکیده:

جهان امروز آمیخته با میلیون ها پیامی است که هر روزه از طریق شبکه های اجتماعی میان افراد مختلف مبادله می شود. پیامهایی که هرچند با سرعت غیر قابل وصفی هر کاربرد را به فرد دیگری در آن سوی جهان متصل می سازد، اما به سبب عاری بودن از عناصر یک مکالمه طبیعی و چهره به چهره دارای تاثیرات و پیامدهای منفی است. این تحقیق با هدف بررسی و مقایسه مهارت های ارتباطی ناشی از شبکه های اجتماعی و تاثیر آن بر رضایت در زندگی زناشویی در میان شهروندان منطقه ۵ تهران انجام شد. نمونه مورد بررسی در این تحقیق از زوجینی انتخاب شد که به طور مستمر از شبکه های اجتماعی بهره می گیرند. محقق با رجوع به مراکز مشاوره منطقه ۵ تهران ۵۰ نفر را به عنوان نمونه تحقیق انتخاب و پرسشنامه ای را در میان آنها توزیع کرد. نتایج حاصل از آزمون رگرسیون خطی چندمتغیره نشان می دهد که مهارت های ارتباطی این افراد بر رضایت از زندگی زناشویی تاثیر منفی می گذارد. همچنین هر ۵ بعد مهارت های ارتباطی این افراد (بینش، مهارت های کلامی و شنیداری، قاطعیت، مدیریت هیجان) بر رضایت از زندگی زناشویی تاثیر منفی می گذارد.

^{۷۷} فارغ التحصیل کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران

^{۷۸} عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی

^{۷۹} عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران

مقدمه

امروزه و با توجه به پیشرفت‌های عظیم تکنولوژیکی، تغییرات گسترده‌ای در سیستم ارتباطی بشر ایجاد شده است. به طوری که این فناوریها، بشر را قادر ساخته تا در کمترین زمان ممکن با دورترین فاصله‌ها نیز به آسانی ارتباط برقرار کنند. این مساله اگرچه سطح بالایی از رفاه عمومی را برای بشر به همراه داشته است اما چالش‌های فراوانی را از جمله کم‌رنگ شدن روابط عاطفی، سواستفاده‌های مالی و اخلاقی و ... نیز ایجاد نموده است (آریتا، ۲۰۰۸). در واقع نقش پررنگ اینترنت و شبکه‌های اجتماعی در تعاملات و ارتباطات فردی سبب شده تا بسیاری از هنجارهای مرسوم در شیوه‌های ارتباطاتی وابسته به چنین فضاهایی در دنیای واقعی به کارگرفته شوند. این مساله در زندگی زناشویی و خانوادگی نیز تأثیرات خود را برجای گذاشته است. هنگامی که زبان و مهارت‌های ارتباطی زوجین نسبت به یکدیگر بیگانه باشد، پاسخ مورد انتظار خود را در برابر پالس‌های ارسالی، دریافت نخواهد کرد که این مساله می‌تواند در دراز مدت سبب کاهش رضایت زناشویی را ایجاد کند. محقق در این پژوهش از مقیاس مهارت‌های ارتباطی (CSI) که دارای ۵ بعد بینش، مهارت‌های کلامی، قاطعیت، مهارت‌های شنیداری و مدیریت هیجان است، استفاده کرده (اگرچه سوالات پرسشنامه تحقیق متناسب با انتخاب زوجین مورد بررسی بوده است). همچنین محقق از پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ هنجار شده در ایران استفاده کرد که دارای ۴ بعد رضایت از زندگی، ارتباطات، حل تعارض، تحریف آرمانی است. لذا با توجه به آنچه گفته شد محقق قصد دارد تا معلوم کند که آیا مهارت‌های ارتباطی بر رضایت زناشویی زوجینی که به طور مستمر از شبکه‌های اجتماعی بهره می‌گیرند، تأثیرگذار است؟

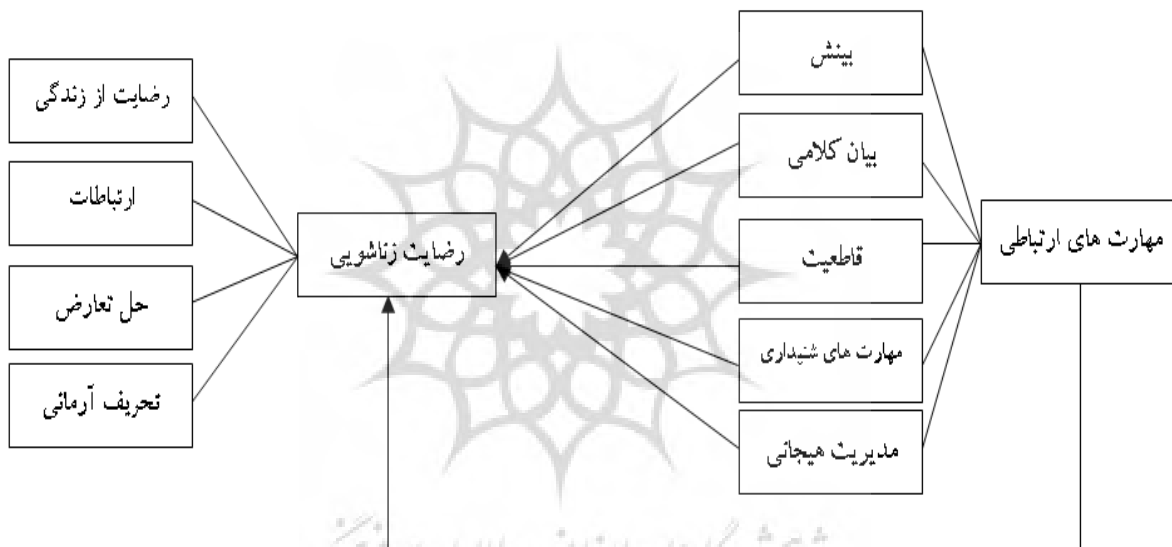
هرچند خانواده ساختاری است که عملکرد آن از طریق الگوهای مراوده‌ای شکل می‌گیرد؛ با این حال بروز کشمکش‌ها در زندگی زناشویی امری عادی است و تنها هنگامی که تعارض به میزان زیادی رخ دهد و زن و شوهر نتوانند به خوبی با آن کنار بیایند، پی آمدهای منفی فراوانی برای سلامت روانی و جسمی همسران و فرزندان آن‌ها به بار خواهد آورد. افزون بر آن، بر بسیاری از کارکردهای مفید خانواده همچون تربیت فرزند، روابط میان والدین - فرزندان و حتی کارآمدی اجتماعی و اقتصادی همسران نیز تأثیر خواهد گذاشت (رسولی، ۱۳۸۰). لذا لزوماً نه خود تعارض، بلکه نوع کنار آمدن با تعارض است که می‌تواند ویرانگر یا سازنده باشد (رسولی، ۱۳۸۰). مطالعه‌های متعددی به نقش آموزش مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های زندگی در حل تعارضات بین زوجین و افزایش رضایت مندی ایشان اشاره دارد (آلدانجرو و همکاران، ۲۰۰۹). پژوهش‌های میلر و اولیور (به نقل از اصلانی، ۱۳۸۳) نشان داد که برخی از زوج‌ها سالهایی را به دلیل نداشتن مهارت‌های

ارتباطی، به صورت ناکارآمد گذرانده بودند؛ در حالی که می پنداشتند مشکل آن ها مسائل جنسی، مالی یا بستگان است. در واقع این آموزش ها با فراهم نمودن فرصت های آموزشی جدید به زوجین می توانند شیوه های مخرب و ناکارآمد مقابله با تعارض را به شیوه های کارآمدتری تغییر دهند (آریتا، ۲۰۰۸). این آموزش ها در زوجین علاوه بر تأثیر بر بهبود کیفیت روابط، نقش عمده ای در ارتقای بهداشت روان و سلامت عمومی، کاهش استرس خانوادگی، افزایش پذیرش اجتماعی ایشان و حتی جلوگیری از خودکشی ایفا می نماید (سمری و لالی، ۲۰۰۵). در حال حاضر و اگرچه شیوه های ارتباطی تحت وب در بسیاری جهات از شیوه های ارتباطی چهره به چهره پیشی گرفته است به طوری که در طی روز افراد به کمک تکنولوژی هایی از قبیل تلفن همراه، برنامه های کاربردی از قبیل واتس اپ، ویچت و ... شبکه های اجتماعی از قبیل فیسبوک، توئیتر و ... و همچنین نامه های الکترونیک بسیاری از پیام های خود را مخابره می کنند. اما همچنان در مراسم خواستگاری، کلاس های مشاوره قبل و حتی بعد از ازدواج، از توجه به سطوح و همخوانی شیوه های ارتباطی زوجین غفلت می شود. به عبارت دیگر اگرچه بیشتر خانواده های ایرانی در موقع ازدواج به همخوانی سطح اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی زوجین توجه می کنند، اما عدم توجه به شیوه های ارتباطی آن ها می تواند مشکلات پنهانی را برای زوجین در آینده ایجاد کند. زیرا پژوهشها نشان می دهد که نوع رابطه میان دو همسر اصلی ترین پیش بینی کننده رضایت زناشویی است (اصلانی، ۱۳۸۳).

لذا با توجه به این که پژوهشگران ایرانی نیز به این مسأله توجه کافی نکرده اند، محقق شکاف تحقیقاتی را در این زمینه در این حوزه مشاهده و انجام تحقیق در این بخش را ضروری می داند. نتایج این تحقیق می تواند نشان دهد که اولاً آیا مهارت های ارتباطی می تواند بر رضایت زناشویی تأثیر گذار باشد. مدل تحقیق:

محقق در این تحقیق از یک مدل بهره گرفته است که پیش از این توسط پژوهشگران زیادی مورد بررسی قرار گرفته است. اما آنچه این تحقیق را در مقایسه با تحقیقات دیگر متفاوت کرده توجه به این مسأله است که یکی از چالش های ایجاد شده در این حوزه، زبان و شیوه های ارتباطی نسبتاً متفاوتی است که هر فرد در دنیای تحت وب باید آن را یاد و برای برقراری ارتباط خود با دیگران آن را به کار ببندد. استفاده مستمر از این ابزار و همچنین کم رنگ شدن بسیاری از آداب و رسوم های زندگی سنتی، سبب شده تا نسل جدید بعضی از مهارت های ارتباطی در زندگی روزمره را کسب نکنند و ناخواسته از مهارت هایی که در دنیای مجازی آموخته اند، بهره بگیرند. به عبارت دیگر، نقش پررنگ اینترنت و شبکه های اجتماعی در تعاملات و ارتباطات فردی سبب شده تا بسیاری از هنجارهای مرسوم در شیوه های ارتباطاتی وابسته به چنین فضاهایی در دنیای واقعی به کار گرفته شوند.

این مساله در زندگی زناشویی هنگامی تاثیر خود را نشان می دهد که زوجین شیوه های ارتباطی متفاوتی را برای برقراری ارتباط با یکدیگر و همچنین با سایر بستگان خود اتخاذ می کنند. به عبارت دیگر هنگامی که زبان و مهارت های ارتباطی زوجین نسبت به یکدیگر بیگانه باشد، پاسخ مورد انتظار خود را در برابر پالس ارسالی، دریافت نخواهد کرد که این مساله می تواند در دراز مدت سبب کاهش رضایت زناشویی را ایجاد کند. لذا با توجه به آنچه گفته شد محقق قصد دارد تا معلوم کند که آیا مهارت های ارتباطی بر رضایت زناشویی زوجینی که به طور مستمر از شبکه های اجتماعی بهره می گیرند، تاثیرگذار می باشد؟



شک ۲-۲- مدل پژوهشی (ابراهیمی و جان بزرگتی، ۱۳۸۷)

روش تحقیق

این تحقیق از نظر رویکرد، یک تحقیق کمی است زیرا سعی بر آن دارد تا با عملیاتی کردن متغیرهای تحقیق به کمک سوالاتی با طیف لیکرت، به آزمون فرضیات تحقیق بپردازد. همچنین این تحقیق از نظر جهت گیری یک تحقیق کاربردی محسوب می شود و نتایج و پیشنهادات ارائه شده در آن می تواند به مراکز مشاوره و سازمان ها و وزارتخانه هایی که در حوزه سلامت تصمیمات استراتژیک می گیرند، یاری برساند. علاوه بر آن در این تحقیق، از دو استراتژی علی و معلولی و پیمایشی استفاده شده است.

در این مطالعه علاوه بر استفاده از روش کتابخانه‌ای شامل پایگاه‌های اطلاعاتی، مقالات و مجلات داخلی و خارجی، برای کسب اطلاعات مورد نیاز برای آزمون فرضیات از روش میدانی و به کمک دو پرسشنامه استاندارد انریچ (برای سنجش رضایت زناشویی) و پرسشنامه محقق ساخته برای سنجش مهارت‌های ارتباطی استفاده شد. محقق برای طراحی پرسشنامه مهارت‌ها و شیوه‌های ارتباطی افراد معتاد به اینترنت از نظر مشاوران و روانشناسان بهره‌گرفت و به کمک طیف لیکرت و به ترتیب با گزینه‌های کاملاً موافقم، موافقم، نظری ندارم، مخالفم و کاملاً مخالفم و درجه‌بندی ۵، ۴، ۳، ۲ و ۱ سوالات تحقیق را مورد سنجش قرار داده است. این پرسشنامه از دو بخش سوالات عمومی و تخصصی تشکیل شده است. روایی این پرسشنامه از طریق نظر خبرگان (روایی صوری) فراهم شد. همچنین برای اطمینان از پایایی پرسشنامه، بعد از توزیع بین ۳۰ نفر، به کمک آلفای کرونباخ پایایی پرسشنامه به دست آمد.

جدول شماره ۱: ابعاد بررسی شده در ارتباط با موضوع تحقیق

| متغیرها | ابعاد | تعداد گویه‌ها | منبع |
|-------------------|-------------------|---------------|------------|
| مهارت‌های ارتباطی | مهارت‌های کلامی | ۱ تا ۵ | محقق ساخته |
| | مهارت‌های شنیداری | ۶ تا ۹ | |
| | مدیریت هیجان | ۱۰ تا ۱۵ | |
| | بینش | ۱۶ تا ۱۹ | |
| | قاطعیت | ۲۰ تا ۲۳ | |
| رضایت زناشویی | رضایت از زندگی | ۲۴ تا ۳۳ | انریچ |
| | ارتباطات | ۳۴ تا ۴۴ | |
| | حل تعارض | ۴۵ تا ۵۴ | |
| | تحریف آرمانی | ۵۵ تا ۵۸ | |

جامعه آماری در این تحقیق شامل کلیه زوجینی است که در منطقه ۵ تهران زندگی می‌کنند و به طور مستمر از شبکه‌های اجتماعی از قبیل فیس‌بوک، لینکدین و ... استفاده می‌کنند به طوری که از نظر روانشناسان به آن‌ها معتادان اینترنت گفته می‌شود. از میان این افراد ۵۰ نفر که توسط مراکز مشاوره در منطقه ۵ تهران معرفی شدند، انتخاب و بررسی شدند.

یافته‌های تحقیق

در تحقیق حاضر، برای توصیف آماری داده‌های جمعیت شناختی، از فنون آمار توصیفی از جمله جداول فراوانی، نمودارهای میله‌ای برای شناخت و تبیین وضعیت‌ها و ویژگی‌های جمعیت شناختی پاسخ‌دهندگان استفاده شده

است. همچنین از فنون آمار استنباطی موجود در SPSS از جمله آزمون کلوموگروف-اسمیرنوف (آزمون K-S) برای آزمون نرمال بودن داده ها و آزمون رگرسیون خطی چند متغیره و آزمون مقایسه میانگین دو جامعه برای آزمون فرضیه‌های پژوهش استفاده شده است.

توصیف داده‌ها

در تجزیه و تحلیل توصیفی، محقق داده‌های جمعیت شناختی جمع‌آوری شده از نمونه آماری را با استفاده از ابزارهای تجزیه و تحلیل توصیفی مناسب از جمله جداول فراوانی، نمودار میله ای بررسی کرده است. نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل به صورت زیر می‌باشد:

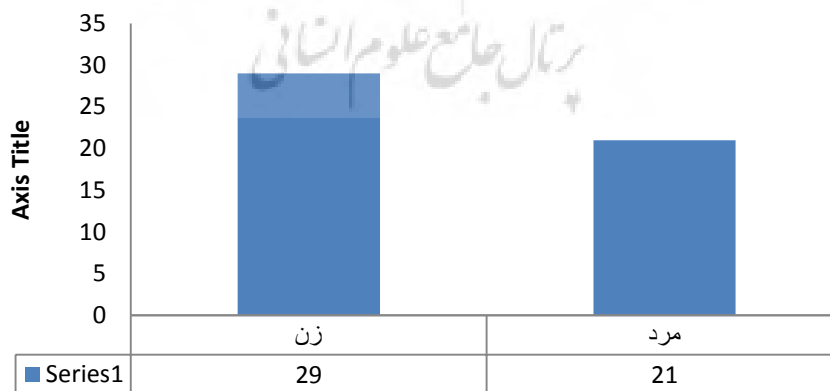
۴-۲-۱-۱- جنسیت

یکی از معیارهای تقسیم‌بندی نمونه مورد تحقیق جنسیت شهروندان است که به ۲ گروه تقسیم شده‌اند.

جدول شماره ۲: توزیع فراوانی جنسیت زوجین

| جنسیت زوجین | فراوانی | درصد فراوانی |
|-------------|---------|--------------|
| زن | ۲۹ | ٪۵۸ |
| مرد | ۲۱ | ٪۴۲ |

با توجه به اطلاعات به دست آمده از پرسشنامه و همان‌طور که در جدول مشاهده می‌شود، ٪۵۸ از افراد مورد بررسی زنان (زنان با ۲۹ نفر بزرگترین گروه محسوب می‌شوند) هستند که این مساله در نمودار میله ای زیر نیز نمایش داده شده است.



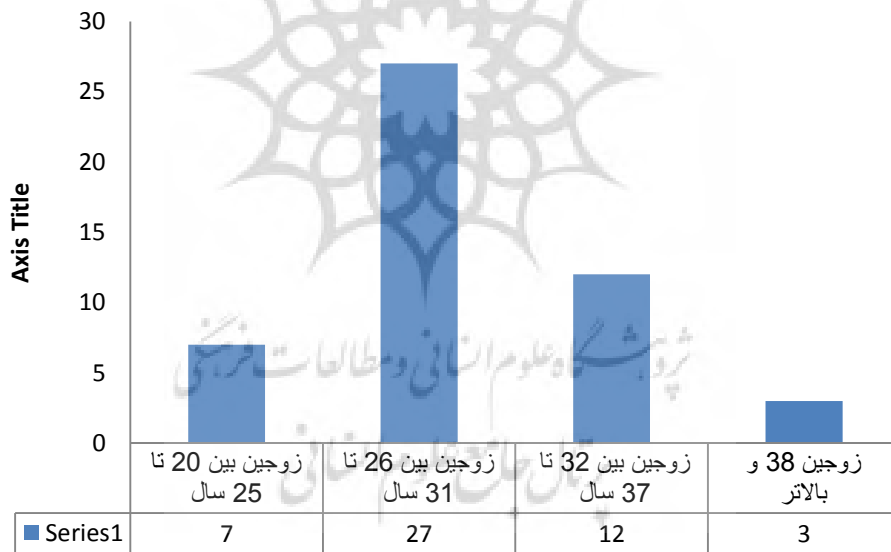
نمودار شماره ۱: درصد فراوانی بر اساس فراوانی جنسیت زوجین

۴-۲-۱-۲- سن زوجین

یکی از معیارهای تقسیم بندی نمونه مورد تحقیق سن زوجین است که بر اساس تحقیقات به ۴ گروه تقسیم شده اند که بیشترین گروه سنی مطالعه شده را افراد ۲۶ تا ۳۱ ساله برابر با ۵۴٪ شامل ۲۷ نفر از اعضای نمونه تحقیق را به خود اختصاص داده اند.

جدول شماره ۳: توزیع فراوانی گروههای سنی

| سن زوجین | فراوانی | درصد فراوانی |
|------------------------|---------|--------------|
| زوجین بین ۲۰ تا ۲۵ سال | ۷ | ۱۴٪ |
| زوجین بین ۲۶ تا ۳۱ سال | ۲۸ | ۵۴٪ |
| زوجین بین ۳۲ تا ۳۷ سال | ۱۲ | ۲۴٪ |
| زوجین ۳۸ و بالاتر | ۳ | ۶٪ |



نمودار شماره ۲: توزیع فراوانی گروههای سنی

۴-۳-۱-۲- تحصیلات زوجین

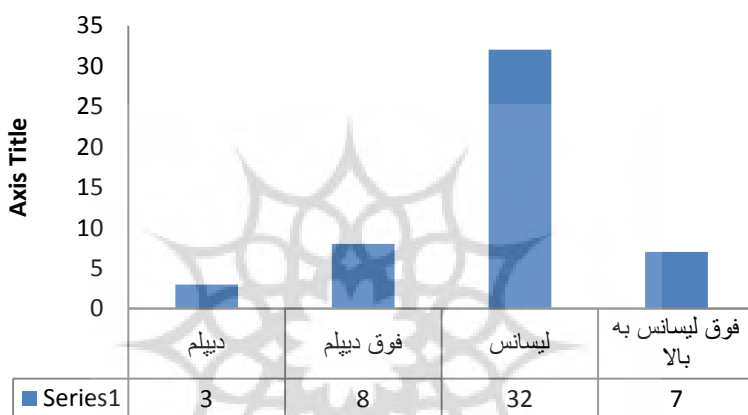
آخرین معیاری که پاسخ دهندگان به طور کامل به آن پاسخ داده بودند میزان تحصیلات شهروندان است که بر اساس تحقیقات به ۴ گروه تقسیم شده اند.

جدول شماره ۴: توزیع فراوانی تحصیلات زوجین

| تحصیلات زوجین | فراوانی | درصد فراوانی |
|---------------|---------|--------------|
|---------------|---------|--------------|

| | | |
|--------------------|----|-----|
| دیپلم | ۳ | ٪۶ |
| فوق دیپلم | ۸ | ٪۱۶ |
| لیسانس | ۳۲ | ٪۶۵ |
| فوق لیسانس به بالا | ۷ | ٪۷ |

با توجه به اطلاعات به دست آمده از پرسشنامه و همان طور که در جدول فوق مشاهده می‌شود، تحصیلات بیشتر زوجین بالاتر (۶۵٪) دارای تحصیلات لیسانس هستند که در نمودار میله ای زیر نیز نمایش داده شده است.



نمودار شماره ۳: توزیع فراوانی تحصیلات زوجین

درباره آمار استنباطی باید گفت به شیوه‌هایی اطلاق می‌شود که از طریق آن‌ها، ویژگی گروه‌های بزرگ بر اساس اندازه‌گیری همان ویژگی گروه‌های کوچک استنباط می‌شود. در این بخش ابتدا به بررسی نرمال بودن داده‌ها از طریق آزمون کولموگروف-اسمیرنوف پرداخته می‌شود، سپس به منظور آزمون هر یک از فرضیه‌ها از آزمون رگرسیون خطی چند متغیره استفاده می‌شود.

۱-۲-۲-۴- بررسی فرض نرمال بودن داده‌ها

برای آن که مشخص شود از کدام دسته از آزمون‌های آماری می‌توان استفاده کرد، ابتدا باید نرمال بودن داده‌ها را مورد آزمون قرار داد. بدین منظور فرضیه مربوط به این قسمت عبارتند از:

$H_0 =$ توزیع داده‌ها نرمال است

$H_1 =$ توزیع داده‌ها نرمال نیست

فرضیه فوق برای متغیرهای تحقیق از طریق اجرای آزمون کولموگروف-اسمیرنوف (آزمون KS) بررسی شد که نتیجه آن در جدول زیر نشان داده شده است.

جدول شماره ۵: آزمون توزیع نرمال داده‌ها

| | | | | | | |
|---------------|--------------|-------------------|--------|-----------------|------|-------------|
| رضایت زناشویی | مدیریت هیجان | مهارت های شنیداری | قاطعیت | مهارت های کلامی | بینش | |
| ۱/۹ | ۲/۹ | ۲/۳۶ | ۲/۶۶ | ۲/۷ | ۲/۴ | آزمون KS |
| ۰/۲۳ | ۰/۴۵ | ۰/۷۶ | ۰/۸۵ | ۰/۴۹ | ۰/۶۴ | احتمال خطای |

به طور معمول در علوم انسانی تایید یا رد فرضیات با اطمینان ۹۵٪ بیان می شود. از طرفی میزان احتمال خطای که به کمک نرم افزار SPSS بدست می آید، بیانگر میزان خطایی است که در رد فرضیه H می توان مرتکب شد. لذا هنگامی که این مقدار بیشتر از ۰/۰۵ (۱ - ۰/۹۵) باشد، به راحتی نمی توان فرضیه H را رد کرد. چنانچه در جدول فوق مشاهده می شود احتمال خطای همه متغیرها بیش از ۰/۰۵ می باشد. لذا با اطمینان ۹۵٪ نمی توان مدعی رد فرضیه H شد. به عبارت دیگر در خصوص هر ۵ فرضیه، فرضیه H - نرمال بودن داده‌ها- تایید می گردد.

۴-۲-۲-۲-۴ آزمون فرضیه‌های تحقیق

۴-۲-۲-۲-۱-۴ آزمون فرضیه اول اصلی تحقیق

اصولا برای بررسی تاثیر متغیر(های) مستقل بر متغیر وابسته از رگرسیون چند متغیره استفاده می کنند. در این تحقیق یک بار برای فرضیه اصلی و بار دیگر برای فرضیه های فرعی این آزمون را انجام می دهیم. انجام این آزمون ۳ خروجی اصلی را به نمایش می گذارد که در زیر به شرح و بررسی نتایج هر کدام یک از آن ها پرداخته می شود. اولین خروجی آزمون رگرسیون، جدول زیر می باشد که در آن و به کمک ضریب همبستگی و ضریب تعیین نتایجی بدست می آید.

جدول شماره ۶: خروجی اول برای فرضیه اصلی

| | | | |
|--------------|------------|----------------------|-------------------|
| ضریب همبستگی | ضریب تعیین | ضریب تعیین تصحیح شده | خطای معیار برآورد |
| ۰/۷۶ | ۰/۵۷ | ۰/۴۲ | ۰/۲۴ |

به طور کلی ضریب تعیین (آماره r^2) درصد تغییرات ناشی از متغیرهای مستقل (مهارت‌های ارتباطی) را بر روی متغیر وابسته (رضایت زناشویی) نمایش می دهد. همان طور که در جدول فوق مشاهده می شود، مقدار ضریب مذکور برابر ۰/۵۷ باشد یعنی ۵۷٪ از تغییرات موجود در متغیر میزان رضایت زناشویی، ناشی از مهارت های ارتباطی زوجین می باشد. همچنین میزان ضریب همبستگی که اندازه ای از قدرت پیوند میان متغیرهای مستقل و وابسته را نمایش می دهد برابر ۰/۷۶ می باشد. یعنی شدت رابطه بین متغیرهای مستقل و وابسته ۰/۷۶ است.

در خروجی بعدی آزمون رگرسیون، از آزمون تحلیل واریانس رگرسیون به منظور بررسی قطعیت وجود رابطه خطی بین متغیرها استفاده می شود. بدین منظور فرض مورد بررسی این آزمون عبارت است از:

بین مهارت‌های ارتباطی و رضایت زناشویی رابطه خطی وجود ندارد: $H_0: \beta_1 = 0$

بین مهارت‌های ارتباطی و رضایت زناشویی رابطه خطی وجود دارد: $H_1: \beta_1 \neq 0$

نتایج این آزمون در جدول زیر نمایش داده شده است.

جدول شماره ۷: خروجی دوم برای فرضیه اصلی

| نتیجه | احتمال خطای | F | |
|-------|-------------|-----|---------|
| H. رد | ۰/۰۰ | ۸/۵ | رگرسیون |

همان طور که در جدول فوق مشاهده می شود، با توجه به این که احتمال خطای به دست آمده کم تر از ۰/۰۵ می باشد، لذا فرض H. رد می گردد. بنابراین وجود رابطه خطی بین مهارت‌های ارتباطی و رضایت زناشویی تایید می شود. در خروجی آخر این آزمون، جدول زیر بدست می آید که در آن به بررسی معناداری مقدار ثابت و ضرایب متغیر(های) مستقل پرداخته می شود.

جدول شماره ۸: خروجی سوم برای فرضیه اصلی

| احتمال خطای | ضریب رگرسیون استاندارد | ضریب رگرسیون | |
|-------------|------------------------|--------------|-------------------|
| | Beta | B | |
| ۰/۰۰ | --- | ۱/۳ | ثابت رگرسیونی |
| ۰/۰۰ | ۰/۶۵ | -۲/۱۵ | مهارت‌های ارتباطی |

نتایج حاصل از جدول فوق نشان می دهد که با توجه به احتمال خطای بدست آمده در ثابت رگرسیونی (۰/۰۰) که کمتر از ۰/۰۵ می باشد، لذا مقدار ثابت (۱/۳) به طور معناداری در معادله وجود خواهد داشت. همچنین با توجه به احتمال خطای به دست آمده در مهارت‌های ارتباطی نیز کمتر از ۰/۰۵ است، لذا این متغیر به طور معناداری بر میزان رضایت زناشویی اثر گذار است. بنابراین مهارت‌های ارتباطی (با ضریب رگرسیون -۲/۱۵) بر میزان رضایت زناشویی تاثیر منفی و معناداری دارد. لذا با توجه به نتایج حاصله از ضریب رگرسیونی می توان نتیجه گرفت:

| | | | | | |
|------|-------|-------|------|------|-----------------|
| ۰/۴۸ | ۰/۰۴ | ۰/۳۰ | ۰/۰۳ | ۲/۱۶ | مهارت های کلامی |
| ۰/۱۸ | -۰/۴۲ | -۰/۱۲ | ۰/۱۸ | ۱/۳۵ | قاطعییت |
| ۰/۵۹ | ۰/۰۳ | ۰/۳۱ | ۰/۰۰ | ۲/۱۹ | مدیریت هیجان |

- مقایسه بینش در مردان و زنان: با توجه به خطای محاسبه شده در آزمون تساوی میانگین ها (۰/۰۱ احتمال خطای =) که از میزان خطای استاندارد (۰/۰۵) کمتر می باشد؛ لذا فرضیه H_1 رد و H_0 تایید می گردد. بنابراین با اطمینان ۹۵٪ می توان مدعی شد بینش بین زنان و مردان تفاوت معناداری با یکدیگر دارند. از طرفی با توجه به منفی بودن حد بالا و پایین (تفاوت میانگین منفی بین دو جامعه) می توان مدعی شد که بینش در زنان بالاتر مردان می باشد.
- مقایسه مهارت های شنیداری در مردان و زنان: با توجه به خطای محاسبه شده در آزمون تساوی میانگین ها (۰/۰۰ احتمال خطای =) که از میزان خطای استاندارد (۰/۰۵) کمتر می باشد؛ لذا فرضیه H_1 رد و H_0 تایید می گردد. بنابراین با اطمینان ۹۵٪ می توان مدعی شد مهارت های شنیداری بین زنان و مردان تفاوت معناداری با یکدیگر دارند. از طرفی با توجه به مثبت بودن حد بالا و پایین (تفاوت میانگین مثبت بین دو جامعه) می توان مدعی شد که مهارت های شنیداری در مردان بالاتر زنان می باشد.
- مقایسه مهارت های کلامی در مردان و زنان: با توجه به خطای محاسبه شده در آزمون تساوی میانگین ها (۰/۰۳ احتمال خطای =) که از میزان خطای استاندارد (۰/۰۵) کمتر می باشد؛ لذا فرضیه H_1 رد و H_0 تایید می گردد. بنابراین با اطمینان ۹۵٪ می توان مدعی شد مهارت های کلامی بین زنان و مردان تفاوت معناداری با یکدیگر دارند. از طرفی با توجه به مثبت بودن حد بالا و پایین (تفاوت میانگین مثبت بین دو جامعه) می توان مدعی شد که مهارت های کلامی در زنان بالاتر مردان است.
- مقایسه قاطعییت: با توجه به خطای محاسبه شده در آزمون تساوی میانگین ها (۰/۱۸ احتمال خطای =) که از میزان خطای استاندارد (۰/۰۵) کمتر می باشد؛ لذا دلایل کافی برای رد فرضیه H_0 وجود ندارد. بنابراین با اطمینان ۹۵٪ می توان مدعی شد پیوندهای اجتماعی غیر رسمی بین زنان و مردان تفاوت معناداری با یکدیگر ندارند.
- مقایسه مدیریت هیجان: با توجه به خطای محاسبه شده در آزمون تساوی میانگین ها (۰/۰۰ احتمال خطای =) که از میزان خطای استاندارد (۰/۰۵) کمتر می باشد؛ لذا فرضیه H_1 رد و H_0 تایید می گردد. بنابراین با اطمینان ۹۵٪ می توان مدعی شد مدیریت هیجان بین زنان و مردان تفاوت معناداری با یکدیگر دارند. از طرفی با توجه به مثبت بودن حد بالا و پایین (تفاوت میانگین مثبت بین دو جامعه) می توان مدعی شد مدیریت هیجان در مردان بالاتر زنان می باشد.

۴-۲-۲-۳-۳-آزمون فرضیه های فرعی تحقیق

در این بخش محقق به کمک رگرسیون خطی چندمتغیره به بررسی تاثیر ۵ بعد مهارت‌های ارتباطی بر میزان رضایت زناشویی پرداخته است. همانند آزمون قبل؛ انجام این آزمون ۳ خروجی اصلی را به نمایش می‌گذارد که در زیر به شرح و بررسی نتایج هر کدام یک از آن‌ها پرداخته می‌شود. اولین خروجی آزمون رگرسیون، جدول زیر است که در آن و به کمک ضریب همبستگی و ضریب تعیین نتایجی به دست می‌آید.

جدول شماره ۱۱ : خروجی اول برای فرضیه های فرعی

| خطای معیار برآورد | ضریب تعیین تصحیح شده | ضریب تعیین | ضریب همبستگی |
|-------------------|----------------------|------------|--------------|
| ۰/۳۵ | ۰/۵۷ | ۰/۷۰ | ۰/۸۴ |

همان طور که جدول نشان می‌دهد، میزان ضریب تعیین (آماره F) برابر ۰/۷۰ باشد یعنی ۷۰٪ از تغییرات موجود در متغیر میزان رضایت زناشویی، ناشی از ابعاد مهارت‌های ارتباطی می‌باشد. همچنین میزان ضریب همبستگی برابر ۰/۸۴ می‌باشد. یعنی شدت رابطه بین متغیرهای مستقل و وابسته ۰/۷۹ و یک نوع رابطه مثبت، مستقیم و معنادار است. در خروجی بعدی آزمون رگرسیون، از آزمون تحلیل واریانس رگرسیون به منظور بررسی قطعیت وجود رابطه خطی بین متغیرها استفاده می‌شود. بدین منظور فرض مورد بررسی این آزمون عبارت است از:

بین ابعاد مهارت‌های ارتباطی و رضایت زناشویی رابطه خطی وجود ندارد $H_0: \beta_1 = 0$

بین ابعاد مهارت‌های ارتباطی و رضایت زناشویی رابطه خطی وجود دارد $H_1: \beta_1 \neq 0$

نتایج این آزمون در جدول زیر نمایش داده شده است:

جدول شماره ۱۲ : میزان مشارکت خروجی دوم

| نتیجه | احتمال خطای | F | |
|-------|-------------|------|---------|
| H. رد | ۰/۰۰ | ۱۵/۴ | رگرسیون |

همان طور که در جدول فوق مشاهده می‌شود، با توجه به این که احتمال خطای بدست آمده (۰/۰۰) کم تر از ۰/۰۵ می‌باشد، لذا فرض H. رد می‌گردد. لذا وجود رابطه خطی بین ابعاد مهارت‌های ارتباطی و رضایت

زناشویی تایید می شود. در خروجی آخر این آزمون، جدول زیر بدست می آید که در آن به بررسی معناداری مقدار ثابت و ضرایب متغیر(های) مستقل پرداخته می شود.

جدول شماره ۱۳: میزان مشارکت خروجی سوم

| احتمال خطای | ضریب رگرسیون استاندارد | ضریب رگرسیون | |
|-------------|------------------------|--------------|-------------------|
| | Beta | B | |
| ۰/۰۰ | --- | ۱/۹۱ | ثابت رگرسیونی |
| ۰/۰۰ | -۰/۵۱ | -۱/۵۴ | بینش |
| ۰/۰۰ | -۰/۶۴ | -۱/۸۹ | مهارت های شنیداری |
| ۰/۰۰ | -۰/۷۲ | -۲/۶۳ | مهارت های کلامی |
| ۰/۰۳ | -۰/۲۳ | -۰/۸۵ | قاطعیت |
| ۰/۰۰ | -۰/۵۵ | -۱/۷۸ | مدیریت هیجان |

بررسی نتایج حاصل از جدول فوق نشان می دهد که با توجه به احتمال خطای به دست آمده که کمتر از ۰/۰۵ است، مقدار ثابت (۱/۹۱) به طور معناداری در معادله وجود خواهد داشت. همچنین با توجه به احتمال خطای کمتر از ۰/۰۵ بدست آمده در هر ۵ بعد مهارت های ارتباطی؛ لذا می توان مدعی شد که این ۵ بعد به طور معناداری بر میزان رضایت زناشویی اثر گذار هستند. در این بین هر ۵ بعد بخاطر منفی بودن ضریب رگرسیون، اثر منفی و معناداری بر میزان رضایت زناشویی می گذارد. لذا با توجه به نتایج حاصله از ضریب رگرسیونی متغیرهایی که اثر معناداری بر روی میزان رضایت زناشویی دارند، می توان نتیجه گرفت:

$$y = 1/91 - 1/54 X_1 - 1/89 X_2 - 2/63 X_3 - 0/85 X_4 - 1/78 X_5$$

که در آن

y: رضایت زناشویی

X_۱: بینش / X_۲: مهارت شنیداری / X_۳: مهارت کلامی / X_۴: قاطعیت / X_۵: مدیریت هیجان

همچنین با توجه به ضریب رگرسیون استاندارد بیشترین اثر بر روی میزان رضایت زناشویی به ترتیب توسط مهارت های کلامی، شنیداری، مدیریت هیجان، بینش و قاطعیت صورت می گیرد.

نتیجه گیری:

یافته های این تحقیق نشان داد که مهارت ها و شیوه های ارتباطی زوجینی که به طور مستمر از شبکه های مجازی استفاده می کنند، بر رضایت زناشویی آن ها اثر منفی می گذارد. این مساله می تواند به این خاطر باشد که بروز اختلاف، سوتفاهم، تعارض و مشکلات در بین زوجین یک مساله طبیعی و معمول است. اما نکته مهم در این زمینه این مساله است که زوجین باید قادر باشند تا با یک ارتباط موثر تعارض را حل و موجب شکوفایی رابطه زناشویی خود و بهبود کیفیت زندگی شان شوند. این در حالی است که عدم حل تعارضات (هرچند کوچک) در بلند مدت ابزاری برای سلب آسایش و آرامش روان زوجین می باشد و موجبات نارضایتی و بی انگیزگی زوجین از ادامه زندگی زناشویی را فراهم می کند. از طرفی شبکه های اجتماعی که با شعار برقراری ارتباط آسان، بدون محدودیت زمان و مکان گسترش پیدا کرد امروزه به عنوان رقیب سرسختی برای روابط سنتی و چهره به چهره تبدیل شده است. جذابیت های این ابزار ارتباطی سبب شده تا نسل امروز در بسیاری از ساعات های شبانه روز از طریق گوشی های تلفن همراه، تبلت و .. به این شبکه ها اتصال و ساعت های خود را در آن ها بگذرانند. این مساله هنگامی به یک آسیب اجتماعی تبدیل می شود که فرد به دلیل غرق شدن در این فضای مجازی و با نیت یافتن دوستان مجازی، بسیاری از دوستان و اقوام حقیقی خود را فراموش می کند و یا سعی می کند با همین ابزارها و فرهنگ ارتباطی در دنیای مجازی با آن ها ارتباط برقرار کند. هنگامی که یکی از زوجین به طور مستمر (در میز شام، هنگام گفتگو، در مهمانی ها و ..) از شبکه های اجتماعی استفاده کند، بدون شک بسیاری از فرصت های خود برای برقراری پیوند قوی تر با همسر خود، حل سوتفاهم ها و تعارض های کوچک و گوش دادن به دلتنگی ها، مشکلات و .. وی را از دست می دهد. این مساله سبب می شود تا همسر وی احساس تنها شدن، نادیده گرفته شدن، کاهش اعتماد به نفس، مشکوک شدن و .. را به همسر خود پیدا کند که هر کدام از این امور قادر می باشند تا پایه های یک زندگی زناشویی را سست و رضایت آنان را کاهش دهد.

از دیگر نتایج این تحقیق (در قالب فرضیه اول فرعی تحقیق) این مساله بود که مهارت های کلامی زوجینی که به طور مستمر از شبکه های مجازی استفاده می کنند، بر رضایت زناشویی آن ها اثر منفی می گذارد. این مساله می تواند به این خاطر باشد که بدون شک هر رابطه ای اگر تقویت نشود رو به زوال می رود. آن جا که افرادی که به شبکه های اجتماعی توجه زیادی می کنند؛ به جای تقویت مهمترین رابطه زندگی خود (روابط زناشویی)، به برقراری رابطه با افرادی که پستها و مطالب آن ها را لایک کرده اند و گروه های مجازی آن ها را دنبال کرده اند می پردازند؛ لذا فرصت کمتری برای ایجاد یک رابطه چهره به چهره با همسر خود پیدا می کنند و ساعت هایی که باید صرف ابراز محبت و یا حل مشکلات شان شود با ارتباطات اینترنتی می گذرد (این روابط هنگامی لطمه بیشتری می خورد که فرد شروع به پنهانکاری نیز می کند) که این مساله در بلندمدت موجبات کاهش

رضایت زناشویی را فراهم می کند. از طرفی وجود فرهنگ هایی از قبیل تمسخر، صحبت (تایپ) از طریق واژگان به طور خلاصه، جدی نگرفتن بسیاری از اخبار و مشکلات در شبکه های مجازی ... می تواند در مهارت های کلامی فرد در ارتباطات چهره به چهره اش با همسر خود نیز تاثیرات منفی زیادی بگذارد. به علاوه پنهان بودن هویت فرد در هنگام ارتباط با بسیاری کاربران سبب می شود تا فرد هنگام نیاز به درد و دل، همفکری، با ترس کمتری از تمسخر شدن، ریخته شدن آبرو، قضاوت شدن و... روبرو گردد. همچنین در این تحقیق (در قالب فرضیه دوم فرعی تحقیق) معلوم شد که مهارت های شنیداری زوجینی که به طور مستمر از شبکه های مجازی استفاده می کنند، بر رضایت زناشویی آن ها اثر منفی می گذارد. این مساله می تواند به این خاطر باشد که گوش دادن هنری است که اصولاً تنها با عضو گوش رخ نمی دهد. بلکه بسیاری از اعضا و جوارح (حداقل) صورت وی باید مصداق گوش داکن باشد. نازک کردن و گشادی چشم، گزیدن لب و خنده، بالا بردن آبرو، اخم کردن و... از نشانه های گوش دادن است. استفاده مستمر از شبکه های اجتماعی و مشغول بودن یکی از زوجین به طور مستمر (درمیز شام، هنگام صحبت و...) به تلفن خود سبب می شود تا وی قادر به گوش دادن اثربخش نباشد. همین مساله سبب کاهش میل طرف مقابل برای بیان حرف ها، مشکلات و نگرانی های خود می باشد. انباشته شده مشکلات، سوء تفاهم ها سبب افزایش تعارضات بین زوجین می شود که این مساله در بلندمدت موجبات کاهش رضایت زناشویی را فراهم می کند.

علاوه بر آن در این تحقیق (در قالب فرضیه سوم فرعی تحقیق) معلوم شد که مدیریت هیجانی زوجینی که به طور مستمر از شبکه های مجازی استفاده می کنند، بر رضایت زناشویی آن ها اثر منفی می گذارد. این مساله می تواند به این خاطر باشد که استفاده از اینترنت، سبب ایجاد احساس ناکامی، تنهایی، اضطراب و به طور کلی کاهش سلامت روانی می شود. این مساله سبب می شود تا این اشخاص احساس تنهایی، افسردگی، کمبود عزت نفس و... در آن ها بیشتر می شود؛ لذا کنترل کمتری بر خشم، استرس و... دارند که این مساله در بلندمدت موجبات کاهش رضایت زناشویی را فراهم می کند. از دیگر نتایج این تحقیق (در قالب فرضیه چهارم فرعی تحقیق) این مساله بود که بینش زوجینی که به طور مستمر از شبکه های مجازی استفاده می کنند، بر رضایت زناشویی آن ها اثر منفی می گذارد. این مساله می تواند به این خاطر باشد که افرادی که به طور مستمر از شبکه های اجتماعی استفاده می کنند و در این محیط با عقاید مختلف، فریب و دروغ، بی قید و بندی های گوناگون، اخبار ضد و نقیض و همچنین با افراد در سطوح فکری، اقتصادی، فرهنگی و حتی ظاهری مختلفی روبرو می شود، دچار سردرگمی در نیازها و احساسات و انتظارات خود از همسر خود می شود؛ که این مساله در بلندمدت موجبات کاهش رضایت زناشویی را فراهم می کند. در پایان نیز (و در قالب فرضیه پنجم فرعی تحقیق) می توان گفت که قاطعیت زوجینی که به طور مستمر از شبکه های مجازی استفاده می کنند، بر رضایت زناشویی آن ها

تاثیر معناداری دارد. این مساله می تواند به این خاطر باشد که هنگامی که یکی از زوجین به طور مستمر از شبکه های مجازی استفاده می کند و نیازهای همسر خود را نادیده می گیرد و در ضمن انتظارات کاملی از همسر خود دارد، در واقع به حقوق وی تجاوز کرده است. این مساله با قاطعیت در پیگیری نیازهای فرد تعارض دارد زیرا در قاطعیت این پیگیری ها باید بدون پایمال کردن حقوق دیگران باشد اما وی با بی توجهی به همسر خود (با این که حق دارد که حداقل بخشی زمانی از همسرش به او اختصاص داده شود) تنها به برقراری ارتباط با افراد مجازی می پردازد. این مساله از تنها بودن افراد در گروه های مجازی و تاکید هر شخص به خود می باشد.

منابع

- ابراهیمی، ابوالفضل؛ جان بزرگی، مسعود. (۱۳۸۷). رابطه مهارت های ارتباطی و رضایت زناشویی. فصلنامه روانشناسی در تعامل با دین. سال اول، شماره دوم، صص ۱۴۷-۱۶۴.
- احمدی؛ فتحی آشتیانی؛ نوابی نژاد. (۱۳۸۴). مروری بر بررسی تأثیرات زیربنایی- فردی و ارتباطی- عوامل دوجانبه بر زندگی زناشویی. مجله پژوهشگر خانواده، ۶۱-۷۴.
- ادیبراد، نسترن؛ مهدوی، اسماعیل. (۱۳۸۴). مقایسه باورهای ارتباطی زنان مراجعه کننده به مراکز قضایی و زنان مایل به ادامه زندگی مشترک شهر تهران. فصلنامه خانواده پژوهی، سال اول، شماره دوم، صص ۱۳۱-۱۴۲.
- اسماعیل پور، خلیل؛ خواجه، وجیهه؛ مهدوی، نفیسه. (۱۳۹۲). پیش بینی رضایت زناشویی همسران بر اساس باورهای ارتباطی و مهارت های ارتباطی. فصلنامه خانواده پژوهی، سال بهم، شماره ۳۳، صص ۳۰-۴۳.
- اصلانی، خالد. (۱۳۸۳). نقش مهارت های ارتباطی بر کارایی خانوادگی دانشجویان متأهل. (؟؟؟؟)
- افتاده، جواد. (۱۳۸۹). رسانه های اجتماعی بازگشت عموم و باز نشر کتاب. فصلنامه کتاب مهر، ۱.
- امیدوار طهرانی، بهروز. (۱۳۸۸). تحلیل و طراحی یک شبکه بومی بومی شده معناگرا. پایان نامه دانشجویی در رشته مهندسی فناوری اطلاعات.
- امیری مجد، مجتبی. (۱۳۸۹). مقایسه کیفیت زندگی بر اختلال های رفتاری کودکان دارای سندرم داون، کودکان در خود مانده و کودکان عادی. مجله علوم رفتاری، سال دوم، شماره ۶، صص ۲۱-۳۸.
- بارکر، ف. (۱۳۷۵). خانواده درمانی پایه. ترجمه: م، دهقانی؛ ز، دهقانی. انتشارات رشد، تهران، ایران.

برات دستجردی، نگین؛ عرفان، آرزو. (۱۳۹۱). بررسی عوامل موثر در گرایش به ازدواج اینترنتی در بین دانشجویان (با رویکرد آسیب شناسانه به ازدواج اینترنتی). مطالعات بین رشته‌ای رسانه و فرهنگ، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، سال دوم، شماره دوم، صص ۶۵-۸۲.

برنشتاین، فیلیپ. (۱۹۹۴). زناشویی درمانی از دیدگاه رفتاری ارتباطی، ترجمه: سیدحسن پور، عابدی نایینی، غلامرضا منشی، (۱۳۸۴)، چاپ دوم، انتشارات رشد، تهران، ایران.

بزازیان، سعیده. (۱۳۸۸). اعتباریابی، رواسازی و تعیین ساختار عاملی کیفیت زندگی خاص بیماران مبتلا به دیابت. طرح پژوهشی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اهر، ایران.

بشارت، محمدعلی؛ تاشک، آناهیتا؛ رضازاده، سیدمحمد رضا. (۱۳۸۵). تبیین رضایت زناشویی و سلامت روانی بر حسب سبک‌های مقابله. روانشناسی معاصر. شماره ۱، صص ۴۸-۵۶.

بشیر، حسن؛ افراسابی، محمدصادق. (۱۳۹۱). شبکه‌های اجتماعی اینترنتی و سبک زندگی جوانان؛ مطالعه موردی بزرگ‌ترین جامعه مجازی ایرانیان. فصلنامه تحقیقات فرهنگی، دوره پنجم، شماره ۱، صص ۳۱-۶۲.

بک، آ. (۱۳۸۲). عشق هرگز کافی نیست. ترجمه قرچه‌داغی، محسن. انتشارات آسیم، تهران، ایران.

پالگ؛ مک گی و فانینگ. (۱۹۹۴). رابطه موثر. ترجمه: قرچه‌داغی، مهدی (۱۳۸۴)، چاپ اول، انتشارات شباهنگ، تهران، ایران.

ترلو وهمکاران. (۱۳۸۹). ارتباطات- کامپیوتر. ترجمه: تربتی، سروناز. نشر جامعه‌شناسان، تهران، ایران.

جانباز فریدونی؛ تبریزی؛ نوایی نژاد. (۱۳۸۷). اثر کوتاه مدت زوج درمانی در افزایش رضایت زناشویی در درمانگاه فرهنگی شهر بابلسر. مجله پژوهشگر خانواده، صص ۲۱۳-۲۲۹.

چلبی، مسعود. (۱۳۷۵). جامعه‌شناسی نظم. نشر نی، تهران، ایران.

حسینیان، سیمین. (۱۳۸۴). بررسی تاثیر آموزش مهارت‌های حل تعارض بر کاهش تعارض‌های زناشویی. فصلنامه اندیشه‌های نوین تربیتی، دوره ۱، شماره ۴، صص ۷-۲۳.

حفاظی طرقله؛ فیروز آبادی؛ حق شناس. (۱۳۸۵). ارتباط میان دو مولفه عشق و رضایت زناشویی. مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران، صص ۹۹-۱۰۹.

خجسته مهر، رضا؛ عطاری، یوسف علی؛ شیرانی نیا، خدیجه. (۱۳۸۶). تاثیر مهارت‌های ارتباطی بر الگوهای ارتباطی و احساسات مثبت نسبت به همسر در زوجین شهر اهواز. فصل نامه تازه ها و پژوهش های مشاوره، ج ۷، شماره ۲۷، صص ۸۱-۹۷.

خواجه الدین، نیلوفر؛ ریاحی، فروغ؛ ایزدی مزیدی، سکینه. (۱۳۹۰). بررسی رابطه بین مهارت‌های ارتباطی و رضایت‌مندی زناشویی در دانشجویان متأهل رشته های روانشناسی و مشاوره. فصلنامه علمی-دانشجویی جنتاشاپیر، دوره دوم، شماره دوم. صص ۵۶-۶۱.

خوشکام، سمیرا. (۱۳۸۵). بررسی تاثیر آموزش برنامه ارتباط بر بهبود روابط و سلامت روانی زوجین شهر اصفهان. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی. اصفهان. ایران.

داس، بیسواجیت. (۱۳۹۱). شبکه‌های اجتماعی اینترنتی؛ تحلیل انتقادی تاثیر آنها بر زندگی فری و اجتماعی. ترجمه: نادعلی، منا. مطالعات جوانه و رسانه، شماره ۵، صص ۱۱۴-۱۳۲.

داستان، نصیر؛ رجبی، غلامرضا؛ خوش کنش، ابوالقاسم؛ خجسته مهر، رضا. ۱۳۸۹. ساخت و اعتبار یابی مقیاس مهارت‌های ارتباطی زنان و مردان متأهل شهر تهران. مجله روش ها و مدل‌های روانشناختی، جلد ۱، شماره ۱، صص ۲۷-۳۸.

ذالقدر، حسین؛ قاسم‌زاده عراقی، مرتضی. (۱۳۹۱). رسانه‌های اجتماعی و نقش آن در کسب و کار. همایش روز رسانه‌های اجتماعی، تهران، ایران.

ذالقدر، حسین؛ قاسم‌زاده عراقی، مرتضی. (۱۳۹۲). بررسی انگیزه‌های کاربران در استفاده از رسانه‌های اجتماعی (مطالعه موردی کاربران شبکه اجتماعی فیس‌بوک). فصلنامه پژوهش‌های اجتماعی، سال بیستم، شماره ۳ (پیاپی ۷۵)، صص ۳۵-۵۸.

رسولی، محسن. (۱۳۸۰). رابطه بین الگوهای ارتباطی زن و شوهرهای دانشجوی دانشگاه تهران و الگوهای ارتباطی والدین آنها. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم، تهران، ایران.

رضازاده، سیدمحمد رضا. (؟). رابطه مهارت‌های ارتباطی و سازگاری زناشویی در دانشجویان. روانشناسی معاصر، دوره سوم، شماره ۱، صص ۴۳-۵۰.

رفیعی بندری؛ نورانی پور. (۱۳۸۴). تأثیرات شناختی-آموزش بر رضایت زناشویی دانشجویان متأهل ساکن در خوابگاه. اخبار و تحقیقات مشاور ۲۵-۳۹.

ریچموند؛ ویرجینیایی؛ مک کروسبی؛ جیمز سی. (۱۳۸۸). رفتار غیر کلامی در روابط میان فردی. ترجمه: موسوی، فاطمه السادات؛ عبدالله پور، ژیلا. چاپ دوم، نشر دانژه، تهران، ایران.

ریسی، زهره. (۱۳۸۶). روانشناسی زن و مرد. انتشارات مانی.

سلیمانی پور، روح‌اله. (۱۳۸۹). شبکه‌های اجتماعی؛ فرصتها و تهدیدها. اطلاع‌رسانی و کتابداری. انتشارات ره-آورد، شماره ۳۱، صص ۱۴-۱۹.

شهابی، محمود؛ بیات، قدسی. (۱۳۹۱). شبکه‌های اجتماعی مجازی و کاربران جوان؛ از تداوم زندگی واقعی تا تجربه جان وطنی. فصلنامه مجلس و راهبرد، سال نوزدهم، شماره شصت و نه، صص ۱۵۲-۱۸۰.

صادقی، منصوره‌السادات؛ مظاهری، محمدعلی؛ موتابی، فرشته. (۱۳۹۲). نقش تعامل زوجین در کاربرد مهارت‌های ارتباطی. فصلنامه خانواده‌پژوهی، سال نهم، شماره ۳۴، صص ۱۷۴-۱۸۸.

صدیق اورعی، غلامرضا؛ نوغانی، محسن؛ سالار، علی. (۱۳۹۲). شبکه اجتماعی همسرگزینی و تاثیر آن بر رضایت از زندگی زناشویی در بین مردان متأهل. جامعه‌شناسی کاربردی، سال بیست و چهارم، شماره پیاپی ۴۹، شماره اول، صص ۱۷-۳۶.

صدیق بنای، هلن. (۱۳۸۷). آشنایی با شبکه‌های اجتماعی. روزنامه همشهری، مرکز مطالعات و تحقیقات رسانه-ای، تهران، ایران.

عاملی، سعیدرضا. (۱۳۸۹). مطالعات انتقادی استعمار مجازی آمریکا. نشر امیرکبیر، تهران، ایران.

عقیلی، سیدوحید؛ پوری، احسان. (?). تاثیر شبکه‌های اجتماعی مجازی بر ارتباطات بین فردی کاربران. صص ۲۷-۴۴.

غلامزاده، مریم؛ عطاری، یوسف علی؛ شفیق‌آبادی، عبدالله. (۱۳۸۸). اثربخشی مهارت‌های ارتباطی بر کارایی خانواده در زوجین مراجعه کننده به شهر اهواز. دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خورسگان (اصفهان)، شماره چهل و یکم، صص ۸۷-۱۱۰.

فتحی اقدم، قربان؛ احدی، حسن؛ جمهری، فرهاد؛ فرخی، نورعلی. (۱۳۸۹). مقایسه اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی در تعارضات زناشویی و کیفیت زندگی دانشجویان زن. فصلنامه علوم رفتاری، صص ۱۰۲-۱۱۹.

فولادی، فائزه؛ اژهای، جواد؛ غلامعلی لواسانی، مسعود؛ برزگر کهنمویی، ساناز؛ جلوانی، راضیه. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش مهارت های ارتباطی بر بهبود کیفیت زندگی زنان متاهل. فصلنامه آموزش و ارزیابی، سال ششم، شماره ۲۱، صص ۱۲۷-۱۴۱.

قمری، محمد. (۱۳۸۶). مقایسه اثربخشی راهبردهای روانی، آموزشی و مشاوره گروهی به شیوه راه حل محور در کاهش تعارضات زناشویی زوج های هر دو شاغل. رساله دکتری مشاوره. دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم تحقیقات تهران، ایران.

کاستلز، مانویل. (۱۳۸۵). عصر اطلاعات: اقتصاد، جامعه و فرهنگ (جلد دوم، قدرت هویت). ترجمه: علیقیان، احد؛ خاکباز، افشین؛ چاوشیان، حسن. نشر طرح نو، چاپ پنجم، تهران، ایران.

گایتون. (۱۳۸۲). فیزیولوژی پزشکی. ترجمه: محمدحسن عامری و همکاران. نشر اشارت.

گلدنبرگ، آی؛ گلدنبرگ، اچ. (۱۳۸۵). خانواده درمانی. ترجمه: ح. ر. حسین شاهی برواتی؛ س. نقش بندی؛ ا. ارجمند. نشر روان، تهران، ایران.

گیدنز، آنتونی. (۱۳۸۸). پیامدهای مدرنیت. ترجمه: ثلاثی، محسن. نشر مرکز، تهران، ایران.

لشکریان، حمیدرضا؛ روشنی، مرتضی. (۱۳۹۲). تغییر رفتار و عملیات روانی در شبکه اجتماعی مجازی فیس بوک (با تکیه بر عوامل و منابع پنهان). فصلنامه پژوهش های حفاظتی-امنیتی دانشگاه امام حسین (ع)، سال اول، شماره چهار، صص ۱۲۵-۱۴۰.

لیتل جان، استیفن. (۱۳۸۴). نظریه های ارتباطات؛ ترجمه: نوربخش، مرتضی؛ میر حسینی، سید اکبر. نشر جنگل، تهران، ایران.

مجیدی قهرودی، نسیم؛ گرنامیه پور، علی؛ بخشنده، سمیرا. (۱۳۹۲). بررسی نقش تفاوت مهارت های ارتباطی مردان و زنان و تاثیر آن بر رضایت شغلی کارکنان. مطالعات رسانه. سال هشتم، شماره بیست و یک، صص ۹۲-۱۰۲.

محمدی شهری، محمد. (۱۳۸۳). میزان الحکمه. جلد ۵ و ۷. ترجمه: حمیدرضا شیخی. انتشارات دارالحدیث. قم. ایران.

مک کوپیل، دنیس. (۱۳۸۵). درآمدی بر نظریه ارتباط جمعی؛ ترجمه: اجلالی، پرویز. مکز مطالعات و تحقیقات رسانه ها، تهران، ایران.

- موسوی، ا. س. (۱۳۸۹). خانواده درمانی با رویکرد سیستمی. دانشگاه الزهرا (س)، تهران، ایران.
- موسوی، اشرفالسادات. (۱۳۸۳). بررسی میزان رضایت زنان تحصیل کرده از زندگی زناشویی. طرح تحقیقاتی دفتر مطالعات رسانه و برنامه ریزی فرهنگی و اجتماعی ریاست جمهوری، تهران، ایران.
- میلر، شراد؛ میلر، فیلیس، میلر؛ نانالی، الام و واکمن، دانیل، ب. (۲۰۰۱). آموزش مهارت‌های ارتباط زناشویی، *حرق زدن و گوش دادن به یکدیگر*. ترجمه: بهاری، فرشاد (۱۳۸۵)، انتشارات رشد، تهران، ایران.
- مینوچین، اس. (۱۳۸۹). خانواده و خانواده‌درمانی. ترجمه: ب، ثنایی. دانشگاه امیرکبیر، تهران، ایران.
- نوابی‌نژاد، شکوه. (۱۳۸۰). مشاوره و ازدواج و خانواده درمانی. انجمن انتشارات اولیا و مربیان، تهران، ایران.
- ولمن، ب؛ کوان هاس آ. (۱۳۸۵). شبکه‌های اجتماعی مشارکت و تعهد اجتماعی. ترجمه: فلاح آزاد، شیرزاد. نشریه فرهنگ و فناوری.
- هالفورد، دبلیو. کی. (۲۰۰۷). زوج درمانی کوتاه مدت: یاری به زوجین برای کمک به خودشان. ترجمه: تبریزی مصطفی؛ کاردانی، مزده؛ جعفری، فروغ. (۱۳۸۴). انتشارات فرا روان، تهران، ایران.
- هالفورد، کی. (۲۰۰۱). زوج درمانی کوتاه مدت. ترجمه: مصطفی تبریزی، (۱۳۸۴). انتشارات فرا روان، چاپ اول، تهران، ایران.
- الیس، آ، سیجل؛ جی، ال، پیجر؛ ز، جی، دای باتیا؛ وی جی و گیزپ، آر، دای. (۱۳۷۵) ترجمه: ج، صالحی فردی؛ س، ا، امین یزدی. انتشارات میثاق، تهران، ایران.

پرتال جامع علوم انسانی
سال شانزدهم، شماره دوم، بهار ۱۳۹۵