

رابطه ابراز‌گری هیجان با سازگاری و دلزدگی زناشویی و مقایسه آن میان زوج‌های نابینا و زوج‌های بینا

ایوب ناعمی^۱، علیرضا محمدی آریا^{۲*}

تاریخ دریافت: ۹۸/۰۴/۱۰

تاریخ پذیرش: ۹۸/۰۷/۱۰

چکیده

هدف پژوهش حاضر، تعیین رابطه ابراز‌گری هیجان (مثبت و منفی) با سازگاری و دلزدگی زناشویی و مقایسه آن‌ها در زوج‌های نابینا و زوج‌های بینا بود. این پژوهش به دو روش همبستگی و علی مقایسه‌ای انجام شد. از بین کلیه زوج‌های نابینا و زوج‌های بینا در تهران، نمونه‌ای شامل ۱۸۰ زوج (۹۰ زوج نابینا و ۹۰ زوج بینا) به روش نمونه‌گیری گلوله برفی انتخاب شدند. داده‌های گردآمده، با استفاده از مقیاس دلزدگی پاینز، سازگاری زناشویی لاک و والاس و ابراز‌گری هیجان کینگ و آموز، به روش رگرسیون چندگانه و تحلیل واریانس چندراهه با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۰ تجزیه و تحلیل شد. یافته‌ها نشان داد که ابراز‌گری مثبت هیجان با سازگاری زناشویی و ابراز‌گری منفی با دلزدگی زناشویی رابطه مثبت و معنی‌دار دارند ($p < 0.01$). میانگین ابراز‌گری هیجان سازگاری و دلزدگی زناشویی در زوج‌های نابینا و زوج‌های بینا به‌طور معناداری متفاوت است و زوج‌های نابینا از ابراز‌گری مثبت و سازگاری کمتر و ابراز‌گری منفی و دلزدگی زناشویی بالاتری نسبت به زوج‌های بینا برخوردارند. در نتیجه، توجه به مهارت‌هایی درخصوص ابراز هیجان و سازگاری زناشویی در راستای پیشگیری از دلزدگی زناشویی به‌ویژه در زوج‌های نابینا الزامی می‌باشد.

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد، واحد علوم و تحقیقات تهران، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۲. استادیار گروه آموزش پیش‌دبستانی، دانشگاه علوم بهزیستی، تهران، ایران (نویسنده مسئول).

واژگان کلیدی: ابرازگری هیجان، دزدگی زناشویی، سازگاری زناشویی، زوج‌های نابینا.

مقدمه

بخشی از زوج‌های هر جامعه را زوج‌هایی با دشواری‌های حسی یا جسمی به‌عنوان مثال زوج‌های نابینا^۱ تشکیل می‌دهند. نابینا به فردی گفته می‌شود که در چشم برتر، میزان دید او بیش از بیست درصد و قابل اصلاح نباشد (هاردمن و همکاران، ۲۰۱۲؛ ترجمه علیزاده و همکاران، ۱۳۹۷). به‌طور کلی، مهم‌ترین مسئله افراد نابینا سازگاری آنان است. سازگاری در روابط بین فردی در بین افراد نابینا آسیب‌پذیرتر است (رانی^۲، ۲۰۱۶؛ پور سید و همکاران، ۱۳۸۹). باید در نظر داشت که نابینایی به‌تنهایی منجر به نقص در سازگاری نمی‌شود و برخوردهای نامطلوب اطرافیان ابعاد گوناگون مهارت‌های سازشی و شکل‌گیری شخصیتی افراد نابینا را تحت تأثیر قرار می‌دهد (مکدونال^۳، ۲۰۱۹؛ کرک، گالاگر و کولمن^۴، ۲۰۱۵ و شریفی درآمدی، ۱۳۹۰) و این امر با روابط زناشویی آنان نیز مرتبط است. با توجه به اینکه ازدواج نقشی اساسی در تأمین نیازهای هیجانی، روان‌شناختی جسمی و همچنین شکوفایی توانمندی‌ها و آرامش روانی زوج‌ها دارد (موید، حاج اکبری مهریزی و باغ، ۱۳۹۷)؛ و نیز آمار رو به رشد طلاق تأییدکننده این حقیقت است که بسیاری از زوج‌ها تمایلی نسبت به ماندن در ازدواج‌های ناکام را نداشته و نظام خانواده در مخاطره بحران جدی و فرایندهای ناخوشایندی همچون ناسازگاری و دزدگی زناشویی^۵ قرار دارد (فتوحی، میکائیلی، عطا‌دخت و حاج‌لو، ۱۳۹۶)؛ ازاین‌رو، پرداختن به وضعیت متغیرهای مرتبط با روابط زناشویی و تحکیم آن در زوج‌های نابینا نیز قابل‌تأمل و حائز اهمیت می‌گردد.

1. blinded
2. Rani
3. McDonall
4. Kirk, Gallagher and Coleman
5. Marital burnout

سازگاری زناشویی^۱ از متغیرهای مرتبط با وضعیت استحکام زوجیت می‌باشد. سازگاری زناشویی فرایند اصلاح، سازش و دگرگونی فرد و الگوهای تعاملی زوجها به منظور دستیابی به حداکثر احساس رضایت در رابطه دانسته شده است (ژاویانگ و مارتایر^۲، ۲۰۱۸) و در طول زندگی زن و شوهر به وجود می‌آید که لازمه آن انطباق سلیقه‌ها، صفات شخصیتی، ایجاد قواعد رفتاری و شکل‌گیری الگوهای سالم گفتگو و تعاملات است (روشن‌نژاد، بیان فر و طالع پسند، ۱۳۹۸). به بیان دیگر، بسیاری از مشکلات زناشویی، ناشی از سوء تفاهم و ارتباط غیر مؤثر و ناسازگاری است که نتیجه آن احساس ناکامی و خشم به خاطر عدم برآورده شدن نیازها و خواسته‌های زن و شوهر در زندگی زناشویی است (شاپیرو و گاتمن و ٲینک^۳، ۲۰۱۵). چنانچه زوج‌های نابینا از سازگاری زناشویی مطلوبی برخوردار نباشند، مانند سایر زوجها دلزدگی را تجربه می‌نمایند.

دلزدگی، از یا افتادن جسمی، عاطفی و روانی است که از نبود تناسب بین توقعات و واقعیت ناشی می‌شود. دلزدگی زناشویی به علت مجموعه‌ای از توقعات غیرمنطقی و غیرواقع‌بینانه، گذار از هیجان‌ها، بی‌دقت و بی‌توجه بودن زوجها نسبت به هم و نیازهای یکدیگر، بیان نکردن احساسات و نیازها به یکدیگر و فراز و نشیب‌های زندگی بروز می‌کند (فتوحی و همکاران، ۱۳۹۶). نتایج پژوهش‌ها، حاکی از آن است که دلزدگی زناشویی بیشتر ناشی از ضعف در مهارت‌های برقراری ارتباط، سازگاری زناشویی، صمیمیت و روابط متقابل زناشویی است (ولچ و همکاران^۴، ۲۰۱۹؛ شاپیرو و گاتمن و ٲینک، ۲۰۱۵).

از عواملی که با سازگاری و دلزدگی زناشویی مرتبط است، نحوه ابرازگری هیجان^۵ در زوجها می‌باشد. ابرازگری هیجانی به‌عنوان نمایش بیرونی هیجان بدون توجه به ارزش (مثبت یا منفی) یا روش (چهره‌ای، کلامی و حالت‌های بدنی) تعریف می‌شود (یالاسما و

-
1. Marital adjustment
 2. Zhaoyang and Martire
 3. Shapiro, Gottman, and Fink
 4. Welch, Lachmar, and Wittenborn
 5. Emotion expressiveness

مرو^۱ (۲۰۱۹)). زوج‌هایی که درصدد طلاق هستند، در تعاملات زناشویی خود از هیجان‌های منفی بیش از هیجان‌های مثبت استفاده می‌کنند و زوج‌های با تغییر تعامل کلامی منفی که یک عامل رفتاری پویا است می‌توانند رضایت از زندگی مشترک خود را افزایش دهند (لابرک و ویسمن، ۲۰۱۹؛ وتینبورن^۲ و همکاران، ۲۰۱۸). ابرازگری هیجان در بسیاری از افراد نابینا ضعیف و نامطلوب به نظر می‌رسد. این در حالی است که پژوهش‌های بسیاری در جامعه زوج‌های بینا انجام شده و مؤید رابطه ابرازگری هیجان با وضعیت روابط زناشویی زوج‌هاست: بین هیجان منفی و تعارض‌های زناشویی و بروز دلزدگی زناشویی و نیز بین هیجان مثبت با سازگاری زناشویی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد (یالسا و مرو، ۲۰۱۹؛ وتینبورن، ۲۰۱۸؛ و جورجیو، ۲۰۱۴). بین ابرازگری هیجان با کیفیت روابط بین فردی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد (شفیعی و همکاران، ۱۳۹۸). نارسایی هیجانی می‌تواند سازگاری و تعارض زناشویی را پیش‌بینی کند (موید و همکاران، ۱۳۹۷). بین ابرازگری منفی با دلزدگی زناشویی همبستگی مثبت و معنی‌دار وجود دارد؛ بین ابرازگری مثبت با دلزدگی زناشویی، همبستگی منفی و معنی‌دار وجود دارد (هادیان و امینی، ۱۳۹۸). اگرچه، وضعیت بینایی تعیین‌کننده رضامندی زوج‌های هردوبینا و هردو نابینا نیست (باقرپور، افروز و شهریاری احمدی، ۲۰۱۴) و در زنان و مردان نابینا و کم بینا همچون زوج‌های بینا، مهم‌ترین عامل حفظ ارکان خانواده از لحاظ وفاداری، میزان و شدت صمیمیت بین آن‌هاست (جاذبی‌زاده و میرزایی، ۱۳۹۴)؛ با این حال، افراد نابینا در ابراز هیجان ضعیف‌تر و در سازگاری با آسیب‌پذیری بیشتری نسبت به افراد بینا می‌باشند (رانی، ۲۰۱۶؛ پورسید و همکاران، ۱۳۸۹) و همچنین، نتایج این پژوهش می‌تواند جهت راهنمایی برای مشاوران، روان‌شناسان و برنامه‌ریزان حوزه روان‌شناسی افراد استثنایی مفید باشد تا در گام نخست زمینه ایجاد و تقویت نابینایان جهت استقلال و همسرگزینی آگاهانه و در گام بعدی در بهبود روند زندگی مشترک این گروه در جامعه تدابیر لازم اندیشیده شود؛ بنابراین، این پژوهش در پی آن است تا دریابد آیا بین ابرازگری منفی و مثبت با سازگاری

1. Yelsma, P., and Marrow,

1. Wittenborn, K., Ridenour, A., MitchellRyan, A., & Seedall, B.

زناشویی زوج‌های نابینا و زوج‌های بینا رابطه وجود دارد؟ آیا بین ابرازگری منفی و مثبت با دلزدگی زناشویی زوج‌های نابینا و زوج‌های بینا رابطه وجود دارد؟ آیا ابرازگری هیجان، سازگاری و دلزدگی زناشویی در زوج‌های نابینا و زوج‌های بینا متفاوت است؟

روش

روش‌های مورد استفاده در پژوهش حاضر، از نوع همبستگی و علی مقایسه‌ای بود. جامعه پژوهش شامل کلیه زوج‌های نابینا و زوج‌های بینا در تهران بود که شرکت‌کنندگان در پژوهش متشکل از ۱۸۰ زوج (۹۰ زوج نابینا و ۹۰ زوج بینا) به روش نمونه‌گیری گلوله‌برفی انتخاب شدند، به گونه‌ای که هر زوج شرکت‌کننده در پژوهش، زوج دیگری برخوردار از شرایط پژوهش را جهت مشارکت در مطالعه حاضر معرفی می‌نمودند. زوج‌های بینا بر اساس برخورداری از شرایط ورود به پژوهش؛ سن: ۳۰ تا ۵۰ سال، تأهل و تحصیلات، دست کم کارشناسی و نداشتن معلولیت با زوج‌های نابینا هم‌تا شدند. داده‌های به دست آمده، با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون، تحلیل رگرسیون چندمتغیری گام به گام (جهت تعیین رابطه بین متغیرها) و تحلیل واریانس چندراهه (جهت بررسی مقایسه میانگین گروه‌ها) به وسیله نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۰ تجزیه و تحلیل شد. در ادامه ابزارهای پژوهش معرفی می‌شوند:

مقیاس ابرازگری هیجان: کینگ و امونز^۱ (۱۹۹۰) به منظور بررسی نقش ابراز هیجان در سلامت این پرسشنامه را ساختند. پرسشنامه ابرازگری هیجان سه زیرمقیاس و ۱۹ ماده دارد. موارد ۱ تا ۷ آن مربوط به زیرمقیاس ابراز هیجان مثبت، مواد ۸ تا ۱۲ آن مربوط به زیرمقیاس ابراز صمیمیت، مواد ۱۳ تا ۱۹ آن مربوط به زیرمقیاس ابراز هیجان منفی است. در پژوهش حاضر، دو زیرمقیاس ابرازگری مثبت و ابرازگری منفی در نظر گرفته شده است. دامنه پاسخ به هر ماده در اصل ۷ درجه و از (کاملاً موافق) تا (کاملاً مخالف) متغیر است که به منظور تسهیل پاسخگویی برای پاسخ‌دهندگان به ۵ درجه محدود شده است.

روش نمره‌گذاری آن به شیوه لیکرت است که به پاسخ (کاملاً موافق) نمره ۵ و به پاسخ (کاملاً مخالف) نمره ۱ تعلق می‌گیرد. البته در مورد پاسخ مواد ۷، ۸ و ۹ روش نمره‌گذاری به دلیل منفی بودن جهت مواد با ابراز هیجان معکوس است یعنی به پاسخ (کاملاً موافق) نمره ۱ و به پاسخ (کاملاً مخالف) نمره ۵ تعلق می‌گیرد که بر اساس این شیوه نمره‌گذاری نمره کل از ۱۹ تا ۹۵ متغیر خواهد بود. نمره بالاتر بیانگر ابرازگری هیجانی بالاتر است. اعتبار این مقیاس با استفاده از روش همسانی درونی و محاسبه ضریب آلفای کرونباخ توسط رفیعی نیا (۱۳۸۱) بررسی شد و مقدار آن برای کل مقیاس و زیر مقیاس‌های ابراز هیجان مثبت، ابراز صمیمیت و ابراز هیجان منفی به ترتیب ۰/۹۰، ۰/۹۵، ۰/۵۹ و ۰/۹۸ به دست آمد که بسیار رضایت‌بخش و معنادار است. کینگ و امونز (۱۹۹۰) ضریب آلفای کرونباخ را برای کل مقیاس ۰/۷۰ و زیرمقیاس‌ها به ترتیب ابرازگری مثبت ۰/۷۵، ابرازگری منفی ۰/۷۹ و ابرازگری صمیمیت ۰/۹۳ به دست آوردند (شفیعی و همکاران، ۱۳۹۸).

-مقیاس سازگاری زناشویی^۱: این مقیاس در سال ۱۹۵۹ توسط لاک و والاس^۲ تدوین شده و بر پایه ادراک بین فردی از روابط زناشویی استوار است. مقیاس تک عاملی سازگاری زناشویی ۱۵ گوی‌های میزان موفقیت همسران را در خصوص فعالیت‌های دخیل در سازگاری زناشویی را می‌سنجد. پایایی این مقیاس از طریق بازآزمایی ۰/۹۰ و روایی آن برای سازگاری زناشویی مطلوب ارزیابی شد. این مقیاس توسط مرادی، موسوی و مهدوی هرسینی (۱۳۸۴) در ایران ترجمه شده، در مطالعه آنان اعتبار به دست آمده با استفاده از دو روش آلفای کرونباخ و تصنیف به ترتیب برای کل پرسشنامه ۰/۷۱ و ۰/۹۲ بود. همچنین برای -ارزیابی روایی همگرایی این پرسشنامه از شاخص رضایت زناشویی امان‌اللهی استفاده شد که ضریب روایی به دست آمده بین این دو مقیاس ۰/۶۶ به دست آمد (موید و همکاران، ۱۳۹۷).

1. Marital adjustment test: (MAT)
2. Locke-Wallace

مقیاس دلزدگی زناشویی پاینز: مقیاس خودسنجی توسط پاینرز (۱۹۹۶) تدوین شد که ۲۱ گویه دارد و شامل سه خرده مقیاس خستگی جسمی، از پا افتادن عاطفی و از پا افتادن روانی می‌باشد. تمام این موارد روی یک مقیاس هفت‌درجه‌ای (۱ تا ۷) پاسخ داده می‌شوند. لازم به ذکر است که اعداد بزرگ‌تر بیانگر میزان دلزدگی بالاتر خواهند بود و برعکس. ارزیابی ضریب اعتبار این مقیاس نشان داد که آن دارای یک همسانی درونی بین متغیرها در دامنه ۰/۸۴ تا ۰/۹۰ است. نویدی (۱۳۸۴) به منظور محاسبه پایایی، پرسشنامه مذکور را روی نمونه ۲۴۰ نفری اجرا کرد. ضریب پایایی این مقیاس با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به دست آمد و در پژوهشی نیز، جهت به دست آوردن این مقیاس با پرسشنامه رضایت زناشویی اینریچ همبسته شد، ضریب همبستگی بین این دو پرسشنامه ۰/۴۰ به دست آمد که در سطح ($p < 0/01$) معنادار می‌باشد (هادیان و امینی، ۱۳۹۸).

یافته‌ها

نتایج حاصل از تحلیل داده‌ها در دو بخش شاخص‌های توصیفی و روش‌های استنباطی در جداول زیر گزارش شده است:

جدول ۱: شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	زوج‌های بی‌نا		زوج‌های نابینا	
	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
ابرازگری منفی	۴۳/۵	۱۰/۶۱	۴۴/۵	۵/۱۳
ابرازگری مثبت	۳۸/۹	۷/۹۱	۳۱/۷	۵/۹۳
سازگاری زناشویی	۱۰۰/۹	۱۲/۲۳	۳۹/۷	۲۳/۶۹
دلزدگی زناشویی	۶۴/۴	۱۷/۰۷	۱۱۶/۵	۲۵/۵۲

همان‌گونه که در جدول ۱ مشاهده می‌شود میانگین ابرازگری منفی زوج‌های بی‌نا ۴۳/۵ و زوج‌های نابینا ۴۴/۵، میانگین ابرازگری مثبت در زوج‌های بی‌نا ۳۸/۹ و زوج‌های نابینا ۳۱/۷ میانگین سازگاری زناشویی زوج‌های بی‌نا ۱۰۰/۹ و زوج‌های نابینا ۳۹/۷ و میانگین دلزدگی زوج‌های بی‌نا ۶۴/۴ و زوج‌های نابینا ۱۱۶/۵ است. پس از بررسی بهنجاری متغیرها که

وضعیت مطلوب متغیرها را نشان داد، فرضیه‌های پژوهش مورد آزمون قرار گرفت. در ادامه نتایج تحلیل داده‌ها در سایر جداول گزارش شده است:

جدول ۲. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش در گروه‌های مورد مطالعه

گروه ۴		گروه ۳		گروه ۲		گروه ۱		متغیر
R	P	R	P	R	P	R	P	
						۰/۰	۱	ابرازگری منفی زوج‌های بینا
						۰/۰	۱	زوج‌های نابینا
						۰/۰	۱	کل
				۰/۰	۱	-	-	ابرازگری مثبت زوج‌های بینا
				۰/۰	۱	-	-	هیجان زوج‌های نابینا
				۰/۰	۱	-	-	کل
		۱		-۰/۰۲	۰/۷۳۳	۰/۱۴	۰/۰۶۸	دلزدگی زناشویی زوج‌های بینا
		۱		*-۰/۱۶	۰/۰۱۹	*۰/۱۵	۰/۰۳۳	زوج‌های نابینا
		۱		**۰/۴۱	۰/۰۰۱	**۰/۱۴	۰/۰۰۶	کل
		۰/۰۰۱		**۰/۳۶	۰/۰۰۱	-۰/۰۸	۰/۲۹	سازگاری زناشویی زوج‌های بینا
۰/۰	۱	۰/۰۰۱		**۰/۲۳	۰/۰۰۱	-۰/۰۷۸	۰/۲۷	زوج‌های نابینا
۰/۰	۱	۰/۰۰۱		**۰/۵۱	۰/۰۰۱	-۰/۰۸۷	۰/۱۰۱	کل

Sig.**p<۰/۱۰،*p<۰/۰۵

همان‌طور که نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد بین ابرازگری منفی هیجان با سازگاری زناشویی در زوج‌های بینا و مجموع، رابطه معناداری وجود ندارد ($p < 0/05$) اما نتیجه نشان می‌دهد بین ابرازگری مثبت هیجان با سازگاری زناشویی در زوج‌های بینا، زوج‌های نابینا و مجموع، رابطه مثبت معناداری وجود دارد ($p < 0/01$). همچنین، بین ابرازگری منفی هیجان با دلزدگی زناشویی در زوج‌های بینا رابطه معناداری وجود ندارد ($p < 0/05$)؛ اما بین این دو متغیر در زوج‌های نابینا و مجموع دو گروه رابطه مثبت معناداری وجود دارد ($p < 0/01$). نتایج نشان می‌دهد بین ابرازگری مثبت هیجان با دلزدگی زناشویی در زوج‌های بینا رابطه معناداری وجود ندارد ($p < 0/05$)؛ اما بین این دو متغیر در زوج‌های نابینا و مجموع دو گروه رابطه معناداری وجود دارد ($p < 0/01$). سازگاری زناشویی با دلزدگی زناشویی نیز

در زوج‌های بینا و مجموع دو گروه رابطه منفی معنادار وجود دارد ($p < 0.01$). جهت بررسی رابطه و تعیین اثرات هر یک از ابرازگری‌های مثبت و منفی هیجان بر واریانس دلزدگی زناشویی و سازگاری زناشویی، ابرازگری مثبت و منفی هیجان به‌عنوان متغیر ملاک در معادله رگرسیون گام‌به‌گام تحلیل شدند. نتایج آماری رگرسیون بین میانگین نمره دلزدگی زناشویی و سازگاری و ابرازگری مثبت و منفی هیجان در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. ضرایب رگرسیون دلزدگی زناشویی و سازگاری زناشویی از روی

ابرازگری مثبت و منفی هیجان

متغیرهای پیشین	متغیرهای ملاک	ضرایب استاندارد		ضرایب استاندارد	
		T	P	B	SE
مقدار ثابت	دلزدگی زناشویی	۱۰/۸۲	-	۱۱۹/۲۹	۱۱/۰۲
ابرازگری مثبت تنظیم	دلزدگی زناشویی	-۹/۴۴	-۰/۴۵۴ **	-۲/۰۰۹	۰/۲۱۳
هیجان شناختی					
ابرازگری منفی	دلزدگی زناشویی	۴/۷۴	**۰/۲۲۸	۱/۰۲	۰/۲۱۵
$R=۰/۴۷$ $RS=۰/۲۲$ $ARS=۱۶۸/۰$ $P<۰/۱۰$					
مقدار ثابت	سازگاری زناشویی	۱/۱۷	-	۱۲/۷۴	۱۰/۸
ابرازگری مثبت					
هیجان	سازگاری زناشویی	۱۱/۸۷	**۰/۵۳۸	۲/۵۱	۰/۲۱۲
ابرازگری منفی					
هیجان	سازگاری زناشویی	-۰/۸	**۰/۱۷۲	۰/۷۷۵	۰/۲۰۴

$R=۰/۵۳۸$ $RS=۰/۲۹$ $ARS=۰/۲۵۹$ $P<۰/۱۰$

همان‌طور که جدول ۳ نشان می‌دهد، ۲۲٪ از واریانس دلزدگی زناشویی توسط ابرازگری مثبت و منفی هیجان تبیین می‌شود؛ بنابراین با توجه به مقدار بتا و سطح معناداری، به ترتیب ابرازگری مثبت ($Beta=۰/۴۵۴$) و منفی هیجان ($Beta=۰/۲۲۸$) قوی‌ترین ملاک‌ها برای پیش‌بینی دلزدگی زناشویی زوجین هستند با توجه به نتایج جدول ۳ و t مشاهده‌شده،

۰/۲۹ از واریانس سازگاری زناشویی نیز توسط ابرازگری مثبت و منفی هیجان تبیین می‌شود؛ بنابراین با توجه به مقدار بتا و سطح معناداری، به ترتیب ابرازگری مثبت (۰/۴۵۴ - Beta) قوی‌ترین ملاک‌ها برای پیش‌بینی سازگاری زناشویی زوج‌ها است.

جدول ۴: مقایسه میانگین متغیرهای پژوهش در گروه‌های مورد مطالعه

متغیرها	نام آزمون	مقدار F	فرضیه df	خطای df	سطح معنی‌داری	مجذور اتا
گروه‌ها	اثر پیلایی	۰/۷۲۷	۴	۳۴۵	۰/۰۰۰۱	۰/۷۲۷
	لامبدای ویلکز	۰/۲۷۳	۴	۳۴۵	۰/۰۰۰۱	۰/۷۲۷
	اثر هتلینگ	۲/۶۶	۴	۳۴۵	۰/۰۰۰۱	۰/۷۲۷
	بزرگ‌ترین ریشه خطا	۲/۶۶	۴	۳۴۵	۰/۰۰۰۱	۰/۷۲۷

**Sig.p<۰/۰۱ *p<۰/۰۵

جدول ۴ نتایج تحلیل واریانس چند متغیری جهت مقایسه میانگین هریک از متغیرها در زوج‌های نابینا و زوج‌های بینا را نشان می‌دهد. همان‌طور که ملاحظه می‌گردد، سطح معناداری همه آزمون‌ها بیانگر آن هستند که بین گروه‌های مورد مطالعه دست کم از لحاظ یکی از متغیرهای وابسته (ابرازگری مثبت و منفی هیجان، سازگاری و دلزدگی زناشویی) تفاوت معناداری وجود دارد، برای پی بردن به تفاوت، نتایج حاصل از آزمون اثرات بین آزمودنی‌ها، در جدول ۵ ارائه شده است.

جدول ۵: نتایج اثرات بین آزمودنی‌ها از لحاظ نمرات متغیرهای پژوهش

متغیر وابسته	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری	مجذورات
ابرازگری منفی	گروه	۳۱۳۴/۱۵	۱	۳۱۳۴/۱۵	۲۲/۳۱	*۰/۰۱۲	۰/۱۱
هیجان	خطا	۲۰۱۵/۹۱	۳۴۸	۵۷/۹۳			
ابرازگری مثبت	گروه	۴۳۲۶/۵۹	۱	۴۳۲۶/۵۹	۹۲/۳	**۰/۰۰۰۱	۰/۲۱
هیجان	خطا	۱۶۳۱۱/۷	۳۴۸	۴۶/۸۷			
سازگاری	گروه	۳۳۱۵۰۶/۵۶	۱	۳۳۱۵۰۶/۵۶	۴۹۹/۳	**۰/۰۰۰۱	۰/۷۲
زناشویی	خطا	۱۲۶۴۴۸/۴۲	۳۴۸	۴۷۸/۶۷			
دلزدگی	گروه	۱۲۳۹۰۰۶/۹۹	۲۳۹۰۰۶/۹۹	۹۱۲/۰۴		**۰/۰۰۰۱	۰/۵۸

متغیر وابسته	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	مجذورات
زناشویی	خطا	۱۶۶۵۷/۷۷	۳۴۸	۴۷۸/۶۷			
کل	ابرازگری منفی	۶۶۵۶۰۸	۳۵۰	-	-	-	-
	هیجان			-	-	-	-
	ابرازگری مثبت	۴۴۶۸۷۲	۳۵۰	-	-	-	-
	هیجان			-	-	-	-
	سازگاری زناشویی	۲۰۰۸۸۴۴	۳۵۰	-	-	-	-
	دلزدگی زناشویی	۳۴۹۶۴۹۵	۳۵۰	-	-	-	-

**Sig.p<۰/۱۰

*p<۰۵/۰

نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد تفاوت معناداری بین میانگین ابرازگری منفی هیجان در زوج‌های نابینا و زوج‌های بینا وجود دارد ($p < 0/05$)، $F(22/31) = 10/345$ ، به این صورت که زوج‌های بینا دارای میانگین ابرازگری منفی هیجان کمتری ($43/54$) نسبت به زوج‌های نابینا ($44/53$) هستند. همچنین نتایج نشان می‌دهد تفاوت معنی‌داری بین میانگین ابرازگری مثبت هیجان در دو گروه زوج‌های بینا و زوج‌های نابینا وجود دارد ($p < 0/01$)، $F(3/63) = 3/63$ ، زوج‌های بینا از میانگین ابرازگری مثبت هیجان بیشتری ($9/38$) نسبت به زوج‌های نابینا ($7/31$) برخوردارند. همان‌طور که نتایج نشان می‌دهد، تفاوت معناداری بین میانگین دلزدگی زناشویی در دو گروه زوج‌های بینا و زوج‌های نابینا وجود دارد ($p < 0/01$)، $F(10/348) = 499/3$ ، به این صورت که زوج‌های بینا دارای میانگین دلزدگی زناشویی کمتری ($4/64$) نسبت به زوج‌های نابینا ($5/116$) هستند. همچنین نتایج جدول نشان می‌دهد که زوج‌های بینا از میانگین سازگاری زناشویی بیشتری ($9/100$)، نسبت به گروه زوج‌های نابینا ($7/39$) برخوردارند و این اختلاف با توجه به مقدار $p < 0/01$ ، F برابر $912/04$ ، $(348,1)$ ، معنادار است.



پروژه‌های پژوهشی و مطالعات فرسنگی
پرتال جامع علوم انسانی

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف تعیین رابطه بین ابرازگری هیجان با سازگاری و دلزدگی زناشویی و مقایسه هر یک از آن‌ها میان زوج‌های نابینا و بینا در تهران انجام شد. نتایج بیانگر آن است که بین ابرازگری مثبت هیجان با سازگاری زناشویی رابطه مثبت و معنی‌دار وجود دارد و بین ابرازگری منفی با سازگاری زناشویی رابطه منفی و معنی‌دار وجود دارد. یافته‌های ژاویانگ و مارتر (۲۰۱۸)؛ شاپیرو و گاتمن (۲۰۱۵) و روستا و همکاران (۱۳۹۸) از جمله پژوهش‌های همسو با نتایج پژوهش می‌باشند. یافته‌های ژاویانگ و مارتایر، (۲۰۱۸) حاکی از این است که مهارت‌های هیجانی و توانایی ابراز هیجان با سازگاری زناشویی و رضایت زناشویی همبستگی مثبت دارد. روستا و همکاران (۱۳۹۸) نیز دریافتند که بین راهبردهای تنظیم هیجان با سازگاری زناشویی رابطه وجود دارد؛ همان‌طور که ملاحظه می‌شود نتایج این پژوهش‌ها مشابه نتایج پژوهش حاضر می‌باشند. شاپیرو و گاتمن (۲۰۱۵) دریافتند که زوج‌های ناسازگار و درصدد طلاق، در تعاملات زناشویی خود از هیجان‌های منفی بیش از هیجان‌های مثبت استفاده می‌کنند؛ به این معنی که هرچه مهارت‌های هیجان و ابرازگری هیجان مناسب‌تر و بیشتر باشد، سازگاری زناشویی بیشتر را منتج خواهد شد که همسو با نتایج پژوهش حاضر می‌باشند. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که موفقیت زندگی زوج‌ها وابسته به موفقیت آن‌ها در سازگاری زناشویی می‌باشد (روشن نژاد و همکاران، ۱۳۹۸) و نحوه ابراز هیجان و میزان سازگاری و صمیمیت زناشویی که از ارکان اصلی زندگی مشترک است، می‌تواند میزان تاب‌آوری، تأمل و راه‌حل مسائل را در روابط زناشویی فراهم سازد (شفیعی و همکاران، ۱۳۹۸). ابرازگری مناسب در موقعیت‌های متفاوت یکی از مهارت‌های موردنیاز زوج‌هاست. علاوه بر اظهار هیجان، تناسب هیجان در موقعیت‌های متفاوت مطرح می‌گردد (خواه ابرازگری مثبت و خواه ابرازگری منفی)؛ زیرا از عمده‌ترین متغیرهای مرتبط با رضایت زناشویی، درک متقابل و تفاهم، ابرازگری هیجان، سازگاری زناشویی و خودافشاگری زوج‌هاست (پایز، ۲۰۱۳؛ ژاویانگ و مارتایر،

۲۰۱۸) و درواقع ابرازگری هیجان مطلوب، سازگاری بیشتر و سازگاری بیشتر رضامندی و صمیمیت بیشتر را منتج می‌شود.

همچنین، یافته‌ها نشان داد که بین ابرازگری منفی با دلزدگی زناشویی رابطه مثبت و معنی‌دار و بین ابرازگری مثبت با دلزدگی زناشویی رابطه منفی و معنی‌دار وجود دارد. یافته‌های پژوهش‌های یالسا و مرو، (۲۰۱۹)؛ و تینبورن، (۲۰۱۸)؛ هادیان و امینی (۱۳۹۸) همسو با یافته‌های این پژوهش است. یافته‌ها نشان دادند که بین هیجان منفی و تعارض‌های زناشویی و بروز دلزدگی زناشویی رابطه مثبت وجود دارد یالسا و مرو، ۲۰۱۹؛ و تینبورن، ۲۰۱۸). بین ابرازگری منفی با تعارضات زناشویی همبستگی مثبت و معنی‌دار وجود دارد و همچنین، بین ابرازگری مثبت با تعارضات زناشویی، همبستگی منفی و معنی‌دار وجود دارد (هادیان و امینی، ۱۳۹۸) که نتایج این پژوهش را نیز مورد تأیید قرار می‌دهند، به این معنی که هرچه میزان ابرازگری هیجان منفی بیشتر، تعارض و دلزدگی زناشویی نیز بیشتر است و هرچه میزان ابرازگری هیجان مثبت‌تر، دلزدگی کمتر و در نتیجه رضایت و صمیمیت زوج‌ها بیشتر خواهد بود. در تبیین این نتایج می‌توان اشاره نمود که هنگامی که یکی از زوج‌ها نسبت به دیگری از ابرازگری پایین‌تری برخوردار باشد، رضامندی فرد با ابرازگری بالاتر به‌طور منفی تحت تأثیر همسر خود قرار خواهد گرفت (یالسا و مرو، ۲۰۱۹). به‌رحال ناپختگی در ابراز هیجان منجر به تعارضاتی می‌شود که بعضاً قابل جبران نیست، زیرا یکی از مهم‌ترین موانع ازدواج موفق دلزدگی زناشویی است. وقتی توقعات عاشقانه محقق نشوند، احساس سرخوردگی مستقیماً به همسر نسبت داده می‌شود و سبب تحلیل رفتن عشق و تعهد می‌شود و دلزدگی جایگزین عشق می‌شود (پاینز، ۱۹۹۶؛ به نقل از فتوحی و همکاران، ۱۳۹۶)؛ بنابراین، تعارضات زناشویی به دلیل تجربه، هیجان‌ات منفی در تعاملات ارتباطی زوج‌ها مثل انتقاد، دفاعی بودن، تحقیر و سرزنش ایجاد می‌شود (ویستنبورن و همکاران، ۲۰۱۸). تعاملات کلامی منفی و عدم ابرازگری مناسب منجر به خستگی و از پا افتادن عاطفی و روانی زوج‌ها می‌گردد. هرچه میزان ابرازگری هیجان‌ها

مطلوب‌تر باشد، صمیمیت و احساس خرسندی همسران بیشتر می‌شود؛ در تجربه تعارض‌ها نیز، فرصت تأمل و حل مسائل بیشتری را برای زوج‌ها فراهم می‌نماید.

افزون بر این، یافته‌های پژوهش حاضر، نشان داد که میانگین ابرازگری هیجان سازگاری و دلزدگی زناشویی در زوج‌های نابینا و زوج‌های بینا به‌طور معناداری متفاوت است، زوج‌های نابینا از ابرازگری مثبت و سازگاری کمتر و ابرازگری منفی و دلزدگی زناشویی بالاتری نسبت به زوج‌های بینا برخوردار هستند. نتایج این پژوهش همسو با پژوهش مکدونال، (۲۰۱۹)؛ حق‌بین طبس، تیموری و پاکدامن، (۱۳۹۴) و پورسید (۱۳۸۹) و ناهمسو با یافته‌های باقرپور و همکاران، (۲۰۱۴) و جاذبی زاده و میرزایی (۱۳۹۴) است. بروز هیجان در افراد نابینا متفاوت با افراد بینا است (مکدونال، ۲۰۱۹). سازگاری در روابط بین فردی در بین افراد نابینا کمتر از افراد بینا است (حق‌بین و همکاران، ۱۳۹۴؛ پورسید و همکاران، ۱۳۸۹)؛ به‌گونه‌ای که نتایج پژوهش حاضر نیز تفاوت میانگین ابراز هیجان و سازگاری را در زوج‌های نابینا و بینا نشان داد

و همچنین، یافته‌های ناهمسو با پژوهش، بیانگر آن هستند که تفاوت معناداری بین میانگین رضامندی زوجیت زوج‌های هر دو بینا و زوج‌های هر دو نابینا وجود ندارد (باقرپور و همکاران، ۲۰۱۴) و علاوه بر این، مهم‌ترین عامل حفظ ارکان خانواده از لحاظ وفاداری، میزان و شدت صمیمیت بین زوج‌های نابینا و زوج‌های بینا مشابه می‌باشد (جاذبی‌زاده و میرزایی، ۱۳۹۴)؛ این در حالی است که نتایج پژوهش حاضر نشان داد که میانگین ابرازگری هیجان، سازگاری و دلزدگی در زوج‌های نابینا و بینا متفاوت است. در تبیین این یافته نیز می‌توان گفت که با توجه به پیچیدگی روابط زناشویی امروزی و توقعات رو به افزایش افراد از یک رابطه دوجانبه در جامعه مدرن، این مسائل در زندگی زناشویی، زوج‌های نابینا را نیز درگیر کرده است و از سوی دیگر، فقدان یا کمبود حس بینایی، منجر می‌شود که افراد نابینا ادراک متفاوتی از دنیای پیرامون داشته باشند و فرصت یادگیری مهارت‌های ارتباطی را از طریق مشاهده نیابند؛ لذا تمایل دارند در روابط بین فردی، رفتاری

منفعلا نه داشته باشند (پندی^۱ و همکاران، ۲۰۱۵) و اگر فرد نابینا نتواند با شرایط خود و محیطش سازگار شود، احساس عدم امنیت و ناکامی خواهد کرد که می‌تواند منجر به بروز رفتارهای ناسازگارانه و مشکلات روان‌شناختی نظیر افسردگی، اضطراب و استرس شود (کرک، گالاگر و کولمن، ۲۰۱۵؛ پندی و همکاران، ۲۰۱۵) که در نتیجه در کیفیت رابطه زناشویی و مواجهه با همسر او را دچار مشکل سازد. باید توجه داشت که میزان باقی‌مانده بینایی، زمان وقوع معلولیت، طول زمان کاهش تدریجی دید و علل نابینایی ممکن است موجب پدید آمدن موارد استثنایی شده، یا نقش مؤثر و تعیین‌کننده‌ای در وضعیت فرد داشته باشد (نامی، حیات روشنایی و ترابی میلانی، ۱۳۹۵). پس از ازدواج افراد نابینا، می‌توان به مؤلفه‌هایی که در افزایش سازگاری و رضایت زناشویی آنان مؤثرند، اشاره کرد که عبارت‌اند از: صداقت همسر، رعایت نظم در امور منزل، یاری و حمایت در شرایط مختلف زندگی (اعم از شغل و حرکت و ...) جاذبه‌های شنیداری، بویایی، لامسه، لحن کلام (ملایم، دوستانه و توأم با احترام)، استعمال بوی خوش و غیره. البته یاری والدین و خویشاوندان نیز تا جایی که به منزله دخالت در امور شخصی آنان تلقی نگردد، برای زوج‌های نابینا خوشایند و قابل قبول خواهد بود (باقرپور و همکاران، ۲۰۱۴). همان‌گونه که نتایج پژوهش نشان داد، زوج‌های نابینا از میزان ابرازگری هیجان و سازگاری زناشویی کمتری نسبت به زوج‌های بینا برخوردارند و چنانچه در هر یک از موارد مرتبط با رضایت زناشویی دچار آسیب شوند طبیعتاً دلزُدگی را در رابطه زوجیت خویش تجربه می‌کنند. سبک نامناسب ابراز هیجان، سازگاری زناشویی آنان دلزُدگی بیشتر نسبت به زوج‌های بینا را تبیین می‌نماید که از وضعیت صمیمیت و رضایت زناشویی آنان سرچشمه دارد؛ بنابراین، مهارت‌های مورد نیاز پیش از ازدواج، می‌تواند نحوه رویارویی با چالش‌ها و تعارض‌ها، حل مسائل، مهارت جرأت‌ورزی و ابرازگری هیجان، ابراز وجود و توجه به اعتماد به خود و در نهایت وضعیت رضامندی زوجیت زوج‌ها را تعیین و تبیین نماید.

پرداختن به وضعیت و کیفیت زناشویی زوجها به‌ویژه زوج‌های نابینا، تأکید بر مقوله ازدواج و اهمیت آن را گوشزد نموده، افزون بر تأمین نیازهای فیزیولوژیک تشویق به زندگی مستقل برای جوانان و بهره‌مندی به‌موقع از توانایی‌ها، استحکام نظام خانواده و پیشگیری از رفتارهای نابهنجار اجتماعی و درنهایت تقویت جامعه‌ای بالنده را فراهم می‌سازد. از این رو به‌طور اختصاصی توجه برنامه‌ریزان و کارگزاران، متخصصین و روان‌شناسان حوزه استثنایی را نیازمند است.

از عمده‌ترین محدودیت‌های پژوهش به علت عدم وجود اطلاعات دقیق از زوج‌های نابینا در بهزیستی کشور، پژوهشگر ناگزیر به انتخاب روش نمونه‌گیری گلوله برفی بود و به تبع آن جهت هم‌تاسازی زوج‌های بینا با زوج‌های نابینای شرکت‌کننده در پژوهش، قدرت تعمیم‌پذیری را برای عموم زوجها ضعیف می‌سازد.

پیشنهاد می‌شود سایر متغیرهای مرتبط با زوجیت در پژوهش‌های آینده مورد بررسی قرار گیرد و همچنین متغیرهای مورد پژوهش در فرصت‌های آتی در گروه‌های مختلف معلولین مقایسه و مطالعه شود.

درنهایت از همکاری و حسن همراهی زوج‌های شرکت‌کننده در پژوهش قدردانی می‌شود.

منابع

- پورسید، س.ر؛ حبیب‌الهی، س؛ و فرامرزی، س. (۱۳۸۹). اثربخشی برنامه آموزش مهارت‌های زندگی بر میزان سازگاری دانشجویان نابینا و کم‌بینا. دوماهنامه علمی- پژوهشی راهبردهای آموزش در علوم پزشکی. ۳، (۱): ۳-۴
- جاذبی زاده، م؛ میرزایی، خ. (۱۳۹۴). وضعیت وفاداری همسران نابینا و کم‌بینا در شهر تهران. (منتشر نشده) پایان‌نامه کارشناسی ارشد مطالعات زنان. دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن.
- حقیقین طبس، غ. ح؛ تیموری، س؛ و پاکدامن، م. (۱۳۹۴). اثربخشی مهارت ارتباط مؤثر بر سازگاری بین فردی نابینایان. منتشر شده در سومین کنفرانس ملی روانشناسی و علوم رفتاری: ۳-۸۸
- روستا، س؛ ملازاده، ج؛ گودرزی، م.ع؛ و افلاک، ع. (۱۳۹۸). پیش‌بینی سازگاری زناشویی بر اساس راهبرد شناختی تنظیم هیجان در زوجین نابارور. مجله پرستاری و مامایی. ۱۷، (۹): ۷۱۶-۷۲۳.
- روشن‌نژاد، ن؛ بیان‌فر، ف؛ و طالع‌پسند، س. (۱۳۹۸). پیش‌بینی سازگاری زناشویی زوج‌های جوان بر مبنای ویژگی‌های شخصیتی تمایز یافتگی خود و سرسختی. روان‌شناسی بالینی. ۱۱، (۱): ۹۳-۱۰۷.
- شریفی درآمدی، پ. (۱۳۹۰). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی مبتنی بر رویکرد شناختی- رفتاری بر سازگاری دانش‌آموزان نابینا. فصلنامه افراد استثنایی، ۱، (۱): ۴۵-۶۶.
- شفیعی، ر؛ صالح‌زاده، م؛ دهقانی، ف؛ مرتضوی زاده، م.ر. (۱۳۹۸). نقش ابرازگری هیجان و ترس از صمیمیت بر کیفیت روابط بین فردی بیماران مبتلا به سرطان. پژوهش در سلامت روان‌شناختی. ۱۳، (۲): ۳۱-۵۲.

فتوحی، س؛ میکاعیلی، ن؛ عطادخت، ا؛ و حاج لو، ن. (۱۳۹۶). زوج‌درمانی مبتنی بر فراهیجان بر سازگاری و دلزدگی زناشویی زوج‌های با همسران دارای تعارض. فصل‌نامه فرهنگی، تربیتی زنان و خانواده. ۱۲، (۳۹).

-موید، ف؛ حاج علی اکبری مهریزی، س؛ و باغ، م. (۱۳۹۷). نقش ناگویی هیجان در سازگاری زناشویی زنان متقاضی طلاق زن و مطالعات خانواده. ۱۱، (۴۲): ۱۲۵-۱۴۰.

نامنی، م. ر؛ حیات روشنایی، ا؛ ترابی میلانی، ف. (۱۳۹۵). تحول روانی، آموزش و توان‌بخشی نابینایان. تهران: نشر سمت، چاپ چهارم.

هادیان، ص؛ و امینی، د. (۱۳۹۸). پیش‌بینی دلزدگی زناشویی براساس هوش عاطفی، مهارت‌های ارتباطی و تعارضات زناشویی زوجین متأهل دانشگاه آزاد همدان. پژوهش‌نامه مطالعات فرهنگی زنان و علوم انسانی. ۹، ۱۰، (۲۷): ۱۷۹-۲۱۱.

هاردمن، م؛ کلیفورد، ج؛ و وینستون، ا. (۲۰۱۲). روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی (جامعه، مدرسه و خانه). ترجمه علیزاده، ح؛ گنجی، ک؛ یوسفی، م؛ و یادگاری، ف. (۱۳۹۷). تهران: نشر دانژه، چاپ پنجم.

Bagherpour, m. Afrooz,gh. Sh, Ahmadi. *Compare the psychological bases of satisfaction in blind couples, sighted couples and blind man or woman couples*. International Journal of Fundamenta: 1 IJFPSS Issn: 2231-9484.4, (3):49-54.

Kirk, S., Gallagher, G. & Coleman, M.R. (2015). *Educating exceptional children (14th Ed)*. Cengage Learning Printed in the United States of America.

Labrecque, T., and Whisman, M. (2019). *Extramaritalsex and marital dissolution: Does identity oftheextramarital partner matter?* Journal of FamilyProcess, 9, 271-287.

McDonnall, M. C. (2019). *ffff sssiaal' imll iii t ttitssss uuuut the competence of people who are blind*. Journal of visual and blindness. 114(1): 6-17.

Paez, D. (2013). *Affect regulation strategies and perceived emotional express and marital adjustment for negative and positive affect*. The Journal of Positive Psychology. 8, (3).

- Panday, R., Srivastava, P., Fatima, N., Kiran, M. & Kumar, P. (2015). *Depression, anxiety and stress among adolescent girls with congenital Visual impairment*. Journal of Disability Management and Rehabilitation 1 (1), 21-24.
- Rani, M. (2016). *A study of adjustment of visually impaired and normal students in relation to their parental behavior*. Learning community, 7 (3), 231-239.
- Shapiro, A. F., Gottman, J., & Fink, B. C. (2015). *Short – term change in marital conflict following couples therapy*. Couple and Family Psychology Research and Practice, 4, 239-251.
- Welch, S., Lachmar, E., & Wittenborn, K. (2019). *Establishing safety in emotionally focused couple therapy: A single-case process study*. Journal of Marital and Family Therapy, 45: 402-415.
- Wittenborn, K., Ridenour, A., Mitchell-Ryan, A., & Seedall, B. (2018). *Randomized controlled trial of emotionally focused couple therapy compared to treatment as usual for depression: Outcomes and mechanisms of change*. Journal of Marital and Family Therapy, 45, 395-409.
- Yelsma, P., and Marrow, Sh. (2019). *Marital communication difficulties with emotional expressiveness and their marital satisfaction*. Journal of family communication, 3(1): 41-62.
- Zhaoyang, R., and Martire, L. M., and Stanford, A. M. (2018). *Disclosure and holding back: Communication, psychological adjustment and marital satisfaction among couples coping with osteoarthritis*. Journal of Family psychology, 32(3): 412-418.

