

## مقایسه سبک های حل تعارضات زناشویی و الگوهای ارتباطی در زوجین با طلاق عاطفی و طلاق عادی

سپیده اصغریان<sup>۱</sup>، رسول روشن<sup>۲</sup>، علیرضا سالمی<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup>کارشناس ارشد، روانشناسی شخصیت، دانشگاه آزاد اسلامی ورامین

<sup>۲</sup>استاد، گروه روانشناسی، دانشگاه شاهد

<sup>۳</sup>دکتری تخصصی روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی علوم و تحقیقات خوزستان

نویسنده مسئول:

رسول روشن

### چکیده

مطالعه‌ی حاضر با هدف مقایسه‌ی سبک‌های حل تعارضات زناشویی و الگوهای ارتباطی در زوجین دارای طلاق عاطفی و عادی انجام شد. این پژوهش از نوع علی - مقایسه‌ای بوده، جامعه‌ی آماری این پژوهش، شامل زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره ترنم، معراج، و ستاره در شهر تهران بودند. در این پژوهش نمونه مورد مطالعه شامل ۳۸۴ نفر که به شیوه نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند بود، در این پژوهش برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسش‌نامه‌ی نسخه دوم مقیاس شیوه‌ی مقابله با تعارض رحیم (۱۹۸۳) و مقیاس الگوهای ارتباطی کریستنسن و سالووی (۱۹۸۴) و مقیاس طلاق عاطفی گاتمن (۱۹۹۵) استفاده شده است و داده‌های بدست آمده از پرسش‌نامه‌ها با روش تحلیل واریانس چند متغیر *Manova*، آزمون *BOX, M* و آزمون لون و با نرم افزار *spss ۱۹* تجزیه و تحلیل گردید.

یافته‌ها: تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از تحلیل کواریانس چند متغیری (مانوا) نشان داد بین سبک‌های حل تعارضات زناشویی و الگوهای ارتباطی در زوجین با طلاق عاطفی و عادی تفاوت وجود دارد ( $P < ۰/۰۵$ ). با توجه به یافته‌های بدست آمده می‌توان گفت که زوجین با طلاق عاطفی و عادی در روابط خود از سبک‌های حل تعارض و مهارت‌های ارتباطی مناسب کمتر استفاده می‌کنند.

**کلمات کلیدی:** سبک‌های حل تعارض، الگوهای ارتباطی زوجین، طلاق عاطفی و طلاق عادی.

## مقدمه

یکی از مهم‌ترین آسیب‌های خانوادگی طلاق است که آثار مخرب آن در ابعاد اجتماعی فوق‌العاده زیاد بوده و موجب ایجاد ناهنجاری‌های اجتماعی بسیاری می‌شود (برنادی و همکاران، ۲۰۱۱). پژوهش‌گران علت‌های مختلفی را برای طلاق و طلاق عاطفی ذکر کرده اند از جمله اختلافات شدید اعتقادی، تفاوت‌های شخصیتی، تفاوت‌های فرهنگی، تفاوت‌های جنسیتی، تفاوت‌های خانوادگی، تربیت‌های متفاوت، خصوصیات شخصیتی ناسازگار و پافشاری دو طرف در به کرسی نشاندن عقیده یا رأی خود (مالوف و همکاران، ۲۰۱۰) یکی از دلایل بروز طلاق وجود تعارض شدید در بین زوجین می باشد (بهاری، ۲۰۱۱). تعارض بخش اجتناب ناپذیر هستی انسان است که می تواند هم به رشد روابط مثبت و هم به رشد تعارض بینجامد. در واقع داشتن شیوه های حل تعارض منطقی، مانع مؤثری در برابر تعارض های منحل کننده ی خانواده است و حتی می تواند به حل بهتر مسائل پیشروی زوجین کمک کند (کامینگس و همکاران، ۲۰۰۷). تعارض در زندگی خانوادگی، رویدادی طبیعی است که در اغلب اوقات، پدیده‌های اجتناب ناپذیر در نظر گرفته میشود که در تمامی روابط خانوادگی به چشم می‌خورد (فایرکولوس و همکاران، ۲۰۱۲). تعارض، نقطه ای بحرانی در مسیر برقراری روابط است. اگر تعارض به صورت مفید مورد استفاده قرار بگیرد میتواند عاملی پربار در جهت درک عمیقتر روابط متقابل و نزدیک شود. سالم یا ناسالم بودن یک رابطه به چگونگی توزیع و نحوه حل تعارض بستگی دارد. لذا یادگیری چگونگی مقابله مؤثر با تعارض یکی از مهمترین گام های ایجاد روابط توانمند است (ریچاردسون، ۲۰۱۰). تعارضات زناشویی به عنوان تعامل بین زوجهایی در نظر گرفته میشود که علایق، دیدگاهها و باورهای متضادی دارند (استرانگ و همکاران، ۲۰۱۱). اگر تعارض بطور ضعیفی اداره شود موجب تخریب زندگی زناشویی شده و اثرات زیان اوری بر سلامت فیزیکی و هیجانی زوجین به جا می گذارد (دونهام، ۲۰۰۸). نتایج پژوهش های ویسکریچ و دلوی (۲۰۱۳) نشان داد که بین رضایتمندی روابط زوجین و سبک های حل تعارض همبستگی بالایی وجود دارد و اینکه وجود مهارت های قوی حل تعارض در افراد موجب افزایش طول رابطه می گردد.

یکی دیگر از عواملی که زمینه را برای طلاق در زوجین فراهم می کند و باعث کاهش رضایت زناشویی می گردد الگوهای ارتباطی نامناسب از جمله الگوی ارتباطی اجتنابی و توقع/کناره گیر است (بلانچارد، ۲۰۰۸). الگوهای ارتباطی بین زوجین را به سه دسته تقسیم می‌کنند: الگوی سازنده/ متقابل<sup>۱</sup>، الگوی اجتناب / متقابل<sup>۲</sup> و الگوی توقع / کناره‌گیری<sup>۳</sup>. اهمیت الگوهای ارتباطی به قدری است که سنگ زیر بنای بهزیستی کلی خانواده عنوان شده است، به طوری که الگوهای ارتباطی آشفته بر سلامت روان زوج اثر چشم‌گیری دارد (سیفرت و همکاران، ۲۰۱۱). برقراری ارتباط صمیمی، انتقال احساسات و افکار و بیان نیازها، راه حل مشکلات در روابط زناشویی است. زن و شوهر، زمانی به رضایتمندی میرسند که به اندازه ی کافی در ارتباط شان با یکدیگر صمیمی و در حل مشکلاتی که در زندگی‌شان به وجود می آید، با یکدیگر همکاری کنند (اسر و همکاران، ۲۰۱۴). پژوهش‌ها نشان می‌دهند الگوهای ارتباط و حل مسئله‌ی ضعیف پیش زمینه تعارض زناشویی بوده و ارتباط را می‌توان به عنوان معیار معتبری برای تمیز زوج‌های خوشبخت و ناراضی مورد استفاده قرار داد (بلانچارد، ۲۰۰۸).

## روش

روش این پژوهش علی - مقایسه‌ای بوده و جامعه آماری این پژوهش، شامل زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره ترنم، معراج، و ستاره در شهر تهران و نمونه مورد مطالعه شامل ۳۸۴ نفر که بصورت تصادفی و به شکل هدفمند انتخاب شدند، جهت جمع آوری داده ها از پرسش نامه های نسخه دوم مقیاس شیوه مقابله با تعارض رحیم (۱۹۸۳) و مقیاس الگوهای ارتباطی کریستنسن و سالووی (۱۹۸۴) و مقیاس طلاق عاطفی گاتمن (۱۹۹۵) استفاده شده است داده های بدست آمده از پرسش نامه ها با روش تحلیل واریانس چند متغیری Manova، آزمون BOX, M و آزمون لون و با نرم افزار spss ۱۹ تجزیه و تحلیل گردید.

<sup>1</sup> Mutual -Constructive<sup>2</sup> Mutual-Avoidance<sup>3</sup> Demand-Withdraw

مقیاس شیوهی مقابله با تعارض رحیم (ROCI-II)<sup>۴</sup> در سال ۱۹۸۳ توسط رحیم (۱۹۸۳) جهت اندازه‌گیری سبک‌های حل تعارض طراحی شد. این پرسش‌نامه پنج سبک حل تعارض را می‌سنجد و شامل ۲۸ ماده می‌باشد. پنج سبک حل تعارض عبارت است از: سبک یکپارچگی (دارای ۷ عبارت که مربوط به سؤال‌های ۱-۶-۷-۱۷-۱۸-۲۴ و ۲۶ پرسش‌نامه است)، سبک مسلط (دارای ۵ عبارت که مربوط به سؤال‌های ۱۰-۱۲-۱۵-۲۰ و ۲۳ پرسش‌نامه است)، سبک ملزم شده (دارای ۶ عبارت که مربوط به سؤال‌های ۵-۸-۱۶-۲۵ و ۲۸ پرسش‌نامه است)، سبک اجتناب‌کننده (دارای ۶ عبارت که مربوط به سؤال‌های ۳-۴-۱۱-۱۳-۱۴ و ۲۲ پرسش‌نامه است) و سبک مصالحه (دارای ۴ عبارت که مربوط به سؤال‌های ۹-۱۹-۲۱ و ۲۷ پرسش‌نامه است). ماده‌های این مقیاس به شکل مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود به طوری که کاملاً مخالفم نمره‌ی ۱ و به کاملاً موافقم نمره‌ی ۵ تعلق می‌گیرد. حداقل و حداکثر نمره‌ی هر زیرمقیاس نیز با توجه به تعداد ماده‌های آن از ۱ تا ۵ خواهد بود. بر این اساس، زیرمقیاس یکپارچگی با داشتن ۷ ماده، نمره‌ای با حداقل ۷ و حداکثر ۳۵ خواهد داشت (حقیقی، ۲۰۱۲). پایایی آزمون=بازآزمون این مقیاس در تحقیقات مختلف از ۰/۷۲ تا ۰/۸۳ گزارش شده است و فرم فارسی آن دارای همسانی درونی ۰/۸۱ و روایی ۰/۷۹ است (باباپور، ۲۰۰۶).

مقیاس الگوهای ارتباطی (CPQ)<sup>۵</sup> توسط چریستنسن و سولاوی (۱۹۸۴) در دانشگاه کالیفرنیا ساخته شده است و از ۳۵ سؤال برخوردار است. این مقیاس رفتارهای زوجین را در طی سه مرحله تعارض زناشویی برآورده می‌کند که شامل این موارد هستند: الف) زمانی که در روابط زوجین مشکل ایجاد می‌شود. در این بخش با ۴ سؤال در رابطه با «اجتناب متقابل»، «بحث و گفت‌وگوی متقابل» و «بحث / اجتناب» زوجین ارزیابی می‌شوند. ب) در مدت زمانی که درباره‌ی مشکل ارتباطی بحث می‌شود که در این بخش با ۱۸ سؤال در رابطه با «سرزنش متقابل»، «ابراز متقابل»، «تهدید متقابل»، «مذاکره متقابل»، «کناره‌گیری / توقع»، «انتقاد کردن / دفاع کردن»، «فشار / مقاومت»، «عاطفی / منطقی»، «تهدید / کوتاه آمدن»، «پرخاشگری کلامی» و «پرخاشگری فیزیکی» مورد ارزیابی قرار می‌گیرند. ج) بعد از بحث راجع به مشکل ارتباطی با ۱۳ سؤال در رابطه با «درک متقابل»، «کناره‌گیری متقابل»، «راه‌حل‌های متقابل»، «خودداری متقابل»، «اصلاح متقابل»، «گناه / آسیب»، «آشتی / ترک»، «فشار / مقاومت» و «جست‌وجوی حمایت» مورد ارزیابی قرار می‌گیرند. زوجین هر رفتار را روی یک مقیاس نه درجه‌ای لیکرتی، از ۱ (اصلاً امکان ندارد) تا ۹ (خیلی امکان دارد)، درجه‌بندی می‌کنند. این پرسش‌نامه از سه خرده مقیاس «ارتباط سازنده متقابل»، «ارتباط اجتنابی متقابل» و «ارتباط توقع / کناره‌گیری» تشکیل شده است. خرده مقیاس ارتباط توقع - کناره‌گیری شامل دو بخش «مرد متوقع / زن کناره‌گیر» و «زن متوقع / مرد کناره‌گیر» است. نمره‌ی بالا در مقیاس سازنده متقابل، بیانگر ارتباط مناسب و نمره‌های پایین نشان‌دهنده‌ی ارتباط نامناسب است؛ اما نمره‌ی بالا در دو مقیاس ارتباط اجتنابی متقابل و توقع / کناره‌گیر، نشان‌دهنده‌ی ارتباط نامناسب و نمره‌ی پایین نشان‌دهنده‌ی ارتباط مناسب است. در ایران عبادت‌پور (۱۳۷۹ به نقل از احمدی و همکاران، ۲۰۰۶) این پرسش‌نامه را هنجاریابی کرده و به منظور برآورد روایی پرسش‌نامه، همبستگی آن و پرسش‌نامه رضایت زناشویی را به دست آورده که نتایج نشان می‌دهد همه زیرمقیاس‌های پرسش‌نامه با رضایت زناشویی اثریچ همبستگی دارد و ضریب آلفای کرونباخ را برای الگوی «ارتباط سازنده متقابل» ۰/۷۰، «ارتباط اجتنابی متقابل» ۰/۷۱، «ارتباط توقع / کناره‌گیری» ۰/۶۶، «مرد متوقع / زن کناره‌گیر» ۰/۵۲ و «زن متوقع / مرد کناره‌گیر» ۰/۵۱ برآورد کرد.

مقیاس طلاق عاطفی (EDS) این مقیاس توسط گاتمن (۱۹۹۵) تدوین شده است، برای نخستین بار در ایران توسط جزایری (۱۳۸۷) ترجمه شد و مورد استفاده قرار گرفت. این مقیاس شامل جملاتی درباره جنبه‌های مختلف زندگی است که ممکن است فرد با آن موافق یا مخالف باشد که ۲۴ سؤال دارد و به شیوه بله یا خیر باید به آن جواب داد. پاسخ بله امتیاز ۱ و پاسخ خیر ۰ می‌گیرد. پس از جمع عبارات با یکدیگر، حداقل و حداکثر نمره فرد در کل مقیاس به ترتیب ۰ و ۲۴ است؛ بدین صورت که در نمره بین ۰ تا ۸ احتمال جدایی در زندگی ضعیف است. در نمره بین ۸ تا ۱۶ احتمال جدایی متوسط و در نمره بالاتر از ۱۶ احتمال جدایی بالا است؛ بنابراین نمرات بالا در این مقیاس نشان می‌دهد که احتمال طلاق عاطفی بیشتر است. (گاتمن، ۱۹۹۵) در پژوهش مامی و عسگری (مامی و همکاران، ۲۰۱۴) آلفای کرونباخ برای پایایی پرسش‌نامه ۰/۸۳ گزارش شده است.

<sup>4</sup> Rahim Organizational Conflict Inventory-II

<sup>5</sup> Communication Patterns Questionnaire (CPQ)

## یافته ها

نمونه مورد مطالعه در این پژوهش شامل ۳۸۴ نفر بوده که از نظر جنسیت ۵۲.۹ درصد مرد و ۴۷.۱ درصد زن که از نظر سنی بین دامنه سنی ۲۰-۵۰ سال قرار داشته و از نظر میزان تحصیلات ۴۰.۱ درصد دیپلم و کاردانی، ۴۱.۱ درصد کارشناسی و ۱۸.۸ درصد کارشناسی ارشد و نیز از نظر وضعیت تاهل ۷۴ درصد متاهل و ۲۶ درصد در شرف طلاق گرفتن می باشند.

در ادامه جداول مربوط به نتایج آزمون کولموگراف اسمیرنوف جهت تعیین نرمال بودن، نتایج آزمون ام. باکس، نتایج آزمون های چند متغیره جهت معنی داری اثر متغیرهای مستقل، نتایج آزمون لون جهت سنجش برابری واریانس های خطای دو متغیره، نتایج مربوط به آنالیز چند متغیره ی در رابطه با انواع سبک های حل تعارض، نتایج مربوط به آنالیز چند متغیره ی در رابطه با انواع الگوهای ارتباطی ارائه می گردد:

جدول (۱) نتایج آزمون کولموگراف اسمیرنوف جهت تعیین نرمال بودن

متغیر ها شاخص	z	Sig
الگوهای ارتباطی زناشویی	۰.۰۵۷	۰.۷
سبک حل تعارض	۰.۱۷	۰.۸
طلاق عادی	۰.۵۱۸	۰.۶
طلاق عاطفی	۰.۵۱۸	۰.۹

با توجه به نتایج جدول (۱) داده ها از توزیع طبیعی برخوردار بودند. با توجه به نتایج جدول داده ها از یک توزیع نرمال برخوردار است و آزمون کولموگروف - اسمیرنوف برای تطابق توزیع نمونه با توزیع نظری معنی دار بوده است،

جدول (۲) نتایج آزمون ام. باکس

Box's M	۳.۴۵
F	۱.۱۳
df1	۳
df2	۱۰۲.۱۳
Sig.	۰.۳۳

برای تفسیر نتیجه آزمون ام. باکس از مقدار آماره F استفاده می شود. این آزمون دارای دو درجه آزادی به نام های df1 و df2 می باشد. براساس مقدار F اگر سطح معنی داری کوچک تر از ۰.۰۰۵ باشد، فرض صفر رد می شود. بدین معنی که ماتریس های کواریانس مشاهده شده متغیرهای وابسته در بین گروه های مختلف متفاوت است. در این پژوهش سطح معناداری مقدار F (۰.۳۳) بزرگ تر از ۰.۰۵ است. بنابراین می توان گفت که فرض صفر پذیرفته شده و شاهد برابری ماتریس های کواریانس مشاهده شده متغیرهای وابسته در بین گروه های مختلف هستیم.

جدول (۳) نتایج آزمون های چندمتغیره جهت معنی داری اثر متغیرهای مستقل

نام آزمون	مقدار	F	فرضیه df	خطای df	سطح معنی داری
آزمون اثر پیلایی	۰.۹۱	۳۱۳/۳۹۴	۲	۳۸۱	۰/۰۰۱
آزمون لامبادای ویلکز	۰.۰۸	۳۱۳/۳۹۴	۲	۳۸۱	۰/۰۰۱
آزمون اثر هتلینگ	۱۰.۲۱	۳۱۳/۳۹۴	۲	۳۸۱	۰/۰۰۱
آزمون بیشترین ریشه روی	۱۰.۲۱	۳۱۳/۳۹۴	۲	۳۸۱	۰/۰۰۱

همان طور که در جدول ۳ مشاهده می شود، سطوح معنی داری همه ی آزمون ها قابلیت استفاده از مانوا را مجاز می شمارد. این امر بیانگر این است که بین الگوهای ارتباطی با طلاق عاطفی و عادی حداقل از لحاظ یکی از متغیرهای وابسته تفاوت معنی داری وجود دارد.

جدول ۴) نتایج آزمون لون جهت سنجش برابری واریانس‌های خطای دو متغیره

متغیر	F	df1	df2	سطح معنی داری
الگوهای ارتباطی	۰.۲۹	۱	۳۸۲	۰/۰۰۰
سبک‌های حل تعارض	۳.۰۸	۱	۳۸۲	۰/۵۷۲

جدول ۴ نتایج آزمون لون جهت سنجش برابری واریانس‌ها خطای دو متغیر سبک‌های حل تعارض و الگوهای ارتباطی را نشان می‌دهد. در این جدول مقدار آماره F، مقدار تبدیل شده آزمون F و یک توزیع تقریبی از آن می‌باشد. همچنین در این جدول درجات آزادی فرضیه و خطای توزیع نشان داده شده است. نتایج نشان می‌دهد که برای متغیر الگوهای ارتباطی، سطح خطای آماره F کوچک‌تر از ۰.۰۵ است، بنابراین واریانس خطای این متغیر با سبک‌های حل تعارضات زناشویی متفاوت است. و همچنین در مورد متغیر سبک‌های حل تعارضات زناشویی با توجه به سطح معناداری F خطای این متغیر با الگوهای ارتباطی متفاوت است.

جدول ۵) نتایج مربوط به آنالیز چند متغیره‌ی در رابطه با انواع سبک‌های حل تعارض

سطح معنی داری	F	Mean Square	df	
۰/۰۰۷	۲.۸۸	۱۱۸.۶۳	۱	سبک یکپارچگی
۰.۰۰۴	۱۹۳.۴۵۱	۲۱۹.۴۷	۱	سبک مسلط
۰/۰۰۰	۲.۵۹	۱۴.۱۱	۱	سبک ملزم شده
۰/۰۰۴	۲.۷	۱۱۸.۶۳	۱	سبک اجتناب کننده
۰.۰۰۰	۲.۵۹	۱۴.۱۱	۱	سبک مصالحه
۰/۰۰۰	۲.۴۹	۱۱۹.۶۷	۱	سبک یکپارچگی
۰/۰۰۰	۲.۴۳	۱۵.۱۱	۱	سبک مسلط
۰.۰۰۲	۳.۵۹	۱۳۸.۶۳	۱	سبک ملزم شده
۰.۰۰۲	۲.۰۱	۱۷.۱۱	۱	سبک اجتناب کننده
۰.۰۰۰	۱.۸۴	۱۷.۲۵	۱	سبک مصالحه

با توجه به نتایج جدول ۵، به دست آمده و تأیید این فرضیه می‌توان گفت که به لحاظ آماری میانگین نمره سبک‌های حل تعارض در زوجین با طلاق عادی و عاطفی تفاوت وجود دارد.

جدول ۶) نتایج مربوط به آنالیز چند متغیره‌ی در رابطه با انواع الگوهای ارتباطی

سطح معنی داری	F	Mean Square	df	
۰/۰۰۷	۷.۳۰۸	۸۲۸.۵۶	۱	الگوی ارتباط سازنده متقابل
۰.۰۰۴	۸.۳۱	۴۸۰.۵۷	۱	الگوی ارتباط اجتنابی متقابل
۰/۰۰۴	۸.۵۳	۲۵۱.۷۹	۱	الگوی ارتباط توقع-کناره‌گیری
۰/۰۰۰	۱۹۳.۴۵۱	۲۱۹.۴۷	۱	الگوی ارتباط سازنده متقابل
۰/۰۰۰	۱۹۹.۲۵	۱۱۵.۰۲	۱	الگوی ارتباط اجتنابی متقابل
۰.۰۰۰	۲۰۷.۶۳	۶۱۲.۶۳	۱	الگوی ارتباط توقع-کناره‌گیری

با توجه به جدول ۶، نتایج به دست آمده می‌توان گفت که به لحاظ آماری میانگین نمره‌ی الگوهای ارتباطی در زوجین با طلاق عادی و عاطفی تفاوت وجود دارد.

### بحث

این پژوهش با هدف بررسی مقایسه سبک‌های حل تعارضات زناشویی و الگوهای ارتباطی در زوجین با طلاق عاطفی و طلاق عادی صورت گرفت که نتایج بدست آمده نشان داد اثر همزمان طلاق عاطفی و عادی بر سبک‌های حل تعارضات زناشویی معنی‌دار می‌باشد یعنی به لحاظ آماری میانگین نمره، سبک‌های حل تعارضات زناشویی و الگوهای ارتباطی در زوجین با طلاق عادی و طلاق عاطفی با هم فرق دارند. این یافته با نتایج پژوهش‌های کلایر و همکاران (۲۰۱۱) مبنی بر وجود رابطه بین تعارض و رضایت زناشویی و نیز با نتایج پژوهش‌های لیندزی و همکاران (۲۰۰۶) که نشان دادند در خانواده‌های طلاق تعارضات زناشویی بیشتری مشاهده شده است دو تعارضات زناشویی یکی از عوامل طلاق است و همچنین با یافته‌های مطالعات ویسکریچ و دلوی (۲۰۱۳) که نشان دادند بین رضایتمندی روابط زوجین و سبک‌های حل تعارضات همبستگی بالایی وجود دارد و اینکه وجود مهارت‌های قوی حل تعارض در افراد موجب افزایش طول رابطه می‌گردد و با نتایج پایدا (۲۰۱۴) که در مطالعات خود دریافتند سبک حل تعارض (حل مسئله مثبت، تعامل‌جنگ، خروج و نطیاق) نقش واسطه در رابطه بین دلبستگی و کیفیت زناشویی دارد و مجموعه‌ای از استراتژی‌های مثبت حل تعارض از زوج برای ارتقاء کیفیت زناشویی مؤثر است، همسو می‌باشد.

در تبیین نتایج فوق می‌توان اضافه کرد که تعارض زمانی پیش می‌آید که اعمال یک فرد با اعمال فرد دیگر تداخل پیدا می‌کند، همچنان که دونه به یکدیگر نزدیک تر می‌شوند نیروهای تعارض افزایش پیدا می‌کند تعارض بین اعضای خانواده بخصوص زوجین، به وحد و یکپارچگی آنان ضربه می‌زند بطوری که شدت آن موجب بروز نفاق، پرخاشگری، ستیزه جویی و سرانجام اضمحلال و زوال خانواده می‌گردد. با افزایش تعارض در ارتباط‌های زوجی، ناسازگاری افزایش یافته و نارضایتی بیشتری حاصل می‌شود که تمامی این مشکلات از مقدمات طلاق محسوب می‌شوند (لانگ و یانگ، ۲۰۰۶). توانایی برای مدیریت و حل تعارضها به شکل سازنده‌ی می‌تواند یک ارتباط قوی را در رابطه‌ی زوج شکل دهد و زوجها را برای ایجاد یک رابطه‌ی صمیمی و نزدیک کمک کند (سوموهانو، ۲۰۱۳).

همچنین یافته‌های پژوهش حاضر فرضیه دوم پژوهش مبنی بر اثر همزمان طلاق عاطفی و عادی بر الگوهای ارتباطی زوجین را نیز تایید می‌کند، این یافته نیز با نتایج برکل و همکاران (۲۰۰۵) که در پژوهش‌های خود نشان داده‌اند الگوی ارتباطی گفت و شنود با کیفیت زندگی رابطه مثبت و معنادار و الگوی ارتباطی هم‌نوایی با کیفیت زندگی رابطه منفی و معنادار دارند از دیگر یافته‌هایی که نتایج این پژوهش را تایید می‌کنند نتایج تحقیقات اسمیت و همکاران (۲۰۰۸) و هیون و همکاران (۲۰۰۶) می‌باشد، آنان در مطالعات خود به این نتیجه رسیدند که الگوهای ارتباطی سازنده منجر به رضایت زناشویی بیشتر میگردد و در مقابل الگوهای ارتباطی مخرب از جمله اجتناب و کناره‌گیری سطح رضایت زناشویی را کاهش می‌دهد.

به نظر می‌رسد که شایع‌ترین و مخرب‌ترین مشکلات در ازدواج‌های شکست خورده مشکلات ارتباطی است (سوسن و همکاران، ۲۰۰۶). و یکی از بهترین راه‌های تقویت رابطه همسران تعلیم مهارت‌های ارتباطی به زوج هاست که به آنها کمک می‌کند تا تعارضات زناشویی آتی‌شان را حل و فصل کنند، بهبود ارتباط همسران بر میزان سازگاری زناشویی آنان مؤثر است (یالسین و همکاران، ۲۰۰۷).

### نتیجه گیری

رابطه‌ی زناشویی رضایت‌بخش و سالم هرگز به‌طور تصادفی ایجاد نمی‌شود. اغلب زوجها طریقه‌ی صحیح گفت‌وگو و برقراری ارتباط کلامی را با یکدیگر نمی‌دانند و فاقد مهارت‌های لازم در این زمینه هستند. اگرچه همه همسران اختلاف و تعارض را در زندگی زناشویی خود تجربه می‌کنند، ولی همه به یک شکل به آن پاسخ نمی‌دهند و راهبردهای حل تعارض متفاوتی را اتخاذ می‌کنند. از آنجا که برخورداری بودن از شیوه‌های حل تعارض منطقی، مانع مؤثری در برابر تعارض‌های منحل‌کننده خانواده است و می‌تواند زوجها را برای ایجاد یک رابطه‌ی صمیمی و نزدیک کمک کند. بنابراین زوجینی که توانایی حل تعارض بالایی دارند، در روابطشان از الگوهای ارتباطی مؤثر و سودمند بهره می‌گیرند، سردی رابطه و طلاق عاطفی را کمتر تجربه می‌کنند. بسیاری از زوجها طریقه‌ی صحیح گفت‌وگو و برقراری ارتباط کلامی را با یکدیگر نمی‌دانند و فاقد مهارت‌های لازم در این زمینه هستند. بنابراین بارها و بدون اینکه بخواهند، زمینه رنجش و ناراحتی را در همسر خود فراهم می‌کنند.

زوجینی که در تعارضات می‌افتند راهبرد منطقی و مشخصی برای خروج از این تعارضات ندارند. آموزش ارتباط به آنها کمک می‌کند تا راه‌های پاداش‌دهنده تری برای برخورد با تعارضات زندگی خود در پیش گیرند. مهارت‌های ارتباطی به زوجین کمک می‌کند تا دلایل زیر بنای تعارض مخرب خود را شناسایی کرده و از شیوه‌های سازنده تری برای برخورد با آن استفاده کنند. در واقع آموزش مهارت‌های ارتباطی به زوجین کمک می‌کند تا پیام‌های خود را با دقت بیشتر، موثرتر و کارآمدتر منتقل کنند. بنابراین ضروری است روانشناسان و مشاوران و خانواده‌درمانگران به راهبرد ها و فنونی مجهز باشند که اثر بخش بوده و بتوانند نیازهای یاوران خانواده‌ها پاسخ بدهند.

### قدردانی

پژوهشگران بر خود لازم میدانند که از همکاری تمامی افرادی که ما را در انجام هرچه بهتر پژوهش حاضر یاری نمودند، صمیمانه تشکر و سپاسگذاری نمایند.

### منابع و مراجع

- 1- Ahmadi, Z et al.(2006) A survey on couples' communication patterns and marital satisfaction of couples working in Isfahan University, Family Studies:(2); 109-120.
- 2- BabaPour Kh J (2006).Investigating the Relationship between Communication Problems and Psychological Health of Students. Phd dissertation of Tabriz University: 4, 46-27.
- 3- Bahari F. (2011)Interpersonal relationship conflict management style and marital conflict divorce city of Esfahan. Counseling Research and Developments; 10(39): 125-38. [In Persian].
- 4- Bernardi F , Martínez-Pastor J I(2011). Divorce risk factors and their variation over time in Spain. Demographic Research; 24.
- 5- Berkel L, & Constantine MG.(2005)Relational variables and life satisfaction in African American and Asian American college woman.Jornal of collgecounseling : (8);5-15.
- 6- Blanchard VL.(2008)Does Marriage and Relationship Education Improve Couples' Communication? A Meta-Analytic Study.
- 7- Christensen A, & Sullaway M .(1984)Communication Patterns Questionnaire, University of California, Los Angeles: Unpublished Manuscript.
- 8- Claire M, Kamp Dush & Miles G. Taylor.(2011) Trajectories of Marital Conflict Across the Life Course: Predictors and Interactions With Marital Happiness Trajectories. Journal of Family : 33(3);341– 368.
- 9- Cummings EM, Kouros CD & Papp LM. (2007)Marital aggression, everyday interparental conflict, and children's responding to everyday interparental conflicts. Europ Psych:12(1), 17-28.

- 10- Dunham SH. (2008). Emotional skillfulness in African American marriage. Intimate safety as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction. Unpublished Doctoral Dissertation. University of Akron, 2008.
- 11- Esere MO, Yeyeodu A, Oladun, C. (2014) Obstacles and suggested Solutions to Effective Communication in Marriage as Expressed by Married Adults in Kogi State, Nigeria, *Journal of Procedia-Social and Behavioral Sciences*: 114, 134-132.
- 12- Faircloth B. (2012) Children and Marital Conflict: A Review. *Case makers*: 1(1), 1-1.
- 13- Gutman G. Success or failure in marriage, translation of Armanagh Jazayeri (2008). Tehran: Khojasteh Publications, 1995. Rahim MA. (1983) A measure of styles of handling interpersonal conflict. *Academy of management Journal*: 26(2): 368-376.
- 14- Haghghi H (2012), Investigating the Factor Structure and Psychometric Properties of the Rohiyah Conflict Resolution Style Questionnaire (ROCI-II) among Iranian Couples. *Family counseling and psychotherapy*, 1.(3).
- 15- Heaven PCL, Smith LM, Prabhakar S, Abraham J, & Mete ME (2006). Personality and conflict communication patterns in cohabiting couples. *Journal of Research in Personality*: 40(5); 829-840.
- 16- Mami Sh, And Asgari M. (2014) The Structure of Self-differentiation and Attachment Styles in the Forecast of Emotional Divorce. Regional Examination of Pathology Divorce, Saghez, Islamic Azad University, Saghez Branch.
- 17- Malouff J M, Thorsteinsson E B, Schutte N S, Bhullar N, Rooke S E. (2010) The five-factor model of personality and relationship satisfaction of intimate partners: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*: 44(1).
- 18- Lindsey EW, Colwell MG, Frabutt GM, & MacKinnon-Lewis C. (2006) Family conflict in divorced and non-divorced families: Potential consequences for boys' friendship status and friendship quality. *Journal of Social and Personal Relationships*: 23(1): 45-63.
- 19- Paidéia P (2014). Marital Quality and attachment: The mediator role of conflict resolution styles. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre-RS, Brazil.
- 20- Siffert A & Schwarz B. (2011) Spouses' demand and withdrawal during marital conflict in relation to their subjective well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*: 28.(2).
- 21- Somohano VC. (2013) Mindfulness, attachment style and conflict resolution behaviors in romantic relationships (Doctoral dissertation, Humboldt State University).
- 22- Strong B, Devault C & Cohen TF. (2011) *The Marriage and Family Experience: Intimate Relationships in a Changing Society* (11ed). USA: Wadsworth general learning.
- 23- Smith LM, Heaven PCL, & Ciarrochi J. Trait (2008) emotional intelligence, conflict communication patterns, and relationship satisfaction. *Journal of Personality and Individual Differences*; 44(6); 1314-1325.
- 24- Susan JC, Keith SD, & Rachel, M. (2006) Marital Problem solving behavior in depression and marital distress, *Journal of abnormal psychology*: 115: 20-38.
- 25- Long L, & Young G. (2006). *Counseling and therapy for couples*, CA: Thomson Brooks/Cole Pub.
- 26- Richardson RW. (2010) *Couples in conflict: A family systems approach to marriage counseling*. 1st ed. Minneapolis: Fortress Press: 108-10.



- 27- Weisskirch RS, &Delevi R.(2013) Attachment style and conflict resolution skills predicting technology use in relationship dissolution. Computers in Human Behavior: 29(6), 2530-34 .
- 28- Yalcin BM, and Karahan Ft.(2007) Effects of a Couple Communication Program on Marital Adjustment. JABFM, 20(1).[http://www. Jabfm.org](http://www.Jabfm.org).

