



Designing a model of attachment styles in the reconciliation of emotional relationships with the mediation of communication skills in married students of Hamedan University of Medical Sciences

Zahra. Shayesteh Fard¹, Naser. Sobhi Gharamaleki*², Majid. Zargham Hajebi³

1. PhD student, Counseling, Qom Branch, Islamic Azad University, Qom, Iran

2. Associate Professor, Department of Psychology, Mohaghegh Ardabili University, Ardabil, Iran

3. Associate Professor, Department of Counseling, Qom Branch, Islamic Azad University, Qom, Iran

ARTICLE INFORMATION

Article type

Original research

Pages: 375-388

Corresponding Author's Info

Email: sobhi@atu.ac.ir

Article history:

Received: 2022/08/04

Revised: 2022/10/19

Accepted: 2022/11/16

Published online: 2022/12/06

Keywords:

attachment style, compromise of emotional relationships, communication skills.

ABSTRACT

Background and Aim: One of the successful factors in married life is proper communication skills between couples. Various researches have shown that communication problems are one of the most common problems expressed by couples. The present research was carried out in order to provide a model of attachment styles in the reconciliation of emotional relationships with the mediation of communication skills in students of Hamedan University of Medical Sciences. **Methods:** The current research method was correlation and structural equation modeling. The statistical population of this study included 410 married female students of Hamedan University of Medical Sciences in 2019-20, who were selected by convenience sampling. The data were collected using the Marital Compatibility Questionnaire (Spanier, 1976), Hazan and Shaver (1985) Adult Attachment Styles Questionnaire and Christensen and Salawi (1984) Communication Skills Questionnaire. Data analysis was done by path analysis using AMOS and SPSS version 20 software. **Results:** The results showed that secure attachment ($\beta=0.14$; $P<0.001$) had a direct effect on communication skills. Also, the indirect path of secure attachment with emotional compromise with the mediation of communication skills was significant ($P<0.001$). **Conclusion:** Therefore, according to the significant role of the components of secure attachment style and communication skills, therapists can examine the level of responsibility, happiness, increase resilience against psychological pressure in the discussion of examining and treating marital adjustment problems and teach communication skills in couples.



This work is published under CC BY-NC 4.0 licence.

© 2022 The Authors.

How to Cite This Article:

Shayesteh Fard, Z., Sobhi Gharamaleki, N., & Zargham Hajebi, M. (2022). Designing a model of attachment styles in the reconciliation of emotional relationships with the mediation of communication skills in married students of Hamedan University of Medical Sciences. *jayps*, 3(2): 375-388



طراحی مدل سبک‌های دلبستگی در سازش روابط عاطفی با میانجی‌گری مهارت‌های ارتباطی در دانشجویان متأهل دانشگاه علوم پزشکی همدان

زهرا شایسته فرد^۱، ناصر صبحی قراملکی*^۲ و مجید ضرغام حاجبی^۳

۱. دانشجوی دکتری مشاوره، واحد قم، دانشگاه آزاد اسلامی، قم، ایران
۲. دانشیار گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران
۳. دانشیار گروه مشاوره، واحد قم، دانشگاه آزاد اسلامی، قم، ایران

اطلاعات مقاله	چکیده
نوع مقاله: علمی- پژوهشی صفحات: ۳۷۵-۳۸۸	زمینه و هدف: یکی از عوامل موفقیت‌آمیز در زندگی زناشویی، مهارت‌های ارتباطی مناسب بین زوجین است؛ تحقیقات مختلف نشان داده است که مشکلات ارتباطی از رایج‌ترین مشکلاتی است که زوجین بیان می‌کنند. پژوهش حاضر به منظور ارائه مدل سبک‌های دلبستگی در سازش روابط عاطفی با میانجی‌گری مهارت‌های ارتباطی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی همدان اجرا شد.
اطلاعات نویسنده مسئول ایمیل: sobhi@atu.ac.ir	روش پژوهش: روش پژوهش حاضر از نوع همبستگی و مدل‌سازی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری این مطالعه شامل ۴۱۰ نفر از زنان دانشجوی متأهل دانشگاه علوم پزشکی شهر همدان در سال ۱۳۹۸-۹۹ بودند که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه سازگاری زناشویی (اسپانیر، ۱۹۷۶)، پرسشنامه سبک‌های دلبستگی بزرگسالان هازان و شاور (۱۹۸۵) و پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی کریستنسن و سالوی (۱۹۸۴) جمع‌آوری شد.
سابقه مقاله تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۰۵/۱۳ تاریخ اصلاح مقاله: ۱۴۰۱/۰۷/۲۷ تاریخ پذیرش نهایی: ۱۴۰۱/۰۸/۲۵ تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۰۹/۱۵	تجزیه و تحلیل داده‌ها به روش تحلیل مسیر و با استفاده از نرم‌افزار AMOS و SPSS نسخه ۲۰ انجام شد. یافته‌ها: نتایج نشان داد دلبستگی ایمن ($\beta=0/14$; $P<0/001$) دارای اثر مستقیم بر مهارت‌های ارتباطی بود. همچنین مسیر غیرمستقیم دلبستگی ایمن با سازش عاطفی با میانجی‌گری مهارت‌های ارتباطی معنادار بود ($P<0/001$). نتیجه‌گیری: بنابراین، با توجه به نقش معنادار مؤلفه‌های سبک دلبستگی ایمن و مهارت‌های ارتباطی، درمانگران می‌توانند در بحث بررسی و درمان مشکلات سازگاری زناشویی به بررسی میزان مسئولیت‌پذیری، شادمانی، افزایش تاب‌آوری در برابر فشار روانی و آموزش مهارت‌های ارتباطی در زوجین بپردازند.
واژگان کلیدی سبک دلبستگی، سازش روابط عاطفی، مهارت‌های ارتباطی.	

انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC 4.0 صورت گرفته است. تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است.



شیوه استناد به این مقاله

شایسته فر، ز.، صبحی قراملکی، ن.، و ضرغام حاجبی، م. (۱۴۰۱). طراحی مدل سبک‌های دلبستگی در سازش روابط عاطفی با میانجی‌گری مهارت‌های ارتباطی در دانشجویان متأهل دانشگاه علوم پزشکی همدان. *دوفصلنامه مطالعات روانشناختی نوجوان و جوان*، ۳(۲): ۳۷۵-۳۸۸

مقدمه

سازش زناشویی پیوندی دو ستانه همراه با تفاهم و درک یکدیگر و تعاملی منطقی میان نیازهای مادی و معنوی همسران است. سازش زناشویی بنیادی‌ترین ستون سلامت روانی افراد در خانواده است که از عامل‌های گوناگونی مانند وضع مالی، ویژگی‌های شخصیتی و پیشینه زوجین، سن ازدواج، وضع کاری و... اثر می‌پذیرد (سینها و مکرچی، ۱۹۹۱). در رابطه بین افراد، یکی از مؤلفه‌های مهم، سازگاری است که به صورت تمایل به برقراری ارتباط هر موجود زنده با وضع موجود یا محیط موجود تعریف می‌گردد. سازگاری همچنین تمایل به واکنش سازنده به جای واکنش آسیب‌زا به یک کنش بالقوهی مخرب، معمولاً برای سازگاری اجتماعی و روانشناختی کاربرد دارد که در معنای نوعی رفتار تطابقی است که به فرد اجازه می‌دهد تا با تقاضاهای محیط مواجه شود (بارامب و بویسکار، ۲۰۱۳). به طور ویژه یکی از زمینه‌های سازگاری در زندگی انسان، سازگاری زناشویی^۱ است. ثبات و سازگاری زناشویی یکی از ملاک‌های موفقیت تعامل عاشقانه زوجین است (منادال، ۲۰۱۴). سازش زناشویی گویای وضعیتی است که در آن احساس غالبی که زوجین در رابطه‌ی زوجی‌شان ادراک می‌کنند، خوشبختی و رضایت از هم است (ویشمن و بوکام، ۲۰۱۲). همچنین سازش زناشویی فرایند انطباق با تغییرات بیرونی، برقراری تعادل بین انتظارات و نیازهای طرف مقابل را شامل می‌شود (فسیلوگو، ۲۰۰۱)؛ بنابراین می‌توان بیان کرد که سازش زناشویی دوره کمال و تحول است که در آن رشد و پیشرفت زوجین مورد پذیرش و درک واقع می‌شود و در صورت عدم درک و تجربه‌ی این رشد، اتمام روابط عاشقانه پیامد حتمی خواهد بود (شجاعی، جزایری و احمدی، ۱۳۹۸).

عواملی که بر زندگی زناشویی تأثیر می‌گذارد و موجبات بروز رضایت یا نارضایتی را در زندگی فراهم می‌کند بسیاریند، عواملی چون کیفیت ارتباط قبل از ازدواج، نوع شخصیت زوجین، انواع هوش، شیوه‌های ارتباطی زوجین و عوامل محیطی نظیر خانواده، مشکلات رفتاری، روانی و

پیشینه روانشناختی از عوامل شناخته شده‌ای هستند که می‌تواند میزان سازگاری در روابط عاشقانه را تعیین کند. کسانی از زندگی سالم برخوردارند که مهارت‌های ویژه‌ای را دارا باشند؛ مهارت‌ها زندگی رفتار سازگانه فرد است به گونه‌ای که بتواند با ضروریات زندگی روزمره کنار بیاید. (بوتوین، ۲۰۰۶)

از عوامل دیگری که می‌تواند با سازش عاشقانه ارتباط داشته باشد، سبک دلبستگی است. از آنجا که در مسیر رشد و تحول افراد، دلبستگی در آنان شکل می‌گیرد، بنابراین سبک دلبستگی افراد یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر در تعاملات بین فردی خواهد بود. لاجرم سبک دلبستگی یکی از عوامل شخصی اثرگذار بر تعهد زناشویی و کم و کیف آن خواهد بود. در واقع نظریه دلبستگی نحوه تأثیر ویژگی‌های فردی بر عملکرد رابطه را توصیف می‌کند و همین‌طور توضیح می‌دهند چطور فرایندهای دلبستگی رابطه‌ای خاص، عملکرد را تحریک می‌کند. این نظریه به فرایندهای بین فردی و رفتار در ارتباط نیز می‌پردازد. نظریه دلبستگی به ما کمک می‌کند که پاسخ‌های بین فردی افرادی که سبک‌های دلبستگی متفاوتی دارند را بدانیم (جانسون، ۲۰۱۰).

در تطابق با نظریه دلبستگی، افراد با سبک‌های دلبستگی متفاوت به طور متفاوتی در روابط زناشویی عمل می‌کنند. سازه دلبستگی که در ابتدا برای توصیف ویژگی‌های روابط هیجانی بین کودک و مراقبش بود به فرآیند شکل‌گیری و قطع شدن پیوندهای عاطفی اشاره دارد. اما بعدها به روابط نزدیک (صمیمانه) بزرگسالان گسترش یافت (صیدی، فلاح تفتی، صادقی و رضایی، ۱۳۹۲). سبک دلبستگی بزرگسالان به سه دسته ایمن، اضطرابی و اجتنابی تقسیم می‌شود (هازن و شاور، ۱۹۸۷). وینه (۱۹۸۴) معتقد بود دلبستگی نقطه شروع نظام ارتباطی زوجین بوده و پایه و اساس سایر الگوها و فرایندهای مانند ارتباط و عشق محسوب می‌شود. ویزون و همکاران (۲۰۱۵) بیان می‌کنند سبک دلبستگی از جمله متغیرهایی است که در گزینش همسر مؤثر بوده و نقش

1. marital adjustment

به نظر می‌رسد وجود اضطراب دلبستگی در روابط عاشقانه زوجین موجب کنترل شدید عاطفی و بالا رفتن تنش در روابط می‌شود. از طرفی، صیدی و همکاران (۱۳۹۲) نیز خاطرنشان می‌کنند که دلبستگی نایمن استحکام روابط زوج و توان مقابله آن را با تنش‌ها و مشکلات زندگی مختل می‌کند. در شرایطی که اجتناب و اضطراب همسران در سطح بالایی قرار داشته باشد؛ زوج دیگر، اعتماد و توانایی لازم را برای همکاری و کمک به یکدیگر (تعهد)، مبتکر و فعال بودن (چالش) و همچنین احساس کنترل بر اوضاع و رخدادها (کنترل) را در روابط عاطفی از دست خواهد داد. از طرفی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و کیفیت ارتباط توسط برخی پژوهش‌ها به تأیید رسیده است (نیوسما، ۲۰۱۵).

بنابراین می‌توان چنین نتیجه گرفت که سبک دلبستگی ایمن از طریق ایجاد رابطه منطقی و با کیفیت ارتباط در زوجها سازش بیشتری در رابطه موجب خواهد شد و در مقابل، سبک‌های نایمن با ایجاد ارتباط مختل، موجب لغزش و کارکرد نامناسب ارتباط زوجی در مواجهه موقعیت‌های تنش‌زا می‌شود. به نظر می‌رسد افراد با سبک دلبستگی ایمن مشکلات را به گونه‌ای مثبت تفسیر می‌کنند و سعی دارند تا به سرعت، معنایی برای آن بیابند. این ویژگی می‌تواند قابلیت خانواده را برای مدیریت تنش تا حد زیادی تقویت کند (حسینی و همکاران، ۱۳۹۴).

بر اساس پژوهش‌ها سبک‌های دلبستگی نایمن باعث می‌شود تا زوجها نتوانند به خوبی احساسات، مقاصد و هیجانات خود را با یکدیگر در میان بگذارند، در نتیجه کارکرد مناسبی در مواجهه با مشکلات و سازش در روابط عاشقانه نخواهند داشت. متغیر دیگری که بر این مهم مؤثر است هوش هیجانی است؛ چراکه هوش هیجانی پایین هم می‌تواند در ناسازگاری و عدم درک همدلانه در روابط عاشقانه تأثیرگذار باشد. ارتباط خوب همسران با یکدیگر آن‌ها را قادر می‌سازد تا نیازها، خواسته‌ها و علایق خود را با سایرین در میان گذارند. عشق، دوستی و محبتشان را نسبت به یکدیگر ابراز کنند و به خوبی از عهده‌ی حل مشکلات و مسائل اجتناب نپذیرد در خانواده برآیند اما فقدان مهارت‌های ارتباطی لازم امکان چنین

تنظیم‌کننده‌ای در روابط عاشقانه و شاید مشکلات زناشویی ایجاد می‌کند (هادی و همکاران، ۱۳۹۵). مطالعات زیادی در نمونه‌های بزرگسالان نشان داده‌اند که سبک دلبستگی ایمن کیفیت زندگی زناشویی، رضایتمندی از روابط، سازگاری روانشناختی و علائم کمتر افسردگی در مواجهه با مشکلات را موجب می‌شود و سبک‌های نایمن با پرخاشگری و نگرش‌های سالم کمتر، خشونت جنسی (با شریک جنسی)، انتظارات مثبت زوجی اندک و تجارب عاشقانه کمتر در رابطه است. نتایج این مطالعات مؤید این نکته هست که هر الگویی از دلبستگی مجموعه‌ای از ویژگی‌های رفتاری خاص را در افراد برمی‌انگیزاند که روابط نزدیک و تجارب عاطفی آن‌ها را تحت تأثیر قرار داده و مبنایی برای شکل‌دهی به تعاملات و چهارچوب‌های فکری و عاطفی آن‌ها در نوجوانی و دوران بزرگسالی می‌شود. بنابراین می‌توان گفت که دلبستگی، یک متغیر فردی است که رضایتمندی را در روابط عاشقانه پیش‌بینی می‌کند. سبک دلبستگی جزو عواملی است که در کارکرد و همچنین، سازگاری روابط عاشقانه نقش مهمی ایفا می‌کند (صیدی و همکاران، ۱۳۹۲).

سازش در روابط زناشویی شیوه‌ای است که افراد متأهل، فردی یا باهم، با متأهل بودنشان سازگار می‌شوند. این یکی از مهم‌ترین عوامل ثبات و دوام زندگی خانوادگی است. لاک و توماس بیان می‌کنند که یک ازدواج سازگار واحدی است که زن و شوهر بر سر موضوعات اصلی ازدواج، از قبیل مسائل مالی و مسائل خویشاوندی و... توافق دارند (آهن، ۲۰۰۶). در ازدواج سازگار آن‌ها می‌توانند بر سر علایق، اهداف و ارزش‌ها سازگاری داشته باشند؛ در نشان دادن هیجانات و عواطف و اطمینان به یکدیگر هم‌نوا هستند و همچنین به ندرت از ازدواج شان شکایت دارند (کیتامورا و همکاران، ۲۰۱۴). در این زمینه تحقیقاتی انجام شده است که به اهمیت این موضوع اشاره می‌کند. گالو (۲۰۰۱) در تحقیقات خود دریافت که سبک دلبستگی اضطرابی پیش‌بینی‌کننده قوی‌تری برای سازگاری زناشویی است. نتایج تحقیق رسولی و فرحبخش (۱۳۹۰) نشان داد با افزایش اضطراب ناشی از دلبستگی نایمن در زوجین، سازگاری زناشویی آن‌ها کاهش می‌یابد.

نفر به صورت داوطلب در دسترس در این پژوهش شرکت کردند و با جلب اعتماد شرکت کنندگان نسبت به اینکه مشخصات آنان محرمانه خواهد ماند، به صورت انفرادی به سؤالات پژوهش پاسخ دادند. انتخاب افراد بر اساس ملاک‌های ورود فاصله سنی ۱۸ تا ۴۰ سال، حداقل سواد خواندن و نوشتن، متأهل بودن و رضایت برای شرکت در مطالعه و همچنین ملاک‌های خروج وجود سابقه بیماری روانی، و استفاده از درمان‌های روانشناختی در ۶ ماه گذشته و در حین مطالعه بود. روش نمونه‌گیری هدفمند در دسترس بود. حجم نمونه بر اساس نظر کلاین (۲۰۱۶) و حداقل حجم نمونه ۴۰۰ نفر برآورد شد. با در نظر گرفتن افت شرکت کنندگان، ۴۲۰ پرسشنامه توزیع گردید که ۱۰ پرسشنامه به دلیل مخدوش بودن حذف شدند و در نهایت داده‌های مربوط به ۴۱۰ نمونه مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفت ($n=410$).

ابزار پژوهش

۱. پرسشنامه سبک‌های دلبستگی بزرگسالان هازان و شاور (۱۹۸۵): این مقیاس دلبستگی که در مورد دانشجویان دانشگاه تهران هنجاریابی شده است، یک آزمون ۱۵ سؤالی است و سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دو سوگرا را در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت (خیلی کم-۱، کم-۲، متوسط-۳، زیاد-۴، خیلی زیاد-۵) می‌سنجد. سؤالات مربوط به سبک اجتنابی ۱-۲-۳-۴-۵؛ سبک ایمن ۶-۷-۸-۹-۱۰؛ و سبک اضطرابی ۱۱-۱۲-۱۳-۱۴-۱۵ است. در پژوهش نجاتیان تنها و همکاران (۱۳۹۷) ضریب آلفای کرونباخ (پایایی) پرسش‌های خرده مقیاس‌های ایمن، اجتنابی و دو سوگرا در مورد یک نمونه دانشجویی (۱۴۸۰ نفر شامل ۸۶۰ دختر و ۶۲۰ پسر) برای کل آزمودنی‌ها به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۴، ۰/۸۵ (برای دانشجویان دختر ۰/۸۶، ۰/۸۳، ۰/۸۴ و برای دانشجویان پسر ۰/۸۴، ۰/۸۵ و ۰/۸۶) محاسبه شده است که نشانه همسانی درونی خوب مقیاس دلبستگی بزرگسال است. ضرایب توافق کندال (روایی) برای سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دو سوگرا به ترتیب ۰/۶۱/۸۰، ۰/۰۷۵ و محاسبه شد.

عملکردی را از زوجین سلب نموده و رابطه‌ی عاشقانه‌ی آن‌ها را به یک رابطه‌ی موازی و بدون صمیمیت تبدیل می‌کند. هنگامی که رابطه‌ی صمیمانه متوقف می‌شود، انرژی عشق به آزرده‌گی و خشم تبدیل می‌شود و در نتیجه، منازعات فراوان، انتقادهای مکرر، پناه بردن به سکوت، عدم همراهی عاطفی و لاینحل ماندن مشکلات را پدید می‌آورد ناسازگاری زناشویی، حالت دردناک فرسودگی جسمی، عاطفی و روانی است و زوج‌های متوقع را متأثر می‌سازد (بولتون، ۱۹۹۶). این حالت زمانی بروز می‌کند که آن‌ها متوجه می‌شوند علی‌رغم تلاششان، رابطه‌ی آن‌ها به زندگی معنا نداده و نخواهد داد.

در زمینه کاربرد مهارت‌های ارتباطی پژوهش‌هایی صورت گرفته است. دورانا (۲۰۰۷) در پژوهش خود تأثیر آموزش کاربرد عملی مهارت‌های ارتباط صمیمانه بر سازش و رضایت زناشویی زوجین را بررسی کرد و نشان داد که این برنامه توانسته است رضایت زناشویی را افزایش دهد. آگراوال (۲۰۰۴) هم در پژوهشی که به منظور بررسی تأثیر مهارت‌های ارتباط بین فردی بر ناسازگاری‌های روابط عاشقانه انجام داد، نتیجه گرفت که گروه آزمایش به شکل معناداری از لحاظ ناسازگاری زناشویی بهبود یافته است. از طرفی پژوهش‌هایی اثر سازگاری زناشویی را بر انواع مؤلفه‌های کارکردی خانواده کشف نموده اما با این وجود تا کنون پژوهشی به مطالعه نقش سبک‌های دلبستگی در سازش روابط عاشقانه با میانجی‌گری مهارت‌های ارتباطی نپرداخته است. از این رو، مطالعه‌ی حاضر در پی تعیین طراحی مدلی برای این متغیرها است. بنابراین، پژوهش حاضر به منظور ارائه مدل سبک‌های دلبستگی در سازش روابط عاطفی با میانجی‌گری مهارت‌های ارتباطی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی همدان اجرا شد.

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر از نوع همبستگی و مدل‌سازی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری این پژوهش شامل تمام دانشجویان زن متأهل دانشگاه علوم پزشکی همدان، در سال ۹۹-۱۳۹۸ بود. شیوه نمونه‌گیری به این ترتیب بود که از میان دانشکده‌های داروسازی، پرستاری و مامایی، بهداشت، دندانپزشکی، پزشکی و توانبخشی ۴۱۰

و هیوی و همکارانش (۱۹۹۳) بر روی آزمودنی‌های آمریکایی شباهت بسیاری با کار بتمن و همکارانش (۱۹۹۸) بر روی آزمودنی‌های سوئیسی و آلمانی دارد. آلفای کرونباخ به دست آمده در پژوهش‌های این محققان بر روی پرسشنامه الگوهای ارتباطی از ۰/۴۴ تا ۰/۸۵ گزارش شده است که نتایج رضایت بخشی است (به نقل از کریمی، احمدی و زهراکار؛ ۱۳۹۹). عبادت پور (۱۳۷۹) ضریب آلفای کرونباخ را ۰/۷۰، برآورد نموده است و به منظور روایی پرسشنامه، همبستگی میان این دو پرسشنامه و پرسشنامه رضایت زناشویی را به دست آورده است که نتایج نشان می‌دهد پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی زوجین با رضایت زناشویی همبستگی دارد.

روش اجرای پژوهش

ملاحظات اخلاقی پژوهش حاضر به شرح ذیل بودند: تمامی افراد به صورت کتبی اطلاعاتی در مورد پژوهش دریافت کرده و در صورت تمایل در پژوهش مشارکت می‌نمودند. این اطمینان به افراد داده شد که تمام اطلاعات محرمانه هستند و برای امور پژوهشی مورد استفاده قرار خواهند گرفت. به منظور رعایت حریم خصوصی، نام و نام خانوادگی شرکت‌کنندگان ثبت نشد. در پژوهش حاضر به منظور تحلیل داده‌ها آمار توصیفی (میانگین، انحراف استاندارد، فراوانی، درصد فراوانی) و آمار استنباطی و آزمون فرضیه‌های پژوهش از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری با استفاده از نرم‌افزار Amos.22 و SPSS.22 انجام شد.

یافته‌ها

میانگین \pm انحراف معیار سن شرکت‌کنندگان در پژوهش حاضر، $۳۴/۳ \pm ۸/۴$ بود. به منظور بررسی نرمال بودن داده‌های پژوهش از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف استفاده شد.

۲. پرسشنامه سازگاری زناشویی اسپانیر (۱۹۷۶): مقیاس سازگاری زناشویی اسپانیر شامل یک پرسشنامه خودسنجی است که از ۳۲ سؤال تشکیل شده و برداشت‌های ذهنی افراد را در مورد سازگاری زناشویی به دست می‌آورد. نمرات این پرسشنامه از صفر تا ۱۵۱ متغیر است که کسب نمرات برابر یا بیش از ۱۰۰ به معنای سازگاری افراد و نمرات کمتر از ۱۰۰ به معنی وجود مشکلی در روابط زناشویی و عدم سازگاری و تفاهم خانوادگی است. این پرسشنامه دارای ۴ مؤلفه رضایت دونفری ۱۰ ماده همبستگی ۵ ماده، توافق ۱۳ ماده و ابراز محبت ۴ ماده است و افرادی که نمره آن‌ها ۱۰۱ و یا کمتر از آن باشد دارای مشکل و ناسازگاری زناشویی تلقی می‌شوند. این مقیاس در سال ۱۳۷۴ توسط آموزگار و حسین نژاد ترجمه، اجرا و در ایران هنجاریابی شده است. مطالعات مربوط به پایایی و اعتبار این مقیاس، همواره مثبت بوده است؛ در حقیقت اسپانیر ضریب همسانی درونی ۰/۹۶ و ملاک اعتبار بالایی را برای این مقیاس گزارش کرد. نمره کل این مقیاس با آلفای کرونباخ ۰/۹۶ از همسانی درونی قابل توجهی برخوردار است (کلان قوچان عتیق و همکاران، ۱۳۹۵).

۳. پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی کریستنسن و سالووی (۱۹۸۴): پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی زوجین این پرسشنامه را کریستنسن و سالووی (۱۹۸۴) در دانشگاه کالیفرنیا را به منظور بررسی مهارت‌های ارتباطی متقابل زوجین طراحی نمودند. این پرسشنامه ۳۵ سؤال دارد و در یک مقیاس نه درجه‌ای از اصلاً امکان ندارد (۱) تا خیلی امکان دارد (۹) درجه بندی شده است. تحقیقاتی که از پرسشنامه الگوهای ارتباطی زوجین استفاده نمودند، روایی و پایایی قابل قبولی را در مورد آن نشان داده‌اند. کریستنسن و سالووی (۱۹۹۱) روایی این پرسشنامه را برآورد نمودند. نتایج پایایی کریستنسن و هیوی (۱۹۹۰)

جدول ۱. آمار توصیفی نمرات متغیرهای تحقیق

منبع متغیر	تعداد	کمترین	بیشترین	میانگین	انحراف استاندارد
مهارت‌های ارتباطی	۴۱۰	۲۷	۶۹	۴۶،۴۰	۱۳،۴۴
سازش در روابط عاطفی	۴۱۰	۵۵	۱۲۴	۸۷،۵۷	۲۳،۷۹
سبک‌های دلبستگی	۴۱۰	۵۲	۸۳	۶۵،۸۸	۸،۰۵
اجتنابی	۴۱۰	۴۸	۹۵	۶۶،۲۷	۱۱،۵۸
اضطرابی	۴۱۰	۲۲	۷۵	۵۵،۷۶	۱۵،۱۹
ایمن	۴۱۰				

با میانگین و انحراف استاندارد برابر با $(۶۶/۲۷ \pm ۱۱/۵۸)$ دارای بیشترین میانگین و دل‌بستگی ایمن با میانگین و انحراف استاندارد برابر با $(۵۵/۷۶ \pm ۱۵/۱۹)$ دارای کمترین میانگین است.

با توجه به اطلاعات مندرج در جدول ۱، میانگین و انحراف معیار برای مهارت‌های ارتباطی برابر با $(۴۶/۴۰ \pm ۱۳/۴۴)$ ، و برای سازگاری $(۸۷/۵۷ \pm ۲۳/۷۹)$ محاسبه شده است. همچنین در بین سبک‌های دل‌بستگی، دل‌بستگی اضطرابی

جدول ۲. خلاصه ضرایب کل و غیرمستقیم ارتباط بین سبک‌های دل‌بستگی با سازگاری با میانجیگری مهارت‌های ارتباطی

منبع تغییر		اثر کل		اثر غیر مستقیم	
مسیر غیرمستقیم بر سازگاری		غیر استاندارد		استاندارد	
اجتنابی	-۰,۵۱۳	-۰,۱۸	۰,۰۶۹	۰,۰۲۴	استاندارد
اضطرابی	۰,۱۴۷	۰,۰۷۴	-۰,۰۵۶	-۰,۰۲۸	غیر استاندارد
ایمن	۰,۱۷۷	۰,۱۱۷	۰,۱۸۷**	۰,۱۲۳**	غیر استاندارد
مهارت‌های ارتباطی		۰,۶۷۱*	۰,۳۷۹**	-	-

* سطح معنی‌داری ۹۵ درصد ** سطح معنی‌داری ۹۹ درصد

در مورد رابطه غیرمستقیم مؤلفه‌های هوش هیجانی و سبک دل‌بستگی با سازش روابط عاطفی با میانجی‌گری مهارت‌های ارتباطی، نتایج حاصل از برآورد مدل پژوهش نشان داد که مسیر غیرمستقیم دل‌بستگی ایمن با سازش با میانجی‌گری مهارت‌های ارتباطی به صورت مثبت و در سطح اطمینان ۹۹ درصد معنادار است.

در مورد رابطه غیرمستقیم مؤلفه‌های هوش هیجانی و سبک دل‌بستگی با سازش روابط عاطفی با میانجی‌گری مهارت‌های ارتباطی، نتایج حاصل از برآورد مدل پژوهش نشان داد که مسیر غیرمستقیم دل‌بستگی ایمن با سازش با میانجی‌گری مهارت‌های ارتباطی به صورت مثبت و در سطح اطمینان ۹۹ درصد معنادار است.

جدول ۳. خلاصه ضرایب مستقیم دل‌بستگی بر سازگاری زنان

سبک‌های دل‌بستگی بر سازگاری		غیر استاندارد		استاندارد	
برآورد		انحراف حد		سطح معناداری	
اجتنابی	-۰,۵۸۲	۰,۳۴۲	-۱,۷۰۲	۰,۰۸۹	۰,۰۳
اضطرابی	۰,۲۰۴	۰,۲۳۸	۰,۸۵۵	۰,۳۹۲	۰,۰۱۹
ایمن	-۰,۰۱۰	۰,۱۱۵	-۰,۰۸۷	۰,۹۳۱	-۰,۰۱۸

* سطح معنی‌داری ۹۵ درصد ** سطح معنی‌داری ۹۹ درصد

جدول ۴. خلاصه ضرایب مستقیم دل‌بستگی بر مهارت‌های ارتباطی

دل‌بستگی بر مهارت ارتباطی		غیر استاندارد		استاندارد	
برآورد		انحراف حد		سطح معناداری	
ایمن	۰,۲۷۸**	۰,۱۱۲	۰,۴۲۵	۰,۰۰۷	۰,۳۲۵
اضطرابی	-۰,۰۸۴	-۰,۳۳۸	۰,۳۰۷	۰,۶۷۸	-۰,۰۷۴
اجتنابی	۰,۱۰۲	-۰,۴۶۹	۰,۵۴۴	۰,۷۵	۰,۰۶۳

* سطح معنی‌داری ۹۵ درصد ** سطح معنی‌داری ۹۹ درصد

نتایج از جدول ۵ نشان داد نسبت F به‌دست آمده در عامل نتایج حاصل از برآورد مدل پژوهش نشان داد سبک دل‌بستگی ایمن به صورت مثبت و با ۹۹ درصد اطمینان بر مهارت‌های ارتباطی زنان دانشجو نقش دارد. برای بررسی نیکویی برازش مدل ارائه شده در جدول ۵ از برنامه برازاندن مدل استفاده شده است. علت استفاده از برنامه برازاندن مدل این است که این برنامه شاخص‌هایی را فراهم می‌کند که می‌توان با آن‌ها برازش کلی مدل با

بررسی نیکویی برازش مدل ارائه شده در جدول ۵ از برنامه برازاندن مدل استفاده شده است. علت استفاده از برنامه برازاندن مدل این است که این برنامه شاخص‌هایی را فراهم می‌کند که می‌توان با آن‌ها برازش کلی مدل با

برازش تطبیقی (CFI)^۲ و شاخص برازش نرم شده (NFI)^۳ مهم‌ترین این شاخص‌ها در برر سی برازش مدل هستند (گامست و گارینو، ۲۰۰۶).

داده‌ها را اندازه گرفت. در واقع برازش کلی مدل مشخص می‌کند که مدل تا چه اندازه می‌تواند داده‌ها را به خوبی توضیح دهد. بر اساس پیشنهاد تامپسون شاخص‌های برازش شامل آزمون مجذور کای^۱ (CMIN)، شاخص

جدول ۵. شاخص‌های برازش مدل مفروض تعیین نقش واسطه‌ای مهارت‌های ارتباطی زنان دانشجو در رابطه بین سبک‌های دلبستگی با سازگاری

شاخص	مقدار	مقدار قابل قبول	نتیجه
X ² /df	۵,۱۲۸	کوچکتر از ۳	غیر قابل قبول
CFI	۰,۸۱۸	بزرگتر از ۰/۸	قابل قبول
NFI	۰,۷۶۷	بزرگتر از ۰/۸	غیر قابل قبول
IFI	۰,۷۲۱	بزرگتر از ۰/۸	غیر قابل قبول

اینکه آماره CFI و IFI نشان می‌دهند مدل برازش مطلوبی دارد، اما بر اساس آماره مجذور خی بر درجه آزادی اصلاحاتی در مدل اعمال شد. شاخص‌های برازش مدل اصلاح شده در جدول ۶ آمده است.

مجذور خی بر درجه آزادی در مدل مفروض تعیین واسطه‌ای مهارت‌های ارتباطی زنان دانشجو در رابطه بین سبک‌های دلبستگی با سازگاری برابر با ۵,۱۲۸ است که بالاتر از ۳ بوده و قابل پذیرش نیست (کلاین، ۲۰۱۱)؛ با

جدول ۶. شاخص‌های برازش مدل اصلاح شده تعیین نقش واسطه‌ای مهارت‌های ارتباطی زنان دانشجو در رابطه بین سبک‌های دلبستگی با سازگاری

شاخص	مقدار	مقدار قابل قبول	نتیجه
X ² /df	۲,۹۸۱	کوچکتر از ۳	قابل قبول
CFI	۰,۸۹۵	بزرگتر از ۰/۸	قابل قبول
NFI	۰,۸۳۹	بزرگتر از ۰/۸	قابل قبول
IFI	۰,۸۶۸	بزرگتر از ۰/۸	قابل قبول

(۲۰۰۸)، حمیدی (۱۳۸۶)، تانجی، بامسیترو و بونی (۲۰۰۴) هم‌سواست. خلاصه نتایج این تحقیقات به این شرح است که در وهله نخست، کیفیت روابط بهتر و رضایت‌مندی زناشویی بالاتر به وسیله هم‌سرانی گزارش می‌شود که هر دو دارای دلبستگی ایمن‌اند؛ در مرتبه بعد، توسط زوج‌هایی گزارش می‌شود که یکی از آن‌ها دارای دلبستگی ایمن هستند. بسیاری از پژوهش‌های تجربی نشانگر این نکته‌اند که دلبستگی نقش مهمی در پیوندهای بزرگسالان از جمله «روابط عاطفی» و «زناشویی» آن‌ها بازی می‌کند. بنابراین سبک‌های دلبستگی زوج‌ها می‌تواند در تعیین کیفیت پیوندهای عاطفی و روابط زناشویی اثرگذار باشد. هرچقدر افراد دارای سبک دلبستگی ایمن‌تری باشند سازگاری زناشویی آنان نیز بیشتر می‌شود

مجذور خی بر درجه آزادی در مدل اصلاح شده برابر با ۲/۹۸۱ است. همچنین آماره NFI و CFI نیز باید بالاتر از ۰/۸ هستند. این اعداد نشان می‌دهند که مدل اصلاح شده برازش مطلوبی دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر به منظور ارائه مدل سبک‌های دلبستگی در سازش روابط عاطفی با میانجی‌گری مهارت‌های ارتباطی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی همدان اجرا شد. نتایج نشان داد که مسیر غیرمستقیم دلبستگی ایمن با سازش روابط عاطفی با میانجی‌گری مهارت‌های ارتباطی به صورت مثبت و معنادار است. این پژوهش تا حدی با نتایج تحقیق بختیاری و همکاران (۱۴۰۰)، پالی و همکاران (۲۰۱۵)، بلو و همکاران

3. Normed Fit Index
4. Incremental Fit Index (IFI)

1. The Chi Square Test (χ^2)
2. Comparative Fit Index

و هرچقدر افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن‌تری باشند سازگاری زناشویی کاهش یافته و اختلاف و درگیری‌های خانوادگی افزایش می‌یابد (میکلینسر و فلیپ، ۲۰۰۵).

در پژوهش تانجی، بامسیتز و بونی، سه مجموعه از متغیرهای مربوط به سبک دلبستگی، روابط بین فردی و ظرفیت برای همدردی بین فردی مورد مطالعه قرار گرفت که نتایج آن نشان داد نمرات بالا در مهارت‌های بین فردی شامل خودکنترلی با کیفیت بالاتر در روابط، همدردی بیشتر، تمایل برای بخشش دیگران و سبک دلبستگی ایمن رابطه دارد. بنابر این در روابط زناشویی نیز شاهد سازش بیشتری خواهیم بود. همچنین خانواده‌های همسران دارای سبک دلبستگی ایمن و زوج‌های سازگار در مقایسه با سبک‌های ناایمن و زوج‌های ناسازگار از سرسختی بالاتری برخوردارند. خانواده‌هایی که در آن همسران از سبک دلبستگی ایمن برخوردار بوده و بر سر مسائل مهم و موضوعات حیاتی زندگی توافق و تطابق لازم را دارند، از توان بالاتری برای مدیریت و تحمل تنش‌ها و رابطه‌ای بهتر برخوردار هستند (صدیدی و همکاران، ۱۳۹۲).

اصولاً سبک دلبستگی ایمن به علت عدم ترس از طرد شدن و رفتار اجتنابی، باعث استفاده صحیح از مهارت‌های ارتباطی در زمان تعارضات زناشویی می‌شود و موجبات رضایت و سازش زناشویی را فراهم می‌کند. سطح هیجانات منفی در زمان تعارضات زناشویی به قدری است که ممکن است فرد نتواند مدیریت هیجانات را به درستی اعمال کند و ناخواسته متوسل به رفتارهای ناکارآمد و تخریب‌کننده ارتباط زناشویی شده و درنهایت سازش زناشویی را تحت تأثیر قرار خواهد داد. بنابراین دلبستگی ناایمن تعهد پایین‌تر و در نتیجه سازگاری کمتر را پیش‌بینی می‌کند (عبدی، ۱۳۹۱). به طور واضح راهبردهای حل تعارض غفلت زن، قدرت کلامی مرد، سوءرفتار همسر و خاتمه دادن، به عنوان پیش‌بینی‌کننده‌های رضایتمندی زناشویی است؛ به طوری که راهبردهای مهارت‌های ارتباطی و حل تعارض کلامی مردان با رضایتمندی زناشویی، رابطه مطلوبی دارد (دیباچی فروشانی و همکاران، ۱۳۸۸). همچنین مهارت‌های برقراری ارتباط، تعیین‌کننده‌ی اصلی سازگاری زناشویی و روابط متقابل

زناشویی است. بسیاری از مشکلات زناشویی، ناشی از سوءتفاهم و ارتباط غیر مؤثر است که نتیجه‌ی آن احساس ناکامی و خشم به خاطر عدم برآورده شدن نیازها و خواسته‌های زن و شوهر در زندگی زناشویی است (اسپرچر و میتس، ۲۰۱۷).

از سویی سطح اضطراب پیشین، در زوجین باعث تخریب پیوند زناشویی خواهد بود. افراد با سبک دلبستگی اضطرابی، انگیزه بیشتری برای خیانت بروز می‌دهند. که از عدم سازش در روابط عاطفی ناشی می‌گردد (آلن و باکوم، ۲۰۰۴). همچنین گالو (۲۰۰۱) در تحقیقات خود دریافت که در سبک‌های دلبستگی سبک دلبستگی اضطرابی پیش‌بینی‌کننده قوی‌تری برای سازگاری زناشویی است. در این بین آگاهی و استفاده از مهارت‌های بین فردی یکی از مهم‌ترین ملاک‌های سازش زناشویی محسوب می‌شود. بنابراین افرادی که از سبک دلبستگی ایمن‌تری برخوردارند در زمان تعارضات با مدیریت هیجانات و اضطراب خود، می‌توانند از این مهارت‌های ارتباطی به شیوه صحیح‌تری در جهت سازش زناشویی استفاده نمایند (به نقل از نظری و همکاران، ۱۳۸۹).

در بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی به شیوه برنامه ارتباطی زوجین بر کاهش دلزدگی زناشویی در زوجین، عطاری، حسین پور و راهنورد (۱۳۸۸)، پژوهشی انجام داده‌اند که نتایج حاکی از این است که کاربرد مهارت‌های ارتباطی به شیوه برنامه ارتباطی زوجین بر کاهش دلزدگی زناشویی اثربخش و این تأثیر در جلسه پیگیری نیز از ثبات لازم برخوردار بوده است. مارچند و هوک (۲۰۰۰) نیز از یک برنامه‌ی پیشگیری و پربرسازی رابطه برای کمک به زوج‌ها در کسب مهارت‌ها و نگرش‌های مرتبط با موفقیت زناشویی استفاده کردند که نتایج تحقیق آن‌ها نشان داد زوج‌های آموزش دیده، سطوح پایین‌تری از ارتباط منفی و پرخاشگری فیزیکی و سطوح بالاتری از سازش زناشویی و ارتباطات مثبت را در مقایسه با زوج‌های گروه مقایسه نشان می‌دهد. مذاکره دو جانبه درباره حل تعارض‌ها، مهم‌ترین عامل واحدی است که رضایت زناشویی را برای زنان و مردان به همراه دارد. که به اهمیت نقش مهارت‌های ارتباطی بین فردی در سازش زناشویی اشاره دارد (فینی، ۱۹۹۴).

نقش دارد. این یافته‌ها با نتایج پژوهش عطایی فر و امیری (۱۳۹۳)، رضازاده (۱۳۸۱)، بشارت، گلی نژاد و احمدی (۱۳۸۲)، نیکلسون (۲۰۰۰) و ایجسی و جنکوز (۲۰۱۱) همسو است. این پژوهشگران دریافتند که بیشترین اثر مثبت معنادار بر روابط همسران، مربوط به سازه‌ی مهارت‌های ارتباطی، دلبستگی ایمن بوده است. و بیشترین اثر مثبت معنادار بر سازه‌ی ارتباط همسران مربوط به مهارت‌های ارتباطی بوده است که متأثر از سبک دلبستگی ایمن است. چراکه آزمودنی‌های دارای سبک دلبستگی ایمن نسبت به آزمودنی‌ها دارای سبک دلبستگی ناایمن، مشکلات بین شخصی کمتری داشتند. به ویژه میزان مشکلات آزمودنی‌های دارای سبک دلبستگی اجتنابی از میزان مشکلات بین شخصی آزمودنی‌های دارای سبک دلبستگی ایمن بیشتر است (بشارت، گلی نژاد و احمدی، ۱۳۸۲). نتیجه بسیاری از شواهد تجربی نشان می‌دهد که زوج‌های مشکل‌دار، در بیان افکار و احساسات، مهارت‌های گوش فرادادن و حل مشکل از انواع الگوهای منفی و غیر مؤثر برقراری ارتباط استفاده می‌کنند و بیشتر تمایل دارند از یکدیگر اجتناب کنند تا اینکه از راه مذاکره آن را حل کنند (کار، ۲۰۰۱؛ اپشتاین و باکوم، ۲۰۰۲ و والش، ۲۰۰۶).

مهارت‌های ارتباطی، می‌تواند به زوجین، در برقراری یک رابطه مؤثر، دو سویه و کارآمد که در جهت رشد و شکوفایی آنان باشد، کمک کند و از ایجاد یا تداوم احساسات مخرب و منفی در طول جریان رابطه بکاهد. همچنین افراد دارای الگوی عملی درونی ایمن، اجتناب پایین در روابط و درگیری بیشتر در ارتباط زوجی دارند (هولیسست و میلر، ۲۰۰۵؛ به نقل از عطایی فر و امیری، ۱۳۹۳). به طور کلی افراد دلبسته ایمن، تعارض کمتر، رضایت و ثبات بیشتر و دوره طولانی‌تر در روابط عاطفی را به نسبت از افراد ناایمن تجربه می‌کنند. می‌توان بیان داشت که شخصیت در تعامل با استرس‌ها و منابع حمایتی محیط (ایمن یا ناایمن)، ظرفیت یادگیری مهارت‌های ارتباطی را تعیین می‌کند و در این میان افرادی که روان رنجوری بیشتر و امنیت روانی کمتری دارند، پری‌شانی، بی‌قراری و عصبانیت بیشتری در روابط نشان می‌دهند و ارتباط عاطفی کمتری با همسر خود

نتایج حاصل از برآورد مدل پژوهش نشان داد ضرایب استاندارد نقش مهارت‌های ارتباطی بر سازش زناشویی به صورت مثبت و معنادار است. این یافته‌ها تا حدی با نتایج تحقیق حسینی و نیکنام (۱۳۹۹) عطاری، حسین پور و راهنورد (۱۳۸۸)، شیرالی نیا (۱۳۸۶) و کلری برادلی (۲۰۱۱) و همکاران همسو است. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت، کاربرد مهارت‌های ارتباطی در ارتباط زوجین بر کاهش دلزدگی زناشویی به این شکل اثربخش خواهد بود که افراد در زمان ایجاد تعارضات بین فردی اگر توانایی کنترل این تنش‌ها را با استفاده از مهارت‌هایی همچون: درک متقابل، انعکاس محتوا و احساس، شنونده بودن، استفاده از ضمیر «من»، بیان احساسات، بجای استدلال و بیان درخواست محترمانه در زمان حال، داشته باشند تا حد چشمگیری می‌توانند در تسهیل روابط عاطفی بین فردی موفق بوده و به سازش زناشویی دست یابند (اسماعیلی و همکاران، ۱۳۹۳).

حسینی و همکاران (۱۳۹۵) در پژوهشی با موضوع تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های ارتباط صمیمانه بر کیفیت روابط زناشویی دریافتند که آموزش گروهی مهارت‌های ارتباط صمیمانه به طور عملی موجب افزایش سازش و بهبود روابط زناشویی می‌گردد. یافته‌های پژوهشی با موضوع اثربخشی آموزش مهارت‌های خودآگاهی و حل مسئله بر افزایش رضایت زناشویی بیماران معتاد در طول درمان، کلینیک درمانی و بازتوانی نیز نشان داد که آموزش مهارت‌های خودآگاهی حل مسئله که از مؤلفه‌های مهم مهارت‌های ارتباطی است بر رضایت زناشویی بیماران معتاد اقدام به ترک معنادار و اثربخش است (پویا ۱۳۹۲).

آموزش مهارت‌های ارتباطی، موجب تغییر در الگوهای ارتباطی زوج‌ها و ایجاد احساس خوشایند و مثبت بیشتری میان آنان می‌شود که در رضایت زناشویی و ابعاد دیگر زندگی زناشویی نقش دارند (تام و همکاران، ۲۰۱۱). کلری برادلی (۲۰۱۱) و همکاران در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که مهارت‌های ارتباطی سالم باعث خوشنودی روابط، استفاده بیشتر از مهارت‌های سالم و کاهش تعارض می‌شود.

نتایج حاصل از برآورد مدل پژوهش نشان داد سبک دلبستگی ایمن به صورت مثبت بر مهارت‌های ارتباطی

متغیرهای مداخله گر مانند بار فرهنگی بعضی از جملات و کلمات پرسشنامه ها و همچنین امتناع افراد از پاسخگویی به همه سؤالات پرسشنامه که پژوهشگر به منظور جمع‌آوری پرسشنامه‌ها زمان زیادی صرف کرد. پیشنهاد می‌شود این پژوهش در گروه‌های دیگر و به روش‌های نمونه‌گیری تصادفی انجام شود. از یافته‌های این پژوهش می‌توان در مشاوره‌های قبل از ازدواج و مشاوره خانواده استفاده کرد. همچنین با توجه به این که سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی در شکل‌گیری انتظارات افراد درباره سازش عاطفی زوجین نقشی مهم دارد و رابطه‌ای نزدیک با رضایت از زندگی زناشویی و ارتقای سلامت خانواده دارد به نظر می‌رسد برای ارتقای بهداشت روان زوجین باید توجه خاصی به خانواده‌ها شود. همچنین آموزش مهارت‌های ارتباطی بین فردی می‌تواند کمک شایانی به ارتقاء سطح کیفیت روابط عاطفی زوجین داشته باشد. از این رو مشاوران، روان‌شناسان، رسانه‌های ارتباطی و متولیان آموزش و پرورش و آموزش عالی با آموزش این مهارت‌ها و آگاهی بخشی به خانواده‌ها و با بالا بردن سطح اطلاعات افراد (حتی به صورت اجباری، مانند تعریف سرفصل کتاب‌های درسی، دانشگاهی و...) می‌توانند از بروز ارتباطات ناسالم بین فردی و نارضایتی و دلزدگی زناشویی در آینده پیشگیری کنند.

موازین اخلاقی

در این پژوهش موازین اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی و رازداری رعایت شد. با توجه به شرایط و زمان تکمیل پرسشنامه‌ها ضمن تأکید به تکمیل تمامی سؤال‌ها، شرکت‌کنندگان در مورد خروج از پژوهش مختار بودند.

تشکر و قدردانی

نویسندگان پژوهش حاضر بر خود لازم دانستند که از کلیه افرادی که در پژوهش شرکت نمودند، کمال تشکر و سپاس خود را ابراز نمایند.

تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

منابع

دارند (اشمیت و همکاران، ۲۰۱۸؛ به نقل از ثناگوی محرر و میرشکاری، ۱۳۹۸). تحقیقات نشان می‌دهد، سبک دلبستگی افراد با کیفیت رابطه با اعضای خانواده ارتباط دارد (کرول و همکاران، ۱۹۹۹). افراد با سبک دلبستگی اضطرابی، پاسخ‌های متناقض و غیر قابل اطمینان و نامعتبری به فشارهای محیطی می‌دهند (میکولینسر و شیور، ۲۰۰۳؛ به نقل از عطایی فر و امیری ۱۳۹۳).

فقدان اعتماد به خود و دیگران دو مشخصه اصلی افراد نایمن است. فقدان اعتماد به خود با تحلیل بنیادهای درون روانی، توان رویارویی با موقعیت‌های استرس‌زا در روابط را کاهش می‌دهد و درماندگی روان‌شناختی را بر فرد نایمن تحمیل می‌کند. این پری‌شانی و درماندگی که به نوبه خود بر حسب تجربه‌های نامطلوب، به احساسات حقارت و اضطراب شخص دامن می‌زند، ناتوانی وی را در ایجاد روابط بین شخصی سالم و در نتیجه افزایش مشکلات بین شخصی توجیه می‌کند (لوپز و همکاران، ۲۰۰۴). افراد دارای سبک دلبستگی نایمن در مقایسه با افراد ایمن از نزدیکی و صمیمیت کم‌تری بهره‌مندند (سرووف و همکاران، ۲۰۰۵). که از آسیب‌های ارتباطی بین فردی محسوب می‌شود. نتایج تحقیق مارش (۲۰۰۳)، از ارتباط دلبستگی نایمن با مشکلات رفتاری و نشانه‌های رفتار پرخطر در سال‌های بعدی زندگی حکایت می‌کند. ایج‌سی و جنکوز (۲۰۱۱) در پژوهشی به بررسی اثرات سبک‌های دلبستگی، مهارت‌های حل مسئله و مهارت‌های ارتباطی در رضایت از رابطه پرداختند. هدف از این مطالعه بررسی سبک‌های دلبستگی ایمن و نایمن، مهارت‌های حل مسئله مؤثر و نا مؤثر و مهارت‌های ارتباطی اثربخش در ابعاد مختلف رضایت از رابطه بود. نتایج تجزیه و تحلیل واریانس چند متغیره نشان داد که سبک‌های دلبستگی بر روی همبستگی دو نفره و رضایت دو نفره و همچنین مهارت‌های حل مسئله در سطحی از گرایش به تعارض نقش دارند.

محدودیت‌های این پژوهش عبارت بود از: روش نمونه‌گیری در دسترس که نمونه ممکن بود معرف کاملی از جامعه آماری نباشد، بهتر است نتایج تنها به جامعه‌ای که نمونه از آن انتخاب شده است، تعمیم داده شود. وجود

زوجین شهر اهواز. فصلنامه پژوهش‌های مشاوره (تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره)، ۷(۲۷): ۸۱-۹۶.

صیدی، محمد سجاد؛ فلاح تفتی، ابوالفضل؛ صادقی، منصوره السادات؛ رضایی، خدیجه (۱۳۹۲). نقش سبک دلبستگی و سازگاری زناشویی در سرسختی خانواده، فصلنامه نسیم تندرستی دانشکده علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری. ۲(۱): ۳۹-۴۰.

عبادت پور، بهناز. (۱۳۷۹). هنجاریابی پرسشنامه الگوهای ارتباطی زناشویی در شهر تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم.

عبدی، محمدرضا؛ خوش کنش، ابوالقاسم؛ تقی، پورابراهیم و روح الله محمدی (۱۳۹۱). بررسی سبک دلبستگی و رضایت زناشویی افراد متأهل درگیر خیانت اینترنتی. مطالعات روانشناختی، ۸(۳): ۱۵۸-۱۳۵.

عطاری، یوسفعلی؛ حسین پور، محمد؛ راهنورد، سیما (۱۳۸۸). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی به شیوه برنامه ارتباطی زوجین بر کاهش دلزدگی زناشویی در زوجین. فصلنامه روانشناسی اندیشه و رفتار، ۴(۱۴): ۲۲-۳۰.

عطایی فر، ربابه؛ امیری، شعله (۱۳۹۳). آزمون مدل علی رابطه بین سبک دلبستگی، مهارت ارتباطی، ویژگی‌های شخصیتی، رضایت جنسی همسران، ارتباط مؤثر همسران و رابطه مادر- فرزند در کودکان؛ زن و مطالعه خانواده، ۷(۲۵): ۹۳-۱۲۵.

عطوفی، مینا؛ شایسته فرد، زهرا؛ پورابراهیم، تقی؛ قنبری، سعید (۱۳۹۳). مقایسه هویت مذهبی و ویژگی‌های شخصیتی دانش آموزان با والدین مطلقه و دو والدی، کنفرانس بین‌المللی علوم انسانی و مطالعات رفتاری، تهران.

عفتی زرقری، علی و رحمانی صیدآباد، ابراهیم (۱۳۹۴). بررسی رابطه بین هوش هیجانی و معنوی با شیوه‌های مقابله‌ای زوجین، دومین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی. مطالعات اجتماعی و فرهنگی، تهران.

کریمی، اصغر؛ احمدی، صدیقه؛ زهراکار، کیانوش (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش مهارت‌های زناشویی به روش گاتمن بر الگوهای ارتباطی زنان. فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۱۱(۴۴): ۲۵۳-۲۷۸.

کلال قوچان عتیق، یاسر؛ سرایی، فاطمه (۱۳۹۵). اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر سازگاری زناشویی، رضایت جنسی و رضایت از زندگی زنان. ویژه‌نامه سومین کنفرانس بین‌المللی روان‌شناسی و علوم تربیتی، ۱۸: ۵۲۷-۵۳۳.

اسماعیلی، زینب؛ شایسته فرد، زهرا؛ قنبری، سعید؛ پورابراهیم، تقی (۱۳۹۳). نقش پیش‌بینی‌کننده‌ی دلزدگی زناشویی در مشکلات هیجانی-رفتاری کودکان. کنفرانس بین‌المللی علوم انسانی و مطالعات رفتاری: تهران.

بختیاری، انسیه؛ حسینی، سعیده السادات؛ عارفی، مختار؛ افشاری نیا، کریم (۱۴۰۰). نقش واسطه‌ای صمیمیت زناشویی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و نگرش به خیانت زناشویی، پژوهش‌های مشاوره (تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره). ۲۰(۷۷): ۱۲۲-۱۴۰.

بشارت، محمدعلی؛ گلی نژاد، محمد؛ احمدی، علی اصغر. (۱۳۸۲). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین شخصی، مجله روان‌پزشکی و روانشناسی بالینی ایران (اندیشه و رفتار)، ۸(۴): ۷۴-۸۱.

تقوایی یزدی، مریم. (۱۳۹۴). رابطه هوش عاطفی و هوش فرهنگی با کیفیت زندگی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری، مدیریت فرهنگی، ۹(۳۰): ۹۱-۱۱۰.

ثناگوی محرر، غلامرضا و میرشکاری، حمیدرضا (۱۳۹۸). رابطه ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های دلبستگی با باورهای فراشناختی در افراد مبتلا به سوء‌مصرف مواد و افراد عادی، مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، ۲۶(۱): ۸۹-۹۳.

حسینی، بهنازسادات؛ نیکنام، ماندانا. (۱۳۹۹). مهارت‌های ارتباطی و رضایت زناشویی: نقش تعدیل‌کننده اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مجازی، فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی، ۱۵(۸۵): ۳۳-۴۰.

خدابخش؛ فتحی آشتیانی، علی؛ عرب نیا، علیرضا (۱۳۸۵). بررسی رابطه بین تقیدات مذهبی و سازگاری زناشویی. فصلنامه خانواده‌پژوهی، ۵(۲): ۶۷-۵۵.

دیباچی فروشانی فاطمه سادات، امامی پور سوزان، محمودی غلامرضا (۱۳۸۸). رابطه رضایتمندی زناشویی و راهبردهای حل تعارض والدین با پیشرفت تحصیلی فرزندان، تحقیقات روانشناختی، ۱(۱): ۶۸-۵۷.

رضازاده، محمدرضا. (۱۳۸۱). مهارت‌های ارتباطی و همسازی زناشویی. پایان‌نامه دکتری، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ۱۰۱-۹۷.

رقیبی، مهوش؛ قره‌چاهی، مریم. (۱۳۹۲). بررسی رابطه بین هوش هیجانی و هوش معنوی در زنان و مردان در شرف طلاق و سازگار، فصلنامه زن و جامعه، ۴(۱۳): ۱۲۳-۱۴۰.

شیرالی نیا، خدیجه. (۱۳۸۷). تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر الگوهای ارتباطی و احساسات مثبت نسبت به همسر در

- Egeci, I. S., & Gencoz, T. (2011), The Effects of Attachment Styles, Problem-Solving Skills, and Communication Skills on Relationship Satisfaction. *Procida. Socia and Behavioral Sciences*, 30.2324- 2329
- Epstein, N., & Baucom, D. H. (2002). *Enhanced Cognitive behavioral therapy for couples: A contextual approach*. Washington. DC: American psychological Association.
- Feeny, J.A. (1994). Attachment style, Communication patterns and satisfaction across the life cycle of marriage. *Journal of Personal Relationships*, 4(1), 333-348.
- Hargie O, Saunders C, Dickson D. Social skills in interpersonal communication NEW YORK, NY: *Psychology Press*, 1994.
- Heene EL, Buysse A, Van Oost P. In direct path ways between depressive symptoms and marital distress: The role of conflict communication, attributions, and attachment style. *J Fam Process*, 2005;44(4):413-40.
- Holley, P., Yabiku, S. T., and Benin, M. (2006). The Relationship between Intelligence and Divorce. *Journal of Family Issues*, 27(12): 1723-1748.
- Hollist, C. S. & Miller, R. B. (2005), Perceptions of attachment style and marital quality in midlife marriage. *Family Relations*, 54, 46-58.
- Kafetsios, K. Zampetakis, L. A. (2008). Emotional intelligence and job satisfaction: testing the mediatory of positive and negative affect at work". *Personality and individual differences*, 44: 712-722.
- Marchand, J. F., & Hock, E. (2000). Avoidance and attacking conflict resolution strategies among married couple: Relations to depressive symptoms and marital satisfaction. *Family Relations*, 49, 201 – 206.
- Marsh, P. (2003). Attachment, autonomy and multi finality adolescent: internalizing and risky behavioral symptoms. *Development and Psychopathology*, 15, 451-467.
- Mikulincer, M., & Philip, R (2005). Attachment theory and emotions in close relationships: Exploring the attachment-related dynamics of emotional reactions event. 2005. *Journal of personal relation*. 12: 149-168.
- Nicholson, T. (2000). Attachment style in young offender. Ph.D Dissertation: University of Victoria. <http://www.libumi.com>
- Paley, B., Cox, M. J., Kanoy, K. W., Harter, K. S., Burchinal, M., Margand, N. A. (2015) Adult attachment and marital interaction as predictors of whole family interactions during the transition to parenthood. *J Fam Psychol*, 9(3): 420-9.
- Salovey, P., Bedell, B.T., Detweiler, J.B. and Mayer, J. D. (1999). *Coping Intelligently*: گامست، گلن و گارینو، ا.جی (۲۰۰۶). پژوهش چندمتغیری کاربردی (طرح و تفسیر). ترجمه: حمیدرضا حسن آبادی، حسن پاشا شریفی، ولی الله فرزاد، سیمین دخت رضاخانی، بلال ایزانلو، مجتبی حبیبی، (۱۳۹۹)، تهران انتشارات: رشد. مهانیان خامنه، مهری؛ برجعلی، احمد و سلیمی زاده، محمدکاظم (۱۳۹۵). بررسی رابطه هوش هیجانی و رضایت زناشویی. *مجله روانشناسی*، ۱۰(۳): ۳۰۸-۳۲۰.
- نجاتیان تنها، آرزو؛ گنجی، حمزه و کردنوقایی، رسول (۱۳۹۷). رابطه غیرمستقیم هویت اطلاعاتی هویت هنجاری و هویت سردرگم اجتنابی با سرمایه روان شناختی فصلنامه تخصصی روان سنجی، ۲۴ (۱۴): ۱۳۷- ۱۵۰.
- نصیری زارچف زهره؛ راجی، حجت اله؛ احمدی، غلامرضا (۱۳۹۲). رابطه بین هوش هیجانی و رضایت مندی زناشویی زوجین مناطق سه گانه شهر اصفهان، ۹ (۳۵): ۳۲۵-۳۴۱.
- نظری، علی محمد؛ صاحبدل، حسین؛ اسدی، مسعود (۱۳۸۹). بررسی ارتباط بین سبک‌های دلبستگی و میزان بی ثباتی ازدواج در زنان و مردان متأهل، زن و مطالعات خانواده، ۲ (۸): ۱۱۵-۱۲۵.
- Allen, E. S., & Baucom, D. H. (2004). Adult attachment and patterns of extradyadic involvement. *Family Process*, 43(4), 467-488.
- Bello, R., Brandau-Brown, F., & Ragsdale, J.D. (2008). Attachment Style, Marital Satisfaction, Commitment, and Communal Strength Effects on Relational Repair Message Interpretation among Remarried. *Journal of Communication Quarterly*, 56 (1), 1 – 16
- Carr, A. (2001). Family therapy. Concepts process and practice. New York: wiley. Karen, B.P. & Bradbury, T.N. (2000), Attribution in marriage state or trait? *Journal of personality and social psychology*, 7, 295-309.
- Christensen, A., & Shenk, J. L (1991). Communication, conflict, and psychological distance in non distressed, clinic and divorcing couples. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 59 (3): 458-463
- Cleary Bradley, R. P., Friend, D. J., Gottman, J. M. (2011). Supporting healthy relationships in low-income, violent couples: reducing conflict and strengthening relationship skills and satisfaction. *Journal of Couple and Relationship Therapy*, 10(2): 97-116.
- Crowell, J. A., Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (1999). *Measurement of individual differences in adolescent and adult attachment*. In Cassidy J, Shaver PR (Eds) *Handbook of attachment theory, research, and clinical applications*. London: The Guilford Press.

Emotional intelligence and the coping process. In C.R. Snyder (Ed.), *Coping: The psychology of what works* (pp. 141-164). New York: Oxford University press.

Simon, R. W. (2002). Revisiting the relationship among gender, marital status, and mental health. *J Sociol*, 107(4):1065-96.

Smith, L., Ciarrochi, J., and Heaven P.C.L. (2018). The stability and change of trait emotional intelligence, conflict communication patterns, and relationship satisfaction: A one-year longitudinal study. *Personality and Individual Differences*, 45: 738-743.

Sprecher, S., & Metts, S. (2017). Romantic beliefs: Their influence on relationships and patterns of change over time. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16, 834-851

Sroufe, L. A., Egeland, B., Carlson, E., & Collins, W. A. (2005). *Placing early attachment experiences in developmental context.* In K. E. Grossmann, K. Grossmann, & E. Waters (Eds.), *Attachment from infancy to adulthood: The major longitudinal studies* (pp. 48-70). New York: Guilford Publications.

Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of personality*, 72(2), 271-324

Tirgari A. (2006). *Relationship structure of emotional intelligence with marital adjustment and application of emotional intelligence intervention program to reduce marital maladjustment [Dissertation].* Tehran Psychiatric Institution.

Walsh, F. (2006). *Strengthening family resilience.* New York: Guilford Press.2006.

