

## رابطه تعارضات زناشویی و مهارت‌های ارتباطی در افراد متأهل شهر تهران

علی اکبر صلاحی<sup>۱</sup>، فاطمه توحیدی کیا<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup> مدرس و مشاور دانشگاه، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گارامام خمینی (ره) - شهرری.

<sup>۲</sup> دانش آموخته مقطع کارشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گارامام خمینی (ره) - شهرری.

نام نویسنده مسئول:

فاطمه توحیدی کیا

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۱/۶

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۳/۲۰

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه تعارضات زناشویی و مهارت‌های ارتباطی با روش کمی و از نوع همبستگی انجام شد. جامعه پژوهش افراد متأهل شهر تهران در سال ۱۳۹۹ بود که با روش در دسترس ۷۱ نفر انتخاب شد. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه‌های تعارضات زناشویی ثنائی، مهارت‌های ارتباطی کوئین-دام بود. از روش آماری همبستگی پیرسون برای تحلیل داده‌ها استفاده شد. نتایج آماری حاصله از Sig، نمره ۰/۲۶۵ بود، نشان داد که از ۰/۰۵ بزرگتر بود، لذا فرض صفر تایید و فرض خلاف رد شد و نتیجه با احتمال ۰/۹۵ رابطه معناداری وجود ندارد. لذا فقط برای فرضیه فرعی که رابطه ارتباط توأم با واقعیت و تعارضات زناشویی بود با توجه به اینکه نمره Sig برابر ۰/۰۰۶ بود، نشان داد که از ۰/۰۵ کوچکتر بود، لذا فرض صفر رد و فرض خلاف تایید شد و نتیجه گرفته شد که با احتمال ۰/۹۵ رابطه معنادار بود.

**واژگان کلیدی:** تعارضات زناشویی، مهارت‌های ارتباطی.

## مقدمه

به رفتارها و اعمالی که هر شخص از طریق آن می‌تواند با دیگران ارتباط برقرار کند و موجب عکس‌العمل مثبت شود، مهارت‌های ارتباطی می‌گویند. افراد با کمک این مهارت‌های ارتباطی می‌توانند رابطه‌ای مؤثر و تأثیری مثبت در دیگران ایجاد کنند (وکیلی و همکاران، ۲۰۱۱؛ به نقل از معتقد لاریجانی و همکاران، ۱۳۹۳).

افراد در تعاملات بین فردی خود مانند در میان گذاشتن احساسات، افکار و اطلاعات خود از طریق مبادله‌ی کلامی و یا غیر کلامی نیاز به مهارت‌های ارتباطی دارند (بروکس و هیث<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴؛ به نقل از جابری و همکاران، ۱۳۹۴). این مهارت‌ها مشتمل بر مهارت‌های فرعی زیر است که اساس مهارت‌های ارتباطی را تشکیل می‌دهد: ۱- درک پیام‌های کلامی و غیر کلامی: به منظور مبادله‌ی پیام‌های ارتباطی است. ۲- نظم‌دهی به هیجان‌ها: به معنای کنترل و ابراز احساسات خویش و درک احساسات دیگران است. ۳- گوش دادن: گوش دادن به منظور ارزیابی گفته‌ها و پاسخ دهی به پیام‌هاست. گوش دادن صحیح به گوینده کمک می‌کند که منظور خود را به درستی برساند و حالت دفاعی نداشته باشد. ۴- بینش نسبت به فرایند ارتباط: به معنای درک چگونگی تأثیر در ارتباطات و فهم دیگران می‌باشد. ۵- قاطعیت در ارتباط: داشتن جسارت کافی برای بیان نظر و سوالات خود صرف نظر از واکنش دیگران می‌باشد (حسین چاری و دلاورپور، ۱۳۸۵؛ به نقل از جابری و همکاران، ۱۳۹۴).

مهارت‌های ارتباطی وسیله‌ای است که زوجین می‌توانند از طریق آن مشکلات خود را حل کنند، صمیمیت را افزایش دهند و زندگی بهتری داشته باشند (هالفورد<sup>۲</sup>، ۱۳۸۴؛ به نقل از فولادی و همکاران، ۱۳۹۲). یک رویکرد درمانی به نام رویکرد شناختی- رفتاری تأکید بر این دارد که زوجین چگونه رفتار یکدیگر را تعبیر، ارزیابی، علت یابی و معنادهی می‌کنند و چگونه رفتارهای آینده را پیش بینی می‌کنند (مایکل پی<sup>۳</sup>، ۱۳۸۷؛ به نقل از فولادی و همکاران، ۱۳۹۲). این رویکرد برای حل مشکلات زوجین بسیار مفید است. رفتار یک همسر در رابطه با افراد و موضوعات مختلف و همچنین تغییراتی که در درون فرد رخ می‌دهد، اتفاق می‌افتد که اثرات آن‌ها را می‌توان در رفتارها و پیامدهای رابطه‌ای اندازه گرفت. نوع درک و قضاوتی که بر آن رفتارهای همسر می‌شود تکلیف‌سوگیری‌های ارتباطی را روشن می‌سازد (خوش کنش، ۱۳۸۶؛ به نقل از فولادی و همکاران، ۱۳۹۲). هدف از آموزش این ارتباطات، به وجود آوردن مهارت‌های زوجین برای ایجاد رابطه‌ای با رضایت بیشتر، پایدارتر و کاهش خطرات و مشکلات زناشویی در آینده است (ایمهند<sup>۴</sup>، ۲۰۰۸؛ به نقل از فولادی و همکاران، ۱۳۹۲).

می‌توانیم بگوییم یکی از بهترین آموزه‌های اخلاقی، عطف و مهرورزی است که روابط را صمیمی تر می‌کند و کینه را از بین می‌برد. هنگامی که چنین رابطه‌ای میان زوجین باشد، آن‌ها در تمامی مشکلات زندگی شریک و فریادرس یکدیگر خواهند بود و در برابر دشواری‌ها استوار خواهند ایستاد (فیاض و کریمی، ۱۳۸۹؛ به نقل از جوادی و همکاران، ۱۳۹۴).

تعارض در رابطه یکی از دلایل مراجعه به درمانگر است. به این معنا که از زندگی خویش راضی نیستند و نمی‌توانند با یکدیگر باشند. در چنین زوج‌هایی، وقتی طرف مقابل رفتاری نشان می‌دهد، شروع به ذهن خوانی می‌کنند که لازم است در این موارد زوج‌ها مشکلات را از بیرون حل کنند نه از طریق ذهن خوانی (پیترسون<sup>۵</sup>، ۲۰۰۲؛ به نقل از کرمی و همکاران، ۱۳۹۱).

در ارتباط زناشویی پدیده‌ای که به موازات عشق بوجود می‌آید و غیر قابل اجتناب است، تعارض نام دارد. این پدیده وقتی اتفاق می‌افتد که رفتار دو طرف با هم تداخل پیدا می‌کند و هرچه افراد به هم نزدیک تر می‌شوند، نیروی تعارض نیز بیشتر می‌شود. تعارض وحدت افراد خانواده را از بین می‌برد و در آینده در رفتارهای فرزندان به صورت سرکشی بروز می‌کند (کیوچینگ<sup>۶</sup>، ۱۹۶۶؛ به نقل از کرمی و همکاران، ۱۳۹۱). هرچه تعارض افزایش می‌یابد، نارضایتی و ناسازگاری بیشتری پدیدار می‌شود که خود مقدمه‌ای برای طلاق است (لانگ و یانگ<sup>۷</sup>، ۲۰۰۶؛ به نقل از کرمی و همکاران، ۱۳۹۱).

1. Brooks & Heath

2. Halford

3. Micheal P

4. Imhond

5. Peterson

6. Kiu-Ching

7. Long & Yong

یکی از دغدغه‌های روانشناسان خانواده حل تعارضات زناشویی است و در این مورد دیدگاه‌های نظری فراوانی همچون رویکرد رشدی<sup>۸</sup> و رویکرد رفتاری<sup>۹</sup> و رویکرد سیستمی<sup>۱۰</sup> ارائه شده است (دزوریلا و گلدفرید<sup>۱۱</sup>، ۱۹۷۱؛ به نقل از فاتحی زاده و همکاران، ۱۳۹۵).

پژوهش حاضر رابطه تعارضات زناشویی و مهارت‌های ارتباطی در افراد متأهل شهر تهران را بررسی کرد. در این پژوهش ما به دنبال این بودیم که افراد متأهل با یک مهارت خوب و عالی تعارضات در رابطه‌شان را کم کنند، مهارتی که اگر آن را خوب بلد نباشیم خود به تنهایی می‌تواند زمینه مشکلات فراوانی را در زندگی برای زوجین فراهم سازد. داشتن مهارت ارتباطی خوب و کامل همسران با یکدیگر زمینه بروز مشکلات و تعارضات زناشویی را از بین می‌برد و رابطه و مهارت خوب باعث تداوم زندگی زناشویی می‌شود.

بررسی پژوهش‌های انجام شده نشان داد که پژوهش‌های بسیاری به متغیرهای موجود در پژوهش حاضر پرداخته‌اند، به این صورت که هر کدام از آن‌ها یا به بررسی رابطه بین یکی از متغیرهای موجود در پژوهش با متغیرهای دیگر پرداخته‌اند یا به بررسی رابطه‌ی بین این دو متغیر در جامعه آماری دیگری پرداخته‌اند؛ در حالی که پژوهش حاضر برای نخستین بار به بررسی رابطه‌ی بین این دو متغیر یعنی تعارضات زناشویی و مهارت‌های ارتباطی در جامعه افراد متأهل شهر تهران پرداخته است.

هدف پژوهش بررسی رابطه تعارضات زناشویی و مهارت‌های ارتباطی در افراد متأهل شهر تهران بود. با توجه به توضیحاتی که ذکر شد فرضیه اصلی پژوهش بررسی رابطه تعارضات زناشویی و مهارت‌های ارتباطی در افراد متأهل شهر تهران بود.

امانی و لطافتی بريس (۱۳۹۲) به بررسی اثر بخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی زوجین پرداخت. نتایج این تحقیق نشان داد که آموزش گروهی مهارت‌های ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی و مؤلفه‌های آن در زوجین تأثیر معناداری دارد.

فتحی اقدم و جمهری (۱۳۹۰) به بررسی مقایسه اثر بخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی در تعارضات زناشویی و سخت رویی، دانشجویان زن دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات پرداخته‌اند. نتایج این تحقیق نشان می‌دهد که آموزش مهارت‌های ارتباطی باعث کاهش تعارضات زناشویی شده و در خرده مقیاس‌های همکاری، همسو شدن در کارهای مالی، رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان و واکنش‌های هیجانی تفاوت معناداری دیده شد و آموزش مهارت‌های ارتباطی در سخت رویی زنان تأثیری نداشت و تفاوت معنی داری دیده نشد.

بهاری و همکاران (۱۳۹۰) به بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباط همسران بر کاهش تعارضات زناشویی زوج‌های متعارض متقاضی طلاق پرداخته‌اند. نتایج تحقیق نشان می‌دهد که تفاوت معناداری در میزان تعارض کلی تعارضات زناشویی و حیطة‌های واکنش‌های هیجانی جلب حمایت فرزندان، رابطه با اقوام و دوستان خود دیده شد. این برنامه در کاهش واکنش‌های هیجانی، جلب حمایت فرزندان، رابطه با اقوام و دوستان خود و میزان کلی تعارضات زناشویی زوج‌های متقاضی طلاق مؤثر بوده است.

چاوشی، صیدی (۱۳۹۷) به بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر صمیمیت و بهداشت روان زوجین شرکت کننده در کلاس‌های مشاوره پیش از ازدواج پرداخت. نتایج نشان داد مهارت‌های ارتباطی بر افزایش صمیمیت و بهداشت روان زوجین اثر بخش است.

سؤال اصلی پژوهش حاضر این بوده که آیا بین تعارضات زناشویی و مهارت‌های ارتباطی رابطه معناداری وجود دارد؟

8. Developmental

9. Behavioral

10. System Approach

11. Dzurilla & Goldfried

## روش

روش پژوهش حاضر کمی و از نوع همبستگی می‌باشد. جامعه پژوهش حاضر شامل افراد متأهل شهر تهران هستند. نمونه آماری، شامل ۷۱ نفر از افراد متأهل که ۳۰ زن و ۴۱ مرد با دامنه سنی ۲۱ تا ۵۶ سال می‌باشند، و از این تعداد ۱۶ نفر دارای تحصیلات دیپلم، ۵ نفر فوق دیپلم، ۲۹ نفر لیسانس، ۱۸ نفر فوق لیسانس و ۳ نفر دکترا می‌باشند. همچنین ۵۱ نفر شاغل، ۴ نفر بیکار و ۱۶ نفر خانه دار می‌باشند؛ که در این پژوهش روش نمونه‌گیری به صورت در دسترس انتخاب شد. همچنین در این پژوهش از پرسشنامه تعارضات زناشویی تجدید نظر شده ثنائی، پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی<sup>۱۲</sup> کوئین- دام<sup>۱۳</sup> به عنوان ابزار استفاده شد.

پرسشنامه تعارضات زناشویی تجدید نظر شده ثنائی ۱۳۸۷: این پرسشنامه یک ابزار ۵۴ سوالی است که برای سنجیدن تعارض های زن و شوهری ساخته شده‌است. این پرسشنامه هشت بعد از تعارضات زناشویی را می‌سنجد که عبارتند از: کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش های هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزندان، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان، جدا کردن امور مالی از یکدیگر، و کاهش ارتباط موثر. مشاوران و سایر متخصصان بالینی می‌توانند از این پرسشنامه برای سنجیدن تعارض های زن و شوهری و ابعاد آن استفاده کنند.

برای هر سوال پنج گزینه در نظر گرفته شده که به تناسب ۱ تا ۵ نمره به آنها اختصاص داده شده‌است. حداکثر نمره کل پرسشنامه ۲۷۰ و حداقل آن ۵۴ است. در این ابزار نمره بیشتر به معنی تعارض بیشتر و نمره کمتر به معنی رابطه بهتر و تعارض کمتر است. نمره گذاری گزینه ها بر اساس طیف لیکرت<sup>۱۴</sup> پنج درجه ای بدین صورت است: هرگز (۱)، بندرت (۲)، گاهی (۳)، اکثرا (۴)، همیشه (۵).

نکته: سؤالات ۳، ۱۱، ۱۴، ۲۶، ۳۰، ۳۳، ۴۵، ۴۷، ۵۴ به صورت معکوس نمره گذاری می‌شوند.

پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی توسط کوئین-دام در سال ۲۰۰۴ تهیه شده‌است. این پرسشنامه برای سنجش مهارت‌های ارتباطی بزرگسالان ابداع شده‌است دارای ۳۴ سوال است که مهارت های ارتباطی را توصیف می‌کند. مهارت‌های ارتباطی فرعی که در این مقیاس مورد بررسی قرار می‌گیرند شامل پنج مهارت گوش دادن، توانایی دریافت و ارسال پیام، بینش نسبت به فرایند ارتباط، کنترل عاطفی و ارتباط توأم با قاطعیت هستند. این پرسشنامه در یک مقیاس لیکرتی بین یک (هرگز) تا پنج (همیشه) نمره گذاری می‌شود؛ نمره گذاری گزینه ها در مقیاس مهارت‌های ارتباطی بدین شرح است: هرگز=۱، به ندرت=۲، گاه=۳، اکثر اوقات=۴، همیشه=۵. نکته: سؤالات ۲-۴-۶ به صورت معکوس نمره گذاری می‌شود. همچنین حداکثر نمره کل پرسشنامه ۱۷۰ و حداقل آن ۳۴ می‌باشد. بنابراین نمره بین ۳۴ تا ۶۸ بیانگر مهارت‌های ارتباطی ضعیف است. نمره بین ۶۸ تا ۱۰۲ بیانگر مهارت‌های ارتباطی متوسط است. نمره بالاتر از ۱۰۲ بیانگر مهارت‌های ارتباطی بالا است.

آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه تعارضات زناشویی روی یک گروه ۲۷۰ نفری برابر با ۰/۹۶ به دست آمد و برای ۸ خرده مقیاس آن از این قرار است: کاهش همکاری، ۰/۸۱؛ کاهش رابطه جنسی، ۰/۶۱؛ افزایش واکنش های هیجانی، ۰/۷۰؛ افزایش جلب حمایت فرزند، ۰/۳۳؛ افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، ۰/۸۶؛ کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان، ۰/۸۹؛ جدا کردن امور مالی از یکدیگر، ۰/۷۱؛ و کاهش ارتباط موثر، ۰/۶۹ می‌باشد. پرسشنامه تعارضات زناشویی از روایی محتوایی خوبی برخوردار است. در این مرحله تحلیل محتوای آزمون، پس از اجرای مقدماتی و محاسبه همبستگی هر سوال با کل پرسشنامه و مقیاس های آن، به دلیل همبستگی مناسب تمام سؤالات، هیچ سوالی حذف نشد.

برای سنجش اعتبار آزمون مهارت‌های ارتباطی، ابتدا با استفاده از روش آلفای کرونباخ، اعتبار کل آزمون محاسبه شد که مقدار عددی آن برابر با ۰/۶۹ و حاکی از همسانی درونی قابل قبول این آزمون بود. این مقدار برای آزمودنی‌های دانشجوی ۰/۷۱ و برای دانش آموزان دبیرستانی برابر با ۰/۶۶ بود. همچنین ضریب اعتبار کل آزمون با استفاده از روش تنصیف برابر با ۰/۷۱ به دست آمد.

12. Communication Skills Test-Revised (CSTR)

13. Queendom

14. Likert

در آمار توصیفی از نما، میانه، میانگین، واریانس انحراف معیار، جداول و نمودار استفاده شد و در آمار استنباطی از روش آماری همبستگی پیرسون<sup>۱۵</sup> استفاده شد. همچنین برای آنالیز اطلاعات از نرم افزار آماری SPSS ورژن ۲۳ استفاده گردید.

## نتایج

در بخش نتایج ابتدا به بررسی سن، جنسیت، میزان تحصیلات و شغل؛ افرادی که مورد پژوهش قرار گرفته اند پرداخته ایم، که به آن آمار توصیفی می گویند. در بخش دیگر به بررسی رابطه بین متغیرها پرداخته ایم که به آن آمار استنباطی می گویند.

جدول ۱- توزیع فراوانی جنسیت، سن، میزان تحصیلات

		gensia t	sen	mizane tahsilat	shoghl
N	Valid	71	71	71	71
	Missing	0	0	0	0
Mean		1.58	32.37	2.32	2.17
Std. Error of Mean		.059	.830	.130	.060
Median		2.00	32.00	2.00	2.00
Mode		2	30 <sup>a</sup>	2	2
Std. Deviation		.497	6.996	1.093	.507
Variance		.247	48.950	1.194	.257
Range		1	35	4	2
Minimum		1	21	1	1
Maximum		2	56	5	3
Sum		112	2298	165	154

چنانچه در جدول شماره ۱ ملاحظه می گردد، از ۷۱ نفر نمونه آماری مورد مطالعه، میانگین رده سنی و جنسیت آنها به ترتیب ۳۲/۳۷ و ۱/۵۸ بدست آمده است، کمترین و بیشترین مقدار عددی متغیر سن به ترتیب ۲۱ و ۵۶ سال می باشد.

جدول ۲- وضعیت جنسیت

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	female	30	42.3	42.3	42.3
	male	41	57.7	57.7	100.0
	Total	71	100.0	100.0	

با توجه به جدول شماره ۲، تعداد داده های موجود، درصد تمام داده های موجود، درصد تمامی داده های معتبر برای زن ها، به ترتیب ۳۰، ۴۲/۳، ۴۲/۳ و برای مردها، به ترتیب ۴۱، ۵۷/۷، ۵۷/۷ است. همچنین فراوانی تجمعی متغیر جنسیت زن، ۴۲/۳ و برای مرد، ۱۰۰ بدست آمده است.

<sup>15</sup>. Pearson Correlation Coefficient

جدول ۳- وضعیت سن

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	21	1	1.4	1.4	1.4
	22	2	2.8	2.8	4.2
	23	3	4.2	4.2	8.5
	24	2	2.8	2.8	11.3
	25	3	4.2	4.2	15.5
	26	2	2.8	2.8	18.3
	27	3	4.2	4.2	22.5
	28	4	5.6	5.6	28.2
	29	3	4.2	4.2	32.4
	30	7	9.9	9.9	42.3
	31	4	5.6	5.6	47.9
	32	5	7.0	7.0	54.9
	33	4	5.6	5.6	60.6
	34	4	5.6	5.6	66.2
	35	7	9.9	9.9	76.1
	36	3	4.2	4.2	80.3
	37	5	7.0	7.0	87.3
	38	3	4.2	4.2	91.5
	41	1	1.4	1.4	93.0
	42	1	1.4	1.4	94.4
50	1	1.4	1.4	95.8	
53	2	2.8	2.8	98.6	
56	1	1.4	1.4	100.0	
	Total	71	100.0	100.0	

در جدول شماره ۳، ستون اول تمام مقادیر معلوم شده برای متغیر سن ارائه شده است، ستون دوم تعداد داده‌هایی را که این مقدار دارند نشان می‌دهد. ستون سوم نشان دهنده درصد تمام داده‌هایی را که این مقدار معین را دارند، است؛ ستون چهارم هم درصد تمامی داده‌های معتبری را ارائه می‌کند که به این مقدار مربوط می‌شوند و ستون پنجم نیز درصد فراوانی تجمعی را برای متغیر سن نشان می‌دهد. لذا با توجه به جدول ۳، مقادیر معلوم شده برای متغیر سن ۲۱ تا ۵۶ می‌باشد.

جدول ۴- وضعیت میزان تحصیلات

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	diplom	16	22.5	22.5	22.5
	lisans	29	40.8	40.8	63.4
	foghe lisans	18	25.4	25.4	88.7
	doktora	3	4.2	4.2	93.0
	foghe diplom	5	7.0	7.0	100.0
	Total	71	100.0	100.0	

در جدول شماره ۴، تعداد داده‌های موجود، درصد تمام داده‌های موجود، درصد تمامی داده‌های معتبر، فراوانی تجمعی برای افراد با تحصیلات دیپلم به ترتیب ۱۶، ۲۲/۵، ۲۲/۵، ۲۲/۵؛ برای افراد با تحصیلات فوق دیپلم به ترتیب ۵، ۷، ۷، ۱۰۰؛ برای افراد

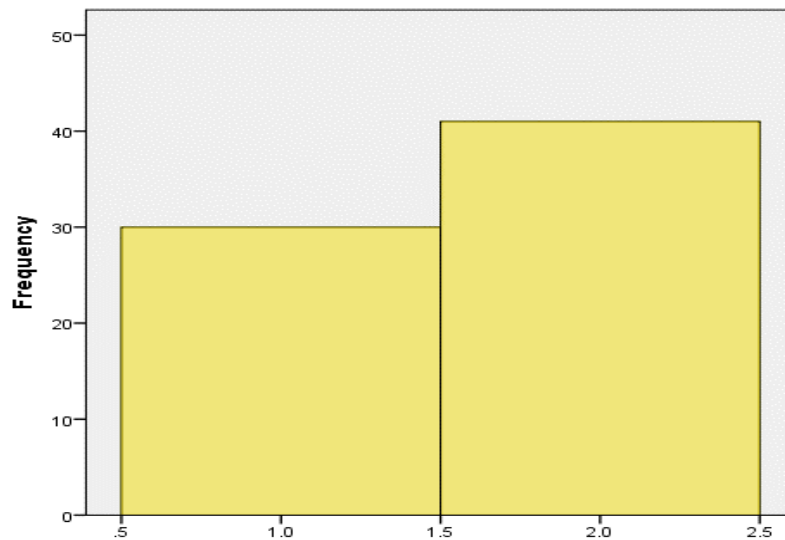
با تحصیلات لیسانس به ترتیب ۲۹، ۴۰/۸، ۴۰/۸، ۶۳/۴؛ برای افراد با تحصیلات فوق لیسانس به ترتیب ۱۸، ۲۵/۴، ۲۵/۴، ۸۸/۷ و برای افراد با تحصیلات دکترا به ترتیب ۳، ۴/۲، ۴/۲، ۹۳ بدست آمد.

#### جدول ۵- وضعیت شغل

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	bikar	4	5.6	5.6	5.6
	shaghel	51	71.8	71.8	77.5
	khanehdar	16	22.5	22.5	100.0
	Total	71	100.0	100.0	

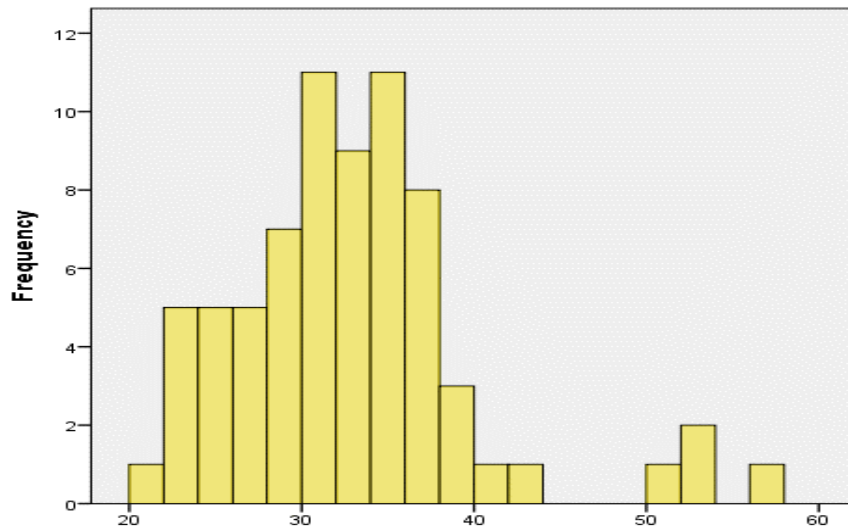
در جدول شماره ۵، تعداد داده‌های موجود، درصد تمام داده‌های موجود، درصد تمامی داده‌های معتبر، فراوانی تجمعی برای افراد بیکار به ترتیب ۴، ۵/۶، ۵/۶، ۵/۶؛ برای افراد شاغل به ترتیب ۵۱، ۷۱/۸، ۷۱/۸، ۷۷/۵ و برای افراد خانه دار به ترتیب ۱۶، ۲۲/۵، ۲۲/۵، ۱۰۰ بدست آمد.

#### نمودار ۱- نمودار فراوانی هیستوگرام<sup>۱۶</sup> جنسیت



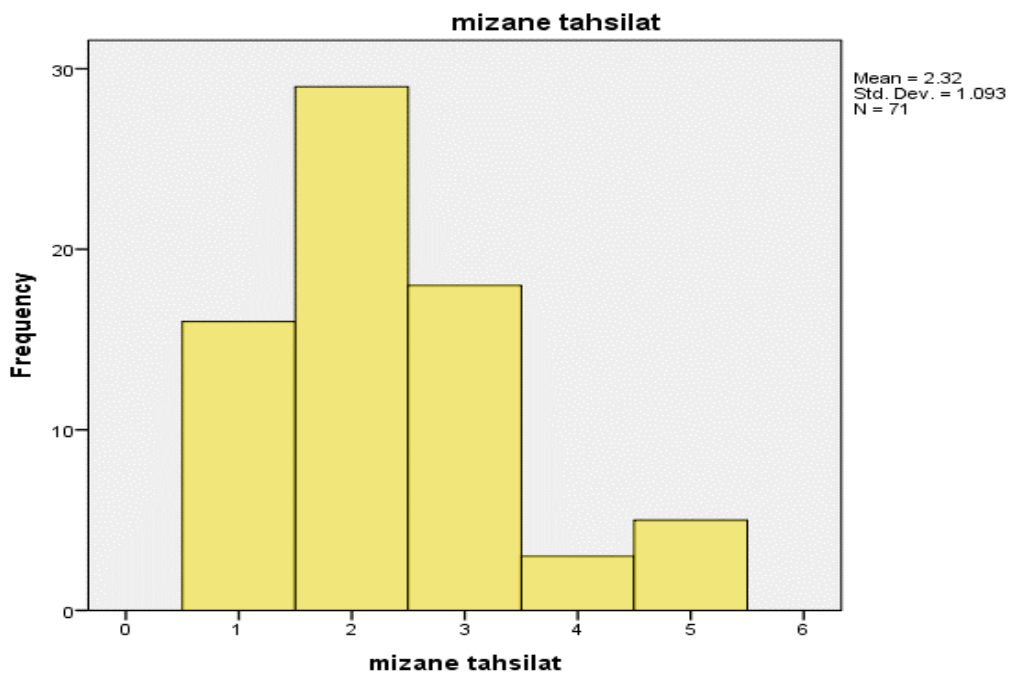
در نمودار ۱، نمودار هیستوگرام متغیر جنسیت را نشان می‌دهد. در محور افقی مقدار متغیر جنسیت و در محور عمودی فراوانی نشان داده شده است. برون داد نمودار هیستوگرام متغیر جنسیت نشان می‌دهد که تعداد مردان بیشتر از زنان است.

نمودار ۲- سن



در نمودار ۲، نمودار هیستوگرام متغیر سن را نشان می‌دهد. در محور افقی مقدار متغیر سن و در محور عمودی فراوانی نشان داده شده است. برون داد نمودار هیستوگرام متغیر سن نشان می‌دهد بیشتر نمونه‌های پژوهش در دامنه سنی ۳۰ تا ۳۵ سال قرار دارند.

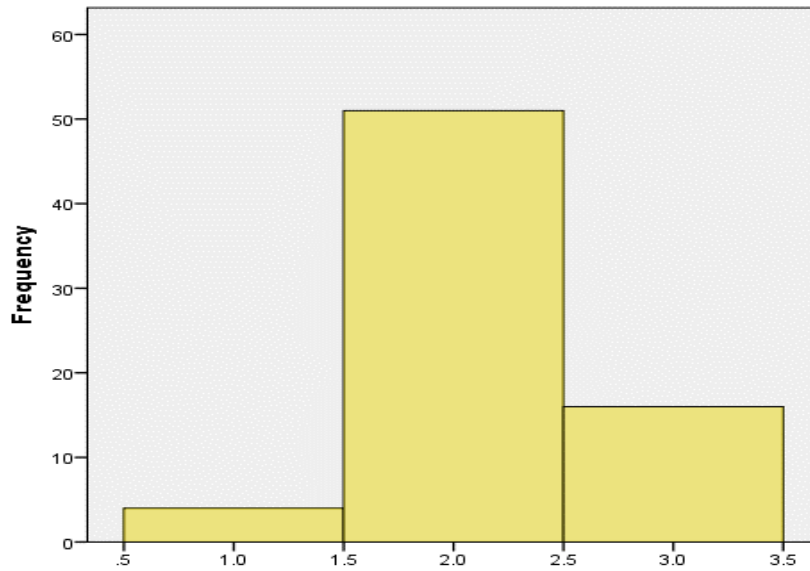
نمودار ۳- میزان تحصیلات



در نمودار ۳، نمودار هیستوگرام متغیر میزان تحصیلات را نشان می‌دهد. در محور افقی مقدار متغیر میزان تحصیلات و در محور عمودی فراوانی نشان داده شده است. برون داد نمودار هیستوگرام متغیر میزان تحصیلات نشان می‌دهد بیشتر نمونه‌های پژوهش را افراد با تحصیلات لیسانس تشکیل می‌دهند.



نمودار ۴- شغل



در نمودار ۴، نمودار هیستوگرام متغیر شغل را نشان می‌دهد. در محور افقی مقدار متغیر شغل و در محور عمودی فراوانی نشان داده شده‌است. برون داد نمودار هیستوگرام متغیر شغل نشان می‌دهد بیشتر نمونه‌های پژوهش را افراد شاغل تشکیل می‌دهند.

جدول ۶- همبستگی تعارضات زناشویی و مهارت‌های ارتباطی

		MaharateErtebati	TaaroZateZanashoei
MaharateErtebati	Pearson Correlation	1	.134
	Sig. (2-tailed)		.265
	N	71	71
TaaroZateZanashoei	Pearson Correlation	.134	1
	Sig. (2-tailed)	.265	
	N	71	71

در جدول ۶، به بررسی رابطه تعارضات زناشویی و مهارت‌های ارتباطی پرداخته شده که با توجه به اینکه Sig نمره ۰/۲۶۵ شده و از ۰/۰۵ بزرگتر شده‌است، فرض صفر تایید و فرض خلاف رد شده‌است، در نتیجه با احتمال ۰/۹۵ رابطه معناداری وجود ندارد.

جدول ۷- همبستگی تعارضات زناشویی و مهارت گوش دادن

		Goshdadan	TaaroZateZanashoei
Goshdadan	Pearson Correlation	1	-.100
	Sig. (2-tailed)		.404
	N	71	71
TaaroZateZanashoei	Pearson Correlation	-.100	1
	Sig. (2-tailed)	.404	
	N	71	71

در جدول ۷، به بررسی رابطه تعارضات زناشویی و مهارت گوش دادن پرداخته شده که با توجه به اینکه  $\text{sig} < 0/04$  شده و از  $0/05$  بزرگتر شده است، فرض صفر تایید و فرض خلاف رد شده است، در نتیجه با احتمال  $95\%$  رابطه معناداری وجود ندارد.

جدول ۸- همبستگی کنترل عاطفی و تعارضات زناشویی

		TaarozaTeZanashoei	KontrolAtefi
TaarozaTeZanashoei	Pearson Correlation	1	.177
	Sig. (2-tailed)		.139
	N	71	71
KontrolAtefi	Pearson Correlation	.177	1
	Sig. (2-tailed)	.139	
	N	71	71

در جدول ۸، به بررسی رابطه کنترل عاطفی و تعارضات زناشویی پرداخته شده که با توجه به اینکه  $\text{sig} < 0/139$  شده و از  $0/05$  بزرگتر شده است، فرض صفر تایید و فرض خلاف رد شده است، در نتیجه با احتمال  $95\%$  رابطه معناداری وجود ندارد.

جدول ۹- همبستگی ارتباط توأم با واقعیت و تعارضات زناشویی

		TaarozaTeZanashoei	ErtebaTeToamBaVagheiat
TaarozaTeZanashoei	Pearson Correlation	1	.320**
	Sig. (2-tailed)		.006
	N	71	71
ErtebaTeToamBaVagheiat	Pearson Correlation	.320**	1
	Sig. (2-tailed)	.006	
	N	71	71

در جدول ۹، به بررسی رابطه ارتباط توأم با واقعیت و تعارضات زناشویی پرداخته شده که با توجه به اینکه  $\text{sig} < 0/006$  شده و از  $0/05$  کوچکتر شده است، فرض صفر رد و فرض خلاف تایید شده است، در نتیجه با احتمال  $95\%$  رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

جدول ۱۰- همبستگی توانایی دریافت و ارسال پیام و تعارضات زناشویی

		Tavanaei Daryaft Va Ersale Payam	TaarozaTeZanashoei
Tavanaei Daryaft Va Ersale Payam	Pearson Correlation	1	-.022
	Sig. (2-tailed)		.854
	N	71	71
TaarozaTeZanashoei	Pearson Correlation	-.022	1
	Sig. (2-tailed)	.854	
	N	71	71

در جدول ۱۰، به بررسی رابطه توانایی دریافت و ارسال پیام و تعارضات زناشویی پرداخته شده که با توجه به اینکه  $\text{sig} < 0/854$  شده و از  $0/05$  بزرگتر شده است، فرض صفر تایید و فرض خلاف رد شده است، در نتیجه با احتمال  $95\%$  رابطه معناداری وجود ندارد.

جدول ۱۱- همبستگی بینش نسبت به فرایند ارتباط و تعارضات زناشویی

		Binesh Nesbat Be Farayande Ertebat	Taarozaate Zanashoei
Binesh Nesbat Be Farayande Ertebat	Pearson Correlation	1	.067
	Sig. (2-tailed)		.579
	N	71	71
Taarozaate Zanashoei	Pearson Correlation	.067	1
	Sig. (2-tailed)	.579	
	N	71	71

در جدول ۱۱، به بررسی رابطه بینش نسبت به فرایند ارتباط و تعارضات زناشویی پرداخته شده که با توجه به اینکه  $\text{sig}$  نمره  $0/579$  شده و از  $0/05$  بزرگتر شده است، فرض صفر تایید و فرض خلاف رد شده است، در نتیجه با احتمال  $95\%$  رابطه معناداری وجود ندارد.

### بحث

باتوجه به نتایج حاصله در جدول ۶، بین تعارضات زناشویی و مهارت‌های ارتباطی رابطه معناداری وجود ندارد، و با توجه به نتایج جداول ۷-۸-۱۰-۱۱، به ترتیب بین فرضیه‌های فرعی مهارت گوش دادن، کنترل عاطفی، توانایی و دریافت ارسال پیام و بینش نسبت به فرایند ارتباط با تعارضات زناشویی رابطه معناداری وجود ندارد؛ ولی بین متغیر فرعی ارتباط توأم با واقعیت و تعارضات زناشویی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. می‌توان نتیجه گرفت از افراد متأهل شهر تهران؛ زوجین می‌توانند با استفاده از آموزش دیدن در زمینه‌ی مهارت‌های ارتباطی یا با کمک مشاوره و روانشناسان حاذق در این زمینه به تقویت مهارت‌های ارتباطی خود بپردازند زیرا هر چه مهارت ارتباطی بالاتری داشته باشیم تعارضات در زندگی کمتر می‌شود، ولی هرچه مهارت کمتری در برقراری ارتباط داشته باشیم مشکلات در زندگی زیاد و تعارضات بین زوجین بالاتر می‌رود؛ به بیان دیگر می‌توان گفت داشتن مهارت ارتباطی خوب و یادگرفتن این مهارت‌ها در زندگی باعث تداوم روابط بین زوجین و کاهش تنش‌های احتمالی می‌شود.

شکراله‌زاده و همکاران (۱۳۹۶) که به بررسی تأثیر زوج درمانی شناختی-رفتاری در تعارض و بی‌رمقی زناشویی پرداخته است. این پژوهش نیز به تعارضات زناشویی پرداخته است و همچنین برای سنجش افراد از پرسشنامه تعارضات زناشویی ثنائی (۱۳۸۷) استفاده شد که از این نظر با پژوهش حاضر شباهت وجود دارد و از این نظر که در این پژوهش به تأثیر زوج درمانی شناختی-رفتاری و بی‌رمقی زناشویی پرداخته است، همچنین همبستگی این پژوهش نشان می‌دهد که درمان شناختی-رفتاری با تغییر باورهای منفی زوجین و کمک به جلوگیری از تعارض‌های زناشویی می‌تواند باعث کاهش تنش میان فردی و سرانجام کاهش بی‌رمقی شود، اما همبستگی پژوهش حاضر نشان می‌دهد که بین تعارضات زناشویی و مهارت‌های ارتباطی رابطه معناداری وجود ندارد بنابراین از این جهات با پژوهش حاضر متفاوت است. از لحاظ جامعه آماری مورد سنجش نیز بین دو پژوهش تفاوت وجود دارد زیرا جامعه مورد سنجش در این پژوهش زوجین آموزگار شهر نورآباد می‌باشد در حالی که جامعه مورد سنجش در پژوهش حاضر افراد متأهل شهر تهران می‌باشد.

پژوهش اعتمادی و همکاران (۱۳۹۳) به بررسی رابطه‌ی مهارت‌های ارتباطی، الگوهای ارتباطی و سبک‌های حل تعارض با صمیمیت زناشویی در زنان شهر اصفهان پرداخته است. این پژوهش از پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی کوئین-دام در بخش سنجش مقیاس مهارت‌های ارتباطی استفاده گردید و در هر دو پژوهش زیر مقیاس ارتباط توأم با واقعیت معنادار شده است، از این نظر با پژوهش حاضر شباهت وجود دارد و از این نظر که در این پژوهش همه چهار مهارت ارتباطی دیگر (بینش نسبت به فرایند ارتباط، درک پیام، کنترل عواطف، گوش دادن) همبستگی معنادار وجود دارد ولی در همبستگی پژوهش حاضر در چهار مقیاس ذکر شده رابطه معناداری وجود ندارد؛ با یکدیگر متفاوت‌اند. از لحاظ جامعه آماری مورد سنجش نیز بین دو پژوهش تفاوت وجود دارد زیرا جامعه مورد سنجش در این پژوهش کلیه زنان متأهل شهر اصفهان می‌باشد در حالی که جامعه مورد سنجش در پژوهش حاضر افراد متأهل شهر تهران می‌باشد.

پژوهش زارعی و همکاران (۱۳۹۷) به بررسی ارائه مدلی جهت تبیین نقش مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های حل مسئله در پیشگیری از آسیب‌های روانی و اجتماعی با میانجیگری تعارضات خانوادگی پرداخته‌است. این پژوهش از پرسشنامه تعارضات زناشویی ثنایی در بخش سنجش مقیاس تعارضات زناشویی استفاده گردید که از این نظر با پژوهش حاضر شباهت وجود دارد، در این پژوهش نشان داد مهارت‌های ارتباطی و سبک حل مسئله سازنده در کاهش آسیب‌های روانی و تعارضات خانواده نقش دارد. همچنین مهارت‌های ارتباطی و سبک حل مسئله سازنده با کاهش تعارضات خانواده بر منفی شدن نگرش افراد به آسیب‌های اجتماعی نقش دارد؛ و درنهایت هر چه تعارضات خانواده بیشتر باشد، میزان آسیب‌های روانی بیشتر و نگرش نسبت به آسیب‌های اجتماعی نیز مثبت تر است اما در پژوهش حاضر رابطه بین تعارضات زناشویی و مهارت‌های ارتباطی معنادار نشده‌است. از لحاظ جامعه آماری مورد سنجش نیز بین دو پژوهش تفاوت وجود دارد زیرا جامعه مورد سنجش در این پژوهش کلیه افراد متأهل شهر بندرعباس می‌باشد در حالی که جامعه مورد سنجش در پژوهش حاضر افراد متأهل شهر تهران می‌باشد.

پژوهش هادیان و امینی (۱۳۹۸) به بررسی پیش بینی دلزدگی زناشویی بر اساس هوش عاطفی، مهارت‌های ارتباطی و تعارضات زناشویی زوجین متأهل دانشگاه آزاد همدان پرداخته است. این پژوهش به مهارت‌های ارتباطی و تعارضات زناشویی پرداخته‌است و همچنین برای سنجش افراد از پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی کوئین-دام استفاده شد که از این نظر با پژوهش حاضر شباهت وجود دارد و از این نظر که در این پژوهش به متغیر دلزدگی زناشویی بر اساس هوش عاطفی، پرداخته‌است و همچنین یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که مقادیر بتا برای متغیر هوش عاطفی معنی‌دار است. مقدار بتا در متغیر مهارت‌های ارتباطی معنادار نیست. رابطه معکوس و معناداری بین هوش عاطفی و میزان دلزدگی زناشویی دیده می‌شود. بین متغیر دلزدگی زناشویی و مهارت‌های ارتباطی رابطه معناداری دیده نمی‌شود. بین متغیر دلزدگی زناشویی و تعارضات زناشویی رابطه مستقیم و معناداری دیده می‌شود. بین متغیرهای هوش عاطفی و مهارت‌های ارتباطی رابطه مستقیم و معناداری دیده می‌شود. آزمون معناداری همبستگی بین متغیرهای هوش عاطفی و تعارضات زناشویی معنادار نیست. رابطه معناداری بین متغیرهای مهارت‌های ارتباطی و تعارضات زناشویی دیده نمی‌شود اما یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که بین تعارضات زناشویی و مهارت‌های ارتباطی رابطه معناداری وجود ندارد. بین مهارت گوش دادن و تعارضات زناشویی رابطه معناداری وجود ندارد. بین مهارت کنترل عاطفی و تعارضات زناشویی رابطه معناداری وجود ندارد. بین ارتباط توأم با واقعیت و تعارضات زناشویی رابطه معناداری وجود دارد. بین توانایی دریافت و ارسال پیام و تعارضات زناشویی رابطه معناداری وجود ندارد. بین بینش نسبت به فرایند ارتباط و تعارضات زناشویی رابطه معناداری وجود ندارد؛ تفاوت جود دارد. از لحاظ جامعه آماری مورد سنجش نیز بین دو پژوهش تفاوت وجود دارد زیرا جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد همدان می‌باشد در حالی که جامعه آماری پژوهش حاضر افراد متأهل شهر تهران می‌باشد.

## منابع و مراجع

- [۱] اعتمادی، عذرا، جابری، سمیه، جزایری، رضوان السادات، احمدی، سید احمد. (۱۳۹۳). بررسی رابطه‌ی مهارت‌های ارتباطی، الگوهای ارتباطی و سبک‌های حل تعارض با صمیمیت زناشویی در زنان شهر اصفهان، فصلنامه علمی-پژوهشی زن و جامعه، شماره یکم، سال پنجم، صص ۶۳-۷۴.
- [۲] امانی، احمد، لطافتی بریس، رامین. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش گروهی مهارت‌های ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی زوجین، نشریه مشاوره کاربردی، شماره ۲، دوره ۳، صص ۱۷-۳۶.
- [۳] بهاری، فرشاد، فاتحی زاده، مریم، احمدی، سیداحمد، مولوی، حسین، بهرامی، فاطمه. (۱۳۹۰). تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباط همسران بر کاهش تعارض‌های زناشویی زوج‌های متعارض متقاضی طلاق، پژوهش‌های روان شناسی بالینی و مشاوره دانشگاه فردوسی مشهد، شماره ۱، سال ۱، صص ۵۹-۷۰.
- [۴] جابری، سمیه، اعتمادی، عذرا، احمدی، سیداحمد. (۱۳۹۴). بررسی رابطه مهارت‌های ارتباطی با صمیمیت زناشویی، پژوهش‌های علوم‌شناختی و رفتاری (علمی-پژوهشی)، شماره دوم، شماره پیاپی ۹، سال پنجم، صص ۱۴۳-۱۵۲.
- [۵] جوادی، بهنازسادات، افروز، غلامعلی، حسینیان، سیمین، آذربایجانی، مسعود، غلامعلی لواسانی، مسعود. (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی و تعاملات عاطفی با رویکرد ارزش‌های دینی بر رضایت زناشویی، روانشناسی خانواده، شماره ۲، دوره ۲، صص ۳-۱۴.
- [۶] چاوشی، علی جوادی، صیدی، پگاه. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر صمیمیت و بهداشت روان زوجین شرکت‌کننده در کلاس‌های مشاوره پیش از ازدواج، فصلنامه علمی پژوهشی زن و فرهنگ، شماره ۳۶، سال نهم، صص ۸۷-۹۹.
- [۷] زارعی، اقبال، میرزایی، میترا، صادقی فرد، مریم. (۱۳۹۷). ارائه مدلی جهت تبیین نقش مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های حل مسئله در پیشگیری از آسیب‌های روانی و اجتماعی با میانجیگری تعارضات خانوادگی، فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، شماره ۳۵، سال نهم، صص ۱-۲۶.
- [۸] شکراله زاده، معصومه، فروزش، منیره، رفیع بذرافشان، محمد، حسینی، حسین. (۱۳۹۶). تأثیر زوج درمانی شناختی-رفتاری در تعارض و بی‌رمقی زناشویی، دو فصلنامه آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده، شماره ۱، شماره پیاپی ۵، دوره ۳، صص ۱۱۵-۱۳۱.
- [۹] فاتحی زاده، مریم، بارباز اصفهانی، نجمه، پرچم، اعظم. (۱۳۹۵). مدیریت تعارض‌های زناشویی با رویکرد حل مسئله از منظر مشاوره‌ی خانواده و اسلام، فصلنامه شورای فرهنگی اجتماعی زنان و خانواده، شماره ۷۴، دوره نوزدهم، صص ۶۸-۹۱.
- [۱۰] فتحی اقدم، قربان، جمهری، فرهاد. (۱۳۹۰). مقایسه اثر بخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی در تعارضات زناشویی و سخت‌رویی، دانشجویان زن دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات، پژوهشنامه تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد، شماره ۲۶، سال ششم، صص ۱۲۶-۱۵۰.
- [۱۱] فولادی، فائزه، اژه‌ای، جوادی، غلامعلی لواسانی، مسعود، برزگر کهنمویی، ساناز، جلوانی، راضیه. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر بهبود کیفیت زندگی زنان متأهل، فصلنامه آموزش و ارزشیابی، شماره ۲۱، سال ۶، صص ۱۲۷-۱۴۱.
- [۱۲] کرمی، جهانگیر، زکی‌بی، علی، علیخانی، مصطفی، خدادادی، کامران. (۱۳۹۱). رابطه مهارت‌های زندگی و تعارضات زناشویی با بهداشت روانی در زوجین مراجع‌کننده به مراکز مشاوره کلانتری‌های شهر کرمانشاه، فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده، شماره ۴، سال اول، صص ۴۶۱-۴۷۲.
- [۱۳] معتقد لاریجانی، زهرا، وکیلی، محمد مسعود، غفرانی پور، فضل‌الله، میر محمد خانی، مجید. (۱۳۹۳). بررسی تأثیر برنامه آموزشی بر مهارت‌های ارتباطی میان فردی به‌روزان دانشگاه علوم پزشکی سمنان، کومش، شماره ۲، شماره پیاپی ۵۴، جلد ۱۶، صص ۲۲۹-۲۳۸.
- [۱۴] هادیان، صبا، امینی، داریوش. (۱۳۹۸). پیش‌بینی دزدگی زناشویی بر اساس هوش عاطفی، مهارت‌های ارتباطی و تعارضات زناشویی زوجین متأهل دانشگاه آزادهمدان، پژوهشنامه زنان، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، فصلنامه علمی پژوهشی، شماره اول، سال دهم، صص ۱۷۹-۲۱۱.