

رابطه بین تکانشگری با رضایت زناشویی و مهارت‌های ارتباطی زوجین

محمد شمسیان^۱، شهلا شوکت پور لطفی^۲، صبا زارعی گیلانی^۳

- ^۱ کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، واحد یزد، دانشگاه آزاد اسلامی، یزد، ایران.
^۲ دانشجوی دکتری تخصصی روانشناسی، گروه روانشناسی، واحد رشت، دانشگاه آزاد اسلامی، گیلان، ایران.
^۳ کارشناسی روانشناسی، گروه روانشناسی، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران.

نام نویسنده مسئول:

صبا زارعی گیلانی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۳/۰۹

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۵/۱۴

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه بین تکانشگری با رضایت زناشویی و مهارت‌های ارتباطی زوجین بود. روش پژوهش، توصیفی و از نوع همبستگی و از لحاظ هدف نیز کاربردی بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر کرمانشاه بود که از این جامعه آماری با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس، تعداد ۱۵۰ نفر انتخاب شدند. برای سنجش متغیرهای مورد مطالعه از پرسشنامه زوجی اینریچ، پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی جرابک و مقیاس تکانشی بودن هرشفیلد استفاده شد. یافته‌های پژوهش با استفاده از نرم افزار SPSS تجزیه و تحلیل شد. نتایج به دست آمده حاکی از آن بود که با افزایش تکانشگری، میزان ارتباطات، حل تعارض و قاطعیت کمتر خواهد شد. **واژگان کلیدی:** تکانشگری، رضایت زناشویی، مهارت‌های ارتباطی زوجین.

مقدمه

خانواده همچنان واحد اساسی همه جوامع می‌باشد. خانواده یک واحد منسجم است که به طور ایده‌آل امنیت اقتصادی، اجتماعی و روانی را برای همه اعضای خود فراهم می‌کند. تشکیل خانواده اساساً از طریق ازدواج صورت می‌گیرد (اوبا - لاتو^۱، ۲۰۲۰). از نظر گریف، زوجین سازگار و دارای رضایت زناشویی، زن و شوهرهایی هستند که توافق زیادی با هم دارند. از نوع و سطح روابطشان راضی‌اند و از نوع و کیفیت اوقات فراغت رضایت دارند (گریف و بروین^۲، ۲۰۰۰). حفظ روابط زناشویی شامل تعهد، حساسیت، سخاوت، ملاحظه، صمیمیت، وفاداری، مسئولیت، اعتماد و اطمینان می‌باشد. زن و شوهر به همکاری، مودت و حسن تفاهم نیاز دارند. باید انعطاف پذیر، پذیرنده و بخشنده باشند. باید خطاهای همدیگر را تحمل کنند و به خصوصیات هم بها دهند. تنها در صورت وجود این خصوصیات و تقویت آنها است که به مرور ایام، ازدواج به اوج و شکوفایی می‌رسد (حسین زاده، ۱۳۹۲، بشارپور و شیخ الاسلامی، ۲۰۱۵).

عوامل متعددی در ایجاد یک زندگی خوب دخالت دارند. از جمله این متغیرها، رضایت زناشویی^۳ است. رضایت رضایتمندی زناشویی را می‌توان نتیجه خرسندی عمومی از زندگی مشترک، رضایت از روابط جنسی و رضایتمندی عاطفی و هیجانی دانست (ژی، ژائو و گانگ^۴، ۲۰۱۸). رضایت زناشویی وضعیتی است که در آن زن و شوهر در بیشتر مواقع احساس ناشی از رضایت و خوشبختی از یکدیگر داشته باشند. به عبارت دیگر زوجین سازگار زن و شوهرهایی هستند که از روابطشان با یکدیگر راضی‌اند و در زمینه مسائل گوناگون زندگی مثل گذراندن اوقات فراغت، سرمایه گذاری، چگونگی ادامه زندگی، ایده‌ها و تصمیم برای آینده و غیره تا حد زیادی با هم اتفاق نظر دارند (گریف^۵، ۲۰۰۰). همچنین، رضایت زناشویی یکی از نیازهای روانی و جسمانی انسان می‌باشد که با سلامت روان ارتباط نزدیکی دارد و افراد را در برابر اغلب اختلالات و بیماری‌های پزشکی حفظ می‌کند (کلاپیلووا^۶، برودی^۷، کرجکووا^۸، هوسارووا^۹ و بینتر^{۱۰}، ۲۰۱۵). رضایت زناشویی میزان شادکامی^{۱۱} زوجین از روابط جنسی و لذت بردن از یکدیگر را شامل می‌گردد و همچنین یکی از عوامل مهم در حیطه زندگی زناشویی محسوب می‌گردد که زوجین در صورت بهره مندی بیشتر از رضایت زناشویی، از کیفیت زندگی مطلوب‌تری نیز برخوردار خواهند بود (خیان^{۱۲}، چن^{۱۳}، تانگ^{۱۴} و ژانگ^{۱۵}، ۲۰۱۶). بنابراین زوجینی که دارای رضایت زناشویی بالایی باشند، کیفیت زندگی بالاتری را تجربه می‌کنند و از زندگی خود نیز رضایت بیشتری دارند.

یکی دیگر از عوامل تاثیرگذار بر ایجاد یک زندگی رضایت‌بخش در زوجین، مهارت‌های ارتباطی^{۱۶} بین زوجین است. منظور از مهارت‌های ارتباطی، فرایندی است که فرد را قادر می‌سازد به صورتی شایسته رفتار کند، در حقیقت اجتماعی شدن هر فرد دستاورد مهارت‌های ارتباطی اوست که قبلاً آموخته است (رازقی و چاری، ۱۳۸۹). هیچ تماسی میان فردی بدون برقراری ارتباط امکان پذیر نیست. همواره انسان برای رسیدن به اهداف و خواسته‌هایش نیازمند آشنایی بیشتر با انواع تعاملات اجتماعی و مدل مهارتی می‌باشد. مدل‌های مهارتی خود نشانگر ماهیت تبادلی فرایند ارتباط است (موسی زاده، ۱۳۸۹). گلاسر^{۱۷} (۲۰۰۴)

- 1 Obah-lateo
- 2 Greeff & De Bruyne
3. Marital Satisfaction
- 4 Xie, Zhou, Gong
- 5 Greeff
- 6 Klapilova
- 7 Brody
- 8 Krejcova
- 9 Husarova
- 10 Binter
- 11 Happiness
- 12 Qian
- 13 Chen
- 14 Tang
- 15 Zhang
- 16 Communication skills
- 17 Glasser

معتقد است که هفت عادت سازنده، در روابط بین فردی موفق حاکم است، او همچنین هفت عادت مخرب را ذکر می‌کند که روابط را خصومت آمیز می‌سازد و افراد موفق، این رفتارهای را در روابط خود کاهش می‌دهند. هفت عادت سازنده عبارتند از: حمایت کردن، تشویق کردن، گوش دادن، پذیرش، اعتماد کردن، احترام گذاشتن و در مورد اختلاف نظرها مذاکره کردن و هفت عادت مخرب عبارتند از: انتقاد کردن، سرزنش کردن، گله و شکایت، نق زدن، تهدید کردن، تنبیه کردن و رشوه و پاداش دادن برای کنترل دیگران است (سرگلزایی، ۱۳۸۹). تحقیقات در مورد زوجین مؤید این امر است که تقریباً ۱۰ تا ۱۵ درصد از افراد متأهل، مرتباً مشکلات ارتباطی مهمی را گزاری می‌کنند (دیلون یس و زیگر^{۱۸}، ۲۰۱۷). مهارت‌های ارتباطی ابزاری در اختیار زوجین قرار می‌دهد که با آن بتوانند تعارض را حل بکنند و صمیمیتی را که موجب انطباق نیازهای زنان و مردان می‌شود، افزایش داده و کیفیت زندگی خود را بهبود بخشند. ارتباط نامؤثر موجب فاصله بین فردی عمیقی می‌شود که در همه جنبه‌های زندگی تجربه می‌شود. پیامد فروپاشی ارتباط در اغلب موارد تنهایی، مشکلات خانوادگی، عدم صلاحیت و نارضایتی شغلی، فشار روانی، بیماری جسمی و غیره خواهد بود. زندگی اغلب زوجهایی که امید دارند ازدواجی بارور داشته باشند، به دلیل فقدان مهارت‌های لازم به یک رابطه موازی بدون صمیمیت می‌انجامد و هنگامی که ارتباط متوقف می‌شود انرژی عشق به آزدگی و خشم تبدیل می‌شود و در نتیجه منازعه‌های فراوان، عدم علائق و مشکلات جنسی را موجب می‌شود (ماخانوا، مکنالته، اکل، نیکنوا و مانر^{۱۹}، ۲۰۱۸). تکانشگری^{۲۰} از جمله عوامل دیگر تاثیرگذار بر رضایت زناشویی و مهارت‌های ارتباطی، در زوجین می‌تواند باشد. به طوری که اسدی مجره، ایلیگی، اکبری و حصارى (۱۳۹۶) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که تکانشگری با بدتنظیمی هیجانی رابطه معناداری وجود دارد. خاتم، صادقی راد و حسنی (۱۳۹۴) در پژوهشی دریافتند که ارتباط معناداری بین آموزش مهارت‌های ارتباطی و کاهش علائم تکانشگری نوجوانان وجود دارد. گابل^{۲۱} و همکاران (۲۰۰۰) نیز در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که سیستم‌های فعال سازی رفتاری^{۲۲} با تجربه عواطف مثبت، خوشبینی و بهزیستی روانی رابطه تنگانی دارد. در واقع تکانشگری نوعی گرایش به انجام واکنش بلافاصله و بدون برنامه‌ریزی نسبت به محرک‌های بیرونی و درونی است که به آثار و تبعات فردی و اجتماعی آن توجهی نمی‌شود (ویتمن، ارس و سانتیستبان، ۲۰۰۸). اتوفینکل^{۲۳} از دیدگاه روانکاوی بیان می‌دارد که رفتار تکانشی افراد را می‌توان به تلاش برای غلبه بر عواطف دردناک ربط داد. به تصور او اعمال تکانشگرانه، نوعی دفاع در برابر خطری درونی است (به نقل از سادوک و سادوک، ۱۳۹۵). طبق دیدگاه رفتاری، تکانشگری دربرگیرنده سودی کم ارزش و کوتاه مدت در برابر دستاوردهای با ارزش‌تر و بلندمدت در نظر گرفته می‌شود (پری^{۲۴}، ۲۰۰۱). بر طبق نظریه سندرم نقص پاداش مغز^{۲۵}، رفتارهای تکانشی هرچند تا اندازه‌ای با زیان یا آسیب‌های احتمالی همراه هستند، ولی امکان رسیدن به گونه‌ای از پاداش‌ها را نیز فراهم می‌آورند (اختیاری، رضوان فرد و مکرى، ۲۰۰۸). به طور کلی سندرم نقص پاداش^{۲۶} در زمره نظریه‌های روانشناختی در نظر گرفته می‌شود و اولین بار بلوم^{۲۷} (۲۰۱۷) به آن اشاره کرد. سندرم نقص پاداش مغز از طریق اعتیادها و یا رفتار جستجوی پاداش شناخته می‌شود. با توجه به تحقیقات بلوم (۲۰۱۴) افراد دارای سندرم نقص پاداش، گرایش دارند تا شدیدترین نوع هیجان‌ات را دنبال کنند، این کار باعث می‌شود تا آن‌ها بتوانند به احساس مداوم و پایداری از پاداش و لذت برسند و با این کار سبب افزایش میزان دوپامین در مغزشان شوند. حساسیت نسبت به پاداش موجود در اختلالات مرتبط با سندرم نقص پاداش، به این صورت است که این افراد نمی‌توانند از پاداشی که به صورت معمول حاصل از فعالیت‌های روزانه و طبیعی است، لذت ببرند. این عامل سبب اختلالات روانی مختلف و آشکار شدن الگوهای مقاوم و نابهنجار درکسب لذت و پاداش می‌شود (بلوم، ۱۹۹۰). در نتیجه تکانشگری در رابطه می‌تواند باعث آسیب در زندگی زناشویی در زوجین شود.

18 DeLongis, Zwicker

19 Makhanova, McNulty, Eckel, Nikonova, Maner

20 Impulsivity

21 Gable

22 Behavioral activation systems

2. Otto Finical

24 Petry

25 Brain Reward Deficiency Syndrome

26 Reward Deficiency Syndrome

27 Blum

تکانشگری: تکانشگری نوعی گرایش به انجام واکنش بلافاصله و بدون برنامه‌ریزی نسبت به محرک‌های بیرونی و درونی است که به آثار و تبعات فردی و اجتماعی آن توجهی نمی‌شود (ویتمن، ارس و سانتیستیان، ۲۰۰۸).

رضایت زناشویی: رضایت رضایتمندی زناشویی را می‌توان نتیجه خرسندی عمومی از زندگی مشترک، رضایت از روابط جنسی و رضایتمندی عاطفی و هیجانی دانست (ژی، ژائو و گانگ، ۲۰۱۸).

مهارت‌های ارتباطی: منظور از مهارت‌های ارتباطی، فرایندی است که فرد را قادر می‌سازد به صورتی شایسته رفتار کند، در حقیقت اجتماعی شدن هر فرد دستاورد مهارت‌های ارتباطی اوست که قبلاً آموخته است (رازقی و چاری، ۱۳۸۹).

فرضیه های تحقیق:

فرضیه اصلی:

بین تکانشگری با رضایت زناشویی و مهارت‌های ارتباطی زوجین رابطه معناداری وجود دارد.

روش

روش پژوهش حاضر، توصیفی و از نوع همبستگی می باشد و از لحاظ هدف نیز کاربردی است. جامعه آماری تحقیق: جامعه پژوهش حاضر شامل کلیه زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر کرمانشاه می باشد. **نمونه آماری و روش نمونه گیری:** با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس، تعداد ۱۵۰ نفر انتخاب شدند، ملاک ورود به تحقیق: سن بین ۲۵ تا ۴۰ سال، گذشتن حداقل ۲ سال از زندگی مشترک، عدم ابتلا به سومصرف مواد مخدر، پر کردن فرم رضایت نامه شرکت در تحقیق، وجود سلامت روان و سلامت جسمانی بود و همچنین ملاک خروج نیز عدم رضایت از شرکت در ادامه در پژوهش و بروز بیماری بود.

ابزار پژوهش

۱- مقیاس زوجی اینریچ

پرسشنامه زوجی اینریچ برای ارزیابی زمینه‌های بالقوه مشکل زا یا شناسایی زمینه‌های قوت در رابطه زناشویی به کار می‌رود. از این پرسش نامه برای تشخیص زوج‌هایی استفاده می‌شود که به مشاوره و تقویت رابطه خود نیاز دارد این پرسشنامه دارای ۳۵ سؤال ۴ حیطه تحریف آرمانی (۴-۸-۱۲-۱۶-۲۰)، رضایت زناشویی (۱-۵-۹-۱۳-۱۷-۲۱-۲۴-۲۷-۳۰-۳۵)، ارتباطات (۲-۶-۳۴-۳۱-۲۸-۲۵-۲۲-۱۸-۱۴-۱۰) و حل تعارض (۳-۷-۱۱-۱۵-۱۹-۲۳-۲۶-۲۹-۳۲-۳۳) می‌باشد و بر اساس طیف پنج گزینه‌ای لیکرت به سنجش میزان رضایت زناشویی می‌پردازد. در این پرسشنامه سؤالات ۳-۵-۶-۷-۱۰-۱۳-۱۴-۱۹-۲۱-۲۲-۳۴-۳۳-۳۲-۲۹-۲۸-۲۷-۲۶-۲۳ به صورت معکوس نمره گذاری می‌شوند. ضریب آلفای پرسشنامه برای خرده مقیاس‌های رضایت زناشویی، ارتباط، حل تعارض و تحریف آرمانی به ترتیب از این قرار است ۰/۸۶، ۰/۸۰، ۰/۸۴، ۰/۸۳ و اعتبار بازآزمایی پرسشنامه برای هر خرده آزمون به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۱، ۰/۹۰، ۰/۹۲ بوده است. پرسشنامه بصورت ۵ گزینه‌ای از نوع نمره گذاری لیکرت می‌باشد. همچنین این پرسشنامه دارای ۴ نمره مجزا است که برای مجموع ماده‌های هر مقیاس یک نمره کل محاسبه می‌گردد. نمره‌های خام نیز به درصد تبدیل می‌گردد. در پژوهش (ترابی، ۱۳۹۲) نیز میزان آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه بالای ۰/۷۰ برآورد شد.

۲- پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی جرابک^{۲۸}

این پرسشنامه توسط جرابک در سال ۲۰۰۴ تدوین گردیده است. تعداد سؤالات پرسشنامه ۳۴ سؤال می‌باشد. تعداد مقیاس‌ها مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت (۱=هرگز، ۵=همیشه) است. این پرسشنامه شامل ۵ مؤلفه از قرار زیر است: گوش دادن، تنظیم عواطف،

درک پیام، بینش و قاطعیت. در این پرسشنامه سوالات ۳۲، ۲۸، ۲۵، ۲۴، ۱۹، ۱۷، ۱۳، ۱۲، ۱۰، ۹، ۶، ۴، ۲ و ۳۳ معکوس نمره گذاری می‌شود. نمره گذاری پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت و از هرگز (۱) تا همیشه (۵) است. اعتبار این پرسشنامه در پژوهش چاری، فداکار داورانی و مهدی (۱۳۸۴) در نمونه‌ای متشکل از ۷۳۳ دانش آموز و دانشجوی ایرانی با استفاده از روش آلفای کرونباخ و دو نیمه کردن برای نمره کل آزمون در نمونه دانشجویان به ترتیب برابر ۰/۷۱ و ۰/۶۹ گزارش شده است. افزون بر این، این پژوهشگران با به کارگیری روش آماری تحلیل عاملی، روایی سازه پرسشنامه را نیز در پژوهش خود بررسی کرده‌اند و به ۵ عامل «مهارت‌های درک پیام‌های کلامی و غیر کلامی»، «مهارت نظم دهی به هیجان‌ها»، «مهارت گوش دادن»، «مهارت بینش نسبت به فرایند ارتباط»، و «قاطعیت در ارتباط» دست یافته‌اند.

۳- مقیاس تکانشی بودن (IS)

مقیاس تکانشی بودن در سال ۱۹۶۵ توسط هرشفیلد و همکاران به منظور ارزیابی تکانشی بودن در کودکان ساخته شد. این ابزار دارای ۱۹ گویه است که به منظور اجرای ساده آن به شکل صحیح- غلط تنظیم شده‌اند. در این ابزار، تکانشی به عنوان تمایل به بی قراری، قانون شکنی و زیاده روی در بازی‌های خشونت آمیز تعریف شده است. در مورد هر گویه، عبارت معکوس آن نیز بیان شده است. در هر مورد فقط می‌توان از یکی از گویه‌ها استفاده کرد و از ۱۹ گویه دیگر می‌توان به عنوان فرم موازی استفاده کرد. این ابزار به طور بالقوه برای کودکانی که دارای مشکلات کنترلی، مقابله‌ای و اختلالات برون ریزی هستند، ساخته شده است. هنگامی که پس آزمودنی با پاسخنامه مطابقت داشته باشد، ۱ نمره برای او لحاظ می‌شود. در گویه‌های بدون پیرانتز به گزینه صحیح ۱ نمره تعلق می‌گیرد، در حالیکه در گویه‌های بدون پیرانتز به گزینه غلط ۱ امتیاز تعلق می‌گیرد. نمره نهایی بین ۰ تا ۱۹ است. به منظور هنجاریابی مقیاس تکانشی بودن، این آزمون بر روی ۱۲۷ نفر از دانش آموزان پایه پنجم و ششم اجرا شده است. نمره میانگین ۸/۳۴ بوده است. پایایی حاصل از روش بازآزمایی مقیاس تکانشی بودن ۰/۸۵ گزارش شده است. همبستگی معنادار نمره مقیاس تکانشی بودن با نمرات درجه بندی معلم از کودکان مدرسه‌ای حاکی از روایی همزمان مطلوب این مقیاس است. افزون بر این نمره‌های این مقیاس با مشاهدات رفتاری معلمان و محققان کلاسی نیز همبستگی داشته‌اند (کازمی زهرانی، دهقان و قربانی، ۱۳۹۸).

روش تجزیه و تحلیل داده‌ها: برای تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی (میانگین، انحراف استاندارد، فراوانی و درصد) و آمار

استنباطی (همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه) استفاده شد. تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS انجام گرفت.

یافته‌های پژوهش

یافته‌های توصیفی

شاخص‌های توصیفی (فراوانی و درصد فراوانی) مربوط به سن، مدت ازدواج و درآمد خانواده افراد در جداول زیر ارائه شده است.

جدول شماره ۱: آمار توصیفی مرتبط به سن و مدت ازدواج شرکت کنندگان

مقطع تحصیلی	کل	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف استاندارد
سن	۱۵۰	۲۴	۴۰	۳۱/۲۴	۴/۳۵
مدت ازدواج	۱۵۰	۲	۱۰	۴/۶۵	۲/۲۵

همانطور که در جدول شماره ۱ مشاهده می‌شود، تعداد ۱۵۰ نفر در آزمون شرکت داشتند. از نظر سنی، شرکت کنندگان بین ۲۴ تا ۴۰ سال سن داشتند. میانگین سنی نیز برابر با ۲۴۳۱ سال و با انحراف استاندارد ۴/۳۵ بود. همچنین از مدت ازدواج نیز،

مدت ازدواج زوجین بین ۲ تا ۱۰ سال بود. میانگین مدت ازدواج نیز ۴/۶۵ سال و با انحراف استاندارد ۲/۲۵ بود. همچنین از نظر جنسیتی نیز ۷۵ نفر مرد و ۷۵ نفر زن بودند.

در جدول ۲: شاخص‌های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش و مولفه‌های مربوط به هر کدام ارائه شده است.

جدول شماره ۳: شاخص‌های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش

بیشینه	کمینه	انحراف استاندارد	میانگین	زیر مقیاس
۱۸	۵	۳/۱۳	۱۰/۷۸	تکانشگری
۲۵	۷	۳/۹۹	۱۵/۵۶	تحریف آرمانی
۴۵	۱۲	۸/۱۲	۲۹/۲۰	رضایت زناشویی
۴۴	۱۱	۸/۴۶	۲۸/۱۷	ارتباطات
۴۵	۱۴	۸/۲۴	۲۹/۸۰	حل تعارض
۶۰	۱۵	۱۱/۶۷	۳۵/۱۴	نمره کل رضایت زناشویی
۱۴۲	۵۱	۲۲/۹۵	۱۰۲/۷۴	گوش دادن
۳۴	۷	۷/۲۲	۲۰/۳۸	تنظیم عواطف
۳۹	۸	۸/۰۷	۲۲/۸۸	درک پیام
۴۴	۱۲	۷/۷۸	۲۸/۸۶	بینش
۲۵	۵	۵/۴۹	۱۵/۷۰	قاطعیت
۱۸۹	۵۵	۲۵/۲۴	۱۲۲/۹۸	نمره کل مهارت‌های ارتباطی

همانطور که در جدول شماره ۲ مشاهده می‌شود، اطلاعات توصیفی هر یک از متغیرهای مورد بررسی گزارش شده است.

یافته های استنباطی

در ادامه برای پاسخگویی به فرضیه‌ها و آزمودن فرضیه‌ها، نتایج حاصل از تحلیل همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه مورد بررسی قرار گرفته است.

فرضیه اصلی: بین تکانشگری با رضایت زناشویی و مهارت‌های ارتباطی زوجین رابطه معناداری وجود دارد.

ابتدا به بررسی همبستگی بین متغیرهای مورد نظر پرداخته می‌شود.

جدول شماره ۳: ماتریس همبستگی بین تکانشگری با رضایت زناشویی و مهارت‌های ارتباطی

۴	۳	۲	۱	
			۱	۱- نمره کل رضایت زناشویی
		۱	*۰/۶۴۰	۲- نمره کل مهارت‌های ارتباطی
۱	*۰/۹۴۲	*-۰/۴۸۸	-۰/۰۱۱	۳- تکانشگری

*P<0/05

بر اساس جدول شماره ۳ بین تکانشگری با مهارت‌های ارتباطی نیز با ضریب همبستگی ۰/۴۸۸ رابطه منفی و معناداری وجود

دارد. به طوری که با افزایش یافتن تکانشگری، میزان مهارت‌های ارتباطی پایین‌تر می‌آید.

جدول شماره ۴: نتایج تحلیل واریانس مربوط به تحلیل رگرسیون همزمان رابطه تکانشگری و مهارت‌های ارتباطی

منبع	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	مقدار F	سطح معناداری	ضریب تعیین
رگرسیون	۳۴۸/۰۲۹	۱	۳۴۸/۰۲۹	۴۶/۳۳۲	۰/۰۰۰	۰/۲۳۸
باقی‌مانده	۱۱۱۱/۷۱۱	۱۴۸	۷/۵۱۲			
کل	۱۴۵۹/۷۴۰	۱۴۹				

بر اساس جدول شماره ۴: نتایج تحلیل واریانس نشان داد که بین حداقل یکی از متغیر پیش‌بین با متغیر ملاک رابطه و پیش‌بینی کنندگی معناداری ($F=46/332$ و $p<0/000$) وجود دارد و ترکیب مهارت‌های ارتباطی، ۲۳ درصد از واریانس متغیر تکانشگری را پیش‌بینی می‌کنند. برای بررسی میزان و نقش پیش‌بینی کنندگی هر یک از متغیرها، نتایج مربوط به ضرایب رگرسیون همزمان در جدول ۱۰ آورده شده است.

جدول شماره ۵: ضرایب رگرسیون مربوط به رگرسیون تکانشگری و مهارت‌های ارتباطی

منبع	مقدار B	خطای استاندارد	مقدار بتا	میزان t	سطح معناداری
مهارت‌های ارتباطی	-۰/۰۶۱	۰/۰۰۹	-۰/۴۸۸	-۶/۸۰۷	۰/۰۰۰

با توجه به نتایج جدول شماره ۵: مهارت‌های ارتباطی، متغیر تکانشگری را به‌طور معناداری ($p<0/05$) پیش‌بینی می‌کند. با توجه به ضرایب بتا و سطح معناداری می‌توان گفت که ارتباط بین مهارت‌های ارتباطی و تکانشگری غیر مستقیم و معنادار است. ابتدا به بررسی همبستگی بین تکانشگری با رضایت زناشویی پرداخته می‌شود.

جدول شماره ۶: ماتریس همبستگی بین تکانشگری با مولفه‌های رضایت زناشویی

	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱- تحریف آرمانی	۱					
۲- رضایت زناشویی	۰/۱۳۶	۱				
۳- ارتباطات	*-۰/۲۴۶	*۰/۸۴۷	۱			
۴- حل تعارض	*-۰/۲۰۷	*۰/۸۰۵	*۰/۸۵۹	۱		
۵- قاطعیت	*-۰/۵۰۰	۰/۰۱۷	-۰/۰۰۷	-۰/۰۶۷	۱	
۶- تکانشگری	*۰/۸۸۸	۰/۰۹۶	*-۰/۱۹۵	*-۰/۱۶۶	*-۰/۴۶۷	۱

*P<0/05

بر اساس جدول شماره ۶: بین تکانشگری با تحریف آرمانی با ضریب همبستگی ۰/۸۸۸ رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. به طوری که با افزایش یافتن تکانشگری، میزان تحریف آرمانی نیز بیشتر خواهد شد. همچنین بین تکانشگری با ارتباطات (ضریب همبستگی ۰/۱۹۵)، حل تعارض (ضریب همبستگی ۰/۱۶۶) و قاطعیت (ضریب همبستگی ۰/۴۶۷) رابطه منفی و معناداری وجود دارد. به طوری که با افزایش تکانشگری، میزان ارتباطات، حل تعارض و قاطعیت کمتر خواهد شد. در ادامه به بررسی آزمون رگرسیون بین تکانشگری و مولفه‌های رضایت زناشویی پرداخته می‌شود.

جدول شماره ۷: نتایج تحلیل واریانس مربوط به تحلیل رگرسیون همزمان رابطه تکانشگری و مولفه‌های رضایت زناشویی

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار F	سطح معناداری	ضریب تعیین
رگرسیون	۱۱۵۲/۵۶۳	۴	۲۸۸/۱۴۱	۱۳۶/۰۱۴	۰/۰۰۰	۰/۷۹۰
باقی‌مانده	۳۰۷/۱۷۷	۱۴۵	۲/۱۱۸			
کل	۱۴۵۹/۷۴۰	۱۴۹				

بر اساس جدول شماره ۷: نتایج تحلیل واریانس نشان داد که بین حداقل یکی از متغیر پیش‌بین با متغیر ملاک رابطه و پیش‌بینی کنندگی معناداری ($F=136/014$ و $p<0/000$) وجود دارد و ترکیب مولفه‌های رضایت زناشویی، ۷۹ درصد از واریانس متغیر تکانشگری را پیش‌بینی می‌کنند. برای بررسی میزان و نقش پیش‌بینی‌کنندگی هر یک از متغیرها، نتایج مربوط به ضرایب رگرسیون همزمان در جدول ۲۱ آورده شده است.

جدول شماره ۸: ضرایب رگرسیون مربوط به رگرسیون تکانشگری و مولفه‌های رضایت زناشویی

منبع	مقدار B	خطای استاندارد	مقدار بتا	میزان t	سطح معناداری
تحریف آرمانی	۰/۶۸۹	۰/۰۳۶	۰/۸۷۹	۱۹/۰۹۶	۰/۰۰۰
ارتباطات	۰/۰۱۴	۰/۰۲۸	۰/۰۳۷	۰/۴۸۷	۰/۶۲۷
حل تعارض	-۰/۰۰۷	۰/۰۲۸	-۰/۰۱۸	-۰/۲۳۸	۰/۸۱۲
قاطعیت	-۰/۰۰۸	۰/۰۱۲	-۰/۰۲۹	-۰/۶۴۸	۰/۵۱۸

با توجه به نتایج جدول شماره ۸: تنها مولفه تحریف آرمانی، متغیر تکانشگری را به طور معناداری ($p<0/05$) پیش‌بینی می‌کند. با توجه به ضرایب بتا و سطح معناداری می‌توان گفت که ارتباط بین مهارت‌های ارتباطی و تکانشگری مستقیم و معنادار است.

در ادامه به بررسی رابطه تکانشگری با مهارت‌های ارتباطی پرداخته می‌شود.

ابتدا به بررسی همبستگی بین تکانشگری با مولفه‌های مهارت‌های ارتباطی پرداخته می‌شود.

جدول شماره ۹: ماتریس همبستگی بین تکانشگری با مولفه‌های مهارت‌های ارتباطی

۵	۴	۳	۲	۱	
				۱	۱- گوش دادن
			۱	*۰/۸۴۰	۲- تنظیم عواطف
		۱	*۰/۵۰۰	*۰/۵۰۶	۳- درک پیام
	۱	*۰/۶۹۵	*۰/۲۸۴	*۰/۴۰۶	۴- بینش
۱	*-۰/۲۲۷	*-۰/۱۸۲	*-۰/۳۱۰	*-۰/۲۳۵	۵- تکانشگری

*P<0/05

بر اساس جدول شماره ۹: بین تکانشگری با مولفه‌های گوش دادن (ضریب همبستگی ۰/۲۳۵)، تنظیم عواطف (ضریب همبستگی ۰/۳۱۰)، درک پیام (ضریب همبستگی ۰/۱۸۲) و بینش (ضریب همبستگی ۰/۲۲۷) رابطه منفی و معناداری وجود دارد. به طوری که با افزایش یافتن تکانشگری، میزان رضایت زناشویی، ارتباطات، حل تعارض و قاطعیت کمتر خواهد شد. در ادامه به بررسی آزمون رگرسیون بین تکانشگری و مولفه‌های مهارت‌های ارتباطی پرداخته می‌شود.

جدول شماره ۱۰: نتایج تحلیل واریانس مربوط به تحلیل رگرسیون همزمان رابطه تکانشگری و مولفه‌های مهارت‌های ارتباطی

منبع	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	مقدار F	سطح معناداری	ضریب تعیین
رگرسیون	۱۹۸/۱۸۱	۴	۴۹/۴۵۴	۵/۶۵۹	۰/۰۰۰	۰/۱۳۶
باقی‌مانده	۱۲۶۱/۵۵۹	۱۴۵	۸/۷۰۰			
کل	۱۴۵۹/۷۴۰	۱۴۹				

بر اساس جدول شماره ۱۰: نتایج تحلیل واریانس نشان داد که بین حداقل یکی از متغیر پیش‌بین با متغیر ملاک رابطه و پیش‌بینی کنندگی معناداری ($F=5/695$ و $p<0/000$) وجود دارد و ترکیب مولفه‌های مهارت‌های ارتباطی، ۱۳ درصد از واریانس متغیر تکانشگری را پیش‌بینی می‌کنند. برای بررسی میزان و نقش پیش‌بینی‌کنندگی هر یک از متغیرها، نتایج مربوط به ضرایب رگرسیون همزمان در جدول ۲۵ آورده شده است.

جدول شماره ۱۱: ضرایب رگرسیون مربوط به رگرسیون تکانشگری و مولفه‌های مهارت‌های ارتباطی

منبع	مقدار B	خطای استاندارد	مقدار بتا	میزان t	سطح معناداری
گوش دادن	۰/۰۸۷	۰/۰۶۵	۰/۲۰۰	۱/۳۳۰	۰/۱۸۶
تنظیم عواطف	-۰/۱۸۳	۰/۰۵۸	-۰/۴۷۲	-۳/۱۵۱	۰/۰۰۲
درک پیام	۰/۰۵۸	۰/۰۴۸	۰/۱۴۴	۱/۲۰۲	۰/۲۳۱
بینش	-۰/۱۵۶	۰/۰۶۴	-۰/۲۷۴	-۲/۴۴۴	۰/۰۱۶

با توجه به نتایج جدول شماره ۱۱: تنها مولفه‌های تنظیم عواطف و بینش، متغیر تکانشگری را به طور معناداری ($p<0/05$) تکانشگری را پیش‌بینی می‌کند. با توجه به ضرایب بتا و سطح معناداری می‌توان گفت که ارتباط بین تنظیم عواطف و بینش با تکانشگری غیر مستقیم و معنادار است.

بحث و نتیجه‌گیری

فرضیه‌های تحقیق: بین تکانشگری با رضایت زناشویی و مهارت‌های ارتباطی زوجین رابطه معناداری وجود دارد.

این پژوهش توصیفی همبستگی بوده که به بررسی رابطه بین تکانشگری با رضایت زناشویی و مهارت‌های ارتباطی زوجین پرداخته است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر کرمانشاه بود که از این جامعه آماری با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس، تعداد ۱۵۰ نفر انتخاب شدند. برای سنجش متغیرهای مورد مطالعه از پرسشنامه زوجی اینریچ، پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی جرابک و مقیاس تکانشی بودن هرشفیلد استفاده شد. یافته‌های پژوهش با استفاده از نرم افزار SPSS تجزیه و تحلیل شد. نتایج به دست آمده حاکی از آن بود که با افزایش تکانشگری، میزان ارتباطات، حل تعارض و قاطعیت کمتر خواهد شد.

و همچنین یافته‌های این پژوهش با پژوهش‌های اسدی مجره، ایلبیگی، اکبری و حصار (۱۳۹۶)، نیری و مؤمن (۱۳۹۷)، نریمانی، عباسی، بگیان کوله مرز و رضایی فرد (۱۳۹۴)، پارس، قمری کیوی و شیخ الاسلامی (۱۳۹۵)، محمدی، فرنام و محبویی (۱۳۹۰)، ریاحی، گلزاری و موتابی (۱۳۹۹) و وفایی و قاسمی مطلق (۱۳۹۹) همسواست و همچنین با پژوهش‌های مازکو و کوور (۲۰۱۰)، دانهام (۲۰۰۸)، کربی (۲۰۰۷)، آبت (۲۰۰۵)، یلسما و شرلین (۲۰۰۳)، ریک، فالكونیر و ویتنبورن (۲۰۱۷)، آسچر و همکاران (۲۰۱۰) و میرجیان و کوردوا (۲۰۰۷) همسواست.

در تبیین تأیید این فرضیه می‌توان عنوان کرد ارتباط، عالی ترین دستاورد بشر است و انسان به دلیل اجتماعی بودن به تعامل و بودن با دیگران نیاز دارد؛ بنابراین با توجه به تعریف ارتباط که در آن تفهیم و تفاهم دخیل است افرادی که توانایی صحیح

درک، انتقال و تداوم ارتباط را داشته باشند، موجب ارتباط مؤثر و موفق میان زوجین می شود و در نهایت رضایت زناشویی را در پی خواهد داشت.

در توضیحی دیگر می توان عنوان کرد در دنیایی که مهارت ارتباطی می تواند نیازهای افراد را برآورده کند و تسهیلات زیادی به ارمغان آورد، مسلح نبودن به این سلاح، فرد را به انزوا خواهد کشاند. مهارت در ارتباط با دیگران از جمله شریک زندگی فرد را ابزارمند کرده و درهای کامیابی را به رویش خواهد گشود.

همچنین گفت وگویی همسران با یکدیگر موجب احترام میان آنها می شود. گفت وگو نیازی است که افراد از طریق آن به تفهیم و تفاهم می رسند و با تشریح مساعی از مشکلات هم می کاهند و در نهایت به سطحی از رضایت در زندگی مشترک خواهند رسید.

منابع و مراجع

- [۱] اسدی مجره، سامره؛ ایلیگی، رخساره؛ اکبری، بهمن؛ حصاری، الهام (۱۳۹۶). روان رنجوری، تکانشگری و بدتنظیمی هیجانی در مبتلایان به اختلال مصرف مواد، ششمین کنگره انجمن روانشناسی ایران، تهران.
- [۲] کاظمی زهرانی، حمید و دهقان، فاطمه و قربانی، مریم (۱۳۹۸). اثر بخشی آموزش تنظیم هیجان مادر بر سطح تکانشی بودن و پرخاشگری رابطه ای و آشکارکودکان دارای اختلال یادگیری، سومین همایش ملی روانشناسی، تعلیم و تربیت و سبک زندگی، قزوین
- [۳] پارسی، قمری کیوی و شیخ الاسلامی (۱۳۹۵). پیش بینی رضایت زناشویی زوجین براساس سیستمبازداری و فعال سازی رفتاری. کنفرانس جهانی روانشناسی و علوم تربیتی، حقوق و علوم اجتماعی در آغاز هزاره سوم. شیراز.
- [۴] چاری، حسین. فداکارداورانی، مسعود. مهدی، محمد (۱۳۸۴). بررسی تاثیر دانشگاه بر مهارت های ارتباطی بر اساس مقایسه دانش آموزان و دانشجویان. دانشور رفتار، ۱۲(۱۵)، ۲۱ تا ۳۲
- [۵] حسین زاده، نوذر (۱۳۹۲). رابطه بهزیستی روانشناختی با تعهد و سازگاری دانشجویان متاهل کارشناسی ارشد دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت. پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
- [۶] خاتمی، محمد؛ صادقی راد، سعید؛ حسنی، جعفر (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش مهارت های ارتباطی در تکانشگری نوجوانان دختر دارای علائم اختلال سلوک. پژوهش در نظام های آموزشی، ۹(۳۱)، ۲۲۷-۲۵۴
- [۷] رازقی، علیرضا. چاری، حسین (۱۳۸۹). تأثیر وضعیتهای هویت بر مهارتهای ارتباطی در دانش آموزان دبیرستانی عشایری و شهری. مجله پژوهش در نظام های آموزشی، ۴(۹)، ۲۷-۵۲.
- [۸] رفیعی پور، امین؛ شفقتی، سعید؛ عابدینی، علی؛ جعفری، طیبه (۱۳۹۸). پیش بینی اضطراب امتحان بر اساس ابعاد دشواری در تنظیم هیجان در دانش آموزان. فصلنامه پژوهش در نظام های آموزشی، ۱۳(۴۶) ۱۱۱-۱۲۲
- [۹] ریاحی، فاطمه؛ گلزاری، محمود؛ موتابی، فرشته (۱۳۹۹). رابطه ابعاد تنظیم هیجان و رضایت زناشویی با استفاده از مدل وابستگی متقابل عامل - شریک. مجله روانپزشکی و روانشناسی ایران، ۲۶(۱)، ۴۴-۶۲.
- [۱۰] زارع، مژگان؛ رضایی، اذرمیدخت (۱۳۹۵). نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین ویژگی های شخصیتی و رضایت زناشویی زوجین شاغل فرهنگی شهر مرودشت. روش ها و مدل های روان شناختی، ۷(۲۴)، ۹۱-۱۰۲
- [۱۱] سادوک، بنجامین؛ سادوک، ویرجینا. (۱۳۹۵). خلاصه روانپزشکی (ترجمه مهدی گنجی). چاپ دوم. تهران: نشر ساوالان. (۲۰۱۵).
- [۱۲] سرگلزایی، محمدرضا (۱۳۸۹). روابط بین فردی در شخصیت سالم، مجله شادکامی و موفقیت، ۸۰، ۱۰-۱۱
- [۱۳] شاهقلیان، مهدی؛ جان نثار شرق، راحله؛ عبدالهی، محمد حسین (۱۳۸۶). رابطه هوش هیجانی و سبک های مقابله با استرس با الگوهای ارتباطی میان زوجین. پژوهش های مشاوره (تازه ها و پژوهش های مشاوره)، ۶(۲۲)، ۷۳-۸۸.
- [۱۴] محمدی، مسعود؛ فرنام، رابرت؛ محبوبی، پرینسا (۱۳۹۰). رابطه بین سبک های دلبستگی و دشواری در تنظیم هیجانی بارضایت زناشویی در معلمان زن جزیره کیش. فصلنامه زن و فرهنگ، ۲(۷)، ۹-۲۰.
- [۱۵] موسی زاده، شاهین (۱۳۸۹). ارتباطات بین میان فردی. ماهنامه علمی - تخصصی انجمن عمومی ایران، ۷۵، ۴۲-۴۵.

- [۱۶] میرقادری، نجمه (۱۳۹۹). رابطه هویت ورزشی، تنظیم رفتار ورزشی و سبک های مقابله‌ای با دشواری تنظیم هیجانی زنان ورزشکار شاهین شهر. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشکده دانشکده علوم انسانی، موسسه آموزش عالی علوم و فناوری سپاهان.
- [۱۷] نریمانی، محمد؛ عباسی، مسلم؛ بگیان کوله مرز، محمد جواد؛ رضایی فرد، اکبر (۱۳۹۴). اثر بخشی آموزش کنترل تکانه و توجه بر پردازش هیجانی، تکانشگری و حواسپرتی دانش آموزان مبتلا به اختلال ریاضی. پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری. ۵(۲)، ۱-۲۴.
- [۱۸] نیری، مهدی؛ مومن، احسان (۱۳۹۷). بررسی اثربخشی آموزش مهارت های ارتباطی بر خودکار آمدی و تکانشگری و فرسودگی شغلی در کارکنان بانک ملی ایران، اولین همایش ملی علمی پژوهشی روانشناسی و علوم تربیتی، شیروان
- [۱۹] وفايي، علی؛ قاسمی مطلق، مهدی (۱۳۹۹). رابطه تنظیم شناختی هیجان و تحمل پریشانی با رضایت زناشویی. فصل نامه دانش انتظامی خراسان شمالی، ۷(۲۶)، ۳۷-۵۹
- [20] Abbot, B (2005). *Emotion Dysregulation and Re- Regulation: predictors of Relationship intimacy and Distress*, Doctoral Dissrtation, Texas A& M university.
- [21] Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical psychology review*, 30(2), 217-237
- [22] Ascher, E. A., Sturm, V. E., Seider, B. H., Holley, S. R., Miller, B. L., & Levenson, R. W. (2010). Relationship satisfaction and emotional language in frontotemporal dementia and Alzheimer's disease patients and spousal caregivers. *Alzheimer disease and associated disorders*, 24(1), 49-55
- [23] Bardeen, J. R., Tull, M. T., Dixon-Gordon, K. L., Stevens, E. N., & Gratz, K. L. (2015). Attentional control as a moderator of the relationship between difficulties accessing effective emotion regulation strategies and distress tolerance. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 37(1), 79-84.
- [24] Basharpoor, S., & Sheykholeslami, A. (2015). The Relation of Marital Adjustment and Family Functions With Quality of Life in Women. *Europe's journal of psychology*, 11(3), 432-441.
- [25] Blum, K. and Kozlowski, G.P. (1990) *Ethanol and Neuromodulator Interactions: A Cascade Model of Reward*. In: Ollat, H., Parvez, S. and Parvez, H., Eds., *Alcohol and Behavior*, VSP Press, Utrecht, 131-149.
- [26] Blum, K. (2017). Substance use disorder a bio-directional subset of reward deficiency syndrome. *Frontiers in Bioscience*. 22(9), 1534-48.
- [27] Cai, J., Sun, M., & Wen, M. A. (2017). Effect of Emotion Regulation on Anxiety in Patients Undergoing Functional Endoscopic Sinus Surgery under Acupuncture-drug Compound Anesthesia. *Shanghai Journal of Acupuncture and Moxibustion*, 36(3), 295-299
- [28] DeLongis, A., Zwicker, A. (2017). Marital satisfaction and divorce in couples in stepfamilies. *Current Opinion in Psychology*, 13, 158-161.
- [29] Dunham, S. M. (2008). *Emotional skillfulness in African American marriage: intimate safety as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction*. Dissertation of Doctor of Philosophy, University of Akron.
- [30] Ekhtiari, H., Rezvanfard, M., & Mokri, A. (2008). Impulsivity and its different assessment tools: A review of view points and conducted researches. *Iranian journal of psychiatry and clinical psychology*, 14(3), 247-257.
- [31] Gable, S. L., Reis, H. T., & Elliot, A. J. (2000). Behavioral activation and inhibition in everyday life. *Journal of personality and social psychology*, 78(6), 1135-1149
- [32] Glaseerr, w. (2004). *Marriage Without fail. Integration*. Makhanova, A., McNulty, J.K., Eckel, L.A., Nikonova, JManer, J.K. (2018). Sex differences in testosterone reactivity during marital conflict. *Hormones and Behavior*, 105, 22-27.

- [33] Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41-54.
- [34] Greef, P. A. (2000). Characteristics of families that function well. *Journal of family issues*, 21(1), 274-289
- [35] Greeff, A. P., & de Bruyne, T. (2000). Conflict management style and marital satisfaction. *Journal of sex & marital therapy*, 26(4), 321-334.
- [36] Kirby, Js. (2007). Treating emotion Dysregulation in a couples context: a Pilot study of a couples skills Group intervention. *Journal of marital and family Therapy*, 33(3), 375-391.
- [37] Klapilová, K., Brody, S., Krejčová, L., Husárová, B., & Binter, J. (2015). Sexual satisfaction, sexual compatibility, and relationship adjustment in couples: the role of sexual behaviors, orgasm, and men's discernment of women's intercourse orgasm. *The journal of sexual medicine*, 12(3), 667-675.
- [38] Klemanski, D. H., Curtiss, J., McLaughlin, K. A., & Nolen-Hoeksema, S. (2017). Emotion regulation and the transdiagnostic role of repetitive negative thinking in adolescents with social anxiety and depression. *Cognitive therapy and research*, 41(2), 206-219
- [39] Mazzocco, M. M. M., & Kover, S. T. (2010). A Longitudinal Assessment of Executive Function Skills and Their Association with Math Performance. *Child Neuropsychology*, 13(1), 18-45
- [40] Mirgain, S.A., and Cordova, J.V. (2007). Emotion skills and marital health: The association between observed and self reported emotion skills, intimacy and marital satisfaction. *Journal Of Social And Clinical Psychology*, 26(9), 983-1009.
- [41] Obah-lateo, G. A. (2020). *Divorce among middle-aged christian couples: A case study of selected divorced couples in the living calvary presbyterian church at obogu in the asante akim south district*. Doctoral dissertation
- [42] Petry NM. (2001). Substance abuse, pathological gambling, and impulsiveness. *Drug and Alcohol Dependence*, 63(1), 29-38.
- [43] Qian, R., Chen, Z., Tang, L., & Zhang, W. (2016). Postpartum adverse effects and sexual satisfaction following cesarean delivery in Beijing. *International Journal of Gynecology & Obstetrics*, 132(2), 200-205.
- [44] Rick, J. L., Falconier, M. K., & Wittenborn, A. K. (2017). Emotion regulation dimensions and relationship satisfaction in clinical couples. *Personal Relationships*, 24(4), 790-803.
- [45] Sheppes, G., Suri, G., & Gross, J. J. (2015). Emotion regulation and psychopathology. *Annual Review of Clinical Psychology*, 11, 379-405.
- [46] Tamir, M. (2016). Why do people regulate their emotions? A taxonomy of motives in emotion regulation. *Personality and Social Psychology Review*, 20(3), 199-222.
- [47] Wittmann, M., Arce, E., & Santisteban, C. (2008). How impulsiveness, trait anger, and extracurricular activities might affect aggression in school children. *Personality and Individual Differences*, 45(7), 618-623.
- [48] Xie, J., Zhou, Z.E., Gong, Y. (2018). Relationship between proactive personality and marital satisfaction: A spillover-crossover perspective. *Personality and Individual Differences*, 128, 75-80
- [49] Yelsma, P., & Sherilyn, M. (2003). An Examination of Couples' Difficulties With Emotional Expressiveness and Their Marital Satisfaction. *Journal of family communication*, 3(1), 41-62.
- [50] Zimmermann, P., & Iwanski, A. (2018). Development and Timing of Developmental Changes in Emotional Reactivity and Emotion Regulation During Adolescence. *Emotion Regulation* (pp. 135-157). Routledge.