



استناد به این مقاله: سودانی، منصور؛ امیری مقدم، علی؛ مهربانی زاده هنرمند، مهناز (۱۳۹۲). اثربخشی رویکرد ارتباطی ستیز بر تعارضات زناشویی و انطباق پذیری. پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره، ۳(۱)، ۲۰-۵.

اثربخشی رویکرد ارتباطی ستیز بر تعارضات زناشویی و انطباق پذیری

دکتر منصور سودانی^۱، علی امیری مقدم^۲، دکتر مهناز مهربانی زاده هنرمند^۳

دریافت: ۱۳۹۰/۶/۵ پذیرش: ۱۳۹۲/۸/۱۴

چکیده

هدف این پژوهش، بررسی اثربخشی رویکرد ارتباطی ستیز بر تعارضات زناشویی و انطباق پذیری در زوجین ارجاعی به شعب شوراهای حل اختلاف شهر اهواز بود. این پژوهش تجربی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل است. نمونه پژوهش شامل ۲۴ زوج بود که از میان ۳۶ زوجی که به فراخوان محقق پاسخ مثبت داده بودند، به صورت تصادفی ساده انتخاب شدند. این ۲۴ زوج به صورت تصادفی به دو گروه مساوی؛ گروه آزمایش و کنترل، گمارده شدند. مداخله به شیوه گروهی، طی ۸ جلسه بر روی گروه آزمایش اجرا شد. ابزار مورد استفاده در این پژوهش شامل پرسشنامه تعارضات زناشویی و انطباق پذیری بود که زوجها در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون به سئوالات آنها پاسخ دادند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از کواریانس چند متغیری (MANCOVA) استفاده شد. نتایج نشان داد که، بین گروه آزمایش و کنترل از لحاظ تعارضات زناشویی و انطباق پذیری تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($p < 0.001$). بنابراین رویکرد ارتباطی ستیز باعث کاهش تعارضات زناشویی و افزایش انطباق پذیری زوج‌های گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است.

کلیدواژه‌ها: تعارضات زناشویی، انطباق پذیری خانواده، رویکرد ارتباطی ستیز

^۱ استادیار گروه مشاوره دانشگاه شهید چمران اهواز sodani_m@scu.ac.ir

^۲ کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه شهید چمران اهواز

^۳ استاد گروه روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز

مقدمه

خانواده واحد اصلی اجتماع است و به توجهی ویژه نیاز دارد؛ از این رو می‌بایست از گسترده‌ترین حمایت‌های ممکن برخوردار گردد، تا بتواند پذیرای کامل مسئولیت‌های خود در جامعه باشد. در بین تمامی سازمان‌ها و نهادهای اجتماعی، خانواده نقش و اهمیتی خاص دارد (نوابی نژاد، ۱۳۸۳). یکی از مولفه‌های کارایی خانواده؛ رفع نیازهای روانی - عاطفی اعضا، برقراری ارتباط موثر در بین اعضای خانواده می‌باشد. ارتباط روشن و قوی بین اعضای خانواده موجب رشد احساسات، ارزشها، بلوغ عاطفی و رابطه کارآمدی در خانواده می‌شود (ابراهیمی، ۱۳۸۱). الگوهای ارتباطی زوجین، یکی از راه‌های ارزیابی ساختار خانواده می‌باشد که از طریق آن تعامل زن و شوهر با یکدیگر مشخص می‌شود. الگوی ارتباطی زوجین کارایی خانواده را تحت تاثیر قرار می‌دهد (مانفردینی^۱، پرسچی^۲ و مازونی^۳، ۲۰۱۰).

گاتمن^۴ و لونسون^۵ (۲۰۰۰) معتقدند با تحلیل ارتباط یک زوج می‌توان احتمال به بن بست رسیدن ازدواج و رسیدن به طلاق را پیش بینی کرد. بروز تعارض در بین زن و شوهر امری اجتناب ناپذیر است؛ تجربه‌ی سطوح مختلفی از تعارض، اختلاف نظر و رنجش در تعاملات یک زوج، امری بدیهی و غیر قابل اجتناب می‌باشد (یالسن^۶ و همکاران، ۲۰۰۹؛ کومینگز^۷ و همکاران، ۲۰۰۸). تعامل ناکارآمد و کنترل غیر موثر تعارض، بر تداوم مشکلات ارتباطی اثر می‌گذارند. تعامل ناکارآمد؛ درک زوجین از یکدیگر را کاهش می‌دهد و کنترل غیر موثر تعارض؛ موجب حل نشدن مسائل مهم رابطه می‌شود. در نتیجه، این مسائل غالباً منبع تعارضات تکراری هستند (یپ^۸ و تسه^۹، ۲۰۰۹؛ هالفورد^{۱۰}، ۲۰۰۱، ترجمه تیریزی، کاردانی و جعفری، ۱۳۸۴). شیوه مقابله با تعارض، اکتسابی است و می‌توان آن را تغییر داد (آریتا^{۱۱}، ۲۰۰۸). از آنجایی که رابطه بین زوجین به عنوان یکی از عوامل بسیار مهم در ایجاد روابط صمیمانه مطرح است، نظریه پردازان علوم رفتاری و متخصصان فعال در حوزه خانواده، همیشه به دنبال این بوده‌اند که دقیقاً بدانند عملکرد زوجین در ارتباط با همدیگر چگونه است (آماتو^{۱۲} و هاهمن ماریوت^{۱۳}، ۲۰۰۷).

1. Manfredini

2. Breschi

3. Mazzone

4. Gotman

5. Levenson

6. Yalcin

7. Cummings

8. Yip

9. Tse

10. Halford

11. Arieta

12. Amato

13. Hahman marriot

کتری^۱ و امری^۲ (۲۰۰۶) در پژوهشی نشان دادند که زوجین دارای الگوی ارتباطی غیر منطقی و ناآرام بیشتر دارای تعارضات زناشویی هستند و آمادگی بیشتری برای جدایی دارند. یالسن و همکاران (۲۰۰۹) نیز در پژوهشی نشان دادند که آموزش مهارت‌های ارتباطی زوجین باعث ارتقاء کیفیت رابطه و حل مشکل آنها می‌شود. هانسون^۳ و لندبلند^۴ (۲۰۰۶) در پژوهشی نشان دادند که آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل تعارض به زوج‌هایی که در تعاملات زناشویی مشکل داشتند، باعث بهبود روابط زناشویی زوج‌ها و کاهش تعارضات در آنان می‌شود. مود^۵ (۲۰۰۰) نشان داد که آموزش مهارت‌های ارتباطی در بهبود رابطه زوج‌ها و انطباق‌پذیری و همبستگی خانواده موثر است. برنشتاین^۶ و همکارانش، (۲۰۰۱)، به نقل از اسدی، (۱۳۸۸) در پژوهشی، تاثیر ترکیب یک برنامه حل مشکل را با آموزش ارتباطی در کاهش درماندگی زناشویی اثبات کرده‌اند که در آن، بر افزایش تعامل‌های مثبت یا بر کاهش تعامل‌های منفی تاکید می‌شد.

کوهن^۷ (۲۰۰۶) در یک مطالعه ای نتیجه گرفت که رویکرد ارتباطی ستیز بر تعاملات زوجین تاثیر مثبت و معنی داری داشته است. براچر^۸ (۲۰۰۶) در پژوهشی که در مورد یکپارچه سازی درمان مبتنی بر هیجان با الگوی ستیز انجام داده است، به این نتیجه رسید که درمان مبتنی بر الگوی ستیز، بهتر قادر است در زوج‌ها و خانواده‌های دچار تعارضات زناشویی، تغییر بوجود آورد. آرمسترانگ^۹ (۱۹۹۷)، به نقل از گودرزی، (۱۳۸۶) یک طرح درمانی را با عنوان خانواده سازی اجرا کرد. تجزیه و تحلیل اطلاعات حاصل از اجرای رویکرد آموزشی ستیز نشان داد که این رویکرد تاثیر معنی داری بر روی کاهش تعارضات خانوادگی و افزایش انطباق‌پذیری میان اعضای خانواده داشته است. پس از اجرای این رویکرد، همبستگی خانواده ۲۱٪ افزایش و میزان تعارضات زناشویی ۱۱٪ کاهش یافت.

السون (۲۰۰۰) معتقد است خانواده‌ها و زوجینی که عملکرد مناسب دارند، در سطوح متعادل یا مرکزی انطباق‌پذیری قرار می‌گیرند؛ می‌توانند بین جدایی و با هم بودن را تعدیل کنند، در کنار اینکه فردی مستقل هستند با خانواده و یا همسر خود رابطه‌ی عاطفی داشته باشند. سیستم‌های خانواده و زناشویی که سطح

-
1. Ketry
 2. Emery
 3. Hansson
 4. Lundbland
 5. Mudd
 6. Bornestein
 7. Kuhn
 8. Brubacher
 9. Armesterang

متعادل انطباق‌پذیری را دارند؛ در چرخه‌ی حیات خود عملکرد مؤثرتری دارند و زوج‌ها می‌توانند هر زمانی که ضرورت داشته باشد تغییر کنند، چرا که زوج‌ها و خانواده‌ها هم به ثبات و هم به تغییر نیاز دارند. در شرایطی که میزان نزدیکی روابط عاطفی، توافق و وابستگی در بین افراد خانواده و یا زوج‌ها خیلی بالا یا خیلی پایین است یا به عبارتی دارای انطباق‌پذیری نامتعادل هستند؛ احتمال ایجاد مشکلات در روابط بین آنها افزایش می‌یابد. بنابراین می‌توان با آموزش مهارت‌های ارتباطی مناسب سطوح انطباق‌پذیری متوازن و متعادل را بین آنها برقرار کرد.

ستیر، به بهترین نحو، موضوع ارتباط را در خانواده مطرح می‌کند. ستیر، رابطه را بزرگترین عاملی می‌داند که نوع رفتار انسان را با دیگران و حوادثی را که در جهان اطراف برایش اتفاق می‌افتد تعیین می‌کند. به طور کلی ستیر، ارتباط مختل را عامل اصلی تعارضات زناشویی زوج‌ها می‌داند و حتی معتقد است که تنها عامل منحصر به فرد طلاق، همین ارتباط ناکارآمد زوج‌ها می‌باشد. ستیر، سعی می‌کند به زوج‌ها کمک کند تا عزت نفس خود را تقویت کنند و معتقد است؛ زوج‌ها می‌توانند عزت نفس پایین از الگوهای ارتباطی مختل و ناسالمی مانند سازشگر^۱، سرزنشگر^۲، حسابگر^۳ و بی‌ربط گو^۴ استفاده می‌کنند. او کوشش می‌کند تا زوج‌ها الگوی ارتباطی متعادل یا همتراز با یکدیگر داشته باشند (ستیر، ۱۹۸۳).

رویکرد ستیر، یک رویکرد ارتباطی است. او به زوج‌ها کمک می‌کند تا، با استفاده از برنامه‌های رفتاری ویژه به کاهش اختلافات و تعارضات زناشویی خود پردازند (بنمن^۵، ۲۰۰۸). به درمانگران در جهت یافتن راه‌حل‌های موثر در کاهش تعارضات و بهبود انطباق‌پذیری خانواده کمک می‌کند. با توجه به موارد ذکر شده و لزوم کاهش تعارضات زناشویی، بهبود روابط زناشویی، نقشی که مهارت‌های ارتباطی، در کاهش این تعارضات و مشکلات موجود در روابط زناشویی دارند، اهمیت و ضرورت این پژوهش مشخص می‌شود. بنابراین، در راستای تحقق هدف مورد نظر، پژوهش حاضر، به دنبال پاسخ‌گویی به این سؤال است که آیا رویکرد ارتباطی ستیر بر تعارضات زناشویی و انطباق‌پذیری خانواده تاثیر دارد؟

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری این پژوهش را زوج‌های ارجاعی به شعب شورای حل اختلاف، شهر اهواز تشکیل می‌دهد.

1. Placater
2. Blamer
3. Computing
4. Irrelevant
5. Banmen

دادند. حجم نمونه این تحقیق شامل ۲۴ زوج (۲۴ زن و ۲۴ مرد) بودند که حداقل دو سال از ازدواج آنها گذشته و دارای فرزند نیز بودند. روش نمونه گیری در دسترس بوده است، بدین صورت که ابتدا از بین ۵۷ زوجی که به فراخوان محقق پاسخ مثبت داده بودند، ۳۶ زوج براساس پرسشنامه‌ی تعارضات زناشویی نمره‌ی بالاتر از یک انحراف معیار از میانگین بوده‌اند. انتخاب و گمارش زوجین در گروه آزمایش و کنترل به صورت تصادفی بوده است. به گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای، آموزش رویکرد ارتباطی ستیز، داده شد.

در این پژوهش، میانگین و انحراف معیار سن زوج‌ها در گروه آزمایش به ترتیب ۲۸/۶۵ و ۲/۲۸ و در گروه کنترل ۳۰/۴ و ۳/۰۲ بوده است. همچنین میانگین و انحراف معیار تعداد فرزندان در گروه آزمایش به ترتیب ۱/۱۰ و ۰/۳۵ و در گروه کنترل ۱/۳۰ و ۰/۴۲ است. به علاوه میانگین و انحراف معیار طول مدت ازدواج در گروه آزمایش به ترتیب ۴/۴۶ و ۱/۰۴ و در گروه کنترل ۵/۱ و ۱/۳۲ بوده است.

ابزارهای پژوهش

پرسشنامه تعارضات زناشویی^۱: این پرسشنامه توسط براتی و ثنایی (۱۳۸۳) تهیه و تنظیم گردیده و هفت بعد از تعارضات زناشویی را می‌سنجد که عبارتند از: کاهش همکاری، کاهش رابطه‌ی جنسی، افزایش واکنش‌های هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزندان، افزایش رابطه‌ی فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه‌ی خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان و جدا کردن امور مالی از یکدیگر. این پرسشنامه ۴۲ سؤال دارد و برای هر سؤال پنج گزینه در نظر گرفته شده و به تناسب ۱ تا ۵ نمره به آنها اختصاص داده شده است. حداکثر نمره کل پرسشنامه ۲۱۰ و حداقل آن ۴۲ است. آلفای کرونباخ و تنصیف برای پرسشنامه تعارضات زناشویی توسط براتی و ثنایی (۱۳۷۹) برای کل پرسشنامه به ترتیب ۰/۶۴ و ۰/۵۶ بوده است. بشکار (۱۳۸۶) پایایی این آزمون را با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۹۵ به دست آورد. در پژوهش حاضر ضریب پایایی پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ و تنصیف محاسبه شد که به ترتیب برابر با ۰/۷۷ و ۰/۵۶ بوده است.

محتوای مؤلفه‌های پرسشنامه به گونه‌ای تهیه شده که با متغیر تعارضات زناشویی ارتباط نزدیک و مستقیم دارد بنابراین، از نظر روایی این پرسشنامه، می‌توان به روایی محتوایی آن استناد کرد. اضافه می‌نماید، روایی محتوایی پرسشنامه توسط گروهی از متخصصان و اساتید راهنما و مشاور، بررسی و مورد

تأیید قرار گرفت.

پرسشنامه انطباق‌پذیری- همبستگی خانواده^۱: این پرسشنامه توسط السون، بل^۲ و پرتنر^۳ (۱۹۹۲) ساخته شده است. این پرسشنامه ۳۰ سوال دارد که ۱۴ سوال آن انطباق‌پذیری و ۱۶ سوال آن همبستگی زوج‌ها را می‌سنجد. نمره‌گذاری به وسیله مقیاس لیکرت است و پاسخ‌ها از ۱ (تقریباً هیچ وقت) تا ۵ (تقریباً همیشه) نمره‌گذاری می‌شوند. حداقل نمره در این مقیاس ۳۰ و حداکثر نمره ۱۵۰ است.

السون (۲۰۰۰) ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه انطباق‌پذیری و همبستگی خانواده را ۰/۹۰ و عباس پور (۱۳۸۷) پایایی این آزمون را، با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۹۵ گزارش می‌کنند. در پژوهش حاضر ضریب پایایی پرسشنامه با روش کرونباخ و تصنیف محاسبه شد که به ترتیب برابر با ۰/۸۳ و ۰/۸۴ بوده است.

السون (۲۰۰۰) برای روایی همزمان پرسشنامه انطباق‌پذیری خانواده از مقیاس خودگزارشی خانواده استفاده کرد و نشان داد که مقیاس انطباق‌پذیری خانواده دارای اعتبار سازه قابل قبولی است. همچنین این مقیاس از روایی محتوا و روایی صوری قابل قبولی برخوردار بوده است. عباس پور (۱۳۸۷) برای تعیین روایی پرسشنامه انطباق‌پذیری خانواده، از مقیاس ارزیابی عملکرد خانواده استفاده کرد و ضریب همبستگی بین این دو آزمون را ۰/۷۵ به دست آورد.

شیوه اجرا

پس از اجرای پیش‌آزمون، آزمودنی‌های گروه آزمایش در معرض متغیر مستقل (رویکرد ارتباطی ستیر) قرار گرفتند، اما روی گروه کنترل مداخله‌ای اعمال نشد. در پایان اجرای طرح، مجدداً از آزمودنی‌های هر دو گروه پس از آزمون به عمل آمد و با فاصله یک ماه پیگیری انجام شد. در هر هفته، یک جلسه برگزار می‌شد. محتوای هر جلسه شامل عنوان، موضوعات و تکلیف بود. در جدول ۱ خلاصه جلسات آورده شده است.

1. Family Adaptability and Cohesion Questionnaire (FACQ)

2. Bell

3. Portner

جدول ۱: خلاصه جلسات رویکرد ارتباطی ستیز

جلسه	موضوع جلسه
جلسه ۱	ایجاد ارتباط و بیان برخی از قواعد جلسات: ابتدا زوج ها خود را معرفی کرده و با همدیگر آشنا شدند، اهداف تشکیل جلسات بیان گردیده ساختار و قوانین گروه به صورت کامل تشریح شد.
جلسه ۲	آموزش فرایند ارتباط و توجه به حالات هم: آموزش چگونگی ارتباط زوج ها، رابطه ها و وظایف متقابل آنان در زمینه عشق، احترام، ابراز عواطف، مسائل اقتصادی، تفریحات ارتباط با خانواده و دوستان.
جلسه ۳	آشنایی با نقش الگوهای ارتباطی در زندگی زناشویی: بیان ویژگی ها ی سالم ترین الگوی ارتباطی (الگوی همخوان) از نظر ستیز و ۴ الگوی ارتباطی ناکارآمد (سازشگر، سرزنشگر، حسابگر و گنج کننده).
جلسه ۴	اصلاح الگوهای ارتباطی، قواعد و تجارب درونی: ابتدا در خصوص الگوهای ارتباطی و تغییر آنها، موانع و مشکلات احتمالی تکالیف، تصمیم گیری صحبت شد.
جلسه ۵	آشنایی با کوه یخ (عواطف، نیازها و...): تجارب و عناصر کوه یخ با ذکر مثال از تعاملات زوج ها بیان گردید. سپس از زوج ها خواسته شد هیجانانگیز مثبت خود را در مقابل یکدیگر ابراز کنند.
جلسه ۶	افزایش آگاهی زوج ها نسبت به الگوی ارتباطی خود و بازسازی خانواده: جهت آگاهی زوج ها و بازسازی خانواده مفاهیم حائل ها، لمس مجسمه سازی، نقاشی خانواده و فن صندلی خالی اجرا و آموزش داده شد.
جلسه ۷	آشنایی با خانواده پایه و اثر تجارب گذشته بر رفتار فعلی: با اجرای فنون بازسازی، ترسیم نقشه خانوادگی و ایفای نقش تعاملات خانواده اصلی و اثرات آن بر رفتار کنونی فرد بررسی شد و آگاهی زوج ها از خانواده پایه افزایش یافت.
جلسه ۸	آموزش مفاهیم الگو سازی ارتباط موثر با استفاده از عبارات (من): توضیح مبانی نظری عبارت (من)، تشویق زوج ها به استفاده از جملات و اظهارات (من)، کمک به زوج ها که در تعاملاتشان دست به انتخاب بزنند و مسئولیت آن را بپذیرند.

یافته‌ها

یافته‌های توصیفی پژوهش حاضر در جداول ۲ و ۳ نشان داده شده است. جدول ۲ میانگین و انحراف معیار نمره‌های زوج‌های گروه‌های آزمایش و کنترل را در متغیر تعارضات زناشویی، در مراحل پیش-آزمون، پس‌آزمون و پیگیری نشان می‌دهد.

جدول ۲: میانگین و انحراف معیار نمره‌های تعارضات زناشویی زوج‌های گروه‌های آزمایش و کنترل در مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

مرحله	گروه‌ها	میانگین	انحراف معیار	تعداد
پیش‌آزمون	آزمایش	۱۵۲/۹۱	۹/۸۶	۲۴
	کنترل	۱۵۴/۱۷	۹/۳۳	۲۴
پس‌آزمون	آزمایش	۸۹/۴۸	۱۶/۱۷	۲۴
	کنترل	۱۵۷/۳۸	۱۲/۳۲	۲۴
پیگیری	آزمایش	۱۰۱/۵۲	۷/۸۸	۲۴
	کنترل	۱۵۸/۵۶	۱۲/۱۵	۲۴

با توجه به داده‌های مندرج در جدول ۲، مشاهده می‌شود که میانگین و انحراف معیار نمره‌های کل تعارضات زناشویی در مرحله‌ی پیش‌آزمون برای زوج‌های گروه آزمایش به ترتیب برابر با ۱۵۲/۹۱ و ۹/۸۶ و برای زوج‌های گروه کنترل به ترتیب برابر با ۱۵۴/۱۷ و ۹/۳۳ می‌باشد.

همچنین میانگین و انحراف معیار نمره‌های کل تعارضات زناشویی در مرحله‌ی پس‌آزمون برای زوج‌های گروه آزمایش به ترتیب ۸۹/۴۸ و ۱۶/۱۷ و برای زوج‌های گروه کنترل برابر با ۱۵۷/۳۸ و ۱۲/۳۲ می‌باشد. به علاوه میانگین و انحراف معیار نمره‌های کل تعارضات زناشویی در مرحله‌ی پیگیری برای زوج‌های گروه آزمایش به ترتیب ۱۰۱/۵۲ و ۷/۸۸ و برای زوج‌های گروه کنترل ۱۵۸/۵۶ و ۱۲/۱۵ می‌باشد. جدول ۳ میانگین و انحراف معیار نمره‌های زوج‌های گروه‌های آزمایش و کنترل را در متغیر انطباق‌پذیری-همبستگی خانواده، در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری را نشان می‌دهد.

جدول ۳: میانگین و انحراف معیار نمره‌های انطباق‌پذیری- همبستگی زوج‌های گروه‌های آزمایش و کنترل در مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

مرحله	گروه‌ها	میانگین	انحراف معیار	تعداد
پیش‌آزمون	آزمایش	۵۶/۰۴	۹/۶۸	۲۴
	کنترل	۵۵/۰۰	۹/۳۴	۲۴
پس‌آزمون	آزمایش	۱۱۵/۳۱	۲۱/۱۹	۲۴
	کنترل	۵۳/۳۳	۸/۷۱	۲۴
پیگیری	آزمایش	۱۲۰/۲۹	۸/۱۵	۲۴
	کنترل	۵۱/۳۷	۸/۳۳	۲۴

همانگونه که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، میانگین و انحراف معیار نمره‌های کل انطباق‌پذیری در مرحله‌ی پیش‌آزمون برای زوج‌های گروه آزمایش به ترتیب ۵۶/۰۴ و ۹/۶۸ و برای زوج‌های گروه کنترل ۵۵/۰۰ و ۹/۳۴ می‌باشد. در مرحله‌ی پس‌آزمون برای زوج‌های گروه آزمایش به ترتیب ۱۱۵/۳۱ و ۲۱/۱۹ و برای زوج‌های گروه کنترل ۵۳/۳۳ و ۸/۷۱ می‌باشد. به علاوه میانگین و انحراف معیار نمره‌های کل انطباق‌پذیری خانواده در مرحله‌ی پیگیری برای زوج‌های گروه‌های آزمایش به ترتیب ۱۲۰/۲۹ و ۸/۱۵ و برای زوج‌های گروه کنترل ۵۱/۳۷ و ۸/۳۳ می‌باشد.

قبل از انجام تجزیه و تحلیل کواریانس چند متغیری (مانکوا) برای مقابله میانگین گروه‌ها، جهت تعیین همگنی واریانس نمرات پیش‌آزمون گروه‌ها، از آزمون لوین استفاده شده است که خلاصه نتایج آن در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴: خلاصه نتایج آزمون لوین برای بررسی همگنی واریانس‌ها

متغیر	F	d _{f1}	d _{f2}	سطح معنی داری (p)
تعارضات زناشویی	۰/۰۶۹	۱	۴۶	۰/۷۹
انطباق‌پذیری- همبستگی	۰/۰۰۱	۱	۴۶	۰/۹۷

همانگونه که در جدول ۴ مشاهده می‌شود نتایج آزمون همگنی واریانس‌های گروه‌های آزمایش و کنترل در تعارضات زناشویی و انطباق‌پذیری- همبستگی خانواده معنی دار نمی‌باشد. بنابراین واریانس‌های

گروه آزمایش و کنترل یکسان است. برای بررسی سؤال پژوهش از تحلیل واریانس چندمتغیری و تک متغیری استفاده شده است که نتایج حاصل در جداول ۵ و ۶ نشان داده شده است.

جدول ۵: نتایج حاصل از تحلیل مانکوا بر روی میانگین نمره‌های پس آزمون تعارضات زناشویی و انطباق پذیری -

همبستگی گروه‌های آزمایش و کنترل

نام آزمون	مقدار	F	df فرضیه	df خطا	سطح معنی داری (p)
اثر پیلاپی	۰/۹۲۹	۱۲۳/۹۰۶	۲	۱۹	<۰/۰۰۱
لامبدای ویلکر	۰/۰۷۱	۱۲۳/۹۰۶	۲	۱۹	<۰/۰۰۱
اثر هتلینگ	۱۳/۰۴۳	۱۲۳/۹۰۶	۲	۱۹	<۰/۰۰۱
بزرگترین ریشه روی	۱۳/۰۴۳	۱۲۳/۹۰۶	۲	۱۹	<۰/۰۰۱

مندرجات جدول ۵ نشان می‌دهد که بین گروه آزمایش و کنترل از لحاظ متغیرهای وابسته در سطح $p < 0.001$ تفاوت معنی داری وجود دارد. براین اساس می‌توان گفت دست کم در یکی از متغیرهای وابسته (تعارضات زناشویی و انطباق پذیری - همبستگی خانواده) بین دو گروه تفاوت معنی داری وجود دارد. برای پی بردن به این تفاوت، دو تحلیل کواریانس در متن مانکوا انجام گرفت که نتایج حاصل از آنها در جدول ۶ درج شده است.

جدول ۶: نتایج حاصل از تحلیل کواریانس در متن مانکوا بر روی میانگین نمره‌های تعارضات زناشویی و انطباق

پذیری - همبستگی پس آزمون زوج‌های گروه آزمایش و کنترل

متغیر وابسته	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری (p)
تعارضات زناشویی	۲۶۹۷۰/۷۳۳	۱	۲۶۹۷۰/۷۳۳	۱۳۵/۱۶۲	<۰/۰۰۱
انطباق پذیری - همبستگی	۲۲۰۶۴/۷۹۵	۱	۲۲۰۶۴/۷۹۵	۱۲۳/۵۸۶	<۰/۰۰۱

با توجه به مندرجات جدول ۶، مشاهده می‌شود که تفاوت بین گروه آزمایش و کنترل، از لحاظ دو متغیر تعارضات زناشویی ($F=135/162$) و انطباق پذیری - همبستگی ($F=123/586$) در سطح $P < 0.001$ معنی دار است. بنابراین، آموزش رویکرد ارتباطی ستیر، سبب کاهش تعارضات زناشویی و افزایش انطباق

پذیری - همبستگی گروه آزمایش، در مقایسه با گروه کنترل در مرحله پس آزمون شده است. لازم به توضیح است که برای تداوم اثربخشی، آموزش رویکرد ارتباطی ستیز، پیگیری پس از یک ماه انجام شد. نتایج حاصل از مرحله ی پیگیری در جداول ۷ و ۸ آورده شده است.

جدول ۷: نتایج حاصل از تحلیل مانکوا بر روی میانگین نمره های پیگیری تعارضات زناشویی و انطباق پذیری - همبستگی زوج های گروه آزمایش و کنترل

نام آزمون	مقدار	F	df فرضیه	df خطا	سطح معنی داری (p)
اثر پیلابی	۰/۹۸۶	۶۶۶/۱۷۲	۲	۱۹	<۰/۰۰۱
لامبدای ویلکز	۰/۰۱۴	۶۶۶/۱۷۲	۲	۱۹	<۰/۰۰۱
اثر هتلینگ	۷۰/۱۲۳	۶۶۶/۱۷۲	۲	۱۹	<۰/۰۰۱
بزرگترین ریشه روی	۷۰/۱۲۳	۶۶۶/۱۷۲	۲	۱۹	<۰/۰۰۱

مندرجات جدول ۷ نشان می دهد که بین نمره های تعارضات زناشویی و انطباق پذیری - همبستگی زوج های گروه آزمایش و کنترل در سطح $P < 0/001$ تفاوت معنی داری وجود دارد. بنابراین می توان گفت که دست کم در یکی از متغیرهای (تعارضات زناشویی و انطباق پذیری - همبستگی خانواده) بین دو گروه، تفاوت معنی داری وجود دارد. برای پی بردن به این تفاوت، دو تحلیل کواریانس در متن مانکوا انجام گرفت که نتایج حاصل از آنها در جدول ۸ درج شده است.

جدول ۸: نتایج حاصل از تحلیل کواریانس در متن مانکوا بر روی میانگین نمره های تعارضات زناشویی و انطباق پذیری - همبستگی مرحله پیگیری زوج های گروه آزمایش و کنترل

متغیر وابسته	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری (p)
تعارضات زناشویی	۱۹۰۶۷/۶۹۷	۱	۱۹۰۶۷/۶۹۷	۲۴۱/۵۵	<۰/۰۰۱
انطباق پذیری - همبستگی	۲۷۷۰۲/۲۴۳	۱	۲۷۷۰۲/۲۴۳	۱۲۰۳/۰۶	<۰/۰۰۱

بر اساس مندرجات جدول ۸، مشاهده می شود که تفاوت بین گروه آزمایش و کنترل، در هر دو متغیر تعارضات زناشویی ($F=241/55$) و انطباق پذیری - همبستگی ($F=1203/06$) در سطح $P < 0/001$ معنی دار است. بنابراین، اثربخشی آموزش رویکرد ارتباطی ستیز، در مرحله پیگیری یک ماهه تداوم داشته است و

باعث کاهش تعارضات زناشویی و افزایش انطباق‌پذیری- همبستگی زوج‌های گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است.

نتیجه‌گیری

از یافته‌های پژوهش حاضر چنین بر می‌آید که، این شیوه درمانی موجب کاهش تعارضات زناشویی و افزایش انطباق‌پذیری- همبستگی خانواده در آزمودنی‌های گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است. این اثر در مرحله پیگیری نیز تداوم داشته است. نتایج این تحقیق با نتایج پژوهش‌های انجام شده توسط یالسن و همکاران (۲۰۰۹)، برابچر (۲۰۰۶)، کوهن (۲۰۰۶)، هانسون و لندبلند (۲۰۰۶)، کتری و امری (۲۰۰۶)، برنشتاین و همکاران (۲۰۰۱)، مود (۲۰۰۰)، اسدی (۱۳۸۸)، جعفری (۱۳۸۷)، عباسپور (۱۳۸۷) و گودرزی (۱۳۸۶) همخوانی دارد. این پژوهشگران در پژوهش خود، به تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر کاهش تعارضات و بهبود رابطه زناشویی اشاره کرده‌اند. در تبیین یافته‌های حاصل از پژوهش می‌توان چنین بیان کرد که رویکرد ستیر، یک رویکرد آموزشی است، که برای حل مشکلات ارتباطی بین زوج‌ها به کار می‌رود. منشأ نقص در ارتباط مربوط به هر چیزی که باشد مانند: اسناد غلط، پریشانی هیجانی، مشکلات جنسی، مشکلات مالی، روابط میان فردی و... قابل حل است. با آموزش مهارت‌های ارتباطی به زوج‌ها، می‌توان رابطه زناشویی را بهبود و تعارضات زناشویی را کاهش داد. رویکرد ارتباطی ستیر، با توجه به تحقیقات انجام شده، بارها مورد تایید قرار گرفته است. که می‌توان علت آن را در محتوای برنامه‌های این رویکرد جستجو کرد. ستیر، ضمن آموزش الگوهای ارتباطی همخوان بر هیجانات، عواطف، انتظارات، آرزو و نیازها تاثیر گذاشته و باعث می‌شود تا زوجین شیوه‌های مخرب و ناکارآمد، مقابله با تعارض خود را تغییر دهند و شیوه‌های کارآمدتری را به کار گیرند. تاکید اصلی ستیر در درمان خانواده و زوجین بر ارتباط اعضا بوده است. در این رویکرد سبک‌های ارتباطی ناکارآمد و تدافعی (سازشگر، سرزنشگر، حسابگر و بی ربط گو) زوجین اصلاح، و برارتباط همخوان بین زوجین تاکید شده است. همچنین از طریق آموزش مهارت‌های حل مشکل، ارتباط، نقش‌ها، همراهی عاطفی، آمیزش عاطفی، کنترل رفتار، حالات ارتباطی موثر و ارزش شخصی فرد به انطباق کلی خانواده از جمله چگونگی تقسیم وظایف بین اعضا، قدرت برنامه ریزی برای ادای وظایف، حمایت از یکدیگر در موقع بحران، ارتباط صریح، اعتماد متقابل، مسئولیت‌پذیری، ابراز عواطف به یکدیگر کمک کرده است.

ستیر، موثر بودن ارتباط را در بین زوج‌ها این گونه تبیین می‌کند؛ ایجاد رابطه در همه رویکردهای آموزشی به عنوان یک مرحله ضروری است که باید در ابتدای فرایند آموزش ایجاد گردد و در این جا

بدون تقویت ارتباط زوج‌ها هیچ کار مهم دیگری در خصوص پرداختن به حل تعارضات آنها صورت نخواهد گرفت. از طرف دیگر وجود یک ارتباط سالم و خوب بین زن و شوهر موجب می‌گردد که مسائل تازه و جدیدی در تعاملات آنها مطرح گردد که با جهت دادن به آنها می‌توانند مفید و موثر باشد. علاوه بر این، چون ستیز، علت اصلی طلاق را، ارتباطات مختل زن و شوهر، مورد تهدید قرار گرفتن عزت نفس آنها می‌داند، استفاده از، به کارگیری مهارت‌های ارتباطی مانند: گوش دهی فعال و الگوهای ارتباطی، زوج‌ها را قادر می‌سازد تا مسائل و مشکلات خودشان را به راحتی در میان گذارند و در صدد رشد شخصی و تقویت عزت نفس خود برآیند (گاتمن و همکاران، ۱۹۹۹، به نقل از جعفری، ۱۳۸۷). ستیز، یک انسانگرا بود و تاکید اصلی ایشان بر تغییر الگوهای ناکارآمد بوده است، او معتقد بود، اگر شرایط و امکانات لازم برای زوجین فراهم گردد، آنان توانایی لازم برای تغییر خود را دارند (بنمن، ۲۰۰۸).

بنابراین، با توجه به تبیین‌های بالا می‌توان نتیجه گرفت، که آموزش رویکرد ارتباطی ستیز می‌تواند باعث کاهش تعارضات زناشویی، افزایش انطباق‌پذیری و همبستگی خانواده، در زوج‌ها شود. در مجموع می‌توان نتیجه‌گیری کرد که، برای کاهش تعارضات و ارتقاء کیفیت زندگی زناشویی در زوجین می‌توان از دو راهکار استفاده کرد: شناسایی سبک ارتباطی زوج‌ها و سعی در تغییر سبک‌های ارتباطی ناسالم و جایگزینی سبک‌های ارتباطی همخوان از طریق آموزش، مشاوره و سایر مداخله‌های درمانی تا بدین شکل زوج‌ها احساس آرامش و آسایش نمایند و روابط خود را بهبود بخشند.

با توجه به اثربخشی رویکرد ارتباطی ستیز بر تعارضات زناشویی و انطباق‌پذیری خانواده در این پژوهش، پیشنهاد می‌شود تأثیر این رویکرد، در زوج‌های بدون فرزند نیز مورد بررسی قرار گیرد. برای زوج‌های جوان و در آستانه ازدواج آموزش داده شود. همچنین پیشنهاد می‌شود؛ شوراهای حل اختلاف، دیگر نهادها و سازمان‌ها، مراکز دولتی و خصوصی که با زوج‌ها سر و کار دارند، از این رویکرد جهت حل مشکلات زناشویی و خانوادگی استفاده نمایند.

عدم امکان کنترل برخی متغیرهای مزاحم مانند: سن، وضعیت اجتماعی-اقتصادی، محدودیت شرکت بخشی از جامعه آماری به دلیل شرط داشتن فرزند، استفاده فقط از یک ابزار و حساسیت دستگاه قضایی نسبت به کارهای پژوهشی در حیطه‌ی این دستگاه از جمله محدودیت‌های تحقیق می‌باشند.

کتابنامه

- ابراهیمی، اختر (۱۳۸۱). ارتباط، ارتباط درمانی و الگوهای ارتباطی در خانواده. تهران: انتشارات غلامرضا روزبان و اختر ابراهیمی.
- اسدی، مسعود (۱۳۸۸). بررسی تأثیر گروه درمانی کوتاه مدت ستیر بر الگوهای ارتباطی زوج‌ها. پایان‌نامه کارشناس ارشد مشاوره، دانشگاه تربیت معلم تهران.
- براتی، طاهره و ثنایی، باقر (۱۳۸۳). تعارضات زناشویی و درمان. نشریه زنان، سال چهارم، شماره ۱۲۰
- بشکار، سلطان‌علی (۱۳۸۶). اثربخشی آموزش مهارت‌های کنترل خشم بر کاهش تعارضات زناشویی در زوجین مراجعه‌کننده به شوراهای حل اختلاف شهر باغملک. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه شهید چمران اهواز.
- جعفری، اصغر (۱۳۸۷). تأثیر رویکرد ارتباطی ستیر بر کاهش احتمال وقوع طلاق در زوج‌های متعارض. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه شهید بهشتی.

عباس پور، ذبیح‌الله (۱۳۸۷). مقایسه پیوستگی، انطباق‌پذیری، سطح ارتباطات و رضایت زناشویی در کارکنان متأهل با گذشت و بدون گذشت اداره‌های دولتی شهر اهواز. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه شهید چمران اهواز.

گودرزی، محمود (۱۳۸۶). اثربخشی مشاوره گروهی با رویکرد ارتباطی ستیز بر عملکرد زوج‌های ناکارآمد. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه تربیت معلم تهران.

نوابی‌نژاد، شکوه (۱۳۸۳). مشاوره ازدواج و خانواده درمانی. تهران: انتشارات اولیاء و مربیان.

هالفورد، کیم (۲۰۰۱). زوج درمانی کوتاه مدت. ترجمه‌ی مصطفی تیریزی، مژده کاردانی و فروغ جعفری (۱۳۸۴)، تهران: انتشارات فراروان.

Arieta, M. T. (2008). Women's couple relationship satisfaction: The impact of family structure and inter parental conflict. Unpublished Doctoral Dissertation. Sanfransio University.

Amato, R. R., & Hahman-marriott, B. (2007). A comparison of high and low-distress marriages that end in divorce. *Journal of Marriage and Family*, 62, 621-638.

Banmen, J. (2008). Satir's systemic brief therapy: an advanced residential training program. Dumas Bay, WA.

Brubacher, L. (2006). Integrating emotion- Focused therapy with the Satir model. *Journal of Marital and Family Therapy*, 32(2), 141-153.

Cummings, E. M., Fairth, W. B., Mitchell, P., Cummings, J. S., & Charmer horn, A. C. (2008). Evaluating a brief prevention program for improving marital conflict in community family. *Journal of Family Psychology*, 22(2), 193-202.

Guttman, J.M., & levenson, R.W.(2000). A two-factor model for predicting when a couple will divorce: Exploratory analyses using 14-year. *Journal of Family Process*, 41(1), 83-96.

Hansson, K., & Lund bland, A. (2006). Couple therapy/: Effectiveness of treatment and long term follow up. *Journal of Family Therapy*, 28, 136-152.

Kettrey, H. H., & Emery, B. C. (2006). Communication styles and marital satisfaction in Israeli and American Couples. *Journal of Family Violence*, 6, 400-401.

Kuhn, T. (2006). The structure of scientific revolutions. Chicago: University of Chicago Press.

Manfredini, M., Breschi, M., & Manzoni, S. (2010). Spouse selection by health status and physical traits. *American Journal of Physical Anthropology*, 141, 290-296.

Muddy, J. F. (2000). Solution focused therapy and communication skills training. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30, 20-25.

Satir, V. (1983). Satir: Step by step. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.

Olson, D. H (2000). Circumplex model of marital & family systems. *Journal of Family Therapy*, 22, 144-167.

Yalcin, B. M., & Tefvik, T. F., Ozcelike, M., & Igde, F. A. (2009). Relationship of emotional intelligence and improve the quality of marital communication and relationship problems with couples. *Journal of the Counseling Psychologist*, 17(2), 344-428.

- Yip, T. H., & Tse, W. S. (2009). Relationship among dispositional forgiveness of others, interpersonal adjustment and psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 46, 3, 365-368.
- Olson, D.H., Bell, R., & Portner, J. (1992). *FACESII. Family inventories manual*. Minneapolis: life Innovations.