روانشناسی خانواده
۱۳۹۴، دوره ۲، شماره ۲، ۱۴-۳

Family Psychology
2016, Vol. 2, No. 2, 3-14

اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی و تعاملات عاطفی با رویکرد ارزش‌های دینی بر رضایت زناشویی

The effectiveness of religious-based communication skills and emotional interactions on marital satisfaction

بهناز سادات جوادی* **Behnaz Sadat Javadi**
مشاوره **Counseling**
غلامعلی افروز **Gholamali Afrooz**
دانشگاه تهران **University of Tehran**
سیمین حسینیان **Simin Hosseinian**
دانشگاه الزهرا (س) **Alzahra University**
مسعود آذربایجانی **Masood Azarbaijani**
پژوهشگاه حوزه و دانشگاه **Research Institute of Hawzah & University**
مسعود غلامعلی لواسانی **Masood Gholamali Lavasani**
دانشگاه تهران **University of Tehran**

چکیده: رضایت زناشویی انطباق بین وضعیت موجود فرد در روابط زناشویی با وضعیت مورد انتظار او است. هدف از پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی و تعاملات عاطفی با رویکرد آموزه‌های دینی جهت افزایش رضایت زناشویی بود. طرح پژوهش حاضر از نوع شبه آزمایشی با پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با گروه کنترل بود. تعداد ۲۰ زوج در این پژوهش شرکت کردند و در دو گروه آزمایش (۱۰ زوج) و کنترل (۱۰ زوج) قرار گرفتند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش، مقیاس رضایت زناشویی افروز (AMSS) بود. مداخله آموزشی مهارت‌های ارتباطی و تعاملات عاطفی با رویکرد آموزه‌های دینی بر روی گروه آزمایش در طی ۸ جلسه ۱/۵ ساعته و هفته‌ای یک بار اجرا شد. تحلیل نتایج قبل و بعد از آموزش نشان داد که تفاوت بین میانگین نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون گروه آزمایش، در نمره رضایت زناشویی معنادار بوده است، اما تفاوت معنادار بین نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون گروه کنترل در نمره رضایت زناشویی به‌دست نیامد. هم‌چنین، تاثیر این آموزش پس از گذشت ۲ ماه نیز پایدار بود. نتایج پژوهش حاضر می‌تواند به درک نقش مهمی که مهارت‌های ارتباطی و عمل به آموزه‌های دینی در موفقیت ازدواج ایفا می‌کنند کمک کند و مورد استفاده روانشناسان و مشاوران خانواده قرار گیرد.

واژه‌های کلیدی: مهارت ارتباطی، تعامل عاطفی، آموزه دینی، رضایت زناشویی

Abstract: Marital satisfaction is defined as the degree of correspondence between an individual current status in couple relationships with his/her expected one. The objective of the present study was to determine the effectiveness of communicative skills and emotional interactions instruction on improving marital satisfaction with focusing on religious aspects. The study was a quasi-experimental research with pre-test, post-test with control group. The participants of the study were 20 couples which placed in the experimental (10) and the control (10) groups. The instrument of the study was Afrooz Marital Satisfaction Scale (AMSS). The experimental group experienced an 8 session, 1.5 hour instructional intervention which held once a week. The results demonstrated that there was a significant difference between the pre-test and post-test scores of the experimental group while there was not in the control group. It should be mentioned that the effects of intervention remained for two months. The findings of this study point to the key role of communication skills and religious values in marital success and can be used by psychologists and family counselors.

Keywords: communication skills, emotional interaction, religious instructions, marital satisfaction

---

* **نشانی پستی نویسنده مسوول:** دانشجوی دکتری مشاوره. مشهد، دانشگاه بین‌المللی امام رضا (ع). **پست الکترونیکی:** javadi_1990@yahoo.com

دریافت: ۱۳۹۴/۰۹/۳۰ **پذیرش:** ۱۳۹۴/۱۲/۲۵
Received: 21 Dec 2015 **Accepted:** 15 Mar 2016

مقدمه

روابط زناشویی، اساسی‌ترین و مهم‌ترین روابط بین فردی است که ساختار بنیادی جهت برقراری و ایجاد ارتباط خانوادگی و تربیت کودکان را تامین می‌کند (برگر، لینچ، پروز، سیگل و مایرز، ۲۰۱۳)؛ و یکی از جوانب بسیار مهم نظام زناشویی، رضایتی است که همسران در ازدواج تجربه می‌کنند (تانی‌گوچی، فریمن، تیلور و ملکارن، ۲۰۰۶). رضایت زناشویی[1] یکی از مهم‌ترین تعیین‌کننده‌های عملکرد سالم نهاد خانواده است (گریف، ۲۰۰۰)؛ و به عنوان رابطه بین‌فردی[2] نزدیکی که به انسان‌ها اجازه می‌دهد پذیرفته شوند، مورد ارزش، احترام و دوست داشته شدن قرار گیرند و فرصت روابط متقابل داشته باشند، شناخته می‌شود (فلچر، ۲۰۰۲). در واقع منظور از رضایت زناشویی، میزان رضایت متقابل زن و شوهر از جاذبه‌های روانی- جنسی یکدیگر و برخورداری از بیشترین احساس آرامش[3] و امنیت روانی[4] در زندگی مشترک است (افروز، ۱۳۹۴). احساس رضایت[5] در زندگی مشترک، تابعی از نوع تعاملات کل اعضای خانواده است و عدم رضایت زناشویی می‌تواند به توانایی زن و شوهر برای برقراری روابط رضایتمندانه با فرزندان و سایر افراد خارج از خانواده نیز آسیب برساند (آستروم، آسپلاند و آستروم، ۲۰۱۳؛ ایپولیتوموریل، هینس، محمود و کالدوا، ۲۰۱۰). عوامل مختلفی در ایجاد رضایت زناشویی موثر هستند؛ به عنوان مثال مداتیل و بن شوف (۲۰۰۸) مشخص کردند که علاوه بر اهمیت ویژگی‌های شخصیتی زوج‌ها در رضایت زناشویی، چهار عامل عشق‌ورزی[6]، وفاداری[7]، مسایل اقتصادی[8] و احترام متقابل[9] به عنوان ملاک‌های مهم و موثر در رضایت زناشویی نقش دارند. هم‌چنین نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد مهارت‌های ارتباطی و چگونگی ارتباط بین زوجین، پیش‌بینی کننده خوبی برای رضایت زناشویی است (اسماعیل‌پور، خواجه و مهدوی، ۱۳۹۲؛ اعتمادی، جابری، جزایری و احمدی، ۱۳۹۳؛ توکلی‌زاده، نجاتیان و سوری، ۲۰۱۵؛ حسین‌خانزاده و یگانه، ۲۰۱۳؛ رستمی، طاهری، عبدی و کرمانی، ۲۰۱۴؛ سلیمی، محسن‌زاده، نظری و گوهری، ۲۰۱۵؛ عاشوری، ۱۳۹۴؛ مولودی، شایان‌مهر و قضایی‌نیری، ۲۰۱۵).

تبادل کلامی و غیرکلامی[10] افکار و احساسات بین زن و شوهر، ارتباط زناشویی نامیده می‌شود؛ این ارتباط هسته مرکزی نظام خانواده است و اختلال در آن به منزله تهدید جدی برای بقاء خانواده به شمار می‌آید (استرودا، دوربن، سایگال و نابلاچ- فیدرز، ۲۰۱۰). هم‌چنین مهارت‌های ارتباطی، مجموعه‌ای از توانایی‌هایی است که زمینه سازگاری و رفتار مثبت و مفید را فراهم می‌آورد و فرد را قادر می‌سازد به صورت شایسته رفتار کند (ناگاراجیا، راجاما و ردی، ۲۰۱۲؛ هارجیه و دیکسون، ۲۰۰۴).

ارتباط خوب همسران، آنها را قادر می‌سازد تا نیازها، خواسته‌ها و علایق خود را با یکدیگر در میان بگذارند و عشق، دوستی و محبتشان را نسبت به یکدیگر ابراز کنند. هنگامی که رابطه صمیمانه متوقف می‌شود، انرژی عشق به آزردگی و خشم تبدیل می‌شود و در نتیجه، منازعات فراوان، انتقادهای مکرر، پناه بردن به سکوت، عدم همراهی عاطفی و غیرقابل حل ماندن مشکلات را به وجود می‌آورد (بولتون، ۱۳۹۳/۱۹۸۶). اورباخ[11] و همکاران (۲۰۰۲؛ به نقل از خجسته‌مهر، پارسی و شیرالی‌نیا، ۱۳۹۴) در پژوهش خود نشان دادند که احتمال طلاق در ازدواج‌هایی که هم زنان و هم مردان از رفتارهای تبادلی مخرب استفاده می‌کنند بالاتر است. هم‌چنین، تحقیقات نشان می‌دهند که بهبود شیوه ارتباطی بر حل موفقیت‌آمیز تعارضات زوجین تاثیر زیادی دارد و بین سازگاری اجتماعی و سازگاری زناشویی ارتباط مثبت و قوی وجود دارد. زمانی‌که تعارض در زندگی زناشویی وجود دارد، پیوند گرم و صمیمانه زن و شوهر تبدیل به رابطه‌ای سرد می‌شود. بدون ارتباطات موثر میان زوجین، تنش، بی‌اعتمادی، به اشتراک‌گذاری و صمیمیت کمتر و نیز احساس انزوا وجود خواهد داشت (تولورنلک[12]، ۲۰۱۴؛ به نقل نقل از لواف، شکری و قنبری، ۱۳۹۳).

1. marital satisfaction
2. interpersonal relationship
3. feel calm
4. mental security
5. feel satisfied
6. loving
7. loyalty
8. finances
9. shared values
10. nonverbal
11. Orbuch, T. L.
12. Tolorunleke, C. A.

عاطفه[1] همسران عبارت است از توجه به دیگری، به نحوی که ذهن فرد به خودش معطوف نیست و این توجه به دیگری، همراه با مهربانی و احساس فروتنی و کمک به او است. منظور از تعاملات عاطفی نیز این است که در انسان کشش‌هایی وجود دارد که بر اساس توجه به خود و تامین احتیاجات و منافع فردی نیست، بلکه در افقی برتر از این نوع گرایش‌هاست. مانند دوستی، مهر و محبت نسبت به همسر و همدردی با او و از خودگذشتگی. از این نوع گرایش‌ها که توجه انسان را به طور آگاهانه از محور خود خارج و به سمت غیر معطوف می‌کند، به تعاملات عاطفی[2] تعبیر می‌شود (فقیهی، ۱۳۹۲). هم‌چنین می‌توان گفت، عطوفت و مهرورزی از زیباترین آموزه‌های اخلاقی است که ارتباطات را صمیمی‌تر می‌کند و آتش کینه‌ها و اختلافات را خاموش می‌سازد. چنین رابطه‌ای بین زوجین سبب می‌شود در تمامی مراحل زندگی و فراز و نشیب‌های آن، شریک و پشتیبان و فریادرس هم باشند و در برابر گرفتاری‌ها و دشواری‌ها، محکم و استوار بایستند (فیاض و کریمی، ۱۳۸۹). در همین راستا مدرسی و همکاران (۲۰۱۴) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که وجود عشق و رابطه عاطفی بین زن و شوهر، منجر به سازگاری بین آنها می‌شود. وقتی که زوج‌ها به یکدیگر متعهد هستند و احساس امنیت و اطمینان می‌کنند و شدیدا توسط یکدیگر حمایت می‌شوند، از پذیرفتن مسوولیت نسبت به مسایل زناشویی شانه خالی نمی‌کنند و با توجه به تعهدشان، برای حل مسایل به یکدیگر کمک می‌کنند (سلیمی و همکاران، ۲۰۱۵). بنابراین از جمله مداخلات ارتباطی که به طور موثر رابطه عاطفی بین زوجین را تقویت می‌کند، مدارا کردن و بخشایش دلخوری‌ها است که بطور بالقوه یک مداخله بسیار توانمند است (ورثینگتون، هوک، شیرر، وِید، میلر و همکاران، ۲۰۱۵).

در آموزه‌های اسلامی، توصیه‌های اعتقادی، اخلاقی، عاطفی و معنوی متعددی برای ارتقای مناسبات زوج‌ها و حل اختلافات آنان به چشم می‌خورد (سالاری‌فر، یونسی، شریفی‌نیا و غروی، ۱۳۹۲) و در این میان، آموزش مهارت‌های ارتباطی مبتنی بر آموزه‌های دینی از روش‌های موثری است که مهم‌ترین ویژگی آن تاکید فراوانی است که دین مبین اسلام بر استحکام ازدواج دارد و اساس زندگی زناشویی را بر پایه محبت میان همسران و رمز سعادت زندگی زناشویی را در آرامش‌دهی زوج‌ها به یکدیگر می‌داند (اعراف: ۱۸۹؛ روم: ۲۱). برنامه مهارت‌های ارتباطی زوجین شامل مهارت‌های صحبت کردن، گوش دادن، حل تعارض و روابط بین فردی است که منجر به روابط رضایتبخش، حمایتگر و پایدار می‌شود. در این پژوهش سعی شده است که از مهارت‌های ارتباطی که مبتنی بر آموزه‌های دینی است، استفاده شود. این مهارت‌ها شامل رعایت حقوق متقابل (بقره: ۲۲۸)، صمیمیت زوجین (روم: ۲۱)، راست‌گویی و صداقت (نحل: ۱۰۵)، گرایش زوج‌ها به فضایل اخلاقی و یاد خدا و پرهیز از رذایل اخلاقی (رعد: ۲۸ و ۲۹؛ مائده: ۵)، حق‌شناسی و سپاسگزاری (ابراهیم: ۷)، نرمی زبان و بیان خوش (آل‌عمران: ۱۵۹؛ بقره: ۸۳) و پرهیز از بدگمانی (حجرات: ۱۲) است. هم‌چنین در مورد تعاملات عاطفی نیز می‌توان به ارتقای روابط جنسی زوجین، تقویت انس و دلبستگی[3]، حالات غیر کلامی عاطفی در چهره، چشم‌ها، آهنگ صحبت، تماس و وضعیت بدنی اشاره نمود.

در سال‌های اخیر، پژوهش‌های زیادی به بررسی مذهب و تاثیر آن بر جنبه‌های مختلف زندگی زناشویی پرداخته‌اند و حجم وسیعی از مطالعات نشان داده‌اند که معنویت و دینداری با افزایش ثبات و استحکام زندگی زناشویی (الیسون، بوردت و ویلکاکس، ۲۰۱۰)، سطح بالایی از بخشایش (جوز و آلفونز، ۲۰۰۷)، کاهش خشونت و پرخاشگری (الیسون و آندرسون، ۲۰۰۱)، تشکیل و حفظ ارتباطات عاطفی بین همسران (ماهونی، ۲۰۱۰)، ایجاد راهبردهای مقابله‌ای موثر و متعادل در برابر مشکلات (حسن اویچ و پاجویچ، ۲۰۱۰) و به طور کلی با افزایش رضایت زناشویی (جمشیدی، نوری‌پور، جان‌بزرگی و فردین، ۱۳۹۴؛ ماهونی، ۲۰۱۰؛ ماهونی، پارگامنت، تاراکشوار و اسوانک، ۲۰۰۱) همبستگی دارد. بنابراین می‌توان گفت که مذهب، همبستگی محکم و باثباتی با پیامدهای مثبت در زندگی زناشویی دارد (برایت‌وایت، کولسون، اسپوت، دیکرسون، بک و همکاران، ۲۰۱۵). علاوه بر این، ارتباطات مذهبی مشترک بین زوجین، به‌طور مستقیم، در کیفیت زندگی زناشویی تاثیر مثبت دارد (دیوید و استافورد، ۲۰۱۵).

1. emotion
2. emotional interaction
3. attachment

در عصر حاضر نظام خانواده دچار مشکلات عدیده‌ای شده است و اختلاف‌های خانوادگی، طلاق، افزایش آمار کودکان بی‌سرپرست و بزهکاری نوجوانان نشان‌دهنده مشکلات اساسی در خانواده‌ها است که ریشه اصلی آن در کیفیت روابط بین زوج‌ها است (سالاری‌فر، ۱۳۹۱). بر این اساس هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی و تعاملات عاطفی با رویکرد آموزه‌های دینی بر افزایش رضایت زناشویی است. با توجه به ملاحظات نظری و یافته‌های پژوهشی موجود در زمینه موضوع مورد بررسی، فرضیه‌های پژوهش حاضر به شرح زیر مطرح شدند: ۱) آموزش مهارت‌های ارتباطی و تعاملات عاطفی با رویکرد آموزه‌های دینی بر رضایت زناشویی اثربخش است، ۲) نتایج به‌دست آمده از اجرای آموزش مهارت‌های ارتباطی و تعاملات عاطفی با رویکرد آموزه‌های دینی در پیگیری دو ماهه پایدار است.

روش

جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش

طرح این پژوهش از نوع شبه‌تجربی با مرحله‌های پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری به همراه گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زوجینی بود که فرزندشان در مدرسه ابتدایی باربد خراسانی واقع در منطقه دو شهر تهران در سال تحصیلی ۹۴-۱۳۹۳ مشغول تحصیل بودند. روش نمونه‌گیری به شیوه داوطلبانه بود، به این صورت که ابتدا جهت برگزاری جلسات آموزشی اطلاعیه داده شد تا زوجین علاقمند، برای شرکت در کلاس‌ها ثبت نام کنند. از بین داوطلبان ۴۰ نفر به صورت تصادفی انتخاب شدند و به روش تصادفی، در دو گروه ۲۰ نفری (آزمایش و کنترل) گمارش شدند. از هر دو گروه، پیش‌آزمون گرفته شد. گروه آزمایش به مدت ۸ هفته (هر هفته یک جلسه ۹۰ دقیقه‌ای) تحت آموزش قرار گرفتند. پس از به اتمام رسیدن جلسات آموزشی، مجددا مقیاس رضایت زناشویی افروز[1] (AMSS) توسط شرکت‌کنندگان دو گروه تکمیل شد. آزمون پیگیری نیز بعد از دو ماه اجرا شد. ریزش شرکت‌کنندگان در هر دو گروه آزمایش و کنترل وجود داشت. در گروه آزمایش یک زوج به دلیل غیبت بیشتر از سه جلسه در فرایند آموزش حذف شدند. نمره این شرکت‌کنندگان در نتایج نهایی وارد نشد. در گروه کنترل نیز دو نفر ریزش وجود داشت؛ ریزش این زوج به دلیل عدم دسترسی پژوهشگر برای ارزیابی پس‌آزمون و پیگیری بوده است. مفاد جلسات آموزشی با بهره‌گیری از قرآن کریم و احادیث ائمه (ع) و منابع علمی، اعم از کتاب‌ها و مقالات داخلی و خارجی در رابطه با موضوع مورد پژوهش بود (توکلی‌زاده و همکاران، ۲۰۱۵؛ رضاپور میرصالح، اسمعیلی و فرحبخش، ۱۳۹۲؛ سالاری‌فر و همکاران، ۱۳۹۲؛ عاشوری، ۱۳۹۴؛ ورثینگتون و همکاران، ۲۰۱۵) که مورد تایید استادان مربوط قرار گرفت. محتوای جلسات آموزش در جدول ۱ ارایه شده است. میانگین و انحراف استاندارد سنی شرکت‌کنندگان گروه آزمایش به ترتیب ۳۳/۰۵ و ۳/۸۴ و برای گروه کنترل به ترتیب برابر با ۳۴/۰۵ و ۳/۸۲ بود.

جدول ۱

محتوای جلسات آموزش برنامه مهارت‌های ارتباطی و تعاملات عاطفی با رویکرد آموزه‌های دینی

جلسه	محتوا
اول	معارفه؛ معرفی برنامه و اهداف آن؛ توافق بر سر قوانین؛ آموزش اهداف ازدواج از منظر دینی؛ تفاوت‌های روانشناختی زنان و مردان؛ افزایش شناخت نسبت به خود و همسر
دوم	آموزش مهارت‌های ارتباطی؛ شامل مهارت صحبت کردن، گوش دادن، معاشرت در دو بعد گوینده و شنونده؛ پرهیز از روابط کلامی نامناسب مثل گفتگوی مجادله آمیز، توهین، تحقیر و عیب جویی
سوم	آموزش حالات و روابط غیرکلامی؛ هماهنگی بین حالات غیرکلامی و محتوای گفتار همسران؛ تماس چشمی؛ اجتناب از حالات متکبرانه و داشتن تواضع نسبت به یکدیگر
چهارم	آموزش تعاملات عاطفی؛ تقویت روش‌های حسن تامین نیازهای عاطفی مثبت؛ انس و دلبستگی؛ محبت و همدلی[2]؛ مثبت نگری و حسن ظن؛ تقویت مهارت‌های خویشتنداری و صبوری

1. Afrooz Marital Satisfaction Scale (AMSS)
2. empathy

ادامه جدول ۱

پنجم	ارتقای روابط جنسی همسران؛ بیان اهمیت روابط جنسی زوجین از دیدگاه آیات و روایات و نظریه‌پردازان علمی؛ عوامل بازدارنده رابطه مطلوب جنسی؛ آموزش نکاتی جهت بهبود ارتباط جنسی
ششم	آموزش شیوه تصمیم‌گیری و حل مشکلات؛ فنون مذاکره[1] و روش حل مساله؛ اصل مهم مشورت در خانواده؛ راه‌هایی برای حل تعارض‌های عاطفی
هفتم	تقویت باورهای دینی مثل ایمان، توکل و رضایت، و بینش‌دهی به نقش آنها در روابط انسانی و زناشویی؛ الگو گرفتن از انبیا و ائمه(ع)؛ انجام فرائض و عبادات؛ تقویت ارزش‌های اخلاقی مثل تمرکز بر اصلاح خود و رعایت انصاف و عدالت، حسن خلق، رفق و مدارا و گذشت و بخشایش
هشتم	مدیریت خانواده و روش فرزندپروری: آموزش مفهوم مرزها[2]؛ هماهنگی زوجین در امور مالی و فعالیت‌های اقتصادی؛ صله‌رحم و ارتباط با خانواده‌های زوجین؛ رازداری؛ نظم بخشی و برنامه‌ریزی؛ هماهنگی زوجین در تربیت فرزندان و توجه به رشد و بالندگی آنان

ابزار سنجش

مقیاس رضایت زناشویی افروز (AMSS). این مقیاس جهت ارزیابی میزان رضایت همسران و برای فرهنگ جامعه ایرانی توسط افروز در سال ۱۳۸۷ تهیه و در سال ۱۳۸۹ در تهران هنجاریابی شده است. این مقیاس یک ابزار ۱۱۰ ماده‌ای است که رضایت همسران را در مقیاس چهار درجه‌ای لیکرت از ۱ (کاملا مخالف) تا ۴ (کاملا موافق) می‌سنجد. هر چه فرد در این آزمون نمره بیشتری به دست آورد، نشان دهنده رضایت زناشویی بالاتر است. این مقیاس از ۱۰ زیر مقیاس رضایت عاطفی[3]، رضایت تعاملی[4]، رضایت نگرشی[5]، رضایت رفتاری[6]، رضایت حمایتی- اجتماعی[7]، رضایت همدلی[8]، رضایت مشکل‌گشایی[9]، رضایت شخصیتی[10]، رضایت فرزندپروری[11] و رضایت مطلوب‌اندیشی[12] تشکیل شده است که جهت ارزیابی و سنجش موثر رضایت زناشویی، که با رویکردهای جدید مطابقت دارد و حد بالایی از مناسبت و کفایت را نسبت به بستر فرهنگ جامعه ایرانی- اسلامی دارد، مورد استفاده قرار می‌گیرد. جهت بررسی همسانی درونی[13] این مقیاس از روش آلفای کرونباخ[14] استفاده شده است. ضرایب همسانی درونی ۰/۹۵ برای کل ابزار و ضرایب بین ۰/۸۶ تا ۰/۶۴ زیرمقیاس‌ها نشان داد که مقیاس دارای همسانی درونی مطلوب و مناسب، و قابل اجرا برای بررسی رضایت همسران است. ضریب پایایی[15] بازآزمایی[16] ۰/۷۹ نیز حاکی از پایایی و همسانی درونی بالای این مقیاس است. روایی همگرای[17] مقیاس رضایت زناشویی افروز نیز با استفاده از پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ[18]، همبستگی ۰/۴۳ را نشان داد که در سطح $p < ۰/۰۰۱$ معنادار است؛ لذا با ۹۹ درصد اطمینان همبستگی مشاهده شده بین این دو مقیاس معنادار است (افروز و قدرتی، ۱۳۹۰).

یافته‌ها

جدول ۲ میانگین و انحراف استاندارد نمرات شرکت‌کنندگان گروه آزمایش و کنترل را در مرحله‌های پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری، در مقیاس رضایت زناشویی افروز نشان می‌دهد. همان گونه که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، میانگین گروه کنترل و آزمایش در مرحله پیش‌آزمون تفاوت قابل ملاحظه‌ای ندارد؛ درحالی‌که در مرحله پس‌آزمون تفاوت قابل معنادار بین گروه آزمایش (۳۰۹/۰۵) و کنترل (۲۸۴/۶۱) مشاهده می‌شود. هم‌چنین، در مرحله پیگیری بین دو گروه آزمایش (۳۱۷/۱۱) و کنترل (۲۷۹/۸۸) تفاوت معنادار دیده می شود.

1. negotiate
2. boundary
3. emotional satisfaction
4. interaction
5. attitude
6. behavioral
7. supportive-social
8. empathy
9. problem solving
10. personality
11. parenting
12. positive-thinking
13. internal consistency
14. Cronbach’s alpha
15. reliability
16. test-retest
17. convergent validity
18. Evaluating & Nurturing Relationship Issues Communication and Happiness (ENRICH)

جدول ۲

میانگین و انحراف استاندارد نمرات رضایت زناشویی گروه‌های کنترل و آزمایش در پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

گروه	تعداد	پیش آزمون		پس آزمون		پیگیری	
		M	SD	M	SD	M	SD
آزمایش	۱۸	۲۷۸/۹۴	۱۹/۴۳	۳۰۹/۰۵	۱۶/۳۱	۳۱۷/۱۱	۱۶/۹۳
کنترل	۱۸	۲۷۹/۷۷	۲۶/۳۹	۲۸۴/۶۱	۲۳/۸۵	۲۷۹/۸۸	۲۰/۰۲

پیش از بررسی تحلیلی نتایج، در رابطه با پیش‌فرض‌های لازم برای استفاده از مدل آماری اندازه‌گیری مکرر و تحلیل کوواریانس اطمینان حاصل شد. در این پژوهش در متغیر رضایت زناشویی آزمون کرویت موچلی در سطح ۰/۰۵ معنادار نبود، در نتیجه از فرض یکسان بودن واریانس و به گونه‌ای دقیق‌تر، شرط همگن بودن ماتریس کوواریانس اطمینان حاصل شد و از مدل آماری اندازه‌گیری مکرر استفاده شد. هم‌چنین با استفاده از آزمون لوین فرض برابری واریانس گروه آزمایش و کنترل در متغیر رضایت زناشویی در سطح ۰/۰۵ معنادار نشد، بنابراین استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس مجاز بود. نتایج تحلیل کوواریانس برای بررسی تاثیر برنامه آموزشی بر رضایت زناشویی در جدول ۳ ارایه شده است. همان‌گونه که مشاهده می‌شود، پس از حذف اثر پیش‌آزمون و تحلیل کوواریانس میزان $F = ۱۰۱/۷۳$ است، که در سطح آماری $p < ۰/۰۰۱$، از نظر آماری معنادار است. بنابراین، می‌توان گفت فرضیه اول پژوهش تایید شده است و آموزش مهارت‌های ارتباطی و تعاملات عاطفی با رویکرد آموزه‌های دینی سبب افزایش رضایت زناشویی افراد شده است.

جدول ۳

تحلیل کوواریانس مرتبط با تاثیر برنامه آموزشی بر رضایت زناشویی

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	ضریب اتا
پیش آزمون	۱۲۳۵۶/۲۶	۱	۱۲۳۵۶/۲۶	۲۲۱/۲۵	۰/۰۰۱	۰/۸۷
گروه	۵۶۸۱/۶۵	۱	۵۶۸۱/۶۵	۱۰۱/۷۳	۰/۰۰۱	۰/۷۵
خطا	۱۸۴۲/۹۵	۳۳	۵۵/۸۴	_	_	_

در ادامه برای بررسی اثر برنامه آموزشی بر رضایت زناشویی، از تحلیل واریانس همراه با اندازه گیری مکرر، استفاده شد. قبل از اجرای تحلیل، مفروضه همگنی ماتریس‌های واریانس- کوواریانس توسط آزمون موچلی[1] انجام شد که نتایج آن در جدول ۴ آمده است. با توجه به نتایج این جدول، میزان آماره موچلی در سطح ۰/۰۵ معنادار است و از آن‌جا که فرض کرویت[2] رعایت نشده است از مقدار آماره اپسیلن گرین هاوس- گیسر[3] جهت اصلاح درجه آزادی و تحلیل های تکمیلی استفاده شده است.

جدول۴

بررسی آزمون موچلی در متغیر رضایت زناشویی

متغیر	Wموچلی	تقریب مربع کای	df	سطح معناداری
تکرار آزمون رضایت زناشویی	۰/۴۷	۲۴/۳۳	۲	۰/۰۰۱

1. Mauchly’s test

2. sphericity assumption

3. Greenhouse-Geisser

نتایج آزمون تحلیل واریانس همراه با اندازه‌گیری‌های مکرر در جدول ۵ ارایه شده است. با توجه به نتایج این جدول و مقادیر F اپسیلن گرین‌هاوس- گیسر محاسبه شده یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که میزان F = ۳۶/۰۱ به دست آمده برای متغیر تکرار آزمون رضایت زناشویی، بیانگر تفاوت معنادار نمرات اکتسابی شرکت‌کنندگان در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری، در سطح $p <$ ۰/۰۰۱، است. هم‌چنین در ردیف دوم جدول، F = ۳۰/۰۴ بیانگر آن است که در سطح $p <$ ۰/۰۰۱ تعامل تکرار آزمون رضایت زناشویی و گروه، معنادار است. به عبارتی بر حسب گروه، میان نمرات شرکت‌کنندگان در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری تفاوت وجود دارد.

جدول ۵

آزمون اثرات درون‌آزمودنی در زیرمقیاس‌های رضایت زناشویی

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
تکرار آزمون رضایت زناشویی	۸۰۹۲/۲۴	۱/۳۱	۶۱۵۶/۸۴	۳۶/۰۱	۰/۰۰۱
تعامل تکرار آزمون رضایت زناشویی و گروه	۶۷۵۱/۳۸	۱/۳۱	۵۱۳۶/۶۷	۳۰/۰۴	۰/۰۰۱

با توجه به این‌که تعامل تکرار آزمون و گروه، معنادار شده است، برای آن که مشخص شود تفاوت بین کدام یک از مراحل آزمون وجود دارد، از آزمون مقایسه میانگین‌ها در سه مرحله استفاده شد که نتایج آن در جدول ۶ آمده است. در این جدول به مقایسه اختلاف میانگین‌های نمرات شرکت کنندگان در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری پرداخته شده است. همان‌گونه که در این جدول آمده است، بین نمرات شرکت‌کنندگان در مرحله پیگیری در مقایسه با پیش‌آزمون و پس‌آزمون در سطح $p <$ ۰/۰۰۱ تفاوت معنادار وجود دارد. به گونه‌ای که نمرات شرکت‌کنندگان در مرحله پیگیری به صورت معنادار بالاتر از مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون است. هم‌چنین، نمرات شرکت‌کنندگان در مرحله پس‌آزمون در سطح معنادار $p <$ ۰/۰۰۱ بالاتر از مرحله پیش‌آزمون است. بنابراین فرضیه دوم پژوهش نیز تایید می‌شود.

جدول۶

اختلاف میانگین نمرات گروه آزمایش و کنترل در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

سطح	اختلاف میانگین	سطح معناداری
پیش آزمون- پس آزمون	-۱۷/۴۷	۰/۰۰۱
پیش آزمون- پیگیری	-۱۹/۱۳	۰/۰۰۱
پس آزمون- پیگیری	-۱/۶۶	۰/۰۰۱

بحث

این پژوهش دو هدف اصلی داشت؛ نخست بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی و تعاملات عاطفی با رویکرد آموزه‌های دینی بر افزایش رضایت زناشویی؛ دوم تعیین پایداری نتیجه آموزش بر افزایش رضایت زناشویی. نتایج پژوهش نشان داد که پس از اجرای آموزش، تفاوت معناداری بین رضایت زناشویی شرکت‌کنندگان گروه آزمایش و گروه کنترل وجود داشت. به عبارت دیگر، آموزش مهارت‌های ارتباطی و تعاملات عاطفی با آموزه‌های دینی موجب افزایش رضایت زناشویی شرکت‌کنندگان گروه آزمایش شد. تحلیل‌های آماری هم‌چنین نشان داد تاثیر آموزش این برنامه در آزمون پیگیری پایدار مانده است. نتایج این پژوهش با یافته‌های پژوهش‌های پیشین (اسماعیل‌پور و همکاران، ۱۳۹۲؛ الیسون و همکاران، ۲۰۱۰؛ برایت‌وایت و همکاران، ۲۰۱۵؛ توکلی‌زاده و همکاران، ۲۰۱۵؛ جمشیدی و همکاران، ۱۳۹۴؛ حسین‌خانزاده و یگانه، ۲۰۱۳؛ دیوید و استافورد، ۲۰۱۵؛ سلیمی و همکاران، ۲۰۱۵؛ عاشوری، ۱۳۹۴؛ ماهونی، ۲۰۱۰؛ مدرسی و همکاران، ۲۰۱۴؛ مولودی

و همکاران، ۲۰۱۵؛ ورثینگتون و همکاران، ۲۰۱۵) مطابقت دارد و بر حسب احتمالات زیر قابل تبیین است:

از آن‌جا که امروزه میزان زیادی از مشکلات خانواده‌ها ناشی از ارتباطات ناکارآمد بین همسران است (توکلی‌زاده و همکاران، ۲۰۱۵)، زوجین با آموزش مهارت‌های ارتباطی و تعاملات عاطفی در این برنامه، به کشف روش‌های تازه و موثری می‌رسند که با کاربرد آنها می‌توانند احساس نشاط و رضایت بیشتری داشته باشند و در عین حال که به ارضای نیازهای خودشان می‌رسند، دیگری را هم از برآورده شدن نیازهایش محروم نکنند. آموزش مهارت‌های ارتباطی به زوجین کمک می‌کند تا دلایل زیربنایی تعارضات مخرب خود را شناسایی کنند و از شیوه‌های سازنده‌تری برای برخورد با آن استفاده کنند. در واقع آموزش مهارت‌های ارتباطی به زوجین کمک می‌کند تا پیام‌های خود را با دقت بیشتر، موثرتر و کارآمدتر منتقل کنند. یادگیری این مهارت‌ها، منجر به مبادله رفتارهای مثبت و خوشایند و کاهش رفتارهای منفی می‌شود. افزایش تبادلات رفتاری مثبت نیز، نیازهای عاطفی همسران را ارضا می‌کند و باعث ایجاد احساس مثبت نسبت به یکدیگر می‌شود (فتحی‌اقدم، احدی، جمهری و فرخی، ۱۳۹۰).

می‌توان گفت آموزش‌های روانشناختی برگرفته شده از متون دینی، به دلیل انطباق با فطرت و امیال طبیعی زوجین، به شکل مطلوبی می‌تواند تنش را در بین همسران زدوده و آرامش را به آنها باز گرداند (فقیهی و رفیعی مقدم، ۱۳۸۸). در بررسی متون دینی مشخص شد که دین اسلام آموزه‌های فراوانی در حوزه مهارت‌های ارتباطی و تعاملات عاطفی همسران دارد. هم‌چنین هر گفتار و رفتاری که در جهت محبت و خدمت به همسر و رفع نیازهای یکدیگر انجام شود، دارای اجر و ثواب بسیار است و موجب نزدیکی و تقرب همسران به پروردگار متعال می‌شود. در همین رابطه، وقتی هدف زوجین، آرامش‌بخشی به یکدیگر (روم: ۲۱)، و جلب رضایت خداوند و تقرب به درگاه او باشد، تمام سعی و تلاش خود را می‌نمایند تا به این مقصد متعالی برسند. در نگرش دینی، ازدواج زمینه‌ساز مودت و رحمت بین زن و شوهر است و محیط خانه جایگاه صمیمیت، آرامش، عطوفت، رحمت و گذشت از خطاهای یکدیگر است و همسران با باور آرامشگری به عنوان هدف غایی ازدواج (افروز، ۱۳۹۴) و در راستای رسیدن به این اهداف متعالی، تلاش می‌کنند و با به‌کارگیری مهارت‌های آموخته شده در این برنامه آموزشی، و در کنار عمل به ارزش‌های اخلاقی و دینی، تعاملات احساسی و عاطفی بین خود را افزایش می‌دهند و این منجر به افزایش رضایت زناشویی در آنها می‌شود. به طور خلاصه می‌توان گفت مذهب به عنوان یک عامل محافظت‌کننده در ازدواج، تعیین شده است؛ طوری که ارتباط مثبت با رضایت زناشویی و استحکام و ثبات زندگی خانوادگی دارد (براملت و موشر، ۲۰۰۲؛ فولر، فراست و بور، ۲۰۱۵).

در همین راستا، آموزش انس و صمیمیت و مهارت همدلی سبب می‌شود هر یک از زوجین به ارضای نیازهای عاطفی و روانشناختی همسر کمک نماید و در نتیجه باعث پیدایش رفتارهای صادقانه و صمیمانه توسط همسر شود (اورکی، جمالی، فرج الهی و کریمی، ۱۳۹۱). هم‌چنین آموزه‌های دینی، از طریق ایجاد راهبردهای مقابله‌ای موثر و متعادل در برابر مشکلات، شرایط مناسبی را برای حل مسایل زناشویی بوجود می‌آورد (حسن‌اویچ و پاجویچ، ۲۰۱۰). به نظر می‌رسد مداخله اسلامی از چند جهت باعث می‌شود زوجین در توانایی حل تعارض، بهتر عمل کنند و در نتیجه رضایت زناشویی خود را افزایش دهند؛ از یک سو زوجین با مثبت‌اندیشی و حسن خلق و ایفای مسوولیت‌ها و وظایف همسری، زمینه به وجود آمدن تعارضات را به حداقل می‌رسانند و در صورت بروز مشکلات سعی می‌کنند با صبوری و کرامت نفس، از آنها چشم‌پوشی کنند و راه عفو و گذشت را در زندگی در پیش بگیرند و زبان به سخنانی نگشایند که حاصلی جز پشیمانی ندارد. از سوی دیگر این رویکرد با استفاده از شیوه مشورت در خانواده و با تاکید بر حلِ گام به گام مسایل راه مناسبی را در اختیار زوجین قرار می‌دهد (جمشیدی و همکاران، ۱۳۹۴). باورهای مذهبی و ارتباط با خدا، از طرق گوناگون مثل تقویت تقوا و پاکدامنی، عشق، بخشایش، مصالحه کردن و ایثار و فداکاری (الیسون و همکاران، ۲۰۱۰؛ هرناندز، ماهونی و پارگامنت، ۲۰۱۱)، می‌تواند موجب بهبود کیفیت زندگی و بالا رفتن رضایت زناشویی شود. این اعمال مبتنی بر تقوا، به طور جدی در آموزش‌های مذهبی و معنوی تاکید شده‌اند و می‌توانند پایه‌های سالمی برای یک زندگی زناشویی موفق ایجاد کنند. علاوه بر این، مذاهب، به طور واضح، ارزش‌های خانوادگی و

وفاداری جنسی، که از مسایل بحران‌زا در زندگی زناشویی هستند را تقویت می‌کنند (دیوید و استافورد، ۲۰۱۵).

همان‌گونه که ذکر شد منظور از رضایت زناشویی، میزان رضایت متقابل زن و شوهر از جاذبه‌های روانی- جنسی یکدیگر و برخورداری از بیشترین احساس آرامش و امنیت روانی در زندگی مشترک است و این احساس آرامش و امنیت روانی در زندگی مشترک و به عبارت دیگر در رضایت زناشویی، تابعی از نوع تعاملات کلامی و غیرکلامی افکار و احساسات بین زن و شوهر است. نتایج بررسی‌ها نشان داد که آنچه در زمینه ارتباط همسران در آیات قرآن کریم و احادیث ائمه(ع) مطرح گردید، در جهت ایجاد آرامش، اعتماد و اطمینان، محبت، احترام، توجه به نیازهای یکدیگر و برآورده نمودن آنها، افزایش شناخت نسبت به خود و همسر، توجه به حالات و روابط غیر کلامی، اهمیت دادن به تعاملات عاطفی و روابط جنسی زوجین، حل تعارضات عاطفی، داشتن ایمان، صبر، عفو و بخشش، پاکدامنی و پرهیز از سوء ظن بوده است، و هم چنین در جهت حذف موانعی است که هر یک به نحوی ارتباط زناشویی را خدشه‌دار می‌کنند. آموزه‌های دینی بیانگر اهمیت حفظ و پایداری روابط زوجین هستند، به طوری که در آیات متعدد و احادیث بسیار، به این مهم پرداخته شده و حتی در مورد خصوصی‌ترین و جزیی‌ترین روابط همسران نیز در جهت ایجاد آرامش و نشاط و استحکام خانواده رهنمودهایی ارایه شده است. بنابراین وقتی که زوجین خود را مجهز به این مهارت‌ها و آموزه‌ها نمایند و طبق ارزش‌های دینی، هدفشان در زندگی مشترک، آرامش‌بخشی به یکدیگر بر اساس مودت و محبت باشد، می‌توانند خانه‌ای پر از مهر و صفا و به دور از خشم و درگیری داشته باشند، و نه تنها خودشان، بلکه فرزندان و اطرافیان و جامعه نیز از این آرامش و رضایت، بهره‌مند گردند. برنامه مداخله‌ای حاضر با افزایش میزان رضایت زناشویی همسران، به عنوان پایه‌های اصلی تشکیل دهنده خانواده، نشان داد که می‌تواند در این راستا موفق عمل کند و به عنوان یکی از مداخلات موثر در این زمینه، مورد استفاده متخصصان و درمانگران خانواده قرار گیرد.

پژوهش حاضر محدودیت‌هایی داشت که مهم‌ترین آنها به این شرح هستند: افراد نمونه از بین والدین دانش‌آموزان یک مدرسه در یکی از مناطق شهر تهران انتخاب شدند، لذا در تعمیم نتایج به‌دست آمده به گروه‌های دیگر باید احتیاط کرد. پیشنهاد می‌شود جهت افزایش گستره تعمیم‌پذیری یافته‌ها، این پژوهش در نمونه‌های وسیع‌تر و جوامع دیگر تکرار شود. هم‌چنین این پژوهش، صرفا یک مطالعه مقطعی بوده است که تاثیرات این برنامه را تنها طی یک دوره دو ماهه مورد بررسی قرار داده است؛ بر این اساس پیشنهاد می‌شود جهت بررسی تاثیرات بلند مدت این برنامه آموزشی، تحقیقات طولی مناسبی صورت گیرد و میزان رضایت زناشویی همسران، طی چند سال آینده نیز مورد بررسی قرار گیرد. هم‌چنین پیشنهاد می‌شود مشاوران خانواده و زوج‌درمانگران، با توجه به تاثیری که آموزه‌های دین اسلام در رفتار و عملکرد زوج‌ها دارد و با توجه به هویت دینی و مذهبی مردم کشور ما، از این برنامه آموزشی و نتایج آن به منظور کاهش تعارضات و مشکلات ارتباطی زوجین و هم‌چنین افزایش رضایت زناشویی همسران و تحکیم بنیان خانواده استفاده نمایند.

منابع

اسماعیل‌پور، خ.، خواجه، و.، و مهدوی، ن. (۱۳۹۲). پیش‌بینی رضایت زناشویی همسران بر اساس باورهای ارتباطی و مهارت‌های ارتباطی. *فصلنامه خانواده پژوهی، ۳۳*، ۴۴-۲۹.

اعتمادی، ع.، جابری، س.، جزایری، ر.، و احمدی، س. ا. (۱۳۹۳). بررسی رابطه مهارت‌های ارتباطی، الگوهای ارتباطی و سبک‌های حل تعارض با صمیمیت زناشویی در زنان شهر اصفهان. *مجله زن و جامعه، ۵*، ۷۴-۶۳.

افروز، غ. ع. (۱۳۸۹). *روانشناسی رابطه‌ها*. تهران: انتشارات دانشگاه تهران.

افروز، غ. ع. (۱۳۹۴). *روانشناسی ازدواج و شکوه همسری*. تهران: انتشارات دانشگاه تهران، چاپ سوم.

افروز، غ. ع.، و قدرتی، م. (۱۳۹۰). ساخت و هنجاریابی مقیاس رضایت زناشویی. *مجله روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران، ۱*، ۱۶-۳.

اورکی، م.، جمالی، چ.، فرج‌الهی، م.، و کریمی، ع. (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش برنامه غنی‌سازی ارتباط بر میزان سازگاری زناشویی دانشجویان متاهل. *مجله شناخت اجتماعی، ۱*، ۶۱-۵۲.

بولتون، ر. (۱۹۸۶). *روانشناسی روابط انسانی*. ترجمه حمیدرضا سهرابی، ۱۳۹۳. تهران: انتشارات رشد، چاپ هفتم.

جمشیدی، م. ع .، نوری‌پور، ر.، جان‌بزرگی، م.، و فردین، م. ع. (۱۳۹۴). اثربخشی توانمندسازی کارکردی زوجین مبتنی بر رویکرد اسلامی بر رضایتمندی زناشویی زنان. *مجله زنان و خانواده، ۳۱*، ۳۵-۷.

خجسته مهر، ر.، پارسی، ا.، و شیرالی نیا، خ. (۱۳۹۴). نقش تعدیل‌کننده هیجان مثبت در رابطه بین هیجان منفی و تبادلات زناشویی مخرب در زنان. *مجله روانشناسی خانواده، ۱*، ۵۸-۴۹.

رضاپور میرصالح، ی.، اسمعیلی، م.، و فرحبخش، ک. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزه‌های هستی‌شناسی اسلامی بر رضایت زناشویی زنان متاهل. *مجله روانشناسی و دین، ۲*، ۱۸- ۵.

سالاری‌فر، م. ر. (۱۳۹۱). *خانواده در نگرش اسلام و روانشناسی*. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، چاپ هشتم.

سالاری‌فر، م. ر.، یونسی، س. ج.، شریفی‌نیا، م. ح.، و غروی، س. م. (۱۳۹۲). مبانی و ساختار زوج‌درمانی اسلامی. *دوفصلنامه مطالعات اسلام و روانشناسی، ۱۲*، ۶۸-۳۷.

عاشوری، م. (۱۳۹۴). *متناسب‌سازی برنامه آموزش فرزندپروری با نگاه مثبت در بستر ارزش‌های فرهنگی و ارزیابی اثربخشی آن بر رضایت زناشویی و سلامت روانی والدین کودکان آهسته‌گام*. رساله دکتری، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران.

فتحی‌اقدم، ق.، احدی، ح.، جمهری، ف.، و فرخی، ن. ع. (۱۳۹۰). مقایسه اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی در تعارضات زناشویی و کیفیت زندگی دانشجویان زن. *مجله علوم رفتاری، ۳*، ۱۱۹-۱۰۱.

فقیهی، ع. ن. (۱۳۹۲). نگاه تربیتی به روابط عاطفی زوجین در آموزه‌های دینی. *دوفصلنامه علمی- پژوهشی تربیت اسلامی، ۸*، ۱۰۱-۷۵.

فقیهی، ع. ن.، و رفیعی‌مقدم، ف. (۱۳۸۸). بررسی میزان اثربخشی آموزش‌های روانشناختی مبتنی بر روایات اسلامی در رضایت زناشویی زوجین. *مجله روانشناسی و دین، ۳*، ۱۰۴-۸۹ .

فیاض، ا.، و کریمی، م. (۱۳۸۹). بررسی مهارت‌های ارتباطی بین‌فردی در سیره معصومان (ع). *دوفصلنامه علمی- پژوهشی تربیت اسلامی، ۱۰*، ۲۸-۷.

لواف، ه.، شکری، ا.، و قنبری، س. (۱۳۹۳). نقش واسطه‌ای مدل‌های ارتباطی زوجین در رابطه بین تعارض زناشویی و مشکلات درونی سازی و برونی سازی شده دختران. *مجله روانشناسی خانواده، ۲*، ۱۸-۳.

مکارم شیرازی، ن. (۱۳۸۸). *ترجمه قرآن کریم*. مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی (به نشر).

References

Astrom, M., Asplund, K., & Astrom, T. (2013). Psychosocial function and life satisfaction after stroke. *Stroke, 23*, 527-531.

Berger, K. A., Lynch, J., Prows, C. A., Siegel, R. M., & Myers, M. F. (2013). Mothers' perceptions of family health history and an online, parent-generated family health history tool. *Clinical Pediatrics, 52*, 74-81.

Braithwaite, S. R., Coulson, G. L., Spjut, K., Dickerson, W., Beck, A. R., Dougal, K., et al. (2015). The influence of religion on the partner selection strategies of emerging

adults. *Journal of Family Issues, 36,* 212-231.

Bramlett, M. D., & Mosher, W. D. (2002). *Cohabitation, marriage, divorce, and remarriage in the United States* (Vital and Health Statistics, Series 23, No. 22). Hyattsville, MD: National Center for Health Statistics.

David, P., & Stafford, L. (2015). A relational approach to religion and spirituality in marriage: The role of couple's religious communication in marital satisfaction. *Journal of Family Issues, 36,* 232-249.

Ellison, C. G., & Anderson, K. L. (2001). Religious involvement and domestic violence among U.S. couples. *Journal for the Scientific Study of Religion, 40,* 269-286.

Ellison, C. G., Burdette, A. M., & Wilcox, W. B. (2010). The couple that prays together: Race and ethnicity, religion, and relationship quality among working-age adults. *Journal of Marriage and Family, 72,* 963-975.

Fletcher, G. (2002). *The new science of intimate relationship.* Oxford: Blackwell Publishers Ltd.

Fuller, J. N., Frost, A. M. H., & Burr, B. K. (2015). Exploring the impact of religiosity and socioeconomic factors on perceived ideal timing of marriage in young adults. *Journal of Student Research, 4,* 120-129.

Greeff, A. P. (2000). Characteristics of families that function well. *Journal of Family Issues, 21,* 948-962.

Hargie, O., & Dickson, D. (2004). *Skilled interpersonal communication: Research, theory and practice, 4*th ed. East Sussex: routledge.

Hasanović, M. & Pajević, I. (2010). Religious moral beliefs as mental health protective factor of war veterans suffering from PTSD, depressiveness, anxiety, tobacco and alcohol abuse in comorbidity. *Psychiatria Danubina, 22,* 203-210.

Hernandez, K. M., Mahoney, A., & Pargament, K. I. (2011). Sanctification of sexuality: Implications for newlyweds' marital and sexual quality. *Journal of Family Psychology, 25,* 775-780.

Hossein Khanzadeh, A. A., & Yeganeh. T. (2013). The effects of life skills training on marital satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 84,* 769-772.

Ippolitomorrill, M., Hines, D. A., Mahmood, S., & Colrdova, J. V. (2010). Pathways between marriage and parenting for wives and husbands: The role of coparenting. *Family Process, 49,* 59-73.

Jose, O. A., & Alfons, V. (2007). Religiosity and forgiveness among first-married and remarried adults. *Mental Health, Religion & Culture, 10,* 379-394.

Madathil, J., & Benshoff, J. (2008). Importance of marital characteristics and marital Satisfaction: A comparison of Asian Indians in arranged marriages and Americans in marriages of choice. *The Family Journal, 16,* 222-230.

Mahoney, A. (2010). Religion in families, 1999 to 2009: A relational spirituality framework. *Journal of Marriage and Family, 72,* 805-827.

Mahoney, A., Pargament, K. I., Tarakeshwar, N., & Swank, A. B. (2001). Religion in the home in the 1980s and 1990s: A meta-analytic review and conceptual analysis of links between religion, marriage, and parenting. *Journal of Family Psychology, 15,* 559-596.

Modarresi, F., Zahediyan, H., & Hashemi Mohammadabad, N. (2014). Amount of marital adjustment and love quality in volunteers of divorce with history of marital infidelity and no history of marital infidelity. *Journal of Armaghan-e-Danesh Yasuj Medical Sciences, 19,* 78-88.

Molodi, A., Shayanmehr, E. K., & Ghazayi Niri, F. (2015). The relationship between communication skills and marital burnout with marital commitment in working women and housewives. *International Journal of Psychology and Behavioral Research, 4,* 285-289.

Nagaraja, A., Rajamma, N. M., & Reddy, S. V. (2012). Effect of parents' marital satisfaction, marital life period and type of family on their children mental health status. *Journal of Psychology, 3,* 65-70.

Rostami, M., Taheri, A., Abdi, M., & Kermani, N. (2014). The effectiveness of instructing emotion-focused approach in improving the marital satisfaction in couples. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 114,* 693-698.

Salimi, H., Mohsenzadeh, F., Nazari, A. M., & Gohari, S. (2015). Prediction of marital satisfaction base on religious beliefs,

communication skills, family solidarity, coping strategies, and decision making and problem solving (Factors Family Process). *GMP Review, 17,* 214-221.

Strouda, C. B., Durbin, C. E., Saigal, S. D., & Knobloch-Fedders, L. M. (2010). Normal and abnormal personality traits are associated with marital satisfaction for both men and women: An actor-partner interdependence model analysis. *Journal of Research in Personality, 44,* 466-477.

Taniguchi, S. T., Freeman, P. A., Taylor, S., & Malcarne, B. (2006). A study of married couples' perceptions of marital satisfaction in outdoor recreation. *Journal of Experiential Education, 28,* 253- 256.

Tavakolizadeh, J., Nejatian, M., & Soori, A. (2015). The Effectiveness of communication skills training on marital conflicts and its different aspects in women. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 171,* 214-221.

Worthington Jr, E. L., Hook, J. N., Scherer, M., Wade, N. G., Miller, A. J., Canter, D. E., et al. (2015). Forgiveness-reconciliation and communication- conflict- resolution interventions versus retested controls in early married couple. *Journal of Counseling Psychology, 62,* 14-27.