

تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل مسأله مذهب محور بر رضایت زناشویی زنان در آستانه طلاق

نجمه حمید*، حمیده ابافت** و عباس بنی‌طی***

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل مسأله مذهب‌محور بر رضایت زناشویی زنان مراجعه کننده به مرکز مشاوره شهر اهواز اجرا شد. طرح پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری با گروه کنترل بود. جامعه آماری ۳۰ زن را شامل می‌شد که از لحاظ سن، وضعیت اجتماعی-اقتصادی، طول مدت ازدواج، کسب یک انحراف معیار کم‌تر از میانگین در پرسشنامه رضایت زناشویی و سایر متغیرهای مورد نظر پژوهش، کاملاً همگون بودند. سپس به‌طور تصادفی به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. گروه آزمایش طی ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل مسأله قرار گرفتند، اما گروه کنترل هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکردند. در خاتمه جلسات پس از یک دوره پیگیری سه ماهه هر دو گروه، مجدداً از لحاظ رضایت زناشویی ارزیابی شدند. ابزار پژوهش، پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ بود. نتایج نشان داد که بین دو گروه آزمایش و کنترل از لحاظ رضایت‌زناشویی تفاوت معناداری وجود داشت ($P < 0/001$). میزان رضایت زناشویی گروه آزمایش در مقایسه با پیش آزمون و گروه کنترل به‌طور معناداری افزایش یافته بود. این نتایج کماکان در دوره پیگیری به‌طور معناداری تداوم داشت ($P < 0/001$). یعنی آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل مسأله مذهب‌محور افزایش رضایت زناشویی زنان را موجب شده است.

واژگان کلیدی

مهارت‌های ارتباطی؛ حل مسأله مذهب‌محور؛ رضایت زناشویی؛ طلاق

* نویسنده مسئول: دانشیار گروه روان‌شناسی بالینی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران n.hamid@scu.ac.ir

** دانشجوی دکتری، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

*** دانشجوی دکتری، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۶/۸/۱۵

تاریخ ارسال: ۱۳۹۵/۳/۱۹

مقدمه و بیان مسأله

خانواده، با ازدواج و پیوند زن و مرد شکل می‌گیرد و در فرآیند زمان مراحل گوناگونی را طی می‌کند. در واقع زوج، هسته اصلی و پایه‌گذار خانواده است و مراحل رشد خانواده بر اساس این هسته اصلی بنا نهاده می‌شود (یزدانی، کاظمی، فولادوند و سمائی، ۲۰۱۶). رضایت زناشویی، سازگاری خانواده و استحکام آن فرایندی است که تحت تأثیر عوامل زیادی مانند میزان شناخت قبل از ازدواج، هم‌خوانی فرهنگی و اقتصادی، سلامت شخصیتی خلقی، هم‌خوانی ارزش‌ها، نگرش‌ها، علایق و سلیقه‌ها، اهداف مشترک، هماهنگی خانواده‌ها و میزان دخالت دیگران، کیفیت مدیریت خانواده، میزان عوامل شادکامی خانواده، جو عاطفی خانواده، میزان مشکلات زندگی، استرسورها و فشارهای روانی است (عباسی و همکاران، ۱۳۹۰). مشکلات ارتباطی، موضوع محوری در رویکردهای ارتباطی نسبت به خانواده است. این رویکردها، تعارض‌های بین زوجین را نه در قالب مشکلات جداگانه دو نفر، بلکه به‌عنوان رابطه‌ای نارسا و کنش‌ورانه تحلیل می‌کنند. این منازعات، اغلب دور باطلی را ایجاد می‌کند که یافتن نقطه آغاز در آن بی‌معنی است، زیرا هر کدام از زوجین معتقدند آن چه که می‌گویند یا می‌کنند به سبب آن چیزی است که طرف مقابل می‌کند یا می‌گوید. به عبارت دیگر، رفتار هر زوج تعیین‌کننده بازخوردی است که دریافت می‌کند (آگاروال، کاتاریا و پراساد، ۲۰۱۷).

شکست و ضعف در برقراری ارتباط، یکی از رایج‌ترین مشکلاتی است که همسران ناراضی گزارش می‌دهند. همچنین دشواری‌های ارتباطی، تنها علت اختلافات زناشویی نیست، اما مشخص‌کننده روابط پریشان است و مشکلات را تشدید می‌کند (عزیزی، ۱۳۸۶). پژوهشگران، هنگام مطالعه رضایت زناشویی دریافتند که رضایت زناشویی، در طی مراحل اولیه زندگی (ازدواج) افزایش می‌یابد و در طی ده تا بیست سال بعد رو به کاهش می‌رود (هابر و همکاران، ۲۰۱۰). ارزیابی مقایسه‌کارایی خانواده میان زوج‌های راضی از زندگی زناشویی و زوج‌های ناراضی از زندگی و در حال طلاق نشان می‌دهد که آشنایی نداشتن هر یک از زوج‌ها با مهارت برقراری ارتباط مؤثر، ابراز عواطف، حل مسائل مربوط به خود و پذیرش نقش‌های خانوادگی در سوق دادن زوج‌ها به طلاق نقش چشم‌گیری دارند (آگاروال و همکاران، ۲۰۱۷).



مطالعه‌های متعددی به نقش آموزش مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های زندگی در حل تعارضات زوجین و افزایش رضایت‌مندی ایشان اشاره دارد. خانواده درمانگران، اکثراً بیان می‌کنند که ارتباطات ضعیف در درون خانواده، مشکلات خانوادگی شدید، شکست در حل مشکلات، فقدان عشق و صمیمیت و جدا شدن زوجین را موجب می‌شود (پترسون و گفین^۱، ۲۰۰۹). آموزش مهارت‌های زندگی در زوجین علاوه بر تأثیر آن بر بهبود کیفیت روابط، نقش عمده‌ای در ارتقاء بهداشت و سلامت روان، سلامت عمومی، کاهش استرس خانوادگی، افزایش پذیرش اجتماعی آن‌ها و حتی جلوگیری از خودکشی ایفا می‌کند (عباسی و همکاران، ۱۳۹۰). بیولاندا، براون و یاماشیتا^۲ (۲۰۱۶) در پژوهشی نشان دادند که آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل تعارضات به زوجینی که در تعاملات زناشویی مشکل داشتند، باعث بهبود روابط زناشویی زوجین و کاهش تعارضات و افزایش سلامت روان در آن‌ها می‌شود. آریتا (۲۰۰۸) در یک مطالعه نشان داد که با فراهم کردن فرصت‌های آموزشی جدید به زوجین می‌توان شیوه‌های مخرب و ناکارآمد مقابله با تعارضات را به شیوه‌های کارآمدتر تغییر داد. عباسی و همکاران (۱۳۹۰) در پژوهشی به بررسی تعیین تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر رضایت زناشویی زنان متأهل و شاغل شهر دوگنبدان به این نتیجه رسیدند که در زیر مقیاس‌های موضوعات شخصیتی، ارتباط زناشویی، حل تعارضات و نظارت‌های مالی و اقتصادی معنادار بود. اسماعیل‌پور، خواجه و مهدوی (۱۳۸۹) در پژوهشی نقش باورها و مهارت‌های ارتباطی در پیش‌بینی رضایت زناشویی را بررسی کردند، نتایج آن‌ها نشان داد که مهارت‌های ارتباطی، مدت ازدواج و برخی از باورهای ارتباطی از جمله باور افراد به آسان بودن حفظ روابط زناشویی، باور به انجام همه کارها با کمک یکدیگر و باور به ارضا کردن همه نیازها می‌توانند رضایت زناشویی زوج‌ها را به‌طور قابل ملاحظه‌ای پیش‌بینی کند.

از دیگر عوامل تأثیرگذار بر روابط زوجین، مهارت حل مسأله است. حل مسأله فرایندی شناختی - رفتاری است که افراد به‌وسیله آن راهبردهای مؤثر مقابله با موقعیت مسأله ساز در زندگی را کشف و شناسایی می‌کنند (کسیدی ولانگ، ۱۹۹۶، به نقل از برغندان، عنایتی

1 . Peterson and Gfeen

2 . Bulanda, Brown and Yamashita

ومهرابی‌زاده، ۱۳۸۸). درمان‌های شناختی - رفتاری و به‌ویژه بعد شناختی آن به شدت از زمینه‌های فرهنگی، باورها و ارزش‌های درون فرهنگی تأثیر پذیرفته و کارایی آن متأثر از زمینه‌های فرهنگی و اعتقادات افرادی است که این درمان برای آن‌ها به کار برده می‌شود. بنابراین، در درمان‌های روانی، علاوه بر شرایط بیولوژیکی مراجع، باید به اعتقادات فرهنگی وی توجه ویژه‌ای مبذول شود. پژوهش‌های مختلفی نقش عقاید و باورهای مذهبی را بر بهداشت جسم و روان نشان می‌دهند (حمید، کوچکی و حیات بخش، ۱۳۹۱). در برنامه آموزش حل مسأله مذهب محور مانند دیگر شیوه‌های مذهب محور، طی جلسات درمانگری، به بیمار کمک می‌شود تا اعتقادات معنوی و باورهای دینی خود را تقویت کند و به نظم جهان هستی، وجود قدرت مطلق پروردگار و رحمت الهی توجه کرده و بر آن تمرکز کند. تقویت (خودالهی‌گونه) تجربه دینی و نیایش، ایجاد احساس ارتباط اجتماعی فرد با خدا را موجب می‌شود و می‌تواند در حل مسائل مختلف زندگی کمک کننده باشد. بر اساس رویکرد شناختی مذهب محور، زوجین در فرایند ارتباط متقابل با یکدیگر، همواره خالق هستی را مورد نظر قرار داده و بر مبنای اصول ارتباطی مبتنی بر دستور الهی در قرآن کریم، احادیث، نهج البلاغه و ائمه اطهار (ع) عمل می‌کنند. تلاش در جهت جلب رضایت الهی، امید به تقرب به درگاه حقش و ترس از بازخورد منفی الهی به‌عنوان مهم‌ترین عامل بازدارنده روابط ناخوشایند زوجین با همدیگر به شمار می‌آید. در پرتو چنین اعتقاد و نگرشی، تعامل با همسر از حالت مکانیکی رابطه فرد با فرد فراتر رفته و در گستره عنایت و نظارت الهی قرار می‌گیرد (حمید و دهقان، ۱۳۹۱). آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل مسأله مذهب محور نوعی مداخله آموزشی - درمانی است که با استفاده از اصول خاص و با کاربرد شیوه‌های معنوی - مذهبی به درمانجویان کمک می‌کند تا به ادراکی فرامادی از خود، دنیا، حوادث و پدیده‌ها دست یافته و از طریق پیوند با دنیای فرامادی سلامت و رشد به دست آورند. مذهب باعث ایجاد نگرش مثبت نسبت به دنیا می‌شود و فرد را در مقابل رویدادهای ناگوار زندگی مثل فقدان یاری می‌رساند. از طرفی مذهب به زندگی فرد معنا و هدف می‌دهد. و داشتن معنا و هدف در زندگی نشان‌دهنده سلامت روان است و باعث افزایش توانایی فرد در انجام کارها می‌شود (حمید و همکاران، ۱۳۹۲).

در این رویکرد آموزشی - درمانی از فنون شناختی و آموزه‌های دین مبین اسلام برای



اصلاح الگوهای فکری ناصحیح انسان دربارهٔ خودش، جهان، آینده و دیگران به‌ویژه همسر استفاده می‌شود، همچنین علاوه بر روش‌های شناختی و رفتاری، راهکارهای ذهنی و بینشی مانند: خداباوری، صبر، توکل، دعا و نیایش، احیای فطرت الهی و غیره ارائه می‌شود. توکل و امیدواری به یاری خداوند در شرایطی که فرد فشار روانی داشته باشد و برخورداری از حمایت روحانی و منابعی که فرد به کمک آن‌ها در مواجهه با مشکلات آسیب کمتری را متحمل شود، از ویژگی‌های این رویکرد است. در نتیجه این رویکرد آموزشی، زوجین فرا می‌گیرند که در تعامل خود با همسر و مشکلات زوجی، وسعت نظر داشته باشند و همهٔ جوانب را با دیدگاه معنوی و الهی تعبیر و تفسیر کنند. چنین تحول فکری و رفتاری موجب می‌شود که زوجین در برابر کوچک‌ترین مسأله‌ای دچار خشم و برانگیختگی نشده و صبر و تحمل آن‌ها در برابر همسر، خانواده همسر و اطرافیان افزایش یابد. فراگیری مهارت‌های جدید ارتباطی در نتیجهٔ این رویکرد آموزشی، رضایتمندی و خوشنودی از زندگی را در زوجین افزایش خواهد داد. فرد با توکل بر خداوند متعال و مشورت با افراد مناسب اقدام به تصمیم‌گیری می‌کند و در نتیجه تصمیم‌گیری خودش را دیگر به تعویق نمی‌اندازد و از عواقب تصمیمات خود نمی‌هراسد، همچنین دست به اقدام به عمل می‌زند و از نتیجهٔ عملکرد خود ترسی ندارد، زیرا فردی که به خداوند توکل کرده خود را تحت حمایت و لطف همهٔ جانبهٔ خداوند، بزرگ‌ترین نیروی موجود در هستی می‌بیند و بدین ترتیب احساس اطمینان و آرامش به وی دست می‌دهد. چنین فردی دیگر از شکست ترسی ندارد و با توکل به خداوند اهداف مهم خودش را انتخاب و در جهت رسیدن به آن‌ها اقدام می‌کند. همچنین این فرد دیگر نیاز به تأیید طلبی بیش از حد از جانب اطرافیان ندارد و تنها رضایت خدا برای وی کفایت می‌کند. با توجه به آموزه‌های اسلامی مبنی بر اینکه خداوند برای هر کسی به اندازهٔ توانایی وی تکلیف قرار می‌دهد فرد به این نتیجه می‌رسد که داشتن معیارهای سخت‌گیرانه برای وی مشکلاتی را ایجاد می‌کند. بنابراین، به جای این معیارها معیارهای واقع‌بینانه‌تری را اتخاذ کند. همچنین، این فرد خداوند را منشاء خیر و برکت می‌داند. بنابراین، در نظر وی همهٔ رویدادها حتی بلاها و مصایب، نعمت و آزمایش از جانب خداوند تلقی می‌شوند در این صورت فرد کمتر افسوس گذشته را می‌خورد، او خود را موظف می‌داند که سختی‌هایی را که با قدرت عقل قابل توجیه نیستند، با ایمان تحمل کند تا به تکامل دست یابد. چنین فردی به واسطهٔ ناملايمات و

ناکامی‌های زندگی دچار ناامیدی و اضطراب نمی‌شود، زیرا خداوند را حامی خویش می‌داند. او اطمینان دارد که پاداش صبر خود را خواهد گرفت. در حقیقت این رویکرد فرد را به این آگاهی می‌رساند که اگرچه نمی‌تواند بسیاری از حوادث قطعی زندگی اش را تغییر دهد، اما می‌تواند یاد بگیرد تا روش مواجهه با آن‌ها را تغییر داده و از این طریق میزان رضایتمندی خود از وضع موجود را نیز افزایش دهد. بنابراین، نارضایتی وی از وضعیت و امکانات و شرایط حاضر کاهش می‌یابد. اعتقادات مذهبی و عمل به احکام و دستورات دینی به‌ویژه در مکتب انسان‌ساز اسلام انسان را برخوردار از آرامش و اطمینان خاطر و اعتماد به نفس می‌کند که هر دو از عناصر مهم تشکیل دهنده سلامت روان هستند، آفرینش انسان به گونه‌ای است که جز با ایمان و یاد خدا آرامش نمی‌یابد. همان‌گونه که خداوند در آیه چهارم سوره فتح می‌فرماید: «هو الذی انزل السکینه فی القلوب المؤمنین لیزدادوا ایماناً». همچنین یاد خدا مایه آرامش دل‌ها: «الا بذكر الله تطمئن القلوب» (رعد، ۲۸) و اطاعت او مایه دوری از هرگونه افسردگی و اضطراب: «لا خوف علیهم ولا هم یحزنون» (بقره، ۲۶۲، ۲۷۴، مائده، ۶۹) قرار داده است. بنابراین، فرد می‌تواند با کمک گرفتن از دین، نماز، قرآن به منبع نامتناهی قدرت خدا وابسته و احساس امید و آرامش داشته باشد (حمید و همکاران، ۱۳۹۲).

بسیاری از پژوهش‌ها آموزش حل مسأله را به نحوی موفق در درمان ناهماهنگی‌های زناشویی به‌کار برده‌اند. کریگلویز^۱ (۲۰۰۶) رابطه بین راهبردهای حل مسأله و رضایت زناشویی را بررسی کرد. نتایج نشان داد که زوجین رضایتمند اکثراً از راهبردهای حل مسأله سازنده استفاده می‌کنند و به ندرت راهبردهای حل مشکل مخرب را به‌کار می‌گیرند. احمدی و همکاران (۲۰۱۰) در مطالعه‌ای بر روی مهارت‌های حل مسأله خانوادگی و رضایت زناشویی تعدادی از زنان که نارضایتی زناشویی داشتند، به این نتیجه رسیدند که مداخله حل مسأله به‌صورت معناداری نارضایتی زناشویی را کاهش داد و بهبود توجه‌برانگیزی در ابعاد مهارت‌های ارتباطی، حل تعارضات، ویژگی‌های شخصیتی، روابط جنسی و ارتباط با خانواده و دوستان به‌وجود آورد. رسولی و فلاحت (۱۳۹۲) در مطالعه‌ای بر تأثیر روش فعال حل مسأله بر تعارضات زناشویی در شهر یاسوج، به این نتیجه رسیدند که میانگین نمرات تعارض



زناشویی گروه آزمایش کم‌تر از میانگین گروه شاهد بود. هم‌چنین در سایر مقیاس‌های فرعی (همکاری، رابطه جنسی، واکنش هیجانی، حمایت فرزندان، رابطه با خویشان همسر و امور مالی) میانگین نمرات تعارض گروه آزمایش، کمتر از گروه شاهد بود (برنشتاین، ۲۰۰۳). برنشتاین و همکاران تأثیر یک برنامه مداخله حل مسأله را همراه با آموزش مهارت‌های ارتباطی در کاهش درماندگی زناشویی تأیید کردند. کوچکی و حیات‌بخش (۱۳۹۱) در پژوهشی، اثربخشی روان درمانی شناختی - رفتاری مذهب‌محور توأم با بازآموزی بخشودگی بر کاهش تعارضات زناشویی و افزایش رضایت از زندگی را در زوجین بررسی کردند. نتایج حاکی از آن است که پس از مداخله، میزان تعارض‌های زناشویی در گروه آزمایش در مقایسه با پیش‌آزمون و گروه کنترل به‌طور معناداری کاهش داشته و رضایت از زندگی افزایش یافته است. موسوی‌زاده، سهرابی و احدی (۱۳۹۱) در مطالعه‌ای که به مقایسه اثربخشی آموزش ابراز وجود و مهارت حل مسأله بر میزان رضایت زناشویی زنان دانشجوی دانشگاه علامه طباطبایی انجام دادند، نتایج نشان داد که آموزش مهارت حل مسأله و ابراز وجود بر افزایش میزان رضایت زناشویی دانشجویان زن مؤثر هستند، هم‌چنین بین میزان تأثیر آموزش مهارت حل مسأله و آموزش مهارت ابراز وجود بر میزان رضایت زناشویی دانشجویان زن تفاوت معناداری وجود ندارد. برغندان، عنایتی و مهربانی‌زاده هنرمند (۱۳۸۸) در مطالعه‌ای به بررسی اثربخشی آموزش مهارت حل مسأله به شیوه گروهی بر سلامت عمومی و رضایت زناشویی همسران کارمندان مرد طرح قماری به این نتیجه رسیدند که آموزش حل مسأله به شیوه گروهی بر سلامت عمومی و رضایت زناشویی همسران کارمندان طرح اقماری گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل تأثیر داشته است. با توجه به نتایج پژوهش‌های مختلف، هدف این مطالعه تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل مسأله مذهب محور بر افزایش رضایت زناشویی زنان در آستانه طلاق بود.

روش پژوهش

جامعه آماری شامل زنان مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره و روان درمانی از طریق دادگاه‌های خانواده فراخوان و سایر مراکز درمانی بوده است. از میان این افراد بر اساس پرسشنامه رضایت زناشویی و مصاحبه بالینی، تعداد ۳۰ زن انتخاب شدند. این افراد از لحاظ سن، وضعیت

اجتماعی- اقتصادی، طول مدت ازدواج، کسب یک انحراف معیار کم‌تر از میانگین در پرسشنامه رضایت زناشویی و سایر متغیرهای مورد نظر پژوهش کاملاً همگون و در آستانه طلاق بودند. سپس این افراد به‌طور تصادفی به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. گروه آزمایش طی ۸ جلسه تحت آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل مسأله مذهب محور قرار گرفتند، ولی گروه کنترل هیچ گونه مداخله‌ای دریافت نکردند. هر دو گروه پرسشنامه رضایت زناشویی را قبل از مداخله آموزشی، پس از خاتمه جلسات آموزشی در گروه آزمایش و پس از دوره پیگیری تکمیل کردند. ابزار گردآوری اطلاعات عبارت بود از:

پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ: این پرسشنامه به مثابه یک ابزار معتبر، در پژوهش‌های متنوعی برای سنجش رضایت زناشویی استفاده می‌شود. اولسون و اولسون (۱۹۹۷) که از این پرسشنامه برای بررسی رضایت زناشویی استفاده کردند، معتقدند این مقیاس به تغییراتی، مربوط می‌شود که در طول دوره حیات آدمی رخ می‌دهد و در این خصوص به تغییراتی نیز حساس است که در خانواده به‌وجود می‌آید. این پرسشنامه ۱۱۵ ماده دارد و از دوازده خرده مقیاس تشکیل شده است. در این پژوهش، از فرم کوتاه این پرسشنامه استفاده شد که ۴۷ پرسش دارد و توسط سلیمانان (۱۳۷۳) اعتباریابی شده است، که همان دوازده خرده مقیاس را شامل می‌شود. این خرده مقیاس‌ها عبارت‌اند از: ۱. تحریف آرمانی ۲. رضایت زناشویی ۳. مسائل شخصیتی ۴. ارتباط ۵. حل تعارض ۶. مدیریت مالی ۷. اوقات فراغت ۸. رابطه جنسی ۹. فرزندان ۱۰. خانواده و دوستان ۱۱. نقش‌های مساوات طلبی ۱۲. جهت‌گیری مذهبی. برای هر یک از ماده‌های این پرسشنامه، پنج گزینه به‌صورت طیف لیکرت منظور شده است که از ۱ تا ۵ نمره‌گذاری می‌شوند. پایایی این پرسشنامه در یک گروه یازده نفری با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ، ۰/۹۵ محاسبه شد که نشان دهنده اعتبار بالای این پرسشنامه است (سلیمانان، ۱۳۷۳). همچنین در پژوهش دیگری، پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ، ۰/۹۲ محاسبه شد (عطاری و همکاران، ۱۳۸۶). در این پژوهش، ضریب پایایی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ، ۰/۸۹ محاسبه شد.

یافته‌های پژوهش

جدول (۱) یافته‌های توصیفی میانگین و انحراف معیار رضایت زناشویی و مؤلفه‌های آن در



زنان گروه آزمایش و کنترل را نشان می‌دهد.

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار رضایت زناشویی و مؤلفه‌های آن در زنان گروه آزمایش و کنترل

متغیر	مرحله	شاخص آماری	میانگین	انحراف معیار
رضایت زناشویی	پیش‌آزمون	گروه آزمایش	۱۱۹/۸۴	۲/۲۹
	گروه کنترل	۱۲۰/۲۱	۳/۰۳	
	پس‌آزمون	گروه آزمایش	۱۶۹/۲۳	۴/۴۸
	گروه کنترل	۱۲۶/۱۴	۴/۴۵	
پیگیری	گروه آزمایش	۱۷۰/۰۱	۲/۶۳	
	گروه کنترل	۱۲۵/۲۶	۱/۹۲	
رضایت زناشویی در زمینه ارتباط زناشویی	پیش‌آزمون	گروه آزمایش	۱۲۰/۴۱	۳/۳۱
	گروه کنترل	۱۱/۲۲	۲/۸۷	
	پس‌آزمون	گروه آزمایش	۱۸/۰۳	۳/۰۲
	گروه کنترل	۱۲/۶۱	۲/۶۶	
پیگیری	گروه آزمایش	۱۸/۹۱	۲/۵۲	
	گروه کنترل	۱۱/۷۵	۱/۰۳	
رضایت زناشویی در حل تعارض	پیش‌آزمون	گروه آزمایش	۱۲/۹۵	۴/۳۳
	گروه کنترل	۱۰/۰۱	۵/۰۱	
	پس‌آزمون	گروه آزمایش	۱۷/۹۱	۶/۶۶
	گروه کنترل	۱۱/۲۳	۳/۶۲	
پیگیری	گروه آزمایش	۱۸/۴۶	۲/۰۲	
	گروه کنترل	۱۲/۳۳	۳/۳۶	
رضایت زناشویی در زمینه روابط جنسی	پیش‌آزمون	گروه آزمایش	۱۳/۹۲	۲/۱۴
	گروه کنترل	۱۴/۱۲	۲/۶۶	
	پس‌آزمون	گروه آزمایش	۱۷/۸۹	۲/۷۵
	گروه کنترل	۱۴/۸۷	۳/۰۳۷	
پیگیری	گروه آزمایش	۱۷/۸۵	۲/۶۴	
	گروه کنترل	۱۳/۶۴	۲/۱۹	
رضایت زناشویی در زمینه جهت گیری مذهبی	پیش‌آزمون	گروه آزمایش	۱۳/۹۲	۲/۲۱
	گروه کنترل	۱۳/۰۳	۱/۹۱	
	پس‌آزمون	گروه آزمایش	۱۸/۹۲	۳/۴۹
	گروه کنترل	۱۴/۶۴	۲/۹۸	
پیگیری	گروه آزمایش	۱۹/۶۵	۳/۲۳	
	گروه کنترل	۱۴/۸۸	۲/۸۰	

همان‌گونه که در جدول ۱ دیده می‌شود، میانگین و انحراف معیار نمره رضایت زناشویی در مرحله پیش‌آزمون، برای گروه آزمایش به ترتیب ۱۱۹/۸۴ و ۲/۲۹ و برای گروه کنترل

۱۲۰/۲۱ و ۳/۰۳ است. میانگین و انحراف معیار نمره رضایت زناشویی در مرحله پس آزمون، برای گروه آزمایش ۱۶۹/۲۳ و ۴/۴۸ و برای گروه کنترل، ۱۲۶/۱۴ و ۴/۴۵ است. همچنین میانگین و انحراف معیار نمره رضایت زناشویی در زمینه ارتباط زناشویی در مرحله پیش آزمون، برای گروه آزمایش به ترتیب ۱۲۰/۴۱ و ۳/۳۱ و برای گروه کنترل ۱۱/۲۲ و ۲/۸۷ است. میانگین و انحراف معیار نمره رضایت زناشویی در زمینه ارتباط زناشویی در مرحله پس آزمون، برای گروه آزمایش ۱۸/۰۳ و ۳/۰۲ است. میانگین و انحراف نمره رضایت زناشویی در حل تعارض در مرحله پیش آزمون برای گروه آزمایش ۱۲/۹۵ و ۴/۳۳ و برای گروه کنترل ۱۰/۰۱ و ۵/۰۱ است. میانگین و انحراف معیار نمره رضایت زناشویی در حل تعارض در مرحله پس آزمون، ۱۲۶/۱۴ و ۴/۴۵ است. میانگین و انحراف معیار نمره رضایت زناشویی در زمینه روابط جنسی در مرحله پیش آزمون، برای گروه آزمایش ۱۳/۹۲ و ۲/۱۴ و در گروه کنترل ۱۴/۱۲ و ۲/۶۶ است. میانگین و انحراف معیار نمره رضایت زناشویی در زمینه روابط جنسی در مرحله پس آزمون، برای گروه آزمایش ۱۷/۸۹ و ۲/۷۵ و برای گروه کنترل ۱۴/۸۷ و ۳/۰۳۷ است. میانگین و انحراف معیار نمره رضایت زناشویی در زمینه جهت‌گیری مذهبی در مرحله پیش آزمون، در گروه آزمایش ۱۳/۹۲ و ۲/۲۱ و در گروه کنترل ۱۳/۰۳ و ۱/۹۱ است. میانگین و انحراف معیار نمره رضایت زناشویی در زمینه جهت‌گیری مذهبی در مرحله پس آزمون، در گروه آزمایش ۱۸/۹۲ و ۳/۴۹ و در گروه کنترل ۱۴/۶۴ و ۲/۹۸ بوده است.

جدول ۲: نتایج آزمون لوین در مورد پیش فرضیات و واریانس‌های متغیرهای پژوهش در دو گروه آزمایش و کنترل

متغیر	F	df1	df2	سطح معناداری
رضایت زناشویی	۲/۲۶	۱	۲۳	۰/۱۷۴
مؤلفه ارتباط زناشویی	۳/۶۴	۱	۲۳	۰/۰۸۹
مؤلفه حل تعارض	۲/۱۱	۱	۲۳	۰/۱۶۹
مؤلفه روابط جنسی	۰/۰۶۲	۱	۲۳	۰/۸۸۷
مؤلفه جهت‌گیری مذهبی	۰/۴۹۵	۱	۲۳	۰/۵۶۷

همان طوری که نتایج جدول فوق نشان می‌دهد در متغیرهای رضایت زناشویی و مؤلفه‌های آن تفاوت معناداری بین دو گروه در پیش‌آزمون وجود داشت.

جدول ۳: نتایج آزمون بررسی پیش فرض همگنی شیب‌های خط رگرسیون متغیرهای پژوهش در دو گروه



آزمایش و کنترل

متغیر	منبع متغیرات	مرحله پیش آزمون- پس آزمون	منبع تغییرات	مرحله پیش آزمون- پیگیری	معناداری
رضایت زناشویی	تعامل گروه پیش آزمون	۰/۸۴۳	تعامل گروه پیش آزمون	۲/۱۲	۰/۱۴۵
ارتباط زناشویی	۰/۲۳۲	۰/۷۲۰	۱/۶۹	۰/۱۸۶	
حل تعارض	۱/۳۵	۰/۲۳۴	۰/۰۰۲	۰/۹۵۰	
روابط جنسی	۰/۱۲۰	۰/۹۱۰	۰/۱۲۵	۰/۸۰۱	
جهت‌گیری مذهبی	۰/۱۳۵	۰/۱۳۴	۰/۵۴۲	۰/۴۳۶	

همان‌گونه که نتایج جدول فوق نشان می‌دهد، مقدار تعامل برای یکسان بودن شیب خط رگرسیون برای کلیه متغیرهای پژوهش غیر معنادار است. به عبارتی دیگر، همگنی شیب خط رگرسیون پذیرفته شده است.

جدول ۴: نتایج آزمون شاپیرو- ویلک در مورد پیش فرض نرمال بودن توزیع نمرات رضایت زناشویی

نرمال بودن توزیع نمرات	گروه‌ها آماره	شاپیرو- ویلک		گروه‌ها آماره	شاپیرو- ویلک	
		درجه آزادی	معناداری		درجه آزادی	معناداری
رضایت زناشویی	آزمایش ۰/۹۶۴	۵	۰/۸۴۱	کنترل ۰/۸۹۲	۵	۰/۴۸۷
ارتباط زناشویی	آزمایش ۰/۹۸۴	۵	۰/۴۱۶	کنترل ۰/۹۲۴	۵	۰/۱۸۷
حل تعارض	آزمایش ۰/۹۲۴	۵	۰/۱۷۱	کنترل ۰/۹۲۱	۵	۰/۵۴۶
روابط جنسی	آزمایش ۰/۹۳۶	۵	۰/۴۸۲	کنترل ۰/۹۱۴	۵	۰/۵۰۷
جهت‌گیری مذهبی	آزمایش ۰/۹۸۱	۵	۰/۶۲۷	کنترل ۰/۹۴۵	۵	۰/۳۰۹

همان‌گونه که در جدول نشان می‌دهد، فرض صفر برای نرمال بودن نمرات دو گروه در متغیرهای رضایت زناشویی تأیید می‌شود. یعنی پیش فرض نرمال بودن توزیع نمرات در پیش آزمون و در دو گروه آزمایش و کنترل تأیید شد.

جدول ۵: نتایج تحلیل کوواریانس یک راهه (آنکوا) روی میانگین نمرات پس آزمون رضایت زناشویی

زنان گروه آزمایش و گواه با کنترل پیش آزمون

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذورات توان آماري
رضایت	پیش‌آزمون	۳۴۴۸/۲۵	۱	۳۴۴۸/۲۵	۱۸۵/۲۲	۰/۰۰۰۱	۰/۹۲
زناشویی	گروه	۴۴۳۶/۲۲	۱	۴۴۳۶/۲۲	۲۱۲/۳۱	۰/۰۰۰۱	۰/۹۲
	خطا	۳۰۵/۶۱	۲۲	-	-	-	-
ارتباط	پیش‌آزمون	۱۴۵/۲۴	۱	۱۴۵/۲۴	۳۵/۲۷	۰/۰۰۰۱	۰/۶۹
زناشویی	گروه	۸۹/۲۳	۱	۸۹/۲۳	۲۲/۴۰	۰/۰۰۰۱	۰/۵۸
	خطا	۶۵/۳۷	۲۲	-	-	-	-
تعارض	پیش‌آزمون	۱۹۲/۳۲	۱	۱۹۲/۳۲	۱۸۱/۲۳	۰/۰۰۰۱	۰/۹۲
زناشویی	گروه	۴۶/۲۹	۱	۴۶/۲۹	۴۸/۲۱	۰/۰۰۰۱	۰/۷۳
	خطا	۱۸/۲۷	۲۲	-	-	-	-
روابط جنسی	پیش‌آزمون	۱۳۸/۶۹	۱	۱۳۸/۶۹	۱۳۹/۱۲	۰/۰۰۰۱	۰/۸۸
	گروه	۲۴/۱۹	۱	۲۴/۱۹	۲۳/۱۹	۰/۰۰۰۱	۰/۶۹
	خطا	۱۸/۴۳	۲۲	-	-	-	-
جهت‌گیری	پیش‌آزمون	۲۰۳/۹۲	۱	۲۰۳/۹۲	۸۳/۱۶	۰/۰۰۰۱	۰/۸۲
مذهبی	گروه	۹۶/۴۵	۱	۹۶/۴	۳۸/۲۳	۰/۰۰۰۱	۰/۷۵
	خطا	۴۲/۳۱	۲۲	-	-	-	-

با توجه به مندرجات جدول ۵ دیده می‌شود که تفاوت بین گروه آزمایش و کنترل در پس‌آزمون، در سطح $p < 0/001$ معنادار است. بر این اساس می‌توان بیان داشت که روش آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل مسئله مذهب محور باعث افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است.

جدول ۶: نتایج تحلیل کوواریانس یک راهه (آنکوا) روی میانگین نمرات پیگیری رضایت زناشویی زنان

گروه آزمایش و گواه با کنترل پیش‌آزمون

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذورات توان آماري
رضایت	پیش‌آزمون	۳۵۳۸/۲۶	۱	۳۵۳۸/۲۶	۵۳/۱۲	۰/۰۰۰۱	۰/۹۳



۱	۰/۹۰	۰/۰۰۰۱	۴۰/۳۲	۴۱۴۶/۸۷	۱	۴۱۴۶/۸۷	گروه	زناشویی
-	-	-	-	-	۲۲	۳۱۹/۲۳	خطا	
۱	۰/۷۳	۰/۰۰۰۱	۳۳/۱۲	۱۴۱/۸۷	۱	۱۴۱/۸۷	پیش‌آزمون	ارتباط
۰/۹۹	۰/۸۴	۰/۰۰۰۱	۲۰/۸۷	۸۸/۱۲	۱	۸۸/۱۲	گروه	زناشویی
۱	۰/۸۴	۰/۰۰۰۱	۲۴/۰۲	۵۱/۲۱	۲۲	۵۱/۲۱	خطا	
۱	۰/۹۶	۰/۰۰۰۱	۳۱/۶۴	۱۸۱/۶۳	۱	۱۸۱/۶۳	پیش‌آزمون	تعارض
۱	۰/۹۹	۰/۰۰۰۱	۲۷/۸۶	۵۲/۳۳	۱	۵۲/۳۳	گروه	زناشویی
-	-	-	-	-	۲۲	۱۹/۱۷	خطا	
۱	۰/۹۳	۰/۰۰۰۱	۳۸/۱۳	۱۴۲/۸۳	۱	۱۴۲/۸۳	پیش‌آزمون	روابط جنسی
۱	۰/۹۹	۰/۰۰۰۱	۲۷/۶۹	۲۳/۲۱	۱	۲۳/۲۱	گروه	
-	-	-	-	-	۲۲	۱۷/۵۱	خطا	
۱	۰/۹۸	۰/۰۰۰۱	۲۴/۰۵	۲۳۹/۸۴	۱	۲۳۹/۸۴	پیش‌آزمون	جهت‌گیری
۱	۰/۹۷	۰/۰۰۰۱	۲۲/۹۱	۹۲/۰۶	۱	۹۲/۰۶	گروه	مذهبی
-	-	-	-	-	۲۲	۳۲/۰۸	خطا	

چنان که در جدول ۶ دیده می‌شود، تفاوت بین گروه‌های آزمایش و کنترل در مرحله پیگیری، از لحاظ متغیر رضایت زناشویی در سطح $p < 0/001$ معنادار است. براین اساس می‌توان بیان داشت که روش آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل مسأله مذهب محور باعث افزایش میزان رضایت زناشویی گروه آزمایش در مرحله پیگیری شده است.

بحث و نتیجه‌گیری

رضایت زناشویی فرایندی است که در طول زندگی به وجود می‌آید. به مرور که از سال‌های اول ازدواج می‌گذرد، شور و نشاط اول ازدواج کم رنگ‌تر می‌شود. بنابراین، آموزش مهارت‌های زندگی به‌ویژه مهارت‌های ارتباطی، ایجاد روابط بهتر و رضایت بیشتر از زندگی زناشویی، شناخت دقیق ویژگی‌های شخصیتی، می‌تواند باعث افزایش رضایت زناشویی از زندگی شود. رضایت زناشویی یعنی احساسات عینی از خشنودی، رضایت و لذت تجربه شده توسط زن یا شوهر، موقعی که همه جنبه‌های ازدواجشان را در نظر می‌گیرند. رضایت زناشویی از انطباق بین وضعیتی که مورد انتظار است و وضعیت موجود فرد در روابط زناشویی حاصل می‌شود و در واقع نگرش مثبت و لذت بخشی است که زن و شوهر از جنبه‌های مختلف روابط زناشویی خود دارند. پژوهش حاضر با هدف اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل

مسأله مذهب محور بر رضایت زناشویی زنان در آستانه طلاق انجام شد. یافته‌ها نشان داد که آموزش مهارت‌های ارتباطی باعث افزایش رضایت زناشویی در گروه آزمایش در مقایسه با کنترل شده است و این نتایج در پیگیری حفظ گردید. یافته‌های این پژوهش با نتایج حمید، کوچکی و حیات بخش (۱۳۹۱) همسو بوده است، مبنی بر این که روان درمانی شناختی-رفتاری مذهب محور توأم با بازآموزی بخشودگی بر کاهش تعارض‌های زناشویی زوجین تأثیر معناداری دارد. در تبیین این یافته می‌توان اذعان داشت که آموزش مهارت‌های ارتباطی مذهب-محور به زوجین کمک می‌کند که روابط کلامی و غیرکلامی خود با یکدیگر را بر اساس اعتقادات و آمیزه‌های اسلامی تنظیم کنند. به مفاهیمی مانند صبر و تاب‌آوری، احترام متقابل، ابراز محبت، رفتار توأم با فروتنی، گذشت و بخشش در روابط فی مابین، عمل کنند. زوجین در نتیجه آموزش مهارت‌های مذهب محور، به رفتار خود آگاه می‌شوند و مهارت‌های ارتباطی جدیدی بر اساس تعالیم اسلامی، فرا می‌گیرند. مسلماً مهارت‌های ارتباطی مذهب محور باعث رفتار جدید مبتنی تفاهم شده و رضایت از زندگی را در آن‌ها افزایش می‌دهد. این یافته با یافته هنرپوران (۱۳۹۰)، دریک^۱ (۲۰۱۷)، عباسی و همکاران (۱۳۹۰)، هانسون و لندلند (۲۰۰۶)، بهاری (۱۳۸۰)، کریگلویز (۲۰۰۶)، برنشتاین (۲۰۰۳)، حمید و دهقانی (۱۳۹۱)، اسماعیل پور، خواجه و مهدوی (۱۳۸۹)، همسو است. اغلب افراد مؤمن ارتباط با خدا را مانند یک دوست صمیمی می‌دانند و باور دارند که اتکا و توکل به خدا، به‌عنوان یک شیوه مقابله مؤثر، در رویارویی با رخداد‌های ناگوار و مشکلات زناشویی به آن‌ها کمک زیادی می‌کند. این امر افزایش عزت، آرامش، بی‌نیازی از خلق، امیدواری و رفع منفی‌نگری و انفعال، کفایت، مشکل‌گشایی و راه‌یابی به امور و تقویت صبر را موجب می‌شود که مجموع این عوامل سبب می‌شود تا احساس ناخوشایندی برطرف شود و فرد برای حل مشکلات خود، مقابله بهتری داشته باشد و همواره به خالق هستی تکیه کند و به امدادها و حمایت الهی نظر افکند. در چنین شرایطی فرد در مقابله با مشکلات خود و حل آن‌ها، احساس تنهایی نخواهد کرد (حمید و همکاران، ۱۳۹۲). در نتیجه رویکرد آموزشی مهارت‌های ارتباطی مذهب محور، زوجین فرا می‌گیرند که در تعامل خود با همسر و مشکلات زوجی، وسعت نظر داشته باشند و همه



جوانب را با دیدگاه معنوی و الهی تعبیر و تفسیر کنند. چنین تحول فکری و رفتاری موجب می‌شود که زوجین در برابر کوچک‌ترین مسأله‌ای دچار خشم و برانگیختگی نشده و صبر و تحمل آن‌ها در برابر همسر، خانواده همسر و اطرافیان افزایش یابد. فراگیری مهارت‌های جدید ارتباطی در نتیجه این رویکرد آموزشی، رضایتمندی و خوشنودی از زندگی را در زوجین افزایش خواهد داد.

تردیدی نیست که موفقیت در روابط خانوادگی و رضایت زناشویی تا حدود زیادی به برخورداری هر یک از زوجین به پاره‌ای از آگاهی‌ها و مهارت‌های مرتبط با نقش‌های زن و شوهری یا پدر مادری وابسته است. آموزش روابط زناشویی می‌تواند آمادگی‌های لازم برای انطباق با نقش‌های مورد انتظار برای زن و شوهر را فراهم کند (عباسی و همکاران، ۱۳۹۰).

از دیگر یافته‌های پژوهش این است که حل مسأله مذهب محور باعث افزایش رضایت زناشویی در زنان در آستانه طلاق می‌شود. این یافته با نتایج رسولی و فلاح (۱۳۹۲) همخوانی دارد، مبنی بر این که روش حل مسأله باعث کاهش تعارضات زناشویی شده است. همچنین این یافته با یافته‌های موسوی‌زاده، سهرابی و احدی (۱۳۹۱) همسو است، آن‌ها به این نتیجه رسیده بودند که آموزش مهارت حل مسأله بر میزان رضایت زناشویی دانشجویان زن مؤثر است. هم چنین با یافته‌های احمدی و همکاران (۲۰۱۰)، برغندان، عنایتی و مهربانی‌زاده هنرمند (۱۳۸۸)، رازاوی و دلکوکس (۲۰۰۷)، به نقل از موسوی‌زاده و همکاران، (۱۳۹۱) همسو بوده است. در تبیین این مطلب شاید بتوان گفت، که اغلب مشکلات زناشویی از نداشتن یا به کار ن بستن مهارت‌های سازنده از جمله حل مسأله است. حل مسأله از جمله مهارت‌هایی است که می‌تواند مشکلات رابطه‌ای همسران را کاهش دهد. همچنین آگاهی زوجین از طبیعی بودن اختلاف‌ها و تفاوت‌های زن و شوهر و نگرستن به تعارض به‌عنوان یک مسأله و چالش برای حل کردن و نه یک عامل تهدیدکننده و مخرب می‌تواند در حل اختلافات آن‌ها کمک بسزایی داشته باشد (دیویدسون و گلدفرید، ۱۳۷۱، به نقل از موسوی‌زاده، سهرابی و احدی، ۱۳۹۱).

می‌توان گفت که مهارت‌های ارتباطی به تنهایی نمی‌توانند باعث احساس خوشنودی و رضایت از زندگی شوند و زوجین و رابطه آن‌ها باید واجد خصوصیات دیگری نیز باشند. پژوهش‌های پیشین نشان داده است که این توافق در بین متخصصان و توده مردم وجود دارد که مفهوم کلیدی دوام ازدواج در گرو وجود و حفظ رضایت زناشویی است که آن نیز از یک

ارتباط خوب نشأت می‌گیرد به همین خاطر، خانواده‌درمانگران، مهارت‌های ارتباطی را به‌منظور تقویت ازدواج به همسران می‌آموزند، اما مهارت‌های ارتباطی به تنهایی نمی‌توانند مؤثر باشند، مگر این که خوبی‌ها و فضایل سرنوشت ساز، مانند کنترل رفتار خود، جرأت و شهامت، دوست داشتن و بسیاری عوامل دیگر در زوجین وجود داشته باشد.



منابع

- اسماعیل پور، خواجه، وجیهه و مهدوی، نفیسه (۱۳۸۹). نقش باورهای ارتباطی و مهارت‌های ارتباطی در پیش‌بینی رضایت زناشویی. *اولین همایش کشوری دانشجویی عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت*.
- برغندان، میترا، عنایتی، میر صلاح الدین و مهربانی زاده هنرمند، مهناز (۱۳۸۸). بررسی اثربخشی آموزش مهارت حل مسأله به شیوه گروهی بر سلامت عمومی و رضایت زناشویی همسران کارمندان مرد طرح قمار. *یافته‌های نود در روان‌شناسی*، ۲(۷): ۹۵-۱۰۷.
- حمید، نجمه و دهقانی، مصطفی (۱۳۹۱). بررسی اثربخشی آموزش تحلیل ارتباط محاوره‌ای (TA) مذهب محور بر میزان عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی. *روان‌شناسی و دین*، ۵(۴): ۳۳-۴۰.
- حمید، نجمه، کوچکی، رحیم و حیات بخش ملایری، لیدا (۱۳۹۱). اثربخشی روان‌درمانی شناخت-رفتاری مذهب محور توأم با بازآموزی بخشودگی بر کاهش تعارضات زناشویی و افزایش رضایت از زندگی در زوجین. *روان‌شناسی و دین*، ۵(۲): ۵-۲۸.
- رسولی، یوسف و عنایت‌الله فلاحت (۱۳۹۲). تأثیر روش فعال حل مسأله بر تعارضات زناشویی در شهر یاسوج. *ارمغان دانش*، ۱۰(۱۸): ۸۵۹-۸۶۶.
- حمید، نجمه، ویسی، شوبو و سجادی، فاطمه (۱۳۹۲). اثر بخشی خانواده‌درمانی با الگوی شناختی-رفتاری مذهب‌محور بر عملکرد خانواده سازگاری و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان پسر متوسطه شهر اهواز. *روان‌شناسی دین*، ۶(۳): ۳۹-۵۲.
- عباسی، علی، جلیل پور، ناهید، کامکار، علی، باقری، قادرزاده و محامد، فریبا (۱۳۹۰). تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر رضایت زناشویی زنان متأهل و شاغل شهر دوگنبدان. *ارمغان دانش*، ۱۶(۶): ۵۸۶-۵۹۴.
- عزیزی، پریسا (۱۳۸۶). *بررسی اثر بخشی درمان گروهی با رویکرد تحلیل ارتباط محاوره‌ای برن بر کاهش تعارضات زناشویی زنان شهر تهران*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، تهران، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.
- عطاری، یوسف‌علی، امان‌الهی فر، عباس و مهربانی‌زاده هنرمند، مهناز (۱۳۸۵). بررسی رابطه

- ویژگی‌های شخصیتی و عوامل فردی - خانوادگی با رضایت زناشویی در کارکنان اداره‌های دولتی شهر اهواز. *علوم تربیتی و روان‌شناسی*، ۱۳(۳): ۸۱-۱۰۸.
- موسوی‌زاده، آزاده، سهرابی، فرامرز و واحدی، حسن (۱۳۹۱). مقایسه اثربخشی آموزش ابراز وجود و مهارت حل مسأله بر میزان رضایت زناشویی زنان دانشجوی دانشگاه علامه طباطبایی. *مطالعات اجتماعی روان‌شناسی زنان*، ۱۰(۲): ۸۵-۱۰۸.
- Ahmadi, K. H., Nabipoor Ashrafi, M., kimiaee, A. and Afzali, M.H. (2010). Effect of family problem-solving on marital satisfaction. *Journal of Applied Sciences*, 10(8):682-687.
- Abasy, A., Jalilpoor, N., Kamkar, A., Bagheri, A. and Mahamed, F. (2011). The effect of teaching life skills on marital satisfaction of married women and jobs in Douganbadan. *Armaghan Danesh Magazine*, 16 (6): 586-594.
- Azizy, P. (2007). *The effectiveness of group therapy with Bern's conversational analysis approach on reducing marital conflict in women in tehran*. Master's thesis, Tehran, Islamic Azad University, Ahvaz Branch.
- Aggarwal, S., D. Kataria and Prasad, S. (2017). A Comparative study of quality of life and marital satisfaction in patients with depression and their spouses. *Asian Journal of Psychiatry*, 30: 65-70.
- Arita, M.T. (2008). *Women couple relationship satisfaction: the impact of family structure and inter parental conflict*. Unpublished doctoral dissertation: San Francisco University.
- Asmaelpoor, K., Khageh, V. and Mahdavy, N. (2011). The role of communication beliefs and communication skills in predicting marital satisfaction. *First National Student Conference of Social Factors Effective on Health*.
- Atary, Y., Amanolahyfar, A. and Mehrabyzadehonormand, M. (2007). The relationship between personality characteristics and individual-family-related factors with marital satisfaction among employees of public offices in Ahvaz City. *Journal of Educational Sciences and Psychology*, 13 (3): 81-108.
- Barghndan, M., Anaiaty, M. and Mehrabizadeh, M. (2009). Effectiveness of problem solving training on general health and marital satisfaction of spouses of male employees of gambling industry. *Magazine of New Findings in Psychology*, 96-107.
- Bulanda, J. R., Brown J. S. and Yamashita, T. (2016). Marital quality, marital dissolution and mortality risk during the later life course. *Social Science and Medicine*, 165: 119-127.
- Derrick, J. L., R. J. Houston, B. M. Quigley, M. Testa and Leonard, K. E. (2016). "Dissimilarity in impulsivity and marital satisfaction: A comparison of volatility, compatibility and incompatibility hypotheses." *Journal of Research in Personality*, 61: 35-49.
- Jesse, M. T., L. Shkokani, A. Eshelman, C. D. Reyck and Lerut, J. (2018). *"Transplant surgeon burnout and marital distress in the sandwich Gneration:*



- The call for organizational support in family life.*" Transplantation Proceedings.
- Hamid, N. and Dehghany, M. (2012). The effectiveness of teaching relational communication (TA) education on the amount of love and interest, respect for marriage and marital status. *Psychology Vedin*, 5 (4): 33-40.
- Hamid, N., Kochaky, R. and Haiatbakhsh, L. (2102). The effectiveness of cognitive-behavioral therapy in religion, with the re-education of forgiveness on reducing marital conflicts and increasing the satisfaction of life in couples. *Vedin Psychology*, 5 (2): 5-28
- Hamid, N., Veisy, S. and Sajady, F. (2013). The effectiveness of family therapy with cognitive-behavioral religious-based pattern on family performance. Adaptation and academic performance of secondary school students in Ahwaz. *Psychology of Religion*, Year 6, No. 3, 39-52.
- Huber, C. H., Navarro, R. L., Womble, M. W. and Mumme, f. L. (2010). Family resilience and midlife marital satisfaction. *The family journal: counseling and therapy for couples and families*, 33: 347-456.
- Kriegerlewiec, Q. (2006). Problem solving strategies and marital satisfaction. *Journal of Psychiatry Pol*, 40(2):24-59.
- Mosavyzadeh, A., Sohraby, F. and Vahedy, H. (2012). Comparison of the effectiveness of assertiveness training and problem-solving skills on marital satisfaction among female students of Allameh Tabatabaei University. *Social-psychological studies of women*, 10 (2): 85-108
- Peterson, R. and Gfeen, S. (2009). Families' first keys to successful family functioning communication. <http://www.ext.vt.edu/pubs/family/092-350.html>.
- Rasoly, Y. and Enayatola, F. (2013). *The effect of active problem-solving method on marital conflict in Yasouj City*. *Armaghan Danesh*, 10 (18): 859-866.5-28
- Yazdani, F., A. Kazemi, M. M. Fooladi and Samani, H.R.O. (2016). The relations between marital quality, social support, social acceptance and coping strategies among the infertile Iranian couples. *European Journal of Obstetrics and Gynecology and Reproductive Biology*, 200: 58-62.



The Effect of Communication Skills and Religion-Based Problem-Solving Approach on Marital Satisfaction of Women Contemplating Divorce

Najmeh Hamid*, Hamideh Abafat** and Abas Benytay***

Abstract

Introduction: The aim of this research is to study the effect of communication skills and religion-based problem-solving approach on marital satisfaction of women contemplating divorce. **Method:** A pre-test on marital satisfaction was performed on married women in Ahwaz Counselling Center. Of the women whose marital satisfaction scores were one standard deviation below the mean, 30 were selected. The selected women were of similar age, education, socioeconomic background, duration of marriage, and were also similar in other criteria described in the questionnaire. They were divided into control and experiment groups. The experiment group participated in eight sessions (90 minutes each) of learning communication and religion-based problem-solving training, and the control group did not receive any intervention. The post-test was performed after three months and data were analyzed. **Results:** There is a statistically significant difference between pre and post-test in the experiment group ($p < 0.01$). These results show that learning communication skills significantly impacted marital satisfaction in married women.

* Associate Professor, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, iran

** Ph.D. student, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, iran

*** Ph.D. student, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, iran

Submit Date: 2016-06-08

Accept Date: 2017-11-06

DOI: 10.22051/jwfs.2017.10170.1153



Conclusion: Learning communication and religion-based problem-solving techniques has the ability to positively impact the marital satisfaction in married women.

key words:

Communication skills, religion-based problem solving, marital satisfaction, divorce