

اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه بر شفافیت ارتباط زناشویی و میل به طلاق در زوج‌های متقاضی طلاق

سارا مشتاقی^۱
علی اصغر اصغر نژاد فرید^۲
قدسی احقر^۳

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه بر شفافیت ارتباط زناشویی و میل به طلاق در زوج‌های متقاضی طلاق انجام شد. مطالعه حاضر نیمه تجربی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش زوج‌های متقاضی طلاق استان البرز بودند که به مرکز مشاوره حامی خانواده در سال ۱۳۹۸ ارجاع داده شدند. نمونه پژوهش ۲۰ زوج بودند که پس از بررسی ملاک‌های ورود به مطالعه با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و با روش تصادفی در دو گروه مساوی جایگزین شدند. گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای مهارت‌های ارتباط صمیمانه را آموزش دید و گروه کنترل آموزشی دریافت نکرد. داده‌ها با مقیاس‌های شفافیت ارتباط زناشویی (سعیدی فرد و همکاران، ۱۳۹۵) و میل به طلاق (رازبالت و همکاران، ۱۹۸۶) جمع‌آوری و در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۰ با روش اندازه‌گیری مکرر تحلیل شدند. نتایج نشان داد که آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه باعث افزایش شفافیت ارتباط زناشویی و کاهش میل به طلاق در زوج‌های متقاضی طلاق و نتایج آموزش در مرحله پیگیری دو ماهه نیز حفظ شد ($P > 0/05$). بر اساس نتایج استفاده از روش آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه برای بهبود زندگی زوج‌های متقاضی طلاق به‌ویژه افزایش شفافیت ارتباط زناشویی و کاهش میل به طلاق توصیه می‌شود.

واژه‌های کلیدی: مهارت‌های ارتباط صمیمانه، شفافیت ارتباط زناشویی، میل به طلاق، زوج‌های متقاضی طلاق

۱. دانشجوی دکتری مشاوره، گروه مشاوره، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران
۲. دانشیار، گروه روان‌شناسی بالینی، دانشکده علوم رفتاری و سلامت روان، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران (نویسنده مسئول) asgharnejad.ali@gmail.com
۳. استاد، پژوهشگاه مطالعات، سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی، تهران، ایران

مقدمه

سالم‌ترین جامعه بشری جامعه‌ای است که کوچک‌ترین واحد آن یعنی خانواده سالم باشد. زن و شوهر به یکدیگر عشق بورزند و بر پایه آن کانون خانواده گرم و شاداب شود (محنایی، گلستانه، پولادی ریشه‌ری و کیخسروانی، ۱۳۹۸)، اما تعارض‌های زناشویی در بسیاری از اوقات منجر به طلاق می‌شود؛ به طوری که شیوع طلاق در کشورهای غربی بیش از ۵۰ درصد و در ایران بیش از بیست درصد است. همچنین ایران چهارمین کشور از نظر فراوانی طلاق می‌باشد (خیرالهی، جعفری، قمری و باباخانی، ۱۳۹۸). طلاق نتیجه آشفتگی و اختلال در روابط زناشویی است و تقاضای طلاق نتیجه فشار روانشناختی شدیدی می‌باشد که حداقل به یکی از همسران یا هر دو آنها وارد شده است (ژنگ، دوآن و وارد^۱، ۲۰۱۹).

یکی از عوامل موثر در افزایش طلاق و تقاضا برای آن، کاهش شفافیت ارتباط زناشویی^۲ است (روئلفس^۳، ۲۰۱۹). شفافیت یعنی صحبت و گفتگوی روشن، واضح، بدون پرده و بی‌کنایه و همراه با توجه و احترام و شفافیت ارتباط زناشویی یعنی بیان روشن، واضح، بدون پرده و بی‌کنایه نیازها، خواسته‌ها و تمایلات در زندگی زناشویی که این امر نقش مهمی در حفظ تعادل خانوادگی و سازگاری زناشویی دارد (هود^۴، ۲۰۱۰). شفافیت در ارتباط زناشویی یکی از اجزای مهارت‌های ارتباطی است که به دوام ازدواج و سازگاری زناشویی کمک می‌کند و زوج‌های سازگار و انعطاف‌پذیر غالباً شفافیت بیشتر و ابهام کمتری در ارتباط زناشویی دارند (سعیدی‌فرد، نژادکریم، وحیدنیا و احمدی، ۱۳۹۵). میل به طلاق^۵ متغیر دیگری است که در این پژوهش بررسی می‌شود که به معنای میزان تمایل و علاقه‌مندی زوجین به جداشدن و گسستن روابط زناشویی می‌باشد (اسبارا^۶، ۲۰۱۵). طلاق یکی از آسیب‌های بزرگ و دارای ابعاد اجتماعی، روانی، اقتصادی، سیاسی و فرهنگی است که در جوامع امروزی به شدت رواج یافته است (اورسپرگ، ولاساک، پونوکنی و برث^۷، ۲۰۱۹). میل به طلاق دارای سه بعد شناختی (تصورات افراد درباره طلاق)، عاطفی (احساس‌ها و عاطفه‌های مثبت و منفی درباره طلاق) و رفتاری (انجام اعمال و رفتارهایی برای انجام یا عدم انجام طلاق) است (نظری، رسولی، داورنیا، حسینی و بابایی گرمخانی، ۱۳۹۴). کیفیت تعامل و روابط زناشویی پیش‌بینی‌کننده مهمی برای آشفتگی زناشویی و میل به طلاق است و زوجین دارای میل به طلاق بیشتر هیجان‌های منفی و کمتر هیجان‌های مثبت را تجربه می‌کنند و غالباً از مهارت‌های ارتباطی ضعیفی برخوردارند (حاتیمی، مک‌درمات و ایوس^۸، ۲۰۱۵). افزایش بالای آمار طلاق، ناسازگاری، عدم صمیمیت، الگوهای تعاملی ناکارآمد و تقاضای زوجین برای بهبود روابط زناشویی باعث ایجاد رویکردهای مبتنی بر الگوهای ارتباطی زناشویی شده است (رانکورت، فلین، برگیرون و روزن^۹، ۲۰۱۷). یکی از برنامه‌هایی که برای همین منظور طراحی شده، آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه^{۱۰} است که هدف آن افزایش خودآگاهی، کاهش تعارض و حفظ و بهبود روابط صمیمی، شاد و لذت‌بخش بین زوجین است (فورتون-بریت، نیووسما، گیریسچ، داتا، استولدورف، کانتزل و همکاران^{۱۱}، ۲۰۱۵).

1. Zheng, Duan & Ward
2. marital relationship transparency
3. Roelofs
4. Hood
5. divorce tendency
6. Sbarra
7. Auersperg, Vlasak, Ponocny & Barth
8. Hatemi, McDermott & Eaves
9. Rancourt, Flynn, Bergeron & Rosen
10. intimate relationship skills training
11. Fortune-Britt, Nieuwsma, Gierisch, Datta, Stollendorf, Cantrell & et al

این شیوه آموزشی توسط گوردون^۱ (۱۹۷۵) طراحی و تکنیک‌هایی را از رویکردهای شناختی رفتاری، هیجانی و سیستمی با هم ترکیب و بر اهمیت و نقش آنها در خانواده درمانی تاکید می‌کند (جانسون^۲، ۲۰۰۹). در آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه به افراد آموزش داده می‌شود که فعالانه گوش دهند، درخواست‌های بجا داشته باشند و از پرسش‌ها و عبارت‌های توضیحی برای اطمینان از رفتار کلامی و غیرکلامی همسر خود استفاده کنند (فورتون-بریت و همکاران، ۲۰۱۵). این شیوه شامل سازماندهی مجدد نگرش‌ها و عقاید مربوط به عشق و روابط زناشویی و خانوادگی، تغییر موثر رفتارهای ناکارآمدی از طریق آموزش مهارت‌های ارتقاءدهنده صمیمیت و آموزش و گسترش خودآگاهی و توانمندی عاطفی است (محمودی، زهراکار، امیریان، داورنیا و بابایی گرمخانی، ۱۳۹۴).

پژوهش‌های اندکی درباره اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه انجام شده و گاهی نتایج نیز متفاوت است. برای مثال نتایج پژوهش فورتون-بریت و همکاران (۲۰۱۵) نشان داد که آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه باعث افزایش روابط صمیمی زوجین شد. جانسون (۲۰۰۹) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسید که آموزش مهارت‌های صمیمانه باعث افزایش خوش‌بینی روابط و نگرش مثبت به ازدواج شد. همچنین، ایدلخانی، حیدری، داوودی و زارع بهرام‌آبادی (۱۳۹۸) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه باعث افزایش کیفیت زندگی زناشویی زنان دچار دلزدگی زناشویی شد. در پژوهشی دیگر ایدلخانی، حیدری، داوودی و زارع بهرام‌آبادی (۱۳۹۷) گزارش کردند که آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه باعث افزایش صمیمیت جنسی زنان دچار دلزدگی زناشویی شد. نتایج پژوهش رحمانی‌فر، محمدزاده ابراهیمی و سلیمانیان (۱۳۹۷) نشان داد که مهارت‌های ارتباط صمیمانه باعث افزایش سازگاری زناشویی، رضایت زناشویی، همبستگی زناشویی، توافق زناشویی و ابراز محبت زناشویی شد. حاج‌حسینی، زندی و ثانی‌نژاد (۱۳۹۶) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که آموزش گروهی مهارت‌های ارتباط صمیمانه باعث افزایش رضایت زناشویی، ارتباط و حل تعارض شد، اما بر تحریف آرمانی تاثیر معناداری نداشت. علاوه بر آن، طاهری، آقامحمدیان شعرباف و اصغری ابراهیم‌آباد (۱۳۹۶) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه باعث افزایش سازگاری و رضایتمندی زناشویی شد. در پژوهشی دیگر حسینی، رسولی، داورنیا و بابایی گرمخانی (۱۳۹۵) گزارش کردند که آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه باعث افزایش کیفیت روابط زناشویی شد. نتایج پژوهش محمودی و همکاران (۱۳۹۴) نشان داد که کاربرد عملی مهارت‌های ارتباط صمیمانه باعث ارتقای رضایتمندی، سازگاری، احساسات مثبت و صمیمیت زناشویی زوجها در مراحل پس‌آزمون و پیگیری شد. عباسی، مدنی و غلامعلی لواسانی (۱۳۹۳) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسید که آموزش کاربرد عملی مهارت‌های ارتباط صمیمانه باعث بهبود الگوهای ارتباط سازنده متقابل، اجتناب متقابل و توقع/کناره‌گیری زوجها در آستانه ازدواج شد.

طلاق آثار مخربی بر خانواده به‌عنوان کوچک‌ترین واحد اجتماعی دارد و از یک سو با توجه به اینکه جامعه سالم در گروه خانواده سالم است و از سوی دیگر با توجه به آمار روزافزون طلاق و تمایل برای طلاق ضرورت انجام پژوهش‌هایی با هدف کاهش میل به طلاق مشخص می‌شود. همچنین، شفافیت ارتباط زناشویی یکی از سازه‌های نسبتاً جدید و مرتبط با کاهش تمایل به طلاق می‌باشد که پژوهش‌های اندکی درباره آن انجام شده است. با توجه به افزایش تمایل به طلاق و از آنجایی که یکی از روش‌های موثر در بهبود ویژگی‌های زناشویی آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه است و درباره اثربخشی آن بر شفافیت ارتباط زناشویی و میل به طلاق پژوهشی انجام نشده، اما نتایج اثربخشی آن بر سایر متغیرهای مرتبط با روابط زناشویی غالباً حاکی از اثربخشی

1. Gordon
2. Johnson

آن بوده، اما گاهی نتایج نشان داده که این روش موثر نبوده است. در نتیجه، پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه بر شفافیت ارتباط زناشویی و میل به طلاق در زوج‌های متقاضی طلاق انجام شد.

روش پژوهش

مطالعه حاضر نیمه‌تجربی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش زوج‌های متقاضی طلاق استان البرز بودند که به مرکز مشاوره حامی خانواده در سال ۱۳۹۸ ارجاع داده شدند. نمونه پژوهش ۲۰ زوج بودند که پس از بررسی ملاک‌های ورود به مطالعه با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و با روش تصادفی در دو گروه مساوی جایگزین شدند. ملاک‌های ورود به مطالعه شامل پایین بودن نمره شفافیت ارتباط زناشویی و بالا بودن نمره میل به طلاق، حداقل تحصیلات دیپلم، نداشتن اختلال‌های روان‌شناختی، مدت ازدواج ۲ تا ۱۰ سال و ملاک‌های خروج از مطالعه شامل انصراف از ادامه همکاری و غیبت دو جلسه و بیشتر از آن بود. روند اجرای پژوهش این‌طور بود که پس از کسب مجوزهای لازم از اداره بهزیستی کل استان البرز، اداره بهزیستی شهر کرج و دادگستری استان البرز و هماهنگی با مسئولان مرکز مشاوره حامی خانواده پژوهشگر از میان زوجینی که تمایل به شرکت در پژوهش داشتند، تعداد ۲۰ زوج را به‌عنوان نمونه انتخاب و با روش تصادفی به کمک قرعه‌کشی در دو گروه (۱۰ زوج آزمایش و ۱۰ زوج گروه کنترل) جایگزین کرد. گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای مهارت‌های ارتباط صمیمانه را آموزش دید (جدول ۱) و گروه کنترل آموزشی دریافت نکرد.

جدول ۱. محتوی جلسات آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه

جلسات	محتوی
اول	آشنایی با اعضا، برقراری رابطه حسنه، ایجاد جو همراه با اعتماد و امنیت، بیان اهداف و قوانین جلسات، تشریح اهمیت تشکیل خانواده، بیان نقش یادگیری مهارت‌های ارتباط صمیمانه در زندگی و استفاده از آن، آموزش ارتباط و انواع الگوهای ارتباطی و نقش آن در بهبود عملکرد زناشویی و کاهش میل به طلاق
دوم	تشریح نحوه حل تعارض بین در زندگی زناشویی و بیان اهمیت حل تعارض در عملکرد مطلوب و کاهش میل به طلاق
سوم	روشن‌سازی و شفاف‌سازی فرضیه‌ها و مقابله با ذهن‌خوانی و ارتباط آن با عملکرد زوج‌ها و میل به طلاق
چهارم	آموزش سواد هیجانی یعنی شناخت پنج هیجان اصلی، تشخیص و تمایز بین بازبودن هیجانی و سدکردن هیجانی و شیوه‌های صحیح ابراز هیجان‌ها
پنجم	آموزش تمایلات جنسی، لذت‌جویی و شهوت‌انگیزی، تصحیح کلیشه‌ها و باورها و خیال‌پردازی‌های نادرست در مورد رابطه جنسی
ششم	تشریح مولفه‌های نه‌گانه صمیمیت و آموزش تکنیک‌های یادگیری مهارت‌های ایجاد، حفظ و ارتقای صمیمیت
هفتم	انعقاد قرارداد و تصریح انتظارات و توافق آگاهانه در روابط و تمرکز بر استفاده از قراردادهای رفتاری
هشتم	جمع‌بندی و بازخورد از اعضا نسبت به یکدیگر و آموزش‌دهنده

مداخله توسط یک متخصص مشاوره هفته‌ای یک جلسه به‌صورت گروهی انجام شد. لازم به ذکر است که در پایان هر جلسه، تکلیفی مرتبط به آزمودنی‌ها داده و ابتدای جلسه بعد، ضمن مرور آنها به آنان بازخورد سازنده داده شد. هر دو گروه علاوه بر تکمیل فرم جمعیت‌شناختی از نظر شفافیت ارتباط زناشویی و میل به طلاق در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری دو ماهه ارزیابی شدند.

مقیاس شفافیت ارتباط زناشویی^۱: این مقیاس توسط سعیدی‌فرد و همکاران (۱۳۹۵) با ۱۱۶ گویه طراحی شد. گویه‌ها با استفاده از طیف پنج درجه‌ای لیکرت از یک تا پنج نمره‌گذاری می‌شود. پس دامنه نمرات بین ۱۱۶ تا ۵۸۰ است و نمره بالاتر نشان‌دهنده شفافیت ارتباط زناشویی بیشتر می‌باشد. روایی سازه مقیاس را با روش تحلیل عاملی تایید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ برای مردان ۰/۸۹، زنان ۰/۸۵ و کل ۰/۸۷ و پایایی آن را با روش بازآزمایی ۰/۸۶ گزارش شد. در پژوهش حاضر پایایی با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ بدست آمد. مقیاس میل به طلاق^۲: این مقیاس توسط رازبالت، جانسون و مارو^۳ (۱۹۸۶) با ۲۸ گویه طراحی شد. گویه‌ها با استفاده از طیف هفت درجه‌ای لیکرت از یک تا هفت نمره‌گذاری می‌شود. پس دامنه نمرات بین ۲۸ تا ۱۹۶ است و نمره بالاتر نشان‌دهنده میل به طلاق بیشتر می‌باشد. روایی سازه مقیاس را با روش تحلیل عاملی تایید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۱ گزارش شد. در پژوهش نظری و همکاران (۱۳۹۴) پایایی با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ محاسبه شد. در پژوهش حاضر پایایی با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ بدست آمد. رعایت نکات اخلاقی در انجام پژوهش برای آزمودنی‌ها بیان شد و داده‌های حاصل از اجرای مقیاس‌های شفافیت ارتباط زناشویی و میل به طلاق در مراحل مختلف ارزیابی، داده‌ها وارد نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۰ شد و با روش اندازه‌گیری مکرر تحلیل شدند.

یافته‌های پژوهش

در این پژوهش ۴۰ نفر (۲۰ زوج متقاضی طلاق) در دو گروه مساوی حضور داشتند که فراوانی و درصد فراوانی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی آنها در جدول ۲ گزارش شد.

جدول ۲. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی گروه‌ها

متغیرها	سطوح	گروه آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه		گروه کنترل	
		فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی
مدت ازدواج	۲-۴ سال	۱۰	۵۰	۱۲	۶۰
	۵-۷ سال	۴	۲۰	۴	۲۰
	۸-۱۰ سال	۶	۳۰	۴	۲۰
تعداد فرزند	بدون فرزند	۱۲	۶۰	۱۲	۶۰
	۱ فرزند	۶	۴۰	۸	۴۰
	۲ فرزند	۰	۰	۲	۱۰
	۳ فرزند	۲	۱۰	۰	۰
اشتغال	شاغل	۱۳	۶۵	۱۰	۵۰
	بیکار	۷	۳۵	۱۰	۵۰
وضعیت مالی	خوب	۲	۱۰	۴	۲۰
	متوسط	۱۲	۶۰	۱۰	۵۰
	ضعیف	۶	۳۰	۶	۳۰

1. marital relationship transparency scale

2. divorce tendency scale

3. Rusbult, Johnson & Morrow

میانگین و انحراف معیار شفافیت ارتباط زناشویی و میل به طلاق زوج‌های متقاضی طلاق در جدول ۳ گزارش شد.

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار شفافیت ارتباط زناشویی و میل به طلاق زوج‌های متقاضی طلاق

متغیرها	مراحل	گروه مهارت‌های ارتباط صمیمانه		گروه کنترل
		میانگین	انحراف معیار	
شفافیت ارتباط زناشویی	پیش‌آزمون	۲۵۶/۱۶	۲۹/۴۰	۳۱/۶۸
	پس‌آزمون	۲۹۲/۴۰	۳۴/۹۲	۳۲/۵۶
	پیگیری	۲۸۷/۱۶	۴۲/۳۸	۳۳/۲۲
میل به طلاق	پیش‌آزمون	۱۷۱/۳۰	۱۱/۹۱	۱۱/۲۸
	پس‌آزمون	۱۲۴/۲۵	۱۰/۷۵	۱۱/۵۳
	پیگیری	۱۲۵/۶۰	۱۱/۷۳	۱۱/۲۲

بررسی مفروضه‌های اندازه‌گیری مکرر نشان داد که تنهایی فرض نرمال بودن متغیرهای وابسته بر اساس آزمون کولموگروف-اسمیرنوف در مراحل ارزیابی برای هر دو گروه و فرض برابری واریانس‌ها بر اساس آزمون لوین در مراحل ارزیابی و فرض برابری کوواریانس‌ها بر اساس آزمون کرویت موخلی تایید شد ($P < 0/05$). همچنین، نتایج اثرهای درون‌گروهی و تعاملی در آزمون‌های چندمتغیری معنادار است ($P > 0/05$)، لذا هم بین مراحل اندازه‌گیری و هم بین گروه‌ها تفاوت معناداری وجود دارد. نتایج تحلیل اندازه‌گیری برای تعیین اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه بر شفافیت ارتباط زناشویی و میل به طلاق زوج‌های متقاضی طلاق در جدول ۴ گزارش شد.

جدول ۴. نتایج اندازه‌گیری مکرر برای تعیین اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه بر شفافیت ارتباط زناشویی و میل به طلاق زوج‌های متقاضی طلاق

متغیرها	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	معناداری	اندازه اثر	توان آماری
شفافیت ارتباط زناشویی	گروه	۲۲۰۵۹/۴۱	۱	۲۲۰۵۹/۴۱	۶/۸۷	۰/۰۱۳	۰/۱۵	۰/۷۲
	زمان	۴۴۲۵/۳۱	۱	۴۴۲۵/۳۱	۱۹/۷۶	۰/۰۰۱	۰/۳۴	۰/۹۹
	گروه*زمان	۵۲۰۰/۳۱	۱	۵۲۰۰/۳۱	۲۳/۲۲	۰/۰۰۱	۰/۳۸	۱/۰۰
میل به طلاق	گروه	۲۴۹۶۹/۶۸	۱	۲۴۹۶۹/۶۸	۴۶/۲۰	۰/۰۰۱	۰/۵۵	۱/۰۰
	زمان	۱۰۴۴۲/۴۵	۱	۱۰۴۴۲/۴۵	۱۴۹/۲۹	۰/۰۰۱	۰/۸۰	۱/۰۰
	گروه*زمان	۱۰۴۴۲/۴۵	۱	۱۰۴۴۲/۴۵	۱۴۹/۲۹	۰/۰۰۱	۰/۸۰	۱/۰۰

یافته‌های جدول ۴ حاکی از آن است که اثر گروه، زمان و تعامل گروه و زمان معنادار است، لذا با توجه به اندازه اثر می‌توان گفت که در متغیر شفافیت ارتباط زناشویی در بخش بین‌گروهی ۱۵ درصد، در بخش

درون‌گروهی ۳۴ درصد و در بخش تعاملی ۳۸ درصد و در متغیر میل به طلاق در بخش بین‌گروهی ۵۵ درصد، در بخش درون‌گروهی ۸۰ درصد و در بخش تعاملی ۸۰ درصد تغییرات ناشی از روش آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه است ($P < 0.05$). نتایج آزمون تعقیبی بنفرونی برای مقایسه زوجی میانگین شفافیت ارتباط زناشویی و میل به طلاق زوج‌های متقاضی طلاق در جدول ۵ گزارش شد.

جدول ۵. نتایج آزمون تعقیبی بنفرونی برای مقایسه زوجی شفافیت ارتباط زناشویی و میل به طلاق زوج‌های متقاضی طلاق

متغیرها	مراحل آزمون	اختلاف میانگین‌ها	خطای استاندارد	معناداری
شفافیت ارتباط زناشویی	پیش‌آزمون	۱۷/۴۷**	۲/۵۰	۰/۰۰۱
	پیش‌آزمون	۱۴/۷۷**	۳/۳۵	۰/۰۰۱
	پس‌آزمون	۲/۶۰	۲/۴۷	۰/۸۹۶
میل به طلاق	پیش‌آزمون	۲۳/۷۰**	۲/۱۴	۰/۰۰۱
	پیش‌آزمون	۲۲/۸۵**	۱/۸۷	۰/۰۰۱
	پس‌آزمون	-۰/۸۵	۰/۸۳	۰/۹۴۲

یافته‌های جدول ۵ حاکی از آن است که در هر دو متغیر شفافیت ارتباط زناشویی و میل به طلاق اختلاف میانگین پیش‌آزمون با پس‌آزمون و پیگیری معنادار است ($P < 0.05$)، اما اختلاف میانگین پس‌آزمون و پیگیری معنادار نیست ($P < 0.05$). به عبارت دیگر، آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه در مرحله پس‌آزمون باعث افزایش شفافیت ارتباط زناشویی و کاهش میل به طلاق در زوج‌های متقاضی طلاق شده و این تغییرها در مرحله پیگیری نیز حفظ شده است.

بحث و نتیجه‌گیری

با توجه به آثار و پیامدهای منفی بسیار طلاق و تمایل برای آن و از آنجایی که آمار طلاق در همه کشورها از جمله کشور ایران بالا و رو به افزایش است، پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه بر شفافیت ارتباط زناشویی و میل به طلاق در زوج‌های متقاضی طلاق انجام شد. یافته‌ها نشان داد که آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه باعث افزایش شفافیت ارتباط زناشویی و کاهش میل به طلاق زوج‌های متقاضی طلاق شد و این نتایج در مرحله پیگیری نیز باقی ماند. از آنجایی که هیچ پژوهشی اثر آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه را بر شفافیت ارتباط زناشویی و میل به طلاق بررسی نکرده بود، امکان مقایسه مستقیم یافته‌های این پژوهش با پژوهش‌های پیشین وجود نداشت. بررسی پژوهش‌های قبلی حاکی از اثربخشی روش آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه بر بهبود متغیرهای روانشناختی مرتبط با زندگی زناشویی از جمله فورتون-بریت و همکاران (۲۰۱۵)، جانسون (۲۰۰۹)، ایدلخانی و همکاران (۱۳۹۸)، ایدلخانی و همکاران (۱۳۹۷)، رحمانی فر و همکاران (۱۳۹۷)، حاج‌حسینی و همکاران (۱۳۹۶)، طاهری و همکاران (۱۳۹۶)، حسینی و همکاران (۱۳۹۵)، محمودی و همکاران (۱۳۹۴) و عباسی و همکاران (۱۳۹۳) بود. برای مثال نتایج پژوهش فورتون-بریت و همکاران (۲۰۱۵) نشان داد که آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه باعث افزایش روابط صمیمی زوجین شد. در پژوهشی دیگر جانسون (۲۰۰۹) گزارش کرد که آموزش مهارت‌های صمیمانه باعث افزایش خوش‌بینی روابط و نگرش مثبت به ازدواج شد. همچنین، ایدلخانی و همکاران (۱۳۹۸) ضمن پژوهشی به این نتیجه

رسیدند که آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه باعث افزایش کیفیت زندگی زناشویی زنان دچار دلزدگی زناشویی شد. در پژوهشی دیگر طاهری و همکاران (۱۳۹۶) گزارش کردند که آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه باعث افزایش سازگاری و رضایتمندی زناشویی شد.

در تبیین این یافته‌ها بر مبنای پژوهش حسینی و همکاران (۱۳۹۵) می‌توان گفت که برنامه آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه یک سیستم جامع را به منظور ارتقای خودآگاهی و توسعه توانایی برای حفظ روابط صمیمی لذت‌بخش ارائه می‌دهد و این شیوه به زوجین نقشه‌ای ارائه می‌دهد تا به کمک آن بتوانند موفقیت‌ها و شکست‌های خود را بررسی نمایند. همچنین، در این روش توجه به ارضای نیازهای اساسی خانواده مانند عشق، محبت، تعلق و تعهد مورد توجه است و عواملی که این رویکرد برای حفظ روابط سالم و طولانی مدنظر دارد، گفتگو برای حل مساله و توانایی درک دیدگاه همسر است که همگی می‌توانند باعث افزایش کیفیت روابط زناشویی گردند. علاوه بر آن، در برنامه آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه سعی می‌شود تا ضعف‌های ارتباط زوجین تشخیص داده شود و در این راستا راهنمایی‌های لازم به زوجین ارائه می‌شود. شناخت این نکات ضعف و رفع آن به زوجین کمک می‌کند تا بتوانند رابطه خود را بازسازی نموده و بدین ترتیب همدلی، دلبستگی و سواد هیجانی خود را افزایش دهند و عقیده اصلی برنامه مذکور آن است که لازمه ایجاد صمیمیت ماندگار حفظ ازدواج پایدار است. از نظر این دیدگاه هنگامی که تجربه عاطفی عشق و صمیمیت در روابط زوجی کم‌اهمیت و کم‌اعتبار شود، فضای ازدواج بی‌ثبات و غیرقابل اعتماد می‌شود. در چنین شرایطی توانایی برای حل مشکل، غلبه بر موانع، پافشاری برای روبروشدن با ترس و تردیدها و فرسودگی زودرس از بین می‌رود. در نتیجه عوامل فوق از طریق بهبود روابط زناشویی می‌توانند باعث افزایش شفافیت ارتباط زناشویی و کاهش میل به طلاق در زوج‌های متقاضی طلاق شود. تبیین دیگر بر مبنای پژوهش رحمانی‌فر و همکاران (۱۳۹۷) اینک در روش آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه، زوجین از تفاوت‌های جسمی و روانی موجود بین زنان و مردان آگاه می‌شوند. آنها درمی‌یابند که در این جهان هیچ‌گاه نمی‌توان دو فردی را یافت که از هر لحاظ شبیه هم باشند، لذا اختلاف بر سر مسائل اغلب ناشی از تفاوت‌ها و علایق است. پس آنها ترغیب می‌شوند که گاهی باید با وجود عدم توافق نیز زندگی کنند و یادگیرند تا تلاش کنند که با وجود اختلاف‌نظرها باز هم باید در پیوند زناشویی باشند. آنها یاد می‌گیرند که صرف وقت برای حل تعارض‌ها در یک فضای امن و با ذهنیت برنده-برنده رضایت حقیقی را برای هر دو نفر ایجاد می‌کند. زوجین در پی این ذهنیت به قدرت ما بودن، بخشندگی و خیرخواهی برای یکدیگر را نیز فرامی‌گیرند. علاوه بر آن، از آنجایی که یکی از فاکتورهای نگهدارنده روابط سالم طولانی مدت توانایی زوجین در مذاکره به منظور مشکلات و درک نقطه نظرات طرف مقابل است و از جمله مقوله‌هایی که برنامه آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه برای افزایش خلق و حفظ صمیمیت مورد تاکید قرار می‌دهند، توانایی گفتگو و حل مساله به شکل مطلوب است، به این صورت که همسران به یکدیگر گوش می‌دهند، بدون حالت دفاعی ناراحتی‌های خود را ابراز می‌کنند، تفاوت‌ها را پذیرفته و سوءتفاهم‌ها را حل کنند تا بتوانند نیازهای یکدیگر مثل تمایلات جنسی، صمیمیت و نزدیکی عاطفی را برآورده سازند، لذا آنها این آگاهی را پیدا می‌کنند که به نیازهای همسر خود پاسخ دهند و توانایی گفتگو و حل مساله می‌تواند توافق آنها را بالا ببرد. در نتیجه عوامل فوق باعث می‌شوند که روش آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه بتواند باعث افزایش شفافیت ارتباط زناشویی و کاهش میل به طلاق زوجین متقاضی طلاق شوند.

از محدودیت‌های پژوهش می‌توان به محدودشدن جامعه پژوهش به زوج‌های متقاضی طلاق استان البرز که به مرکز مشاوره حامی خانواده ارجاع داده شدند، استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس، پیشینه

پژوهشی اندک درباره آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه و شفافیت ارتباط زناشویی و عدم یافتن پیشینه درباره اثربخشی روش آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه بر شفافیت ارتباط زناشویی و میل به طلاق اشاره کرد. بر اساس نتایج استفاده از زوج‌های متقاضی طلاق سایر شهرها و حتی بررسی سایر گروه‌های آسیب‌پذیر از جمله همسران دچار خیانت زناشویی و روابط فرازناشویی برای انجام پژوهش‌های بیشتر توصیه می‌شود. پیشنهاد دیگر استفاده از روش‌های نمونه‌گیری احتمالی است. همچنین، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های بیشتری درباره اثربخشی روش آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه برای تصمیم‌گیری جهت استفاده از آن به‌طور گسترده انجام شود. بر اساس نتایج توصیه می‌شود که درمانگران و متخصصان حوزه سلامت خانواده از روش آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه برای بهبود زندگی زوج‌های متقاضی طلاق به‌ویژه افزایش شفافیت ارتباط زناشویی و کاهش میل به طلاق استفاده کنند. پیشنهاد دیگر اینکه سازمان‌هایی نظیر بهزیستی و دادگستری مراکز مشاوره‌هایی که مراجعان خود را به آنها ارجاع می‌دهند ملزم به شرکت در کارگاه آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه کنند تا آنان در مواجهه با مراجعان از این روش بهره ببرند.

منابع

- ایدلخانی، شیرین؛ حیدری، حسن؛ داوودی، حسین و زارع بهرام‌آبادی، مهدی. (۱۳۹۸). مقایسه اثربخشی آموزش روش چندسطحی فلدمن و مهارت‌های صمیمانه (PAIRS) بر کیفیت زندگی زناشویی زنان دچار دلزدگی زناشویی. *مجله مطالعات ناتوانی*، ۹(۳۴)، ۷-۱.
- ایدلخانی، شیرین؛ حیدری، حسن، داوودی، حسین و زارع بهرام‌آبادی، مهدی. (۱۳۹۷). مقایسه اثربخشی آموزش روش چندسطحی فلدمن و مهارت‌های صمیمانه (PAIRS) بر صمیمیت جنسی زنان دچار دلزدگی زناشویی. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۷(۷۲)، ۹۴۴-۹۳۷.
- حاج‌حسینی، منصوره؛ زندی، سعید و ثانی‌نژاد، سعیده. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش گروهی برنامه کاربرد عملی مهارت‌های ارتباط صمیمانه بر رضامندی زناشویی زنان باردار. *مجله رویش روان‌شناسی*، ۶(۲)، ۲۳۷-۲۲۱.
- حسینی، امین؛ رسولی، محسن؛ داورنیا، رضا و بابایی گرمخانی، محسن. (۱۳۹۵). تاثیر آموزش گروهی بر اساس برنامه کاربرد عملی مهارت‌های ارتباط صمیمانه بر کیفیت روابط زناشویی. *مجله علوم پزشکی ایلام*، ۲۴(۲)، ۱۷-۸.
- خیرالهی، محمد؛ جعفری، اصغر؛ قمری، محمد و باباخانی، وحیده. (۱۳۹۸). طراحی مدل پیش‌بینی انعطاف‌پذیری شناختی بر اساس تحلیل روند تغییرات چرخه زندگی در زوجین متقاضی طلاق. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۱۰(۳۹)، ۱۸۰-۱۵۷.
- رحمانی‌فر، رسول؛ محمدزاده ابراهیمی، علی و سلیمانیان، علی‌اکبر. (۱۳۹۷). تاثیر مهارت‌های ارتباط صمیمانه بر سازگاری زناشویی. *مجله ارمدان دانش*، ۲۳(۲)، ۱۸۷-۱۷۵.
- سعیدی‌فرد، طاهره؛ نژادکریم، الهه؛ وحیدنیا، نرگس و احمدی، خدابخش. (۱۳۹۵). مقیاس شفافیت در رابطه زناشویی. *مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*، ۲۲(۳)، ۲۵۱-۲۴۰.
- طاهری، نیلوفر؛ آقامحمدیان شعرباف، حمیدرضا و اصغری ابراهیم‌آباد، محمدجواد. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباط صمیمانه (PAIRS) بر افزایش سازگاری و رضایتمندی زناشویی زنان مبتلا به سرطان. *مجله دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه*، ۱۵(۴)، ۳۱۲-۳۰۱.
- عباسی، مرتضی؛ مدنی، یاسر و غلامعلی لواسانی، مسعود. (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش گروهی کاربرد عملی مهارت‌های ارتباط صمیمانه بر الگوهای ارتباطی زوج‌های در آستانه ازدواج. *فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۴(۲)، ۲۴۶-۲۲۷.

محمودی، محمدجلال؛ زهراکار، کیانوش؛ امیریان، امیر؛ داورنیا، رضا و بابایی گرمخانی، محسن. (۱۳۹۴). تاثیر آموزش گروهی برنامه کاربرد عملی مهارت‌های ارتباط صمیمانه (PAIRS) در ارتقاء رضایتمندی، سازگاری، احساسات مثبت و صمیمیت زناشویی زوجها. *مجله دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه*، ۱۳(۱۰)، ۸۶۹-۸۸۱.

محنايي، ستاره؛ گلستانه، سيدموسي؛ پولادي ريشهري، علي و كيخسرواني، مولود. (۱۳۹۸). اثربخشي زوج درماني به روش طرحواره درماني يانگ بر سازگاري زناشويي و طلاق عاطفي در زوجين متقاضی طلاق شهر بوشهر. *مجله روان‌شناسی اجتماعی*، ۱۳(۵۱)، ۱۰۹-۱۱۸.

نظري، علي محمد؛ رسولي، محسن؛ داورنیا، رضا؛ حسینی، امین و بابایی گرمخانی، محسن. (۱۳۹۴). اثربخشي درمان کوتاه‌مدت راه‌حل‌محور بر فرسودگي زناشويي و ميل به طلاق در زنان متأهل. *نشریه روان پرستاری*، ۳(۳)، ۴۱-۵۲.

- Auersperg, F., Vlasak, T., Ponocny, I., & Barth, A. (2019). Long-term effects of parental divorce on mental health – A meta-analysis. *Journal of Psychiatric Research*, 119, 107-115.
- Fortune-Britt, A. G., Nieuwsma, J. A., Gierisch, J. M., Datta, S. K., Stollendorf, D. P., Cantrell, W. C., & et al. (2015). Evaluating the implementation and sustainability of a program for enhancing veterans' intimate relationships. *Military Medicine*, 180, 676-683.
- Hatemi, P. K., McDermott, R., & Eaves, L. (2015). Genetic and environmental contributions to relationships and divorce attitudes. *Personality and Individual Differences*, 72, 135-140.
- Hood, C. (2010). Accountability and transparency: Siamese twins, matching parts, awkward couple? *Journal of West European Politics*, 33(5), 989-1009.
- Johnson, V. I. (2009). The effects of intimate relationship education on relationship optimism and attitudes toward marriage. *Graduate Student Dissertations*, University of Montana.
- Rancourt, K. M., Flynn, M., Bergeron, S., & Rosen, N. O. (2017). It takes two: Sexual communication patterns and the sexual and relational adjustment of couples coping with provoked vestibulodynia. *The Journal of Sexual Medicine*, 14(3), 434-443.
- Roelofs, P. (2019). Transparency and mistrust: Who or what should be made transparent? *Journal of Governance*, 32(3), 565-580.
- Rusbult, C. E., Johnson, D. J., & Morrow, G. D. (1986). Predicting satisfaction and commitment in adult romantic involvements. *Journal of Social Psychology*, 4(3), 168-184.
- Rusbult, C. E., Johnson, D. J., & Morrow, G. D. (1986). Predicting satisfaction and commitment in adult romantic involvements: An assessment of the generalizability of the investment model. *Social Psychology Quarterly*, 49(1), 81-89.
- Sbarra, D. A. (2015). Divorce and health: Current trends and future directions. *Psychosomatic Medicine*, 77(3), 227-236.
- Zheng, S., Duan, Y., & Ward, M. R. (2019). The effect of broadband internet on divorce in China. *Technological Forecasting and Social Change*, 139, 99-114.